



T.C.
EGE ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü



**LİSE ÖĞRENCİLERİNDE KENDİNE ZARAR VERME
DAVRANIŞININ İŞLEVLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER İLE
İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Aygen GÖKÇAY SANCAK

**Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı**

İzmir
2019

T.C.
EGE ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü

**LİSE ÖĞRENCİLERİNDE KENDİNE ZARAR VERME
DAVRANIŞININ İŞLEVLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER İLE
İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

Aygen GÖKÇAY SANCAK

Danışman : Dr. Öğrt. Üyesi Serkan DENİZLİ

**Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı**

İzmir
2019

EGE ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

ETİK KURALLARA UYGUNLUK BEYANI


Ege Üniversitesi Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “ Lise Öğrencilerinde Kendine Zarar Verme Davranışının İşlevlerinin Bazı Değişkenler İle İlişkisinin İncelenmesi” başlıklı bu tezin kendi çalışmam olduğunu, sunduğum tüm sonuç, doküman, bilgi ve belgeleri bizzat ve bu tez çalışması kapsamında elde ettiğimi, bu tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara atıf yaptığımı ve bunları kaynaklar listesinde usulüne uygun olarak verdiğimi, tez çalışması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını, bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversite veya diğer bir üniversite başka bir tez çalışması içinde sunmadığımı, bu tezin planlanmasında yazımına kadar bütün safhalarda bilimsel etik kurallarına uygun olarak davrandığımı ve aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonucu kabul edeceğimi beyan ederim.


Aygen GÖKÇAY SANCAK

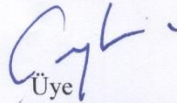
YÜKSEK LİSANS TEZ SAVUNMA SINAVI JÜRİ TUTANAĞI

Ege Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı'nda Dr. Öğr. Üyesi Serkan Denizli Danışmanlığında ...Aygen Gökçay Sancak tarafından hazırlanan "Lise Öğrencilerinde Kendine Zarar Verme Davranışının İşlevlerinin İncelenmesi" adlı yüksek lisans tezini değerlendirmek ve adayı tez savunmasına tabi tutmak üzere, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu'nca oluşturulan jüri 19/09/2019. tarihinde saat 09.00'da Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı'nda Dr. Öğr. Üyesi Serkan Denizli Başkanlığında toplanmıştır.

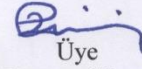
Jüri üyeleri tarafından hazırlanan ve ekte sunulan kişisel raporlar ayrıntılı şekilde tartışılmış, intihal yazılım programında belirlenen benzerlik oranları incelenmiş ve aday tez savunma sınavına alınmıştır. Sonuçta tez oybirliği/oyçokluğu ile **başarılı bulunarak kabul edilmiştir.**



Jüri Başkanı (*)
Dr. Öğr. Üyesi Serkan Denizli



Üye
Prof. Dr. Diğdem Müge Siyez



Üye
Doç. Dr. Zeynep Cihangir Çankaya

* Lisansüstü tez savunma sınavlarında danışman öğretim üyesi jüri başkanı olabileceği gibi jürinin kendi arasında seçeceği bir üye de başkan olabilir.

TEŞEKKÜR

Psikolojik danışman olarak yirmi yıldır farklı yaş grupları ile çalıştım. Bu süre zarfında birçok ortaokul ve lise öğrencisi ile danışma süreci sürdürdüm. Hem gözlemlerim hem de bireysel görüşmeler sonucunda öğrencilerin sorunlarının farklı başlıklar altında toplandığını ve öğrencilerin genellikle daha önce deneyimlemedikleri bir sorun ile karşılaştıklarında ile bu sorun ile baş edemeyip riskli davranışlara yöneldiklerini deneyimledim. Ancak özellikle son yıllarda öğrencilerimin yaşadıkları olumsuz bir durumun ardından kendilerini yatıştırmaya yönelik olarak, içinde buldukları psikolojik durumu ifade etmek için bedenlerine zarar verdiklerini, bu davranışı baş etme yöntemi olarak kullandıklarını ve bu davranışta hem psikolojik hem de sosyal etkenlerin olduğunu gözlemledim. Ayrıca nedeni açıklanamayan kesikler ya da çizikler, bandajlı kollar ya da bilekler, sıcak havalarda bile uzun kollu gömlek giymeleri, davranışı gizlemeye çalıştıklarının göstergesiydi. Öğrencilerimin canlarını acıtma pahasına bedenlerini kullanarak kendileri için önemli olduğunu düşündüğüm bir şeyleri anlatmaya çalışması, bununla birlikte davranışı çağrı olarak kullanan öğrenci sayısının yadsınamayacak kadar fazla olması, bu davranışın onlar için bir işlevi olduğunu düşündürdü ve bu düşünce araştırmaya başlamamda çıkış noktam oldu.

Öncelikle çalışmamın her aşamasında bana destek veren, bilgi ve deneyimlerini benden esirgemeyen, yorulduğum dediğimde beni cesaretlendirip tekrar devam etmemi sağlayan, yazdıklarımı titizlikle inceleyen değerli hocam Dr. Öğrt. Üyesi Serkan DENİZLİ'ye sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Yüksek lisans eğitimim süresince verdikleri eğitimle beni akademik olarak güçlendiren, mesleki birikimlerini içtenlikle paylaşan ve desteklerini hep hissettiğim, ruhuma dokunan hocalarım, Prof. Dr. Süleyman DOĞAN'a, Prof. Dr. Yelda Kağnıcı'ya, Doç. Dr. Mine Aladağ'a ve Doç. Dr. Zeynep CİHANGİR ÇANKAYA'ya tüm kalbimle teşekkür ederim.

Tezimin her aşamasında mesleki gelişimim için gerekli tüm desteği veren müdürlerim Enver TÜRKOĞLU'na ve Özer TOYKAR'a teşekkür ediyorum.

Hiçbir karşılık beklemeden verilerin girişinde destek olan sevgili öğrencilerim Esmâ TAZEGÜL ve Ahmet GÜLMEZ'e, yaşanan her teknik problemin çözümünde

bıkmadan usanmadan destek olan arkadaşım Bekir SARI'ya ne kadar teşekkür etsem azdır.

Yarım bıraktığım yüksek lisans eğitimime tekrar başlamamda en büyük itici güç olan Özün DEMİRCİ'ye, ders aşamam boyunca bana destek olup hatalı içerik ve duygu yansıtma larımı bulup tatlı tatlı farket tiren Aliye KÖSE'ye ve tezimin yazım aşamasında her türlü desteği veren Büşra ALTIPARMAK'a teşekkürlerimi sunuyorum.

Kardeşliğin aynı anne ve babadan doğmak olmadığını gösteren, hep yanımda olan iyikilerim, Aslı ACAR AŞIR, Gülsen MURAT TAŞYÜREK, Nurcan ERASLAN ve Selma ETİZ, desteğiniz için teşekkür ederim.

Sevgisini ve desteğini hep hissettiren sevgili eşim Ersin SANCAK, canım kızlarım Yera ve Aslı, bu zorlu süreçte sabır ve desteğiniz olmasaydı, başaramazdım. Tüm kalbimle teşekkür ederim.

Son olarak “Aygen” olmamı sağlayan, bana hep inanan, sevgilerini her daim içimde hissettiğim, çok özlediğim annem Behice GÖKÇAY ve babam Fadıl GÖKÇAY'a sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

ÖZ GEÇMİŞ

Aygen GÖKÇAY SANCAK

Mersinli Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi

Psikolojik Danışman

Konak/İzmir

e-posta: aygengokcay@hotmail.com

KİŞİSEL BİLGİLER

Doğum Tarihi: 11.06.1975

Doğum Yeri : İstanbul

EĞİTİM

Lisans: Ege Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

Mezuniyet tarihi: 1998

MESLEKİ DENEYİM

Ege Üniversitesi Rektörlük Kreşi - yönetici

Görev süresi: 1998-2000

İnönü Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi-psikolojik danışman

Görev Süresi:2000-2002

Kadifekale Zübeyde Hanım Ortaokulu -psikolojik danışman

Görev Süresi: 2002-2009

Mersinli Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi-psikolojik danışman

Görev süresi: 2009-devam ediyor

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	iii
ÖZ GEÇMİŞ	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar	xi
ŞEKİLLER TABLOSU	xii
ÖZET.....	xiii
ABSTRACT.....	xv
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ	1
1.1.Araştırmanın Önemi.....	6
1.2. Problem Cümlesi.....	7
1.3. Alt Problemler.....	8
1.3.1. Lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının türlerinin cinsiyete göre dağılımı nedir?	8
1.3.2. Lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının okul türlerine ve sınıf düzeylerine göre sıklığı nedir?.....	8
1.3.3. Lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının sosyoekonomik düzeye göre sıklığı nedir?	8
1.3.4. Lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının okul başarısına göre sıklığı nedir?	8
1.3.5. Lise öğrencilerinin Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden aldıkları puanların kendine zarar verme davranışının otonom işlev puanlarını yordama gücü nedir?	8
1.3.6. Lise öğrencilerinin Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden aldıkları puanların kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarını yordama gücü nedir?	8

1.3.7. Lise öğrencilerinin çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinin (aileden, arkadaştan, özel birinden) kendine zarar verme davranışının otonom işlev puanlarını yordama gücü nedir?	8
1.3.8. Lise öğrencilerinin çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinin (aileden, arkadaştan, özel birinden) kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarını yordama gücü nedir?	8
1.3.9. Lise öğrencilerinin Olumlu Olumsuz Yaşantı Ölçeği'nden aldıkları puanların kendine zarar verme davranışının otonom işlev puanlarını yordama gücü nedir?	8
1.3.10. Lise öğrencilerinin Olumlu Olumsuz Yaşantı Ölçeği'nden aldıkları puanların kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarını yordama gücü nedir?	8
1.4. Sayıtlılar	9
1.5.Sınırlılıklar	9
1.6.Tanımlar	9
BÖLÜM II.....	11
İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR	11
2.1. Kendine Zarar Verme Davranışı ile İlgili Kuramsal Açıklamalar	11
2.2. Kendine Zarar Verme Davranışının Sınıflandırılması	13
2.2.1. <i>Stereotipik Kendine Zarar Verme</i>	14
2.2.2. <i>Majör Kendine Zarar Verme</i>	14
2.2.3. <i>Kompulsif Kendine Zarar Verme</i>	14
2.2.4. <i>İmpulsif Kendine Zarar Verme</i>	14
2.3. Kendine Zarar Verme Davranışının İşlevlerini Açıklayan Modeller.....	16
2.3.1. <i>Fizyolojik/Biyolojik Model</i>	16
2.3.2. <i>Davranışsal/Çevresel Model</i>	16
2.3.3. <i>Kişilerarası/Sistemik Model</i>	17
2.3.4. <i>Afekt Regülasyon Modeli</i>	17

2.3.5. <i>Suisid Modeli</i>	17
2.3.6. <i>Depersonalizasyon Modeli</i>	17
2.3.7. <i>Seksüel/Sadomazoşizm Modeli</i>	18
2.3.8. <i>Fonksiyonel Model</i>	18
2.3.9. <i>Biyopsikososyal Model</i>	19
2.3.10. <i>Sosyal Öğrenme/ Sosyal Modelleme/ Bulaşma Modeli</i>	23
2.3.11. <i>Bilişsel Modeller</i>	23
2.3.12. <i>Birleşik Teori Modeli</i>	24
2.4. Kendine Zarar Verme Davranışı Bağlamında Psikososyal Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler	24
2.4.1. <i>Çocukluktaki Çevre ve Olumsuzluklar</i>	25
2.4.2. <i>Duygusal bozukluk, normal tepki gösterememe</i>	25
2.4.3. <i>Kendini Aşağılama (küçük görme)</i>	26
2.4.4. <i>Psikiyatrik Bozukluklar</i>	26
2.4.5. <i>Olumsuz Duyguların Etkin Kontrolü</i>	27
2.4.6. <i>Aile ve Sosyal Destek</i>	27
2.5. Benlik Saygısı İle İlgili Kuramsal Açıklamalar	27
2.5.1. <i>Psikanalitik Kuram</i>	28
2.5.2. <i>Fonksiyonalizm</i>	29
2.5.3. <i>Birey Merkezli Kuram</i>	29
2.5.4. <i>Neoanalitik Kuram</i>	30
2.6. Algılanan Sosyal Destek ile İlgili Kuramsal Açıklamalar	32
2.7. Olumlu Olumsuz Duygular İle İlgili Kuramsal Açıklamalar	37
2.7.1. <i>Evrimsel Kuram</i>	39
2.7.2. <i>James-Lange Kuramı</i>	39
2.7.3. <i>Cannon-Bard Duygu Kuramı</i>	40

2.7.4. Arnold-Lindsey'in Duygu Kuramı.....	40
2.7.5. İki Faktörlü Duygu Kuramı.....	41
2.8. Kendine Zarar Verme Davranışı ve İşlevleri İle İlgili Araştırmalar.....	41
2.8.1. Kendine Zarar Verme Davranışı İle İlgili Araştırmalar.....	41
2.8.2. Kendine Zarar Verme Davranışının İşlevleri İle İlgili Araştırmalar.....	45
BÖLÜM III.....	51
YÖNTEM.....	51
3.1. Araştırma Modeli.....	51
3.2. Evren ve Örneklem.....	51
3.3. Veri Toplama Araçları.....	52
3.3.1. Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri (KZVDDE).....	52
3.3.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ).....	55
3.3.3. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ).....	56
3.3.4. Olumlu ve Olumsuz Yaşantı Ölçeği.....	56
3.3.5. Kişisel Bilgi Formu.....	57
3.4. Verilerin Toplanması.....	57
3.5. Verilerin Analizi.....	58
BÖLÜM IV.....	59
BULGULAR.....	59
4.1. Ön Analizler.....	59
4.2. Kendine Zarar Verme Davranışının Türlerine ve Sıklığına İlişkin Bulgular.....	60
4.3. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Okul Türüne İlişkin Bulgular.....	63
4.4. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Sosyoekonomik Düzeye İlişkin Bulgular.....	64
4.5. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Okul Başarısına İlişkin Bulgular.....	65
4.6. Lise Öğrencilerinin Olumsuz Duygular, Benlik Saygısı, Aile Destek ve Diğer Destek Puanlarının Lise Öğrencilerinin Kendine Zarar Verme Davranışının Otonom İşlevlerini Yordamasına İlişkin Bulgular.....	66
4.7. Lise Öğrencilerinin Aile Destek, Benlik Saygısı, Diğer Destek ve Olumsuz Duygular Puanlarının Lise Öğrencilerinin Kendine Zarar Verme Davranışının Sosyal İşlevlerini Yordamasına İlişkin Bulgular.....	69

BÖLÜM V	73
SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER.....	73
5.1. Kendine Zarar Verme Davranışının Türlerine ve Sıklığına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	73
5.2. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Okul Türlerine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	74
5.3. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Sosyoekonomik Düzeye İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	75
5.4. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Okul Başarısına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	75
5.5. Olumsuz Duygular, Benlik Saygısı, Aile Destek, Diğer Destek Puanlarının Lise Öğrencilerinin Kendine Zarar Verme Davranışının Otonom İşlev Puanlarını Yordamasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	76
5.6. Aile Destek, Benlik Saygısı, Diğer Destek ve Olumsuz Duygular Puanlarının Lise Öğrencilerinin Kendine Zarar Verme Davranışının Sosyal İşlev Puanlarını Yordamasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	80
5.7. Sonuç ve Öneriler.....	85
KAYNAKÇA	89
EK-1	108
DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU	108
EK-2	109
KENDİNE ZARAR VERME DAVRANIŞI DEĞERLENDİRME ENVANTERİ.....	109
EK-3	115
ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ.....	115
EK-4	116
ÇOK BOYUTLU ALGILANAN SOSYAL DESTEK ALGISI ÖLÇEĞİ (ÇBASDÖ)	116
EK-5	118
ERGENLER İÇİN OLUMLU VE OLUMSUZ YAŞANTI ÖLÇEĞİ.....	118

TABLULAR

Tablo 1. Lise Öğrencilerinin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Ergenler İçin Olumlu Olumsuz Yaşantı Ölçeği ve Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanterini Betimleyici İstatistikler	60
Tablo 2. Kendine Zarar Verme Davranışı Türlerine İlişkin Bulgular.....	61
Tablo 3. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Okul Türü	63
Tablo 4. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Sosyoekonomik Düzey	64
Tablo 5. Kendine Zarar Verme Davranışı Ve Okul Başarısı	65
Tablo 6. Otonom İşlevler, Olumsuz Duygular, Benlik Saygısı, Olumlu Duygular, Aile Destek, Arkadaş Destek ve Diğer Destek Korelasyon Tablosu	66
Tablo 7. Olumsuz Duygular, Benlik Saygısı, Aile Destek ve Diğer Destek Puanlarının Lise Öğrencilerinin Kendine Zarar Verme Davranışının Otonom İşlev Puanlarını Yordamasına İlişkin R ve R ² Değişimi	67
Tablo 8. Olumsuz Duygular, Benlik Saygısı, Aile Destek ve Diğer Destek Puanlarının Lise Öğrencilerinin Otonom İşlev Puanlarını Yordamasına İlişkin B, Beta Korelasyonu ve Anlamlılık Düzeyi.....	67
Tablo 9. Sosyal İşlevler, Aile Destek, Benlik Saygısı, Olumsuz Duygular, Olumlu Duygular, Arkadaş Destek ve Diğer Destek Korelasyon Tablosu	70
Tablo 10. Aile Destek, Benlik Saygısı, Diğer Destek ve Olumsuz Duygular Puanlarının Lise Öğrencilerinin Kendine Zarar Verme Davranışının Sosyal İşlev Puanlarını Yordamasına İlişkin R ve R ² Değişimi	70
Tablo 11. Aile Destek, Benlik Saygısı, Diğer Destek ve Olumsuz Duygular Puanlarının Lise Öğrencilerinin Sosyal İşlev Puanlarını Yordamasına İlişkin B, Beta Korelasyonu ve Anlamlılık Düzeyi	71

ŞEKİLLER TABLOSU

Şekil 1. İntihar Girişimi İle Kendine Zarar Verme Davranışının Farkları 13



ÖZET

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE KENDİNE ZARAR VERME DAVRANIŞININ
BAZI DEĞİŞKENLER İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

GÖKÇAY SANCAK, AYGEN

Yüksek Lisans Tezi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Serkan DENİZLİ

Bu çalışmada lise öğrencilerinde kendine zarar verme davranışının işlevlerinin benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve olumlu olumsuz duygular ile yordanma düzeyi incelenmiştir. Araştırma ilişkisel tarama modeline dayalı bir araştırmadır. Araştırmanın örneklemini İzmir ili merkez ilçelerinde yer alan Ortaöğretim, Din Öğretimi, Mesleki Teknik Eğitim ve Özel Öğretim Genel Müdürlüğüne bağlı liselerde öğrenim gören 9, 10, 11, ve 12. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır.

Her bir lise türünde her sınıf düzeyinden 1 şube seçilmiş, uygulamaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 2375 öğrenciye uygulama yapılmış ve örneklem grubu kendine zarar verme davranışı olan toplam 1169 öğrenciden oluşmuştur. Araştırmanın verileri Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Olumlu ve Olumsuz Yaşantı Ölçeği ve araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu uygulanarak elde edilmiştir. Araştırmanın verileri aşamalı çoklu regresyon analizi kullanılarak çözümlenmiştir. Verilerin analizinde aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre örneklemin seçildiği grupta öğrencilerin %57'sinin kendine zarar verme davranışı gösterdiği, sorgulanan on iki kendine zarar verme yönteminden en az birini kullandığı bulunmuştur. Sorgulanan on iki kendine zarar verme yöntemi arasında öğrencilerin en sık “yaranın iyileşmesine engel olma” ve “kendini sert bir yere çarpma veya kendine vurma” yöntemini kullandıkları görülmüştür. En az görülen kendine zarar verme davranışları ise Tehlikeli/zararlı madde içme/yutma ve Yakma olarak saptanmıştır. Kendine zarar verme davranışı olan kız ve erkek

öğrenciler arasında kendine zarar verme davranışının görülme oranlarının kız öğrenciler için %4.6 - %40 arasında, erkek öğrenciler için %5.2 - %30.8 arasında değiştiği, kız öğrencilerin kendine zarar verme oranının erkek öğrencilere göre daha fazla olduğu bulunmuştur. Kendine zarar verme davranışının sıklığının okul türlerinde farklılaşmadığı, ayrıca kendini orta sosyoekonomik düzey olarak değerlendiren öğrencilerde ve kendilerini orta düzey başarılı olarak gören öğrencilerde kendine zarar verme davranışının frekansının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Otonom işlevleri; olumsuz duygular, benlik Saygısı, aile destek ve diğer destek yordamıştır. Sosyal işlevleri ise aile destek, benlik saygısı, diğer destek ve olumsuz duygular yordamıştır. Arkadaş desteğinin hem otonom hem de sosyal işlevler için yordayıcı olmadığı saptanmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda araştırmacılara ve uygulayıcılara öneriler sunulmuştur.

Anahtar kelimeler: Kendine zarar verme davranışının işlevleri, benlik saygısı, algılanan sosyal destek, olumlu olumsuz duygular, ergenlik.

ABSTRACT

EXAMINING THE RELATIONSHIP OF FUNCTIONS OF SELF-INJURIOUS BEHAVIOR WITH SOME VARIABLES

GÖKÇAY SANCAK, AYGEN

M.S., Guidance and Counseling

Supervisor: Assist. Prof. Serkan DENİZLİ

Purpose: In this study, the functions of high school students' self-injury behaviour were examined in terms of self-esteem, perceived social support, positive/negative emotions and regression level.

Method: The research is based on correlational survey model. The sample of the study consists of 9th, 10th, 11th and 12th grade students studying in the high schools affiliated to Secondary Education, Religious Education, Vocational and Technical Education and Special Education in the central districts of İzmir. In each high school type, one branch from each grade level was selected, 2375 students accepted to participate in the study voluntarily and the sample group consisted of 1169 students with self-injury behavior. The data of the study were obtained by applying self-injury Behavior Assessment Inventory, Rosenberg Self-Esteem Scale, Multidimensional Perceived Social Support Scale, Positive and Negative Life Scale and Personal Information Form developed by the researcher. The data of the research was analyzed by using stepwise multiple regression analysis. Stepwise multiple linear regression analysis was used to analyze the data.

Findings: According to the results of the research, 57% of the students showed self-injury behavior and used at least one of the twelve self-injury methods questioned in the sample group. Among the twelve self-injury methods that were questioned, it was observed that the students mostly used the method of “preventing the wound from healing” and “attacking himself or hitting himself to a hard surface”. The least observed self-injury behaviors were found to be hazardous/harmful substances taking/gulping and burning. It was found that the incidence of self-injury behavior among female and male

students with self-injury behavior ranged between 4.6% - 40% for female students and 5.2% -30.8% for male students, and the rate of self-injury for female students was higher than male students. The rate frequency of self-injury behavior was not differentiated among scholl types; moreover it was found that the rate of self-injury behavior among the students who consider themselves as middle socioeconomic class and the students who consider themselves as average achievers was higher.

Conclusion and Discussion: Autonomous functions were predicted by negative emotions, self-esteem, family support and other support. Social functions were predicted by family support, self-esteem, other support and negative emotions. Friend support was not predictive for both autonomous and social functions. In the light of the findings, some suggestions are offered to researchers and practitioners.

Key words: The function of self-injury behavior, self-esteem, perceived social support, positive negative emotions, and adolescent.

BÖLÜM I

GİRİŞ

İnsanlar, doğum ile ölüm arasında farklı dönemlerden geçmekte ve bu süreçte, içinde buldukları yaş grubuna göre bedensel, zihinsel, duygusal ve sosyal açıdan değişimler meydana gelmektedir. Bu dönemlerden ergenlik, çocukluk ve yetişkinlik arasında bir geçiş dönemi olarak tanımlanmıştır (Aydın, 2005; Geldard ve Geldard, 2013). Bedensel, zihinsel ve duygusal bakımdan yetersiz olan çocuğun yetişkin düzeyine erişebilmesi için belirli bir gelişmeye kavuşması gerekmektedir (Temel ve Aksoy, 2010). Bireyin, çocukluğun bağımlılığından ve hamlığından kurtularak olgunluğa ve bağımsızlığa yöneldiği dönem olarak tanımlanan *ergenlik* (adolescence) Budak (2000), Latince *adolescence* yani *yetişkinliğe erişmek* sözcüğünden gelir.

Bu dönemdeki değişimlerin başlangıcı ve bitişi kesin olarak bilinmemekle birlikte değişimler biyolojik ve duygusal değişimlerle başlar, birbiri ile etkileşim halinde olan genetik ve çevresel etkenlerle belirlenir, kişiden kişiye ve cinsiyete göre farklılık gösterir (Özbay ve Öztürk, 1992). Ergenlik dönemi fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal gelişim özellikleri ile bir bütündür. Bu boyutların herhangi birinde bir problem yaşanması, diğer boyutları da etkiler. Stresli ve fırtınalı yıllar olarak tanımlanan bu dönemde, doğal gelişime bağlı streslerle bile başa çıkabilmek bazıları için güç olabilmektedir. Bu stresli dönemde, ergenlerin, zaman zaman stresle başa çıkmada etkisiz bir yol olduğu bilinmesine rağmen riskli davranışları denediği veya kendine zarar vermek gibi davranışlara yöneldiği bilinmektedir (Oktan, 2014).

Bu dönemde bireyin dünyayla ilişkisini kuran bir bağ olan bedendeki değişikliklerin doğurduğu endişelerle mücadele edilir. Çünkü beden ergenin oluşmakta olan kimliğinin savaş alanıdır ve ergen bu alana sık sık müdahalelerde bulunur (Le Breton, 2011). Ergen içinden geçmekte olduğu bu dönemde bu davranışları bir şeye karşılık olarak gerçekleştirmekte ve yine bu yolla kendisine dair önemli bir şeyleri anlatmaya çalışmaktadır (Sönmez, 2012).

Kendine zarar verme davranışı 1800'lerin sonlarında zihinsel yetersizliği olan bireylerde gözlemlenmiş, 1900'lerin ortalarına kadar araştırmalar farklı gruplarda devam etmiş ve günümüzde halen bu davranış hakkında teoriler gelişmektedir. Başlangıçta kendine zarar verme davranışının özellikle dini, manevi sebeplerle

ortaya çıktığı gözlenmiştir. İnsanlar kendilerine zarar verdiklerinde hissettikleri acı onları normal yaşamdan uzaklaştırıp kendilerini Tanrı ya da bir ruhla birleştirdi. Örneğin Sufilik inancında erkekler bedenlerine şiş ve çivi batırabilir, cam ve ustura bıçaklarını yutabilirlerdi (Higgins, 2015).

Psikologlar 1800'lerden 1940'lara kadar kendine zarar vermiş insanların intihar etmeye çalıştıklarına inanıyordu. Sigmund Freud hem intihar hem de kendine zarar vermenin insanlarda yaşam ve ölüm içgüdüsünün bir parçası olduğunu öne sürüyordu. Freud'un görüşleri o kadar etkiliydi ki intihardan ayrı bir kendine zarar verme teorisi 1938 yılına kadar çıkmadı (Higgins, 2015). Bu yıllarda Menninger (1938) *Man Against Himself (Kendine Karşı Olan Adam)* adlı kitabında kendine zarar verme eylemlerinin aslında vücudun küçük bir bölümünü feda ederek intihardan kaçınma girişimi olduğunu öne sürdü. 1960'lar ve 1970'lerde kendine zarar verme davranışı, bilek kesme sendromu olarak adlandırıldı. Ancak 1980'lerde araştırmacılar kendine zarar verme davranışı olan çoğu bireyin amacının intihar olmadığı sonucuna vardılar. Pattison ve Kahan (1983) kişilerin dürtülerini kontrol edemedikleri için kendilerine zarar verdiklerine inanıyorlardı ve kendine zarar verme davranışı ile ilgili araştırma konularını nedeni, sayısı, süresi olarak kategorize ettiler. Ayrıca bu yıllarda ağırlıklı olarak klinik örneklem üstünde durulmuştur (Garfinkel, Moldofsky ve Garner, 1980).

Ruh sağlığı uzmanlarının kendine zarar verme davranışına ilgi duymaya başlamaları 1990'lı yıllarda ki Favazza'nın çalışmalarına dayanmaktadır. Aynı zamanda Prenses Diana ve Johny Deep tarafından kendine zarar verme davranışı, medya ve kamuoyunda da önemli bir konu haline gelmiştir (Higgins, 2015).

Yaşadıkları bu durumları ifade etme ihtiyacı hisseden ergenlerde kendine zarar verme davranışı, bu duyguların dışa vurumu olarak sıklıkla ortaya çıkmaktadır ve gizli kalması nedeniyle saptanması oldukça zordur (Aksoy ve Ögel, 2003). Kendine zarar verme davranışı günümüz ergenleri ve genç erişkinlerinde yaygın hale geldiği (Serim, Varol-Taş ve Güvenir, 2009) ve kendine zarar verme davranışında bulunan kişilerin kendilerini yalnız hissettikleri, sosyal ilişkilerinin kısıtlı olduğu, aileleriyle duygusal iletişimlerinin zayıf olduğu, cinsel ya da duygusal istismara maruz kaldıkları literatürde de desteklenmektedir (Whitlock, Eckenrode ve Silverman, 2006). Kendine zarar verme davranışının başlama yaşına bakıldığında

genellikle ergenlik döneminde olduğu görülmektedir (Lloyd-Richardson, Perinne, Dierker ve Kelley, 2007; Nixon, Cloutier ve Jansson, 2008). Az ama istikrarlı bir şekilde sayısı artan kendine zarar verme davranışının ortalama başlangıç yaşı Jacobson ve Gould (2007), Klonsky ve Muehlenkamp (2007), Kumar, Pepe ve Steer (2004), Muehlenkamp ve Gutierrez (2007), Nixon, Cloutier ve Aggarwal (2002), Nock ve Prinstein (2004), Whitlock ve Selekman (2014)'e bağlı olarak 11 ve 15 yaşını göstermektedir. Başlangıç yaşındaki değişme normal dağılım gösterir. Başlangıç yaşı yaklaşık olarak 10-14 yaş arası %25, 15-16 yaş arası %27, 17-24 yaş arası % 38.6 olarak belirtilmiştir (Whitloc ve diğ., 2006).

Bu davranışın yaygınlığı üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde çeşitli makaleler yaygınlık oranını en düşük %4 (Briere ve Gill, 1998), en yüksek % 46.5 (Lloyd-Richardson ve diğ., 2007) olarak bildirmektedir. Bir başka çalışmada bulgular kendine zarar verme davranışının yaşam boyu yaygınlığının ergenlerde %13 - %23.2 arasında değiştiğini göstermektedir (Jacobson ve Gould, 2007). Türkiyede yapılan bir çalışmada ise davranışın yaşam boyu yaygınlığı %39.7 olarak bulunmuştur (Aktepe, Çalışkan ve Sönmez, 2014). Yaygınlığı toplum ve klinik ortama göre değişmekle birlikte toplumdaki ergenlerin yaklaşık %15 ile %20'sinin, en az 1 kez kendine zarar verme davranışında bulunduğunu göstermiştir (Nixon ve Heath, 2009).

Önceleri patolojik olarak kabul edilen davranış artık ergenlerin yaklaşık %20'sinin hayatlarında bir kez denediği yaygın bir olay haline gelmiştir. Bu da kendine zarar verme davranışının sadece psikiyatrik bozuklukları açısından yaklaşılamayacağı anlamına gelmektedir (Buroseva, Bartosova ve Cernak, 2015).

Literatürde kendine zarar verme davranışını adlandırmak için “self injury”, self mutilation” ve “self harm” gibi terimlerin kullanıldığı görülmektedir. Kendine zarar verme kişinin doğrudan kendi bedenine yönelik girişimi olarak ifade edilmektedir (Aksoy ve Ögel, 2003). Bu kavramlardan kendini yaralama olarak geçen *self mutilation*, genellikle sonucunda ölüm niyeti olmayan, yalnızca bir kez, ara sıra veya tekrarlı olarak gösterilen ve farklı derecelerde doku zararına yol açan doğrudan, istemli bir kendine zarar verme biçimidir (Lüleci, 2007). *Self harm* olarak geçen davranış biçiminde riskli davranışlar ön plana çıkmaktadır ve bu kavram daha çok alkol, madde, tehlikeli araba kullanmak gibi dolaylı olarak kendine zarar verme

davranışlarıyla açıklanmaktadır (Aksoy ve Ögel, 2003). *Self injury* terimi ise, bilinçli intihar amacı olmayan, tekrarlı, kasti, doğrudan fiziksel bir kendine zarar verme davranışı anlamında kullanılır (Lüleci, 2007). Kendine zarar verme davranışlarının farklı boyutlarına karşılık gelen bu kavramlar, ergen davranışlarının ayırt edilmesi ve tanımının yapılmasında önem taşımaktadır (Gratz, 2001).

Bu tez çalışması ergenlik dönemindeki öğrenciler ile gerçekleştirilmiştir. Ergenlik döneminde kendine zarar verme davranışının ne amaçla kullanıldığını açıklayan çeşitli faktörler araştırılmıştır. Bu faktörlerin arasında ergenlik dönemi söz konusu olduğunda benlik saygısının özel bir önemi olduğu düşünülmektedir. Ergenler başkaları tarafından fark edilmeye, değerli hissetmeye, kabul görmeye ve sevmeye ihtiyaç duydukları söylenebilir. Bu desteği alamayan ergenlerin bazıları için yaşadıkları stres ile başa çıkabilmek güç olabilmektedir. Bunun getirdiği çaresizlik ile birlikte, ergenin benlik saygısının yeterli düzeyde olmaması tehlikeli davranışlara zemin hazırlayabilir (Aydın, 2005). Çocuğun ideal benliği ile gerçek benliği arasındaki tutarsızlık; artan deneyimleri ve bilişsel yeteneği ile daha net hale geldikçe sorgulanır. Fiziksel görünüş, atletik yeterlilik, romantik çekicilik, cinsel kimlik ve davranış, akademik performans ve mesleki beceri yeterliliği kendini değerlendirmeyi etkileyen bazı alanlardır (Richman, Hope ve Mihalas 2010). Kişinin kendini değerlendirmesi sonucu oluşan beğeni durumunu ifade eden benlik saygısında (Baymur, 1994) ebeveynlerle olan ilişkiler de kritik bir öneme sahiptir (Smith, 2010).

Yine ergenlik döneminde bireyin kendisi için önemli olan akran grubunun ya da hayatında var olan anlamlı bir kişinin kendisine yönelik davranışlarına, tutumlarına önem verdiği bilinmektedir (Richman ve diğ., 2010). Çocuklukta ebeveyn bağları ve hemcins akran ilişkileri norm iken ergenlikte karşı cinsle arkadaşlık geliştirip, karışık cinsiyet gruplarında sosyalleşmek norm haline gelmektedir. Bu dönemde ergenin çevresi; anlamlı olan diğerleri, değerli akranları ve bazıları için aile çevresi dışındaki yetişkinleri de içine alacak şekilde büyür. Daha büyük topluluklardaki yerleri ile mücadele ederken sosyal desteği olmadığını düşünen ergenler, kendilerini daha az güvende ve emin hissederler (Richman ve diğ., 2010). Procidano ve Walker-Smith'e göre (1997) sosyal destek benlik saygısını, olumlu ruh halini ve olumlu yaşam görüşlerini arttırma eğiliminde olup, stresli

yaşam olaylarından bağımsız olarak sıkıntılı duyguları azaltma veya önleme eğilimindedir. Bu nedenle ergenlik döneminde diğerlerinden algılanan sosyal desteğin yeterli düzeyde olmamasının da tehlike davranışlara zemin hazırlayabildiği düşünülebilir.

Ergenlik döneminde ortaya çıkan belirgin fizyolojik değişmelerin bu dönemde duygusal davranış üzerinde önemli etkileri vardır. Duygular, düşünce ve davranışlarımızı harekete geçirerek çevremizle ilişki ve etkileşim kurma şeklimizi de etkiler (Karabekiroğlu, 2013). Yaygın olarak bilinen ve çeşitli sınıflamalar altında verilen olumlu ve olumsuz tepkiler kırgınlık, iğrenme, korku, kıskançlık, başkalarını sevme, neşe, hoşlanma olarak belirlenebilir. Ergenlik döneminin başlamasıyla toplumsal korku ve yanı sıra okul başarısına ilişkin kaygılar ve akranları tarafından kabul edilmeme korkuları önem kazanır (Garrison ve Garrison, 1975; akt. Onur, 1987). Fountain'e göre (1961) ergenin duyguları çok şiddetli ve değişkendir, hemen doyuma ulaşmak ister, engellere karşı hoşgörüsü gelişmemiştir. Bu nedenle de ergenlerin genellikle güçlü negatif duyguları yönetmek, olumlu duygusal durumları yaygınlaştırmak, içinde yaşadıkları kültür ve etkileşimde buldukları gruplara girmek ya da kendilerini çevreleyen ortamdan kaçınmak amaçları ile kendine zarar verme davranışı gösterebildikleri görülmektedir (Nixon ve Heath, 2009).

Özetle, benlik saygısı, sosyal destek kavramı ve ergenin duyguları, davranışları üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Benlik kavramı ergenlikte ve ilk yetişkinlikte son derece önemli olan dinamik ve yaşam boyu süren bir süreç içinde gelişir (Temel ve Aksoy, 2010). Bu dönemde aile, akranlar ve okullar gibi sosyal bağlamlar bir ergenin benlik saygısının gelişiminde etkilidir (Roustit, Campoy, Chaix ve Chauvin, 2010). Yeni deneyimlere, etkileşimlere ve aynı zamanda değişikliklere uyum sağlamak zorunda kalmak ergenler için hem stresli hem de kaygı verici olabilir. Bu etkenler ergenin zaman zaman uygun olmayan ya da aşırı olarak değerlendirilebilecek tepkisel davranışlarını kontrol etmelerini veya ayarlamalarını zorlaştırabilir (Geldard ve Geldard, 2013). Sosyal destek ise tüm yaşlardaki bireylerin yaşamla daha etkili bir şekilde başa çıkmalarında yardımcı olabilmektedir (Griffiths ve diğ., 2007). Dolayısıyla bu araştırmada benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve olumlu olumsuz duygulanım gibi değişkenlerin kendine zarar verme davranışını açıklamadaki önemi düşünülerek, araştırmada kendine zarar verme

davranışının işlevleri, benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve olumlu olumsuz duygular arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmada kendine zarar verme davranışı, literatürdeki *self injury* terimine karşılık kullanılacaktır.

1.1.Araştırmanın Önemi

Bu araştırmada, lise öğrencilerinde, kendine zarar verme davranışının işlevleri, benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve olumlu olumsuz duygular arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Ergenlik dönemi uyum sorunlarını da beraberinde getirebilmektedir ve bunun sonucunda ergenler riskli davranışlara yönelebilmektedir. Bu riskli davranışlardan kendine zarar verme davranışı, yaygınlığı giderek artmakta, özellikle ergenlik döneminde daha sık görülmektedir. Başlangıçta klinik popülasyonda kendini gösteren ve özellikle majör depresyon tanısı alan kişilerde yüksek oranda gözlenen kendine zarar verme davranışının 90'lı yılların sonlarına doğru değişime uğradığı, klinik ortamın yanında genel popülasyonda da sıklıkla gözlenmeye başlandığı Walsh (2012) giderek artan bir oranda ergenleri, aileleri ve okulları rahatsız eden bir durum haline geldiği Plante (2007) ifade edilmektedir.

Literatür incelendiğinde ergenlik döneminde sık görülen kendine zarar verme davranışı ile ilgili yapılan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Oysa problem çözme ve öfke kontrolünde güçlük yaşayan; başarısız not alma, sınıf tekrarı ve okula devamsızlık gibi durumları daha sık yaşayan, bunun yanında duygusal anlamda da stresli ve kaygılı olan bu popülasyonun (Brunner ve diğ. 2007; Lüleci, 2007; Oktan, 2014; Sezer-Efe ve Erdem, 2017) sorunlarına eğilmek önemlidir. Ergenlerde kendine zarar verme konusunda yapılan bu ve benzeri çalışmaların kendine zarar veren ergenlerin okullarda ya da aile içinde fark edilmesini ve onlara ulaşılmasını kolaylaştırabileceği düşünülmektedir.

Ayrıca yetişkinliğe geçiş aşaması olan ergenlik döneminde kendine zarar verme davranışı ve altında yatan işlevlerin anlaşılması, hem kendine zarar verme davranışının ortadan kalkmasında hem de ergeni bu davranışa yönelten durum ile baş etmeyi öğrenmesinde rol oynayabilir. Bununla birlikte kendine zarar verme davranışının işlevlerini, diğer bir deyişle ergen için amacını anlamak ergenlere uygulanabilecek müdahalelerin belirlenmesinde yol gösterici olabilir. Kendine zarar

verme davranışının yaygın olması nedeniyle okul çalışanlarının, öğrencilerin gelecekte ya da hali hazırda kendine zarar verme davranışında bulunabileceklerinin farkında olmaları ve kendine zarar verme davranışı olan öğrencilerle karşılaştıklarında uygun ilk değerlendirme ve yönlendirme bilgisine sahip olmaları önemlidir. Okul psikolojik danışmanlarıyla yapılan bir çalışmada psikolojik danışmanların %81'inin kendine zarar verme davranışı gösteren ergenlerle çalıştığını, bu psikolojik danışmanlardan yalnızca %6'sının kendisini bu grupta çalışmak konusunda *oldukça bilgili* olarak değerlendirdiklerini bulmuşlardır (Roberts-Dobie ve Donatelle, 2007).

Bu araştırmanın örneklemini, Ortaöğretim Genel Müdürlüğüne, Mesleki ve Teknik Eğitim Genel Müdürlüğüne, Din Öğretimi genel Müdürlüğüne, Özel Öğretim Kurumlarına bağlı olmak üzere İzmir ili merkez ilçelerinde yer alan 26 lisede okuyan öğrencileri kapsamıştır. Uygulamada 2375 öğrenciye ulaşılmış, bu öğrenciler içinden kendine zarar verme davranışı olan 1169 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Çalışmada farklı okul türlerinden katılımcıların olması ve büyük sayıda bir örnekleme çalışılmış olmasının araştırmanın genellenebilirliği ve bulgularının güvenilirliği açısından güçlü bir yönü olduğu söylenebilir.

Bu araştırma kapsamında daha önce yapılan araştırmalardan farklı ve yeni olarak kendine zarar verme davranışının işlevleri ile benlik saygısı, algılanan sosyal destek, olumlu ve olumsuz duygular arasındaki ilişkilerin kapsamlı bir şekilde incelenmesi amaçlanmıştır. Kendine zarar verme davranışının işlevleri ile ilgili yapılan çalışmaların sınırlılığı göz önüne alındığında, bu araştırmanın bulgularının ergenlerde kendine zarar verme davranışı ile ilgili kuramsal açıklamalara katkısı kadar ergenlerin kendine zarar verme davranışlarını iyileştirici ve önleyici ruh sağlığı çalışmalarına temel oluşturabilecek bilgiler de sağlaması beklenmektedir.

1.2. Problem Cümlesi

Lise öğrencilerinin benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve olumlu-olumsuz duygulanım düzeylerinin lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının işlevlerini yordama gücü nedir?

1.3. Alt Problemler

Araştırmanın alt problemleri şunlardır:

1.3.1. Lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının türlerinin cinsiyete göre dağılımı nedir?

1.3.2. Lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının okul türlerine ve sınıf düzeylerine göre sıklığı nedir?

1.3.3. Lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının sosyoekonomik düzeye göre sıklığı nedir?

1.3.4. Lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının okul başarısına göre sıklığı nedir?

1.3.5. Lise öğrencilerinin Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden aldıkları puanların kendine zarar verme davranışının otonom işlev puanlarını yordama gücü nedir?

1.3.6. Lise öğrencilerinin Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden aldıkları puanların kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarını yordama gücü nedir?

1.3.7. Lise öğrencilerinin çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinin (aileden, arkadaştan, özel birinden) kendine zarar verme davranışının otonom işlev puanlarını yordama gücü nedir?

1.3.8. Lise öğrencilerinin çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeylerinin (aileden, arkadaştan, özel birinden) kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarını yordama gücü nedir?

1.3.9. Lise öğrencilerinin Olumlu Olumsuz Yaşantı Ölçeği'nden aldıkları puanların kendine zarar verme davranışının otonom işlev puanlarını yordama gücü nedir?

1.3.10. Lise öğrencilerinin Olumlu Olumsuz Yaşantı Ölçeği'nden aldıkları puanların kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarını yordama gücü nedir?

1.4. Sayıtlar

Araştırmanın temel sayıtları aşağıdaki gibidir:

1. Araştırmaya katılan öğrenciler araştırmacı tarafından uygulanacak olan Kendine Zarar Verme Davranışı Envanterini, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğini, Algılanan Sosyal Destek Ölçeğini ve Olumlu Olumsuz Yaşantılar Ölçeğini içten ve gerçek durumlarını yansıtacak şekilde yanıtlamışlardır.

1.5.Sınırlılıklar

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki gibi sıralanabilir:

1. Araştırmadan elde edilecek bulgular 2014-2015 eğitim öğretim yılında araştırmaya katılan lise öğrencileri ile sınırlıdır. Uygulama, Ortaöğretim Genel Müdürlüğüne, Mesleki ve Teknik Eğitim Genel Müdürlüğüne, Din Öğretimi Genel Müdürlüğüne ve Özel Öğretim Kurumları Genel Müdürlüğüne bağlı 26 lisede yapılmıştır.
2. Bu araştırmadan elde edilecek sonuçlar Kendine Zarar Verme Davranışı Envanteri'nin, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin ve Olumlu Olumsuz Yaşantılar Ölçeği'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

1.6.Tanımlar

Bu araştırmada yer alan bazı temel kavramlar aşağıda tanımlanmıştır.

Ergenlik: Bilişsel süreçlerde, biyolojik, fiziksel, duygusal özelliklerde ufak değişikliklerle başlayıp üreme olgunluğu ile sonuçlanan yaşam dönemidir (Susman ve Rogol, 2004).

Benlik saygısı: Kişi olarak değerlilik duygusunu ya da sorunları yetkin bir şekilde çözebilme deneyimini ya da her ikisini de ön plana çıkaran benlik saygısı; kim olduğumuzu, hayatlarımızı nasıl yaşadığımızı ifade eder (Mruk, 2006).

Kendine zarar verme davranışı (self injury): Psikolojik sıkıntıyı azaltmak veya iletmek için, kendiliğinden gerçekleştirilen, toplumsal olarak kabul edilmeyen ve öldürme niyeti olmayan bedensel zarardır (Walsh, 2012).

Olumlu duygular: Mutluluk, gurur, sevinç, sevgi, ilgi, şefkat ve rahatlama gibi duyguları içermektedir (Lazarus, 1991).

Olumsuz duygular: Amaçla uyuşmayan; öfke, korku, kaygı, suçluluk, utanç, keder, kıskançlık ve tiksinti gibi duygular anlamına gelmektedir (Lazarus, 1991).

Sosyal destek: Kişinin zorluklarla baş etmesine ve yeni beceriler geliştirmesine yardımcı olan tutumları ifade eder (Wilcox ve Vernberg, 1985).

Algılanan sosyal destek: İnsan gelişimini ve uyumunu yansıtan önemli bir psikolojik yapı olan algılanan sosyal destek Procidano ve Walker-Smith (1997), bireyin ihtiyaç duyduğunda diğerlerinden yardım veya empati elde edebileceğine dair inancı anlamına gelmektedir (Sarason ve Sarason, 1985).



BÖLÜM II

İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde kendine zarar verme davranışı, benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve olumlu olumsuz duygulara ilişkin kuramsal açıklamalara yer verilmiştir. Bölümün sonunda kendine zarar verme davranışı ve kendine zarar verme davranışının işlevlerine ilişkin yurt içinde ve yurt dışında yürütülen bazı araştırmalar aktarılmıştır.

2.1. Kendine Zarar Verme Davranışı ile İlgili Kuramsal Açıklamalar

Kendine zarar verme davranışının binlerce yıldır filozofları, bilim insanlarını, klinisyenleri ve genel nüfusu şaşırtan bir durum olduğu ifade edilir (Nock, 2014).

Tiyatroda, mitlerde, ilkel kabilelerde, dinlerde benzer davranışlara rastlanabilir (Sönmez, 2012). Örneğin MÖ. 500 civarında Sophokles'in trajedisinde, annesiyle birlikte olduğunu anladığında gözlerini oyup çıkarmıştır (Messer ve Fremouw, 2008). 1888'de ise ressam Vincent Van Gogh'un sol kulağının alt kısmını ustura ile kestiği bilinmektedir. Herodot da Tarihin Altıncı Cildinde, akli dengesini kaybeden psikozlu olması muhtemel Spartalı bir liderin vücudunu nasıl kestiğini betimlemiştir (Favazza, 1998).

Kendine zarar verme davranışı hakkındaki geçmişteki çalışmalara bakıldığında öncelikle poliklinik hastaları ile duygusal rahatsızlığı ya da akıl hastalığı olan bireylerle çalışıldığı görülmüştür (Deiter, Nicholls ve Pearlman, 2000; Linehan, 1993). Bunun yanında ciddi ve kalıcı ruhsal rahatsızlıkları ile hastanede yataklı tedavi programlarına dahil olan bireylerle Deiter ve diğerleri (2000) ve cezaevi mahkumlarıyla Haines ve Williams (1997) çalışılmıştır. Ayrıca özel eğitim okullarındaki gençlerin ve çocuk ıslah evlerinde olan grupların da kendine zarar verme davranışı gösterdikleri bildirilmiştir (Chowanec, Josephson, Coleman ve Davis, 1991).

Araştırmacıların kendine zarar verme davranışı ile ilgili açıklamalarının birbiriyle tutarlı olduğu ancak tanımlar söz konusu olduğunda araştırmacılar arasında önemli bir kararsızlık olduğu söylenmektedir (Sutton, 2007). Bu açıdan bakıldığında kendine zarar vermeyi açıklayan pek çok kavram tanımlanmıştır.

Self mutilation (Kendini sakatlama), kasti, intihar niyeti olmaksızın beden dokusunda değişiklik ya da tahribat olarak tanımlanmaktadır (Favazza, 1996; akt. Sutton, 2007).

Self-inflicted violence (Kendine şiddet uygulama), bu terim, kişinin kendini fiziksel olarak yaralaması, bilinçli intihar niyeti olmadan kişinin kendi bedenine kasti zarar vermesi, kendini fiziksel olarak yaralaması olarak ifade edilmektedir (Alderman, 1997; akt. Sutton, 2007).

Self injury (Kendine zarar verme), intihar niyeti olmadan kasıtlı olarak kendi kendine acı ya da zarar vermek olarak tanımlanır (Babiker, Arnold 1997; akt. Sutton, 2007).

Self-injurious behaviours (Kendine zarar verme davranışları), davranışın sonucunda ölüm niyeti olmaksızın doğrudan kendine bedenine kasıtlı olarak fiziksel olarak zarar vermeyi içeren tüm davranışlar olarak tanımlanmaktadır (Simeon ve Favazza, 2001).

İdiğ-Çamuroğlu'na göre (2014) bu tanımlar kendini yaralama (self-wounding), kendini kesme (self-cutting), kendini incitme (self-injury), kendini sakatlama (self-mutilation), tekrarlayıcı kendine zarar verme (repetitive self harm), kasten kendine zarar verme (deliberate self harm), kendi kendini yıkıcı davranış (self-destructive behavior) ve intihar amacı olmayan kendine zarar verme (non suicidal self injury) şeklindedir.

Nock (2014) kendine zarar vermeyi kişinin kasıtlı olarak ve kendine bir dereceye kadar psikolojik ya da fiziksel bir zarar vereceği bilgisiyle yaptığı davranışlar olarak tanımlamıştır.

Bunun yanında kendine zarar verme davranışı ve intihar niyeti arasında yüksek oranda örtüşme ve iki sorun arasında karmaşık bir ilişki olmasına rağmen bu iki problem davranış farklı şekilde ele alınması gerektiğini söylenmektedir (Walsh, 2006). Welch (2001) intihar niyeti ile kendine zarar vermenin birlikte ele alınmasının kavram karışıklığına yol açtığını; intihar girişimi ile kendine zarar verme davranışı arasındaki ayrımın yapılmasının esas olduğunu belirtmiştir. Gratz da (2001) özellikle bu iki davranışın ayırt edilmesi ve uygun bir tanımın yapılmasının ergenleri doğru bir şekilde kavramlaştırma için çok önemli olduğunu belirtmiştir. Bu iki davranış arasındaki farklar Şekil 1'de gösterilmiştir (Walsh, 2006).

İntihar girişimi	Kendine zarar verme davranışı
Yaşamı sonlandırmak	Olumsuz duygulardan kurtulmak
Nadiren tekrarlanır	Sıklıkla tekrarlanır
Ciddi fiziksel hasar	Hafif fiziksel zarar
Genellikle bir yöntem	Genellikle birden fazla yöntem
Tek çıkış yolu intihar	Seçenekler mevcut, genellikle geçici çözüm
Sürekli umutsuzluk, çaresizlik	İyimserlik dönemleri ve kontrol hissi
Eylemden sonra sıkıntı azalma	Rahatlama

Şekil 1. İntihar girişimi ile kendine zarar verme davranışının farkları

Kendine zarar verme davranışları tanımlanmaya çalışılırken davranışın dolaysız olup olmadığı, sosyal kabul düzeyi, davranışın sıklığı, sonucunda verilen zararın düzeyi, davranışı gerçekleştirenin amacı ve psikolojik durumunun göz önünde bulundurulması önemli olduğu belirtilmiştir (Favazza, 1998; Pattison ve Kahan, 1983).

2.2. Kendine Zarar Verme Davranışının Sınıflandırılması

Menninger tarafından yapılan sınıflandırmada (1938) nevrotik, dinsel, psikotik ve organik olmak üzere dört grup kendine zarar verme davranışı bulunmaktadır. Pattison ve Kahan (1983) kendine zarar verme davranışlarını öldürücülük derecesi, kullanılan yöntemin doku tahribatına yönelik olup olmaması ve tekrarlama sayısını temel alarak sınıflandırmıştır.

Diğer yandan Ross ve Mckey (1979) her türlü kendine zarar verme davranışı ile ilgili kesme, ısırma, kazıma, parçalama, yakma, yutma, vurma ve sıkma şeklinde 9 kategoriye içeren bir betimleyici yaklaşım kullanmışlardır (akt. Claes ve Vandereycken, 2007).

Favazza (1996) ise kendine zarar verme davranışını kültürel olarak onaylanmış kendine zarar verme ve olağandışı patolojik kendine zarar verme olmak üzere iki gruba ayırmıştır. Olağan dışı patolojik kendine zarar verme de majör, stereotipik ve ılımlı/yüzeysel olarak temel gruplara ayrılmıştır. İlimli/yüzeysel

kendine zarar verme de kompulsif, aralıklı (düzensiz) ve yineleyen ılımlı kendine zarar verme olarak 3 alt tipe ayrılmıştır (akt. Sutton, 2007). Daha sonra Simeon ve Favazza (2001) kendine zarar verme davranışı için stereotipik, majör, kompulsif ve dürtüsel olmak üzere 4 ana kategori önermiştir. Bu tanılama kendine verme davranışının tanılama ve değerlendirilmesinde önemli bir ilerleme olarak kabul edilmiştir (Walsh, 2006).

2.2.1. Stereotipik Kendine Zarar Verme

Sıklıkla tekrarlayan, monoton, çoğu kez ritmik davranmayı zaman zaman yaşamı tehdit eden, kendinden kaynaklı, hafif ya da orta derecede geniş bir aralıkta yer alan doku hasarını ifade eder. Otizm ve diğer gelişimsel bozukluklar, Lesch-Nyhan, Cornelia de Lange ve Prader-Willi sendromunda görülebilir (Simeon ve Favazza, 2001).

2.2.2. Majör Kendine Zarar Verme

Kendine zarar verme biçiminin en dramatik, yaşamı ciddi olarak tehdit edebilen ve vücut dokusunda çoğunlukla geri döndürülemez hasar oluşturan kendine zarar verme davranışları olarak ifade edilmektedir. Transeksüelizm, psikotik bozukluklar ve şizofrenide bu tip kendine zarar verme görülebilir. Majör kendine zarar verme psikotik bireyler tarafından sergilendiğinde, hallüsinasyon ve sanrılar ile ilişkili olarak sıklıkla ortaya çıkmaktadır (Simeon ve Favazza, 2001).

2.2.3. Kompulsif Kendine Zarar Verme

Bu kategori tekrarlı, genellikle ritüel ve sıklıkla günde birden çok kez tekrarlayan; örneğin trikotillomani (saç çekme), onychophagia (tırnak yeme), skin scratching (cildi kazıma, çizme) gibi davranışları tanımlar. Bireyler genellikle artan anksiyeteyi takiben kendine zarar verme davranışından sonra gerginliğin azaldığını betimlemektedirler (Simeon ve Favazza, 2001).

2.2.4. İmpulsif Kendine Zarar Verme

Dürtüsel saldırganlık olarak kavramsallaştırılabilir. Hızlı ve kısa süreli rahatlama oluşturan, cildi kesme, yakma, yara iyileşmesine engel olma, vücudu çeşitli şekillerde vurma gibi davranışları içerir (Simeon ve Favazza, 2001).

Mevcut DSM-5 önerisine göre ise (2013), kendine zarar verme davranışının tanı ölçütleri şu şekildedir:

A. Kişi geçen yılda, 5 ya da daha fazla günde Kendine zarar vermenin yalnızca hafif veya orta derecede hasara neden olacağı niyeti ile kendi vücudunun yüzeyini kanatma, morartma veya acıtma (örneğin; kesme, yakma, bıçaklama, vurma, aşırı ovma) gibi bir eylemde bulunmuştur (intihara yönelik bir amaç bulunmamaktadır).

B. Kişi aşağıdaki beklentilerin bir ya da daha fazlasıyla kendine zarar verme davranışı göstermektedir:

1. Olumsuz duygu ya da bilişsel durumdan kurtulmak.
2. Kişilerarası bir zorluğu çözmek.
3. Olumlu bir duygu durumu oluşturmak

C. Kasıtlı kendine zarar verme aşağıdakilerden en az bir tanesi ile ilişkilidir:

1. Kişilerarası zorluklar, olumsuz duygular ya da düşünceler, örneğin depresyon, anksiyete, gerginlik, öfke, genel stres, kendini eleştirme, kendine zarar verme davranışının hemen öncesinde meydana gelmektedir.

2. Davranışta bulunmadan önce, kontrol edilmesi zor olan amaçlanmış davranışla meşgul olunan bir dönemdir.

3. Harekete geçilmese dahi kendine zarar verme davranışı hakkında sıklıkla düşünmek.

D. Davranış toplumsal olarak onaylanmış değildir (ör: body piercing, tattoing, dinin bir parçası ya da kültürel ritüeller) ve yara kabuğu ile oynama ya da tırnak yeme ile sınırlı değildir.

E. Davranış ya da sonuçları klinik olarak önemli derecede sıkıntıya ya da kişiler arası, akademik veya diğer önemli alanlarda işlevsellikte bozulma ile sonuçlanır.

F. Davranış, psikotik atak sırasında, deliryum ya da madde zehirlenmesi ya da madde yoksunluğu halinde ortaya çıkmamıştır. Gelişimsel bozukluğu olan kişilerdeki stereotipik davranışın bir parçası değildir. Diğer mental bozukluklar ya da tıbbi hastalık ile açıklanamaz (ör: psikotik bozukluk, yaygın gelişimsel bozukluk, mental retardasyon, Lesch Nyhan Sendromu, stereotipik hareket rahatsızlıkları, trikotilomani).

2.3. Kendine Zarar Verme Davranışının İşlevlerini Açıklayan Modeller

Davranışın sebepleri olarak da bilinen kendine zarar verme davranışının işlevlerini saptamak insanların neden kendine zarar verdiklerini anlamının önemli bir parçası olarak ifade edilir (Klonsky ve Lewis, 2014).Günümüzde pek çok bilim adamı tarafından da bu davranışı geçici bir rahatlama için araç olarak kabul edilmektedir. Kendine zarar verme davranışı sonucunda, gerginliğin azalması, duyarsızlaşma, anksiyete, öfori, öfkenin azalması, kendini cezalandırmanın memnuniyeti, benzersizlik, başkalarının manipülasyonu, öfkenin azalması, depresyon duygularından kurtulma, yalnızlık gibi durumlar ortaya çıkabilir (Adler ve Adler, 2011).Literatür gözden geçirildiğinde de kendine zarar verme davranışı için 2 temel işlev önerilmektedir. Bunlar 1. Otomatik ya da içsel, 2. Sosyal ya da kişilerarası işlevler. Otomatik işlevler kendiyile ilgiliyken sosyal işlevler başkaları ile ilgilidir (Klonsky ve Lewis, 2014).

Messer ve Fremour (2008) kendine zarar verme davranışı ile ilgili yapılmış araştırmaları incelemiş ve ergenlerde kendine zarar verme davranışını tanımlayıcı 7 ana model belirlemiştir.

2.3.1. Fizyolojik/Biyolojik Model

Kendine zarar verme davranışını açıklayan modellerin birçoğu biyolojik faktörlerin katkıda bulunabileceğini öne sürmüş olsalar da psikolojik faktörlerin rolünü özellikle vurgulamaktadırlar (Messer ve Fremouw, 2008). Özellikle de işlevi olmayan bir nörotransmitter sistem veya kendine zarar verme davranışı sonrasında gerilimin azalmasıyla sonuçlanan anormal bir psikofizyolojik tepki ile açıklanabilecek, biyolojik açıdan bir savunmasızlığın olduğunu ileri sürmüştür (Brain, Haines ve Williams, 1998).

2.3.2. Davranışsal/Çevresel Model

Bu model kendine zarar verme davranışını hem başlatan hem de sürdüren çevresel faktörler üzerine odaklanmıştır. Bu modele göre kendine zarar verme davranışı olumsuz ya da sıkıntı veren üzücü duygulardan kurtulmak ya da olumlu pekiştirme sonucunda oluşmaktadır (Messer ve Fremouw, 2008). Diğer bir deyişle sonradan öğrenilmiş olup zorluklara karşı kişinin kendini koruması olarak görülmektedir (Walsh, 2006).

2.3.3. Kişilerarası/Sistemik Model

Bu model kendine zarar verme davranışını, ailesel veya çevresel işlev bozukluğunu semptomatik olarak vurgulamaktadır. Ergen bu işlevsel olmayan ortam ile baş etmek için kendine zarar verme davranışını gerçekleştirmektedir. Muhtemelen bireyin çevresi de başkaları tarafından dikkat çekmek için bu davranışı gerçekleştirdiğine inanmaktadır (Messer ve Fremouw, 2008).

2.3.4. Afekt Regülasyon Modeli

Kendine zarar verme davranışının temel fonksiyonunun duygu düzenleme olduğu, birçok yazar tarafından dile getirilmiştir. Bu açıdan bakıldığında kendine zarar verme bireye, kendisi ve diğerlerine karşı duygularını ifade etme olanağı sağlarken bireyin benliğine karşı bir tehdit gibi algıladığı duygularını kontrol edebilmesinde de etkilidir (Jacobson ve Batejan, 2014). Artan gerilim ve anksiyete, kendine yabancılaşma ve düşmanlık hissi gibi çeşitli duygusal durumlardan kurtulmak için kendine zarar verme davranışı gerçekleştirilir (Messer ve Fremouw, 2008).

2.3.5. Suisid Modeli

Kendine zarar verme davranışının kişiyi intihardan uzak tutan aktif bir baş etme mekanizması olarak görüldüğü bu modele göre (Favazza, 1989; Firestone ve Seiden, 1990), beden dokusunun tahrip edildiği kendine zarar verme davranışı bir anlamda kişinin kendine yardım girişimi olarak düşünülebilir. Kendine zarar verme ve intihar davranışı bir süreklilik içindedir ve aslında intiharı önlemek ya da bunun içinde girişimde bulunmayı gösterir (Messer ve Fremouw, 2008). Böylece birey kendi bedenine zarar vererek müdahale edilmediğinde geçici psikotik bozukluğa ve intihara gidebilecek belirtilerden kurtulma olanağı bulabilir (Favazza ve Conterio, 1989).

2.3.6. Depersonalizasyon Modeli

Kendine zarar verme davranışında bulunan ergenler ayrışma ya da kendine yabancılaşma gibi psikolojik durumları belirtirler (Suyemoto ve McDonald, 1995). Ayrışma hissetmenin, terkedilme ve dışlanma duygularından kaynaklandığı varsayılır. Bu da gerçek dışı olma ya da soyutlanma hislerine yol açar. Ergen

kişiliğini ve kendini hissetmeyi yeniden kazanmak için kendine zarar verir (Messer ve Fremouw, 2008).

2.3.7. Seksüel/Sadomazoşizm Modeli

Bu model kendine zarar verme davranışında cinsel gelişim ve cinsellik kaygılarının önemini vurgulamaktadır. Bu modelde kendine zarar verme davranışı cinsel doyum sağlama aracı, cinsel gelişimin kontrol altına alınması veya cinsel duyguları cezalandırma amaçlı görülmektedir (Messer ve Fremouw, 2008).

2.3.8. Fonksiyonel Model

Bu modelin temel görüşü kendine zarar verme davranışının bazı pekiştirme süreçleri sayesinde kalıcı hale geldiği şeklindedir. Bu süreçler sosyal-negatif pekiştirme (kişilerarası durumlarda kendinden beklenenden kaçınma), sosyal-pozitif pekiştirme (aile, arkadaş gibi çevre desteği sağlama), otomatik-negatif pekiştirme (olumsuz duygulardan kurtulma) ve otomatik-pozitif pekiştirme (arzu edilen içsel duygulara ulaşma) olarak sınıflandırılabilir (Nock ve Prinstein, 2004; Nock ve Prinstein, 2005).

Otomatik fonksiyonlar kişinin iç dünyasını, sosyal fonksiyonlar ise dış çevresini düzenlemesine yardımcı olur (Lloyd-Richardson, 2008). Suyemoto'ya göre (1998) herhangi bir patolojik davranışı anlamaya çalışırken en zor olan *neden bu kişi, bu davranışı, belirli fonksiyonları, neden bu zaman diliminde neden gösteriyor* kısmıdır.

Pek çok çalışmanın kendine zarar verme davranışının fonksiyonları hakkında, kendine zarar verme davranışının negatif pekiştirme özellikleri üzerine odaklandığı görülmektedir (Haines, Williams, Brain ve Wilson, 1995). Çeşitli yazarlar kendine zarar verme davranışının diğer fonksiyonlarının, çözülmeyi önleme, öz kısıyımı önleme, sınırları belirleme, kendini cezalandırma, kişilerarası etkileşim, heyecan arama ve cinsel çatışma içerdiğini öne sürmüşlerdir (Klonsky, 2007).

Otomatik negatif pekiştirme, ergenlerde kendine zarar verme davranışı istenmeyen bazı bilişsel ve duygusal durumları durdurmak veya bu durumlardan uzaklaşmak, baskıyı hafifletmek ya da rahatsızlık verici düşüncelerden uzaklaşmak için de kullanılır. Kendine zarar verme davranışında hem toplumsal hem klinik çalışmalar otomatik negatif pekiştirme modeline destek olmuşlardır. Ergenler

sıkıntularından uzaklaşmak, duygusal acıyı azaltmak, diğerlerine duyduğu öfkeyi ifade etmek ve baskıyı azaltmak gibi yaygın sebepler vermişlerdir (Llyod-Richardson ve diğ., 2007; Rodham, Hawton ve Evans, 2004).

Otomatik-pozitif pekiştirme, bazı istenen, arzu edilen durumlara ulaşma için kendine zarar verme davranışını kullanma anlamına gelmektedir. Ergenler sadece bir şeyler hissetmek için kendine zarar verdiklerini de belirtmişlerdir. Klinik ergen örnekleminde, bu modelde ikinci olarak en çok tercih edilen bu fonksiyonun, depresyonun ve travma sonrası stres bozukluğunun semptomlarının bulunduğu gruplarla çalışmada zorlayıcı olduğu söylenebilir (Nock ve Prinstein, 2005).

Sosyal negatif pekiştirme, kişilerarası durumlarda kendinden beklenen görev ya da taleplerden kaçınmak amacıyla kendine zarar verme davranışını kullanmaktır. Ergenler, okula gitmekten kaçmak, diğer insanların kendisini bırakması ya da ebeveynlerinin kavga etmesini engellemek için kendine zarar verme davranışını gösterdiklerini belirtmişlerdir (Lloyd-Richardson, Nock ve Prinstein, 2009).

Sosyal pozitif pekiştirme, kendine zarar verme davranışını diğerlerinin dikkatini çekmek ya da bazı sosyal kaynaklara ulaşmak için kullanmaktır. Kendilerine zarar veren ergenler, kendilerinin nasıl hissettiğinin başkaları tarafından bilinmesi için kendilerine zarar verdiklerini aktarmışlardır (Lloyd ve diğerleri, 2007). Ayrıca başkalarının davranışlarını etkilemek için olduğu kadar kendi duygusal durumlarını düzenlemek için de kendilerine zarar verdiklerini bildirmişlerdir (Lloyd-Richardson, 2008).

2.3.9. *Biyopsikososyal Model*

Biyopsikososyal modele göre çevresel, biyolojik, bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutlar birbiriyle ilişkilidir ve bu 5 boyut etkileşime girerek kendine zarar verme davranışına neden olur. Her birey için farklı boyutlar baskın olabilir (Walsh, 2006).

Çevresel boyut 3 temel kategoriye içermektedir. *Ailenin geçmiş unsurları*; ailede kendine zarar verme davranışı öyküsü, modellemek, davranışı gözlemlemek, *kişisel geçmiş unsurları*; bakım veren ebeveynin ölümü, ayrılma, bağlanma sorunları, ihmal, fiziksel, duygusal, cinsel istismar, *var olan çevresel etkiler*; okul, aile, arkadaş, ders dışı faaliyetlerde yaşanan problemler kendine zarar

verme davranışını tetikleme eğiliminde olan mevcut koşulları ifade etmektedir (Walsh, 2006).

Biyolojik boyut, Kendine zarar verme davranışının, borderline kişilik bozukluğu, depresyon, bipolar bozukluk gibi bir takım psikiyatrik tanılarda sıklıkla görüldüğü bilinmektedir. Bununla birlikte çeşitli çalışmalarda kendine zarar verme davranışı olan kişilerde, duygusal düzensizlik, limbik sistem işlev bozuklukları, serotonin seviyesi işlev bozuklukları, endojen opioid işlev bozuklukları, duyarlılığında azalma olduğu görülmüştür. Buna göre kendine zarar verme davranışının ortaya çıkmasında biyolojik yatkınlık olduğu görüşü benimsenmektedir (Walsh, 2006).

Bilişsel boyut, kendine zarar verme davranışı ile ilgili bilişsel boyut, çevresel olayların bilişsel yorumları ve kendilik ile ilgili üretilen yorumlar olmak üzere 2 kategoriye ayrılmaktadır. Özellikle olumsuz karamsar düşünceler, yargılar inançlar, kendilik ve kendine zarar verme ile ilgili kişinin kendi kendine oluşturduğu *Yapayalnızım, hiç kimse beni anlamıyor, benim ne kadar acı çektiğimi anlayacaklar, bunu hak ediyorum, bu sorunun üstesinden gelmenin tek yolu bu* gibi gerçek dışı düşünceler, bilişsel çarpıtmalar kendine zarar verme davranışının ortaya çıkmasında etkindir (Walsh, 2006).

Duygusal boyut, bilişsel boyutla yakından ilişkilidir ve duygular kendisinden önce gelen mantıksız, bilişsel çarpıtmalar sonucu ortaya çıkarlar. Olumsuz duygular, özellikle öfke, kaygı, gerginlik, utanç, depresyon, üzüntü, endişe gibi olumsuz duygular, sık, yoğun ve sürekli duygulara duyarlılık, travmatik yaşantılarla ilgili düşünceler ve görüntüler kendine zarar verme davranışının ortaya çıkmasında tetikleyici bir rol oynamaktadır (Walsh, 2006).

Davranışsal boyut, kendine zarar verme davranışından hemen önce gelen, davranışa eşlik eden ve sonrasındaki davranışları değerlendiren boyuttur. Kendine zarar vermenin davranışsal sonuçları davranışın neden tekrarlandığı konusunda bilgi sağlar. Kendine zarar verme davranışı öncesindeki olayları (aile bireyleri veya akranları ile anlaşmazlık, yalnızlık, herhangi bir aktivitede başarısızlık) kendisine nerede, nasıl ve neyle zarar verdiğini, davranışı gerçekleştirdikten sonraki kendi kendine bakım vermeye karar verme veya gizleme, başkaları ile iletişim kurma gibi eylemleri içermektedir (Walsh, 2006).

Klonsky (2007) on sekiz farklı çalışmaya dayanarak kendine zarar verme davranışının işlevlerinin 7 farklı modelini tanımlamıştır.

Afekt regülasyon, kendine zarar verme davranışının en yaygın işlevi olarak görülmektedir. Kendine zarar verme çoğunlukla yoğun, bunaltıcı olumsuz duyguları hafifletmek için bir stratejidir. Öfke, kaygı ve hayal kırıklığı gibi duygular kendine zarar vermeden önce ortaya çıkma eğilimi gösterir ve kendine zarar vermek rahatlama veya sakinlik hislerini ortaya çıkarır (Klonsky ve Muehlenkamp, 2007).

Kişilerarası etkileşim, duygu düzenleme ya da kendini cezalandırmadan daha az yaygın olmasına rağmen başkalarını etkileme isteği olarak geçen kişilerarası etkileşim de pek çok durumda kendine zarar verme davranışını harekete geçirmektedir. Örneğin, kişi kendisi için anlamlı olan ya da sevdiği kişiden sevgiyi ortaya çıkarmak için ya da okul ortamındaki akranlarından gelebilecek destek için kendine zarar verebilir (Klonsky ve Muehlenkamp, 2007).

Kendini cezalandırma, çoğu kendine zarar verme davranışı kendini cezalandırma ya da kendine yönlendirilmiş öfke ile bağlantılı tanımlanmaktadır. Kendine zarar verme nedenlerini *öfkemi kendi kendime ifade etmek, kendimi cezalandırmak* olarak ifade etmişlerdir (Klonsky, 2007). Bu model kendini aşağılama ve düşük benlik saygısı araştırmaları ile tutarlıdır (Klonsky, Oltmanns ve Turkheimer, 2003; Lundh, Karim ve Quilisch, 2007).

Öz kıyımı önleme, bazı bireyler kendine zarar verme davranışını, intihara karşı duydukları isteğe karşı direnmek için bir araç olarak kullanırlar. Bu işlev aynı zamanda, kendine zarar vermenin intihara neden olabilecek yoğun olumsuz duyguları hafifletebileceği yönünde etkiyi düzenlemesiyle ilişkili olabilir (Klonsky ve Muehlenkamp, 2007).

Heyecan arama, bazıları kendine zarar vermeyi heyecan arama için araç olarak kullanabilir ya da bu amaçla serbest paraşüt, bungee jumping atlayışı gibi keyif verici davranışlara kalkışabilir. Diğer işlevlerin aksine heyecan arama genellikle arkadaşlarla ya da akranlarıyla birlikteyken meydana gelmektedir (Klonsky ve Muehlenkamp, 2007).

Çözülme önleme, kendine zarar veren kişilerin bazıları bazen gerçek dışı hissettiklerinden ya da hiçbir şey hissetmediklerinden bahsetmektedirler. Bu deneyimler korkutucu olabilir ve bazıları gerçek dışılık duygusundan, hissizlikten

kurtulmak için kendine zarar vermeyi tercih edebilirler. Bu kişiler için kendine zarar verme davranışı, kendilerini hissetmelerine yardım eder (Klonsky ve Muehlenkamp, 2007).

Kişilerarası sınırlar, bazı bireyler kendine zarar verme davranışı için kendiliğın sınırlarını belirlemek için kullanılır. Kendine zarar vererek özerkliğini hisseder, kendini çevreden ve diğler insanlardan ayırır. Bazı kendine zarar verenler davranışı, *benim kontrolüm var ve başkaları kontrol edemiyor* şeklinde tanımlarlar (Klonsky ve Muehlenkamp, 2007). Nesne ilişkileri kuramına dayanan bu model (Jacobson ve Batejan, 2014), kişinin sınırlarını onaylatma ihtiyacı olduğu üzerine kuruludur (Suyemoto, 1998). Buna göre kişi erken dönemde ebeveynin empati eksikliğinden kaynaklı olarak kalıcı nesne temsilleri oluşturmakta zorluk çeker. Bu nedenle de kişide sınırlar netliğini kaybeder ve diğlerlerinin içerisinde yok olma korkusu oluşur. Böylece kişi kendi ve öteki arasındaki en temel sınır olan deriye zarar vererek benliğin kesin sınırlarını çizerken, ortaya çıkan kan ve yara izleri de kendi gerçekliğinin en önemli belirtileri haline gelir (Suyemoto, 1998).

Kendine zarar verme davranışı araştırmacıları, tedavi uzmanları ve kendine zarar verme davranışı olan bireyler ile yapılan çalışmalara ve tartışmalara dayanarak yukarıdaki işlevlere ek olarak özerklik, sıkıntıyı etiketleme, intikam alma, kendiyle ilgilenme, dayanıklılık ve akranlarla bağ kurma işlevlerini de belirtmişlerdir (Klonsky ve Glenn, 2009).

Özerklik, kişinin diğlerlerine ihtiyaç duymadan kendi kendine yetebildiğini ortaya koyması anlamına gelmektedir (Klonsky ve Glenn, 2009).

Sıkıntıyı etiketleme, berbat hissettiğine dair bireyin fiziksel bir işaret bırakması ve bu acının gerçekliğini kendisine göstermesidir (Kabukçu-Başay, 2011).

İntikam alma, dışı önük saldırgan duyguları kişinin kendi bedenine yönelterek ifade etmesi anlamına gelir (İdiğ-Çamuroğlu, 2014).

Kendiyle ilgilenme, duygusal stres ile baş edebilmek için kişinin kendine özen göstermek için bir yol bulmasıdır (Klonsky ve Glenn, 2009).

Dayanıklılık, bireyin fiziksel acıya katlanabileceğini kanıtlamasını ifade eder (Kabukçu-Başay, 2011).

Akranlarla bağ kurma, kişinin grup içinde bir rol bulma, bir gruba dahil olma gibi amaçlarla kendine zarar vermesi anlamına gelmektedir (İdiğ-Çamuroğlu, 2014).

2.3.10. Sosyal ğrenme/ Sosyal Modelleme/ Bulaşma Modeli

Sosyal ğrenme kuramı, bireylerin niçin kendine zarar verme davranışlarına başladıklarını açıklamada yardımcı olabilir (Suyemoto, 1988). Buna göre ergen, ailesinden kendine zarar verme ve ilgi görme arasında bir ilişki olduğunu öğrenir ve kendisine zarar vererek ilgi göreceğini umar. Böylece kendine zarar verme davranışı kurulan bu bağlantıyla başlayabilir (Simpson ve Porter, 1981; akt. Akay-Tunal, 2010). Diğer taraftan kendine zarar verme davranışı ergenin bu davranışları gerçekleştiren arkadaşlarından görerek yaptığı bir şey olarak da başlayabilir. Bu anlamda kendine zarar verme davranışının bir sebebi de model alma olarak değerlendirilebilir (Walsh ve Rosen, 1985; akt. Jacobson ve Batejan, 2014). Kendine zarar verme davranışına çok sayıda çevresel faktör ilave edilebilir. Arkadaşlar, aile, diğer anlamlı kişiler, iş ve okul gibi yaşam olayları ve durumları önemli bir şekilde kendine zarar verme davranışı ile ilişkili olabilir (Klonsky ve Lewis, 2014). Sosyal modellemenin kendine zarar verme davranışının riskini arttırmada rol üstlenebileceğini ileri süren bazı çalışmalar vardır. Bu çalışmalarda, kendine zarar veren ergenlerin %82'sinden fazlası bir önceki yılda en az bir arkadaşına bu davranışlardan bazılarını aktardıklarını söylemişlerdir (Nock ve Prinstein, 2005). Conterio ve Lader (1998) ergenler arasında kendine zarar verme davranışının (cutting) giderek yaygınlaştığı hatta sosyal olarak bulaşma sendromu haline geldiğini söylemişlerdir (akt. Plante, 2007). Kabucu-Başay (2011) da çalışmasında kendine zarar veren arkadaşa sahip olmanın, kendine zarar verme davranışı riskini 3,5 kat arttırdığını bulmuştur.

2.3.11. Bilişsel Modeller

Bazı alışmacılar, kendine zarar verme davranışının birtakım istenmeyen dşunceleri durdurmak veya bastırmak için geliştirildiğini ne surmektedir (Jacobson ve Batejan, 2014). İstenmeyen dşuncelerin istenmeyen duygulara yol açtığı görüşünden hareketle kendine zarar verme davranışı dolaylı olarak duygu düzenlemeyi de sağlar (Chapman, Gratz ve Brown, 2006).

2.3.12. Birleşik Teori Modeli

Modelin ilk önermesine göre kendine zarar verme davranışı kişinin duygusal/zihinsel deneyimini ve çevresini istediği şekilde düzenlemesine etkili bir şekilde yardımcı olan bir işleve sahip olduğundan tekrarlayıcıdır. İkinci önermesi kendine zarar verme davranışının artmasında duygusal/ zihinsel durumu veya çevresel ilişkileri düzenlemede problemlere yatkınlık yaratan bazı faktörlerin etkili olduğu, böylece kendine zarar verici diğer davranışları da artırdığı yönündedir. Üçüncü ve son önermesi ise kendine zarar verme davranışının birtakım işlevleri yerine getirmede kolaylık sağlaması ile ilgili olduğu şeklindedir (Nock, 2010; akt. İdiğ-Çamuroğlu, 2014).

Kendine zarar verme davranışı literatürünün büyük bir kısmı, davranışın altında yatan psikolojik motivasyonlara odaklanmış ve davranışın aynı anda birden çok fonksiyona hizmet ettiğini belirtmiştir (Klonsky, 2007; Llyod-Richardson, 2008). Kendine zarar verme davranışını açıklayan baskın modeller duygu düzenleme ve gerilimi azaltma teorilerine dayanmaktadır (Chapman ve diğ., 2006). Kendine zarar verme davranışının kişilerarası nedenleri ve sosyal ilişkileri, duyguları düzenleyen işlevlere kıyasla daha kapsamlı olarak incelenmediği belirtilmiştir (Muehlenkamp, Brausch, Quigley ve Whitlock, 2013).

Turner, Chapman ve Layden (2012), Nock ve Prinstein'in otomatik ve sosyal fonksiyon modelini desteklemişlerdir. 162 kadın katılımcıda duygu düzenleme strateji ve yetileri, trait affectivity (sürekli duygusallık), sosyal problem çözme stilleri ve kişilerarası problemlerin incelemişlerdir. Buna göre duygu düzenleme strateji ve yetileri, sürekli duygusallık, sosyal problem çözme stilleri ve kişilerarası problemlerin, duygusal rahatlama, duygu oluşumu, kendini cezalandırma, kişilerarası etki ve kişilerarası iletişimin fonksiyonları ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca sonuçlar kendine zarar verme davranışının sadece duygu düzenleme fonksiyonu değil bilişsel düzenleme fonksiyonu ve bilişsel işleme düzeyindeki iyileşmeyi desteklediğini de göstermektedir.

2.4. Kendine Zarar Verme Davranışı Bağlamında Psikososyal Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler

Risk faktörü bir rahatsızlığa katkıda bulunma olasılığı ya da bir bozukluk riski ile ilişkili olaylar ya da durumlar olarak tanımlanabilir (Klonsky ve Glenn,

2009). Oltmanns ve Emery (1995)'e göre ruhsal rahatsızlıklar pek çok farklı biyolojik, psikolojik ve sosyal risk faktörünün kombinasyonu tarafından ortaya çıktığı görülür. Fiziksel, cinsel, duygusal istismar, fiziksel ya da duygusal ihmal, aile içi şiddet, yoğun olumsuz duygular (öfke, yalnızlık, korku), eşlik eden psikolojik rahatsızlıklar, düşük benlik saygısı, kendini küçültme (self derogation), kendine zarar verme davranışı olan akran modellerine maruz kalma başlıca risk faktörlerindedir (Juhnke, Granello ve Granello, 2011).

Koruyucu faktörlerin ise bir rahatsızlığın var olma olasılığını azalttığı, ergene sıkıntılı bir durumda kendini toparlaması için yeterli ve esneklik sunduğu düşünülmektedir. Örneğin, ebeveynlerine bağlı hisseden ergenin, intihar girişiminde bulunma olasılığının da düşeceği düşünülebilir (Butcher, Mineka ve Hooley, 2004). Ebeveyn desteğinin yanında olumsuz duyguların etkin bir şekilde ifade edilmesi, zihinsel ve duygusal rahatsızlıklara zamanında ve yetkin bakım sağlanması, sosyal destek ağı koruyucu faktörler olarak ele alınabilir (Juhnke ve diğ., 2011).

2.4.1. Çocukluktaki Çevre ve Olumsuzluklar

Linehan (1993) kendine zarar verme davranışının gelişimi hakkında çok bilinen bir teoriyi ileri sürmüştür. Linehan'a göre erken dönemde duygusal anlamda ifade eksikliğinin olması ya da duygusal, fiziksel, cinsel istismar gibi olumsuz çevre, bireylerde kişilerarası beceriler ve duygu düzenleme becerilerinin zayıf olmasına neden olur. Bu da kendine zarar verme davranışı gibi uygun olmayan baş etme becerilerine yol açar.

Araştırmalar Linehan'ın teorisi ile tutarlıdır. Kendine zarar veren bireyler, aileden erken ayrılma, aile içi şiddet, zayıf aile ilişkileri gibi yaşantıları daha sık göstermişlerdir (Carroll, Schaffer, Spensley ve Abramowits, 1980). Ayrıca araştırmalar, kendine zarar veren bireylerin büyük olasılıkla duygusal ya da fiziksel ihmal yaşadıklarını bulmuştur (Van der Kolk, Perry ve Herman, 1991). Ayrıca kendine zarar verme davranışı ile ilgili olabilecek tüm aile değişkenleri arasında fiziksel ve cinsel istismar öncelikli gelmektedir (Klonsky ve Glenn, 2009).

2.4.2. Duygusal bozukluk, normal tepki gösterememe

Fonksiyonlar düşünüldüğünde, kendine zarar verenler, kendine zarar verme davranışı için, tutarlı bir şekilde, kendine ve başkalarına öfke, korku, boşluk,

yalnızlık gibi zorlayıcı negatif duygulardan rahatlamayı birincil motivasyon olarak bildirmişlerdir (Briere ve Gill, 1998). Brain, Haines ve Williams'a göre (1998) kendine zarar verme davranışı, artan psikolojik uyarılmaya karşılık ortaya çıkar ve uyarılmayı etkin bir şekilde azaltmaya yardımcı olur.

Klonsky (2007) kendine zarar verme davranışı hakkında yapılan araştırmaları incelemiş ve olumsuz duyguların, kendine zarar verme davranışından önce geldiğini; azaltılmış olumsuz duygunun ise kendine zarar verme davranışından sonra artan sakinleşme ve rahatlamanın ortaya çıkması ile bağlantılı olduğunu görmüştür. Aynı zamanda kendine zarar verenlerin çoğunun, kendine zarar verme davranışının başlıca nedeni olarak olumsuz duyguları hafifletmek olarak gösterdiğini aktarmıştır. Böylelikle duyguları düzenlemede güçlük, kendine zarar verme riskini arttırmaktadır (Klonsky ve Glenn, 2009).

2.4.3. Kendini Aşağılama (küçük görme)

Kendini aşağılama eğilimi yüksek olan bireyler için kendine zarar verme davranışı riski yüksektir. Kendini cezalandırma ve kendine yönelik öfke sıklıkla kendine zarar verme davranışı için bir motivasyon olarak ifade edilir (Klonsky, 2007). Diğer çalışmalar da kendini aşağılama eğilimi yüksek olan bireylerin genellikle kendine zarar verme davranışı göstereceğini ileri sürerler (Klonsky ve diğ., 2003). Lundh ve diğerlerine göre de (2007) hem duygusal bozukluğu hem de kendini aşağılama eğilimi yüksek olan bireyler, özellikle kendine zarar verme riski taşırlar.

2.4.4. Psikiyatrik Bozukluklar

Pek çok psikiyatrik bozukluğun, kendine zarar verme davranışı ile birlikte ortaya çıktığı bilinmektedir. Pek çok vakada psikiyatrik bozukluğun gelişimini takiben kendine zarar verme davranışının görülme olasılığı vardır. Tüm bozuklukların arasında kendine zarar verme davranışı için en güçlü olarak risk Borderline kişilik bozukluğu görülebilir (Klonsky ve Glenn 2009). Kendine zarar verme davranışı borderline kişilik bozukluğunun bir semptomu olarak düşünülmüş, psikiyatrik hastalıkları sınıflandırma bilimi (American Psychiatric Association, 2000; akt. Klonsky ve Glenn, 2009) ve pek çok çalışma kendine zarar verme davranışı ve Borderline kişilik bozukluğu arasındaki güçlü ilişkiyi doğrulamıştır (Andover, Pepper, Ryabchenko, Orrico ve Gibb, 2005). Bunun yanında hem depresyon hem de

anksiyetenin semptomları kendine zarar verme davranışı ile ilişkilidir (Andover ve diğerleri, 2005; Hawton, Rodham, Evans ve Weatherall, 2002). Bulimia ve anorexia gibi yeme bozuklukları da kendine zarar verme davranışı için risk taşımaktadırlar (Jeppson, Richards, Hardman ve Granley, 2003). Ayrıca madde kullanımını da kendine zarar verme davranışı riskini arttırabilir (Klonsky ve Glenn, 2009).

2.4.5. Olumsuz Duyguların Etkin Kontrolü

Bazı çalışmacılar, olumsuz duyguların daha etkin kontrolü ve bu duyguların ifadesinin kendine zarar verme davranışı için koruyucu bir faktör olduğunu ileri sürmüşlerdir (Skegg, 2005; akt. Nixon ve Heath, 2009). Olumsuz duyguları daha az yoğun ve daha az sıklıkta deneyimleyen insanlarda kendine zarar verme davranışının daha düşük olduğuna dair kesin kanıtlar vardır. Bununla birlikte pozitif duyguları daha yoğun ve daha sık deneyimlemenin kendine zarar verme davranışı riskini düşürmediği görülmüştür (Klonsky ve diğerleri, 2003).

2.4.6. Aile ve Sosyal Destek

Çalışmalar, aile ve sosyal destek kaynaklarını, kendine zarar verme davranışı için koruyucu faktör olarak değerlendirmişlerdir. Lise öğrencileri ile yapılan bir çalışmada ailede bütünlük ve uyum içinde olma, kendine zarar verme davranışı için düşük risk ile ilişkilendirilmiştir. Aile içi uyum, aile içi koruyucu faktör olarak en güçlüdür (Rubenstein, Halton, Kasten, Rubin ve Stechler, 1998).

13-18 yaş arası ergenlerle yapılan bir araştırmada da ebeveynlerin birlikte yaşaması, aile içi ilişkilerin olumlu olması ve aile desteği koruyucu faktör olarak belirtilmiştir (Laukkanen ve diğ., 2009).

2.5. Benlik Saygısı İle İlgili Kuramsal Açıklamalar

Benlik kavramı kişinin kendisi hakkındaki algılarından, çevresi ile etkileşime geçtikçe kendisine yönelik geliştirdiği olumlu ya da olumsuz değerlerden oluşur ve bu kavram kişinin *ben* veya *benim* olarak ifade ettikleridir. Toplumsal ilişki ile birlikte merkezden çevreye doğru ilerler (Nelson-Jones, 1982).

Jersild (1978) benliğin birçok psikolojik davranış, izlenim ve duygulardan meydana geldiğini belirtmiştir. Ona göre benlik, bireyin kendisini nasıl algıladığını ve kendi bedenine ilişkin sahip olduğu izlenimi içermektedir. Bununla birlikte kendisine ilişkin görüşleri, yetenekleri, toplum içindeki rolleri ve sahip olduğu

olanakları da içerir. Ayrıca kendi şahsi görüşü, inanç ve değer yargıları da bu kapsamda değerlendirilebilir. *Ben, bana, benim* kelimelerinin kapsadığı her şeyi içine almaktadır.

Benlik kavramını ele alan kuramlara bakıldığında yaşamın ilk yıllarının kişilik gelişiminde etkili olduğunu savunan psikanalitik yönelimli açıklamaların yaygın olduğu görülebilir. Bunun yanında diğer kuramlardan birey merkezli kuramın koşulsuz kabul ve empatinin; neoanalitik kuramcılarının ise diğer kişiler ile ilişkilerin benlik gelişimindeki önemini ele aldıkları görülmektedir.

2.5.1. Psikanalitik Kuram

Psikanalizciler, çocukluğun ilk yıllarındaki yaşantılarının ve hatta bunlardan bilinçdışı itilmiş olanlarının bile benliğin oluşumu açısından çok etkili olduğunu vurgulamışlardır (Garrison ve Garrison, 1975; akt. Onur, 1987).

Kuramın öncüsü olan S. Freud'un yapısal kuramına göre insanın kişiliğini oluşturan alt benlik (id), benlik (ego), üstbenlik (süperego) sürekli etkileşim halindedir. İçgüdüsel dürtüler ve ruhsal anlatımlar ilk olarak tamamen bilinçdışı kaynaklı olan *alt benlikte* (id) bulunurlar. Alt benlikte egemen olan, doyum ve haz ilkesidir. Ruhsal yapının düzenleyici, denge ve uyum sağlayıcı parçası *benlik (ego)* olarak adlandırılır. Benliğin temel işlevi organizma içindeki ilkel dürtüsel güçler, çevresel koşullar ve gereksinimlerle üst benlik arasında uzlaşma sağlamaktır; benlikte gerçeklik ilkesi egemendir. *Üst benlik (süper ego)* ise benliğin ana baba ve toplumsal değer yargılarını içeren yapısıdır. Çocukluğun ilk yıllarında çocuk, içinde bulunduğu toplumun değer yargılarını anlamaya başlamakla birlikte henüz bu değerler yargıları kendisinin benimsediği değer yargıları değildir. Ebeveynlerinin ya da kendisi için önemli olan kişilerin onayladıklarını, beğendiklerini ya da beğenmediklerinin ayırımına varabilir. Onaylanmayan bir davranış yapıldığında ise olumsuz bir durumla karşılaşabileceğini sezebilir. Üst benliğin insan yaşamındaki belirtisi suçluluk duygusudur. Suçlayıcı, katı bir üst benlik gelişimi birçok ruhsal bozukluğa temel oluşturabileceği gibi rahat, kuralsız bir üst benlik gelişimi de bireyin toplum içinde uyum sorunlarıyla karşılaşmasına neden olabilir (Öztürk, 1997).

Benzer şekilde Adler de (Ty) benlik saygısına psikodinamik açıdan yaklaşmış ancak Freud'dan farklı olarak benlik ve benlik saygısını tanımlamıştır. Benliği karar

yeteneğine sahip ve bireye amaçlı bir yaşam sağlamaya çalışan sistem olarak tanımlar, ona göre benlik sürekli olarak bireye çözüm yolları sağlayacak yaşantıları arar, bunları dış dünyada bulmaya ve yaratmaya çalışır (akt. Yanbastı, 1996).

2.5.2. Fonksiyonalizm

Organizmanın parçalardan oluştuğunu ve bu parçaların da aralarında anlamlı ilişkiler ağı olan bir sistem oluşturduğunu savunan bu kuramın öncüsü William James'e (Ty) göre maddesel benlik, sosyal benlik ve ruhsal benlik olmak üzere 3 benlik boyutu vardır. Bunlardan *maddesel benlik*, kişinin kendisine ait olan gövdesi, elbiseleri, ailesi, her şeyidir. *Sosyal benlik*, sosyal yaşantı içinde takılmakta olan maskeler ve sahip olunan aile, dernek vb. gibi benlikler anlamına gelmektedir. *Ruhsal benlik* ise yetenekler, ilgiler, tutumların, kişisel olarak değerlendirilmesidir. Çok subjektiftir, kişinin kendisini nasıl değerlendirdiğini ve nasıl algıladığını belirler (akt. Bruno, 1996). Kuram, bu üç benlik boyutunun birbiri ile ilişkili olduğunu ve birinde var olan değişikliğin diğerini etkilediğini söylemektedir.

2.5.3. Birey Merkezli Kuram

Rogers (Ty) benlik bilincine önem verir ve benlik bilincinin kişinin kendisiyle ilgili düşüncelerini, algılamalarını ve kanaatlerini içerdiğini, kendisini nasıl gördüğünü özetlediğini düşünür (akt. Cüceloğlu, 2016). Ona göre sağlıklı bir benliğin oluşması için bireyin olumlu saygıya, sevgi, şefkat ve kabule ihtiyacı vardır. Ancak yaşamında ya da daha sonra çocukluğunda birey anne babasından ya da diğerlerinden çoğunlukla koşullu kabul görür. Koşullu kabul, bireye ancak diğerlerinin istekleriyle uzlaştığı zaman değer verileceği duygusunu öğrettiği için değerlilik duyguları, birey belirli biçimlerde davranırsa gelişir. Bu nedenle eğer kabul görmek için bağımlı olduğu kişi durumu farklı bir gözle görürse birey bir algıyı reddetmek ya da çarpıtmak zorunda kalabilir, böyle bir ikilem içinde kalan birey benlik algısı ile yaşantısı arasındaki bağdaşmazlığın farkına varır. Eğer diğerlerinin istediğini yapmazsa kabul görmez ve değer verilmez ama eğer boyun eğerse (uzlaşırsa) *ideal benliği* (bireyin olmak istediği kişi) ile gerçek benliği (bireyin olduğu kişi) arasında bir boşluk oluşur. Gerçek benlik ile ideal benlik arasındaki boşluk büyüdükçe birey daha çok yabancılaşır ve uyumsuz hale gelir (Gladding, 2013).

2.5.4. Neoanalitik Kuram

Psikanalitik yaklaşımların bir eklentisi olarak ortaya çıkan bu kuramlardan self (kendi, kendilik, benlik) psikolojisi, insanın kendine verdiği değeri ve bütünlüğünü koruyabilmesinde ilişkilerin önemine vurgu yapar. Neoanalitik kuramcılardan Jung'a (Ty) göre insan kendisini uyum içinde hissedebildiği oranda *ben* görevini iyi yapıyor demektir, *ben* orta yaşlara geldiğinde ortaya çıkar, kişi bilinçdışı kaynaklarını tanıyabildiği için kendisi ile çatışmaz ve çevresine karşı daha hoşgörülü olur (Yanbastı, 1996). Bu kuramsal yaklaşıma göre kişi kendini iyi hissedebilmek için diğer insanlardan gelecek olumlu tepkilere aşırı bir ihtiyaç duyar. Bu nedenle bazı gözlemciler bu kuramı *iki kişi psikolojisi kuramı* olarak nitelendirirler (Geçtan, 1995).

Neoanalitik kuramın diğer önemli kuramcısı olan Sullivan'a (Ty) göre iyi ben, kötü ben, ben ve ben olmayan olmak üzere 3 önemli benlik sistemi vardır. Bunlardan *iyi ben*; anneye olan, olumlu ilişkiler sonucu oluşur. Çocuk kendine karşı olumlu duygular geliştirir ve kendine olan saygısı artar. Annenin hoş karşılamadığı durumlar sonucu oluşan benlik kötü bendir ve çocuk bunun sonucunda kendine karşı olumsuz duygular geliştirir. Bununla birlikte kaygı gelişir ancak gelişen bu kaygı istenmeyen davranışlarına oluşmasını engeller (Yanbastı, 1996).

Benlik kavramı kişinin kendisi hakkındaki görüşlerini içerir ve çevresi ile özellikle yakın ilişkide bulunduğu kişilerle etkileşimi sonucu şekillenir. Çocuk etkileşimde olduğu kişilerin kendisinde değer verdiği davranışları daha çok benimser ve bu durum onun davranışlarını etkiler. Benliğin kişiliği çok etkilediği, bunun yanında kişilikten biraz farklı anlam taşıdığı ortaya konmaktadır. Bu bakımdan Baymur (1994) benliğin kişiliğin öznel yanı olarak tanımlanabileceğini söylemiştir. Benlik dinamik bir süreçtir ve bireyin kendine özgü davranışlarından, değer yargularından, duygularından oluşan kendine yönelik değerlendirmeleri olarak ele alınabilir. Toplumsal değerlerden, akranlardan kabul görme ihtiyacından, akademik olarak başarı ya da başarısızlık gibi birçok olaydan da etkilenir (Gander ve Gardiner, 1995).

Sağlıklı bir benlik kavramının oluşumu doğumdan itibaren başlar ve zamanla çocuğun kafasında kendisiyle ilgili çizdiği ve dünya ile ilişkilerini düzenlerken ona göre hareket ettiği bir görünüm haline gelir (Yavuzer ve Demir, 2016). Özellikle

ergenlik döneminde, benlik kavramı önemli bir yer tutar. Ergenin bu dönemde duygusal ve fiziksel özelliklerine yönelik değerlendirmeleri vardır. Kendisini sürekli inceler, nasıl biri olduğu, nasıl biri olması gerektiği ve nasıl biri olmak istediği konusunda sorgulamalar yapar, kendini etrafından ayırır ve benliğini düzenlemeye çalışır. Benlik kavramının, benlik imgesinin beğenilip benimsenmesi *benlik saygısını* (self esteem) oluşturur. Benlik saygısı kişinin kendini değerlendirmesi sonunda ulaştığı benlik kavramını onaylamasından doğan beğeni durumudur (Yörükoğlu, 1996). Kuzgun-Meyvacioğlu'na göre ise (1983) bir kimsenin çeşitli kişilik özelliklerinin kendinde bulunuş derecesi hakkındaki değerlendirmelerinin bütünü *benlik saygısı* olarak adlandırılır.

Benlik saygısı yalnızca çocuğun kendi algı ve beklentilerinden şekillenmez. Aynı zamanda yaşamında önemli gördüğü aile bireyleri, öğretmenleri, arkadaşları ile birlikte doğuştan gelen mizacı, zekası, ana baba tutumları, sosyoekonomik düzeylerinin de bunda önemli bir yeri vardır (Sevinç, 2005). Yanbastı (1996) çocuğun hayatında önemli yeri olan kişilerin değer verdiği davranışları benimsediğini ve bu davranışların zaman içerisinde bireyin değerler sistemini oluşturduğunu belirtmiştir. Bireyin kendini ne şekilde gördüğü (gerçek benlik) ile nasıl biri olmak istediği (ideal benlik) arasındaki yakınlık ve uyum derecesi de onun benlik saygısının yüksek olduğunu gösterir (Sevinç, 2005). Rice (1997) ise benlik saygısının, çocuğun ebeveynleri ile kurduğu duygusal ilişki, akranlarıyla arasındaki sosyal ilişki, okuldaki entelektüel düzeyi ve toplumun kendisine karşı tutumu olmak üzere 4 temel kaynağı olduğunu ve ebeveynlerinden sevgi, değer, destek ve kabul gören çocukların, olumlu benlik saygısı geliştirebildiğini ifade etmiştir (akt. İnanç, Bilgin ve Atıcı, 2015).

Diğer yandan Tafarodi ve Swann (2001) ise benlik saygısını kendini sevme ve öz yeterlik olmak üzere 2 boyutlu bir yapı olarak ele almışlardır. Kendini sevme boyutu, bireyin kendisini öznel olarak değerlendirmesini, sosyal bir varlık olarak değerli görmesini, onaylamasını ifade etmektedir. Bireyin iyi ya da kötü bir insan olarak değer biçmesidir. Öz yeterlik ise kendisini yetkin, etkili ve kontrol sahibi olarak görme hissidir. Hedeflere ulaşma ve istenilen sonuçları elde etme konusunda kişinin kendisine olan pozitif ve negatif yaklaşımlarıdır.

Ergenlerin benlik kavramları ile fiziksel benlik kavramları yani ergenin kendisini psikomotor becerilerde nasıl değerlendirdiği ile yakından ilişkilidir. Ergenlik dönemindeki büyüme nedeniyle hem erkekler hem de kızlar fazlasıyla kendi görünüşleri ile ilgilenirler, giysiler benliğin simgesi haline gelir (Garrison ve Garrison, 1975; akt. Onur, 1987). Bu dönem boyunca birey kendine has bir görüş sahibi olduğu durumda bile, başkalarının kendisine dair neler düşündüğünü, ona karşı ne gibi duygular beslediği, özellikle ergenin kendisinde beliren yeni ilgi ve isteklere, özelliklere, yeteneklere dair nasıl bir görüş sahibi oldukları konusunda hassastır (Jersild, 1978).

2.6. Algılanan Sosyal Destek ile İlgili Kuramsal Açıklamalar

Biyo-psiko-sosyal bir varlık olarak tanımlanan insanın ruhsal yapısının biyolojik, fiziksel ve sosyal ortamlar içinde, karşılıklı etkileşim halinde oluşup gelişerek varlığını sürdürdüğü bilinmektedir (Koptagel-İlal, 1984). Bireyin ruh sağlığında sosyal desteğin önemini vurgulayan Champion'a göre (1995) sosyal destek, yaşam boyu sürekli etkileşime giren iki ana bileşene sahiptir. Bunlardan birinci bileşen bireyin kendi iç kaynakları ve özellikleri ile birlikte biyolojik yatkınlıklarını ve bilişsel kapasitesini de içeren özellikleri ile ilgili iken ikinci bileşen ise bireyin destekleyici ilişkiler kurup şekillendirebileceği sosyal çevresi ile ilgilidir.

Bazı bireylerin stres içeren durumlar karşısında, istendik davranışlar gösterebilmesi, bireylerin davranışlarını etkileyen bir takım etmenlerin varlığını düşündürebilir (Özdemir, 2013). Cohen'e göre (2004) bireylerin çeşitli güçlü durumlar ile başa çıkmalarında yardım sağlayan psikolojik ve maddi kaynaklar olarak tanımlanabilen sosyal destek, Cobb'a göre (1976) toplumsal olarak tutarlı bir topluluğa ait olduğu, sevildiği ve saygın olduğuna dair bilgisi anlamına gelmektedir. Yapılan çeşitli tanımlamalar sonucunda en genel anlamıyla sosyal destek, bireyin çevresinden gördüğü dürüst ve empatik tepki, ilgi, sevgi, güven, saygı, takdir edilme, bilgi edinme ve maddi yardım gibi kişisel, sosyal, psikolojik ve ekonomik nitelikli her türlü yardım sürecidir (Yıldırım, 2010).

Sosyal destek kavramının teorik temeli Kurt Lewin'in Alan Kuramı ve davranış tanımına dayanmaktadır. Bu kuramda yer alan *yaşam alanı* kavramı, bireyin davranışlarında etkili olan olguları ifade eder. Bu olgular bireyi anlatanlar ve çevre ile ilgili olanlar olmak üzere iki grupta ele alınabilir. Kuramda yer alan bir diğer

kavram ise *psikolojik çevre* kavramıdır ve bu kavram, dış çevrenin bireyin davranışlarını nasıl etkilediği ile ilgilidir. Böylece bireyin dış çevre etmenlerine ne anlamlar yüklediğinin de altını çizilmiştir (Baldwin, 1967; akt. Yıldırım, 2010).

Bunun yanında Moreno'nun Sosyal Atom kavramının da sosyal destek ile ilişkili olduğu söylenebilir. Bireyin duygusal, sosyal, kültürel açıdan bir bütün olarak gelişmesini etkileyen bireyler topluluğu anlamına gelen Sosyal Atomun içine anne babalar, ailenin diğer üyeleri, öğretmenler, arkadaşlar, sevgililer girebilir (Dökmen, 1993; Özbek ve Leutz, 1987; akt. Yıldırım, 2010).

Tardy (1985), sosyal desteğin beş boyutunun olduğunu, sosyal desteği tanımlarken bu boyutların kullanılması gerektiğini belirtmiştir. Bunlar (a) sosyal desteğin yönü (sosyal desteğin alınabildiği ve verilebildiği kaynaklar), (b) eğilim (destek kaynaklarının hazır bulunuşu, ihtiyaç anında kullanılabilirliği), (c) sosyal desteğin tanımlanması ve değerlendirilmesi, (d) sosyal desteğin içeriği (duygusal, araçsal, bilgisel destek türlerinden hangisi olduğu), (e) sosyal ağın desteği (farklı sosyal gruplardan alınan destek) dir.

Bireyin etkili baş etme stratejisinin bir parçası olarak diğerlerinden destek aradığında ve bu kişilere ulaşmada sahip olduğu yeterlikler olarak tanımlanabilen sosyal desteğin 4 yönü olduğu belirtilmiştir (Heller ve Swindle, 1983). Bunlar (a) sosyal ağların yapısı ve işlevleri, (b) bireylerin sosyal bağlantıları kurabilme ve bu bağlantılara ulaşabilme yeterliği, (c) kişinin yardıma ihtiyaç duyduğunu ya da var olan desteğin erişimini bilişsel olarak değerlendirmesi, (d) değerlendirme süreci sonucunda ortaya çıkan yardım arama davranışlarını desteklemedir.

Cohen ve Wills (1985) tarafından bireyi sağlıklı kılan çeşitli sosyal desteklerin altındaki koşulları tanımlayan iki model geliştirilmiştir. Bunlardan *ana* veya *doğrudan etki modeli (main effect)*, kişilerin stres altında olup olmadığına bakılmaksızın, sosyal kaynakların yararlı bir etkiye sahip olduğunu önermektedir. Diğer model olan *tamponlama (stress buffering model)* da ise, sosyal kaynakların yalnızca/ öncelikle stres altındaki kişilere yararlı bir etkisinin olduğu ileri sürülmüştür (Cohen, Underwood ve Gottlieb 2000).

Bireylerin yaşamının son anına kadar buldukları toplumdaki fertlerin onay ve desteğini alma ihtiyacı hissettikleri söylenebilir. Sıkıntılı anlarda olduğu kadar mutlu anlarda da kişiler, ailesinin, arkadaşlarının ve diğer kişilerin desteğine ihtiyaç

duyabilir ve bu ihtiyacın, kişileri yaşamda tutan temel ihtiyaçlardan biri olduğu söylenir (Ateş, 2012). Birey stresli yaşam durumları ve problemleri ile karşılaştığında ailesinin, yakın arkadaşlarının ve çevresinin yanında olacaklarını bilirse, yaşamındaki değişikliklerle ve problemlerle daha iyi başa çıkabilir (Cohen ve Syme, 1985). Gökler (2007), güçlü sosyal desteğe sahip olan bireylerin, sosyal destek sistemleri zayıf olan bireylere kıyasla, stresli yaşam olayları ile daha iyi başa çıkabildiklerinin görüldüğünü söylemiştir (akt. Dülger, 2009). Bunun yanında bir problemi doğrudan çözmeden ortaya çıkan olumsuz duyguların azaltılması aşamasında da sosyal destek kendini gösterebildiği belirtilmiştir (Gürüz ve Temel, 2005). Cohen ve Syme (1985), problemin sebep olduğu stres ve endişenin sosyal destek ağlarının sadece bilinmesi ile bile azalabildiğini söylemişlerdir.

Destekleyici sosyal ağlara sahip olmanın, fiziksel ve psikolojik sağlık açısından bireylere olumlu etkilerde bulunduğu düşünülmektedir (Ateş, 2012). Gordon (1997) kabul edilmenin, kişiye büyümeyi, gelişmeyi, yapıcı değişiklikler geçirmeyi, sorunları çözmeyi öğreten bir unsur olduğunu; aynı zamanda ilişkilerinde kabul gören kişilerin psikolojik sağlık açısından da önemli gelişmeler gösterebileceğini belirtmiştir.

Wills ve Shinar (2000), sosyal desteğin beş işlevinin olduğunu söylemiştir. Bunlardan *duygusal destek*; bireyin sorun yaşamaması durumunda, bireyin ilgi ile dinlenilip, bakım sağlayanların olmasına dayanır. *Araçsal destek*; ulaşım, ev işleri, çocuk bakımı gibi ihtiyaç duyulan yardımların temin edilmesi için araç gereç sağlamak, para yardımı verilmesine dayanır. *Bilgisel destek*; sorunların çözümünde yararlı ve alternatif bilgiler sağlamayı içerir. Boş zamanların birlikte geçirilmesine dayanan *birliktelik desteği*; film, müze, gezi gibi kültürel ve sosyal etkinliklere katılabileceği kişilerin varlığını içerir. *Geri bildirim, doğrulama veya sosyal karşılaştırma desteği* ise sosyal ilişkilerin davranışın uygunluğu hakkında bilgi sağlayabilmesini ifade eder. Böylece sosyal destek, bireyin duygularını kabul etmesine izin verir ve olumlu karşılaştırmalar yapmasını sağlar.

Barrera (1986) mevcut sosyal destek kavramsallaştırmalarının 3 kategoriye ayrılabilirliğini ileri sürmüştür. *Sosyal gömülülük* kişinin toplumsal çevreyle olan bağlantı ve bağlarını vurgular, toplumsal izolasyon ve yabancılaşma kavramlarının tam tersidir. *Algılanan sosyal destek* ise var olan desteğin uygunluğu, yeterliliği ve

bu destekten duyulan memnuniyet hakkında bireylerin bilişsel algılarını içerir. Öte yandan, *verilen destek* başkalarının bir kişiye yardım ederken gerçekleştirdikleri eylemlerdir.

Özdemir (2013) e göre ise sosyal destek, alınan ve algılanan sosyal destek olarak ortaya çıkan yardım davranışlarıdır. Bunlardan *alınan sosyal destek* kişiye sağlanan yardım davranışlarını ifade ederken, algılanan sosyal destek ise kişiye diğerleri tarafından değer verildiğine ve gerektiğinde destek olacaklarına dair bireyin sahip olduğu inancı anlamına gelmektedir (Değerli, 2015). *Algılanan sosyal destek* ise bu yardım davranışlarının ihtiyaç halinde ortaya çıkacağına dair inançtır (Özdemir, 2013). Sarason, Sarason'a göre (1985) algılanan sosyal destek, bireyin ihtiyaç duyduğunda diğerlerinden yardım veya empati elde edebileceğine dair inancını ifade ederken bu desteğin diğer bir yönü de kişinin var olan destek türüne veya miktarına göre ne derece memnun kaldığıdır. Yani alınan sosyal destek gerçekleşmiş yardım davranışları, algılanan sosyal destek ise gerçekleştirilebilecek yardım davranışlarıdır (Özdemir, 2013).

Algılanan sosyal destek, Eker, Arkar ve Yaldız'a göre (2001) bireyin sağlıklı bir kişilik geliştirmesinde ve stresle başa çıkmasında önemli bir rol oynar. Ayrıca Terzi (2008), algılanan sosyal desteğin psikolojik ve fiziksel sağlık üzerinde de koruyucu bir görevinin bulunduğunu, bu desteğin bireyin kendini toparlama gücünün en önemli kanıtlarından biri olduğunu söylemektedir.

Bireyin ruhsal durumlarını doğrudan etkileyen, çok hızlı değişimlerin ve duygusal dalgalanmaların yaşandığı ergenlik döneminde sosyal desteğin çok daha fazla önem taşıdığı bilinmektedir (Topaktaş, 2015). Özellikle fırtınalı bir süreç olarak değerlendirilen ergenlik döneminde algılanan sosyal desteğin kritik bir öneme sahip olabileceği dile getirilmiştir (Değerli, 2015).

Bu dönemde anne babalar, ergene sevgi ve güven ortamının yanında yaşadığı sorunlara karşı çözüm yolları bulması konusunda ve ergenin yaşadığı zor durumlarla baş etmesinde yardımcı olabilir (Demirdüzen, 2013). Gilligan (2000), aile desteğinin olumsuz koşullarda çocuğun normal gelişimi için harekete geçirici bir destek olduğunu ve çocukların korunmasından çok daha fazlasını içerdiğini; çocuk odaklı aile desteğinin çocukların sosyal, psikolojik ve eğitim gelişimini desteklemekle ilgili olduğunu belirtmiştir.

Aile tarafından resmi olarak sağlanan desteğin üç ayrı kategoride düşünülmesinin iyi olabileceği söylenmiştir (Gilligan, 2000). Bunlardan ilki *gelişimsel aile desteği*dir. Bu destek çocuk ve ergenlerin, aile ve komşuluk bağlamındaki baş etme kapasitelerini ve sosyal desteklerini güçlendirmeyi hedefler. *Telafl edici aile desteği* aile üyelerinin mevcut ya da önceki yaşamlarındaki dezavantajlı ya da sıkıntılı anların etkilerini telafi etmeyi amaçlar. *Koruyucu aile desteği* ise tanımlanmış tehditler veya riskler ile ilgili olarak çocukların ve yetişkinlerin başa çıkma ve direncini güçlendirmeyi ifade eder. Horney, olumsuz davranışların, çocukluk yıllarında kabul görmemiş olmaktan, çocuğun ebeveyları ile ilişkisinde güvensizlik duygusunun gelişmesi nedeniyle oluştuğunu ve çevresel faktörlerin de bu süreci önemli oranda etkilediği görüşünü savunmuştur (Geçtan, 1995).

Ergenlik dönemini kapsayan yıllarda kızlar ve erkekler çevresindekilerle yakın ilişkiler kurmaya da başlarlar ve ana babalarından bağımsızlaşmalarında bir artış görülür (Garrison ve Garrison, 1975; akt. Onur, 1987). Bu dönemde ergenler, ana baba kontrolünden kopmak isterler ancak yine de onların rehberliğine ihtiyaç duyarlar (Garrison ve Garrison, 1975; akt. Onur, 1987). Ergen bir yandan kendi seçimlerini yapabilmek, bağımsız kararlar alabilmek ister ve bunun için zaman zaman anne babasının değer yargılarına, düşüncelerine karşı çıkar ancak bir yandan da anne ve babasının desteğine ihtiyaç duyar (Ekşi, 1982).

Gençlerin zamanla şekillenen, gelişen ve değişen akran ilişkilerinin gençlere sürekli olarak değişen akran ağları sağladığı ve bu bağlamda sosyal desteğin olumsuz bir davranışın başlatılmasına ve devam etmesine katkıda bulunabileceği söylenebilir. Ancak gençlerin psikososyal gelişiminde sosyal desteğin önemli bir rol oynadığı bilinmektedir ve bireysel, psikososyal, sosyal krizlerin kaynağı ve tedavisinde gençlerin akran ağlarının dikkate alınmasının önemli olduğu belirtilmiştir (Kirke, 1995). Geel, Goemans ve Vedder (2015) klinik olmayan çocuk ve ergen popülasyonunda akran mağduriyeti ve kendine zarar verme davranışı arasındaki ilişkileri incelemek üzere bir meta analiz çalışması yapılmıştır. 20.898 ergen ve çocuğun akran mağduriyeti ve kendine zarar verme davranışı arasındaki ilişkiyi araştıran 9 çalışmayı incelemişlerdir. Sonuçlar kendine zarar verme davranışı ile akran mağduriyeti arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunduğunu göstermiştir.

Her iki destek kaynağı da ergenlik döneminde belirgin olmakla birlikte erken yaşlarda ebeveynlerle kurulan bağlanma, orta ergenlik döneminde akranlara daha fazla güvenmeye, ergenlik sonlarında ve genç erişkinlikte hem ebeveynleri hem de akranları ile destekleyici alışverişi kapsayan daha dengeli bir katılıma doğru ilerler (Barrera ve Li, 1996). Aile ve arkadaşan alınan sosyal desteğin kişinin benlik saygısını olumlu yönde etkilediği, ayrıca arkadaş desteğinin etkili baş etmeyi geliştirmeyi sağlayarak hem arkadaşlardan hem de aileden alınan sosyal desteği artırdığı belirtilmiştir (Akyol ve Salı, 2013).

2.7. Olumlu Olumsuz Duygular İle İlgili Kuramsal Açıklamalar

Duygu (emotion), Latince bir sözcük olan *emovere* sözcüğünden türetilmiştir ve *dışarı çıkmak* anlamına gelmektedir. Genellikle bu sözcük, canlı, heyecanlı olmak diye tanımlanmaktadır (Garrison ve Garrison, 1975; akt. Onur, 1987). Morgan'a göre (1993) davranışsal olarak derin uykudan yüksek gerilime kadar değişebilen genel uyarılmışlık hali olan duygu, fiziksel olarak ölçülebilen fizyolojik ve bedensel durumlar olmakla birlikte aynı zamanda bir yaşantı veya hisse ilişkin farkındalık ve diğerlerince gözlenebilen davranışımızda sergilenen ifade olarak tanımlanmaktadır.

Solomon (2016), duyguların bilinen disiplin alanlarından felsefe, etik, psikoloji, fizyoloji ve biyoloji gibi birbirinden çok farklı bakış açılarıyla incelenemediğini söylemiştir. Bunun yanında pek çok filozof ve psikolog haz ve acının duyguları birbirinden ayırmak için bir araç sağladığını ileri sürmüştür. Solomon (2016) Hume'nin tüm duyguların aslında hoşnut ve hoşnutsuzluk duyumları olduğunu, Pinoza'nın ise yalnızca üç temel duygu olduğu ve bunların da haz, acı ve arzu olduğunu söylediğini belirtmiştir. Buna ek olarak Wunt, duyguların, hoş/hoş olmayan, heyecanlı/sakin, gerginlik ve rahatlık olarak 3 temel boyuta ayrılacaklarını söylemiş, Titchener ise duyguların hoş olma ve hoş olmama olarak 2 boyuta ayrılacağını, sakın/heyecanlı ve gergin/rahat boyutlarının ise bir deneyimin iki ayrı söyleniş biçimi olduğunu savunmuştur (Bruno, 1996). Benzer şekilde Voltan-Acar'ın Türkçede duygu yansıtan sözcüklerin anlamsal çözümlemesi çalışmasında Türkçede duygu ifade eden sözcük ve deyimleri olumlu ve olumsuz duygular olmak üzere ikiye ayırmış, olumlu duyguları anlatan sözcük ve deyimler mutluluk, yeterlilik kategorisinde, olumsuz duyguları anlatan sözcük ve deyimler ise; yetersizlik, mutsuzluk, kaygı, korku, kuşku, saldırganlık kategorilerinde

değerlendirilmiştir (Voltan-Acar, 2013). Beck (2001) olumsuz duyguların yoğun yaşanmasının kişinin etkin bir şekilde davranmasını ve hayattan doyum almasını engellediği; bunun yanında normal düzeyde yaşanan olumsuz duyguların, kişiyi, ortaya çıkma olasılığı olan bir sorun karşısında uyardığı görüşündedir.

Günlük yaşamımızın büyük bir bölümü çeşitli duyguların izlerini taşır. Aynı zaman diliminde içinde mutluluk, hüznün, heyecan, pişmanlık, keder, umut gibi pek çok duygunun etkisi altında bulunuruz (Morgan, 1993). Duygular düşünce ve davranışlarımızı harekete geçirerek çevremizle ilişki ve etkileşim kurma şeklimizi de etkiler. Bireye yarar sağlayacağı varsayılan durumlarda olumlu duyguların, bireye zarar getireceği varsayılan durumlarda olumsuz duyguların baskın olduğu söylenebilir (Karabekiroğlu, 2013). Duyguların gelişiminin insanın ruhsal gelişimi ile birlikte bir ilerleme gösterdiği söylenebilir. Yeni doğan çocuk her türlü uyarana az çok aynı biçimde tepki verir. Daha sonra yavaş yavaş olumlu ve olumsuz duygular olarak bir farklılaşma başlar. Daha sonraki dönemlerde ise olumsuz duygular öfke, tikslenme, korku, kıskançlık olarak ortaya çıkarken, olumlu duygular da neşe, sevinç, tatmin olma olarak ortaya çıkar (Koptagel-İlal, 1984).

Duygular birçok temel ihtiyacımızla bağlantılı olabilir (Frijda, 1986). Greenberg'e göre (2012) mutluluğumuz için önemli olan durumlara karşı bizi hızlıca uyarır, ihtiyaçlarımızın karşılanıp karşılanmadığını değerlendirerek bizim için neyin iyi veya neyin kötü olduğu bilgisini bize verirler. Korku, hayatta kalmak için gereklidir tehlikenin olup olmadığını olduğunu bilmeden hissederiz; keder önemli bir kaybı işaret eder, öfke ise haksızlığa uğradığımız bilgisini verir. Bunun yanında duygular bazen hatta çoğunlukla dünya ile başa çıkma stratejileri olarak da görülebilir. Başkalarının eylem ve tutumlarını etkileme ve manipüle etme aracı oldukları kadar kendi eylem ve davranışlarımızı harekete geçirme, yönlendirme, etkileme ve bazen de manipüle etme araçlarıdır (Solomon, 2016). Kişinin yaşadığı durum karşısında hangi duyguları hissettiğinin farkında olmak, kişinin ihtiyacını ve onun için neyin önemli olduğunu görmemizi sağlar (Greenberg, 2012). Duyguların insanın davranışları üzerindeki etkileri düşünüldüğünde, ergenlerin davranışları da duyguları ve duygulanımları incelenerek açıklanabilir (İnanç ve diğ., 2015).

Hemen her bir duygu dıştan ya da içten gelen uyarılarla tetiklenir ve duyguların farkedilmesinde bilişsel işlevler rol alır. Olumsuz bir duyguyu farkedip

sonrasında hissedilen olumsuz duyguya gösterilen yaklaşıma bağlı olarak yaşanan duygunun şiddetini artabilir ya da de azalabilir. Bu şekilde duyguların düşünceleri etkilemesi mümkün olabilir (Karabekiroğlu, 2013). Greenberg (2012) de duyguların düşünceleri etkilediğinden bahsetmiştir. Örneğin kişi öfkeli hissettiğinde aklına öfkeli düşünceler gelir veya üzgün olduğunda üzücü hatıraları anımsar. Ancak aynı zamanda bilişsel süreçlerin duyguları etkilemesi de mümkün olur (Karabekiroğlu, 2013). Bu açıdan bakıldığında duygular, hem biyolojik hem de bilişsel yönlerin birleştiği karmaşık bir olgudur ve günümüzde duygusal deneyimin tüm yönlerini açıklayan tek bir kuram yoktur. Ayrıca birbiriyle çelişen bulgular, her yaklaşımı o ya da bu şekilde zora sokmakta ve varsayımların kanıtlanamamasına (Hill, 2015) sebep olmaktadır. Ancak yine de duyguların doğasına ilişkin birtakım açıklamalar mevcuttur.

2.7.1. Evrimsel Kuram

Kuramı geliştiren Charles Darwin duygusal ifadelerin, karmaşık hareket kümeleri içeren, çoğunlukla yüz kaslarında olan, içten gelen, öğrenilmemiş tepkiler olduğunu söylemiştir. Bunun yanında farklı kültürlerdeki insanların belirli bir duygusal durumun ifadesi için aynı yüz kaslarına ilişkin hareket örüntülerini kullandıklarını bulmuştur. Buna göre dünyanın herhangi bir yerindeki insanlar herhangi bir duyguya ilişkin benzer yüz ifadelerini gösteriyorlarsa bu durumun kalıtsal olma olasılığı daha fazladır (Carlson, 2013).

Darwin belirsiz, tahmin edilemez kişisel durumlar olarak değil, son derece belirli, insan beyninin eş güdümlü işlem biçimleri olarak düşündüğü duyguların *uyumsal* işlevleri ile ilgilenmiştir. Türümüzün tarihi boyunca insanlar sayısız defa yırtıcıların saldırılarına maruz kalmış, aşık olmuş, çocuk doğurmuş, birbiriyle savaşmış, sevdiklerinin ölümüne tanık olmuştur. O yüzden bazı duygusal tepki biçimlerinin, insan türünün bütün üyelerinde ortaya çıkmasının beklendik olduğunu söylemiştir (Gerrig ve Zimbardo, 2012).

2.7.2. James-Lange Kuramı

Amerikalı psikolog William James ve Danimarkalı fizyolog Carl Lange birbirlerinden bağımsız olarak duyguya ilişkin benzer açıklamalar yapmışlardır ve pek çok insan tarafından kuram, ikisinin soy ismini birleştirilerek *James-Lange*

Kuramı olarak anılmaktadır. Temel olarak kuramda, duygu uyandıran durumların terleme, titreme, artan kalp atımı gibi bir dizi fizyolojik tepkiyi ortaya çıkardığı öne sürülmektedir. Beyin kaslardan ve bu tepkileri ortaya çıkaran organlardan duysal geribildirim alır ve onun geribildirimi bizde duyguların hissedilmesine yol açar. James duyguyu hissetmemizin kaslarımızdan ve iç organlarımızdan gelen duysal geribildirime bağlı olarak kendimizi ne yaparken bulduğumuza dayandığını söyler. Yani kendimizi titrerken ve gergin bulursak korku deneyimleriz. James ve Lange temel olarak duyguların durumlara ilişkin tepkiler olduğunu ileri sürmüşlerdir. Duyguların evrensel ve kalıtsal olduğunu vurgulayan evrimsel kuramdan farklı olarak James-Lange kuramı, duygu üreten durumlara yönelik davranışsal ve fizyolojik tepkilerin duyguların hissedilmesini hızlandırdığını ifade etmişler ve bunun üstüne yoğunlaşmışlardır (Carlson, 2013).

2.7.3. Cannon-Bard Duygu Kuramı

James-Lange kuramının barındırdığı güçlüklerle cevap olarak, Walter Cannon ve sonrasında Philip Bard alternatif bir bakış açısı önermiştir. Kuram, fizyolojik uyarımın tek başına duyguların kaynağı olduğu görüşünü reddetmiş hem fizyolojik uyarımın hem de duygusal deneyimin aynı anda aynı sinirsel uyarıcı tarafından üretildiğini varsaymaktadır. Bu sinirsel uyarıcı Cannon ve Bard'a göre beyindeki talamustan kaynaklanmaktadır. Kuram duygu üreten bir uyarıcıyla karşılaştıktan sonra talamusun duygusal tepkinin başlangıç noktası olduğunu belirtir. Ardından talamus otonom sinir sistemine bir uyarıcı gönderir ve böylelikle içsel bir tepki üretir. Aynı zamanda talamus deneyimlenen duygunun doğasına ilişkin mesajı serebral kortekse iletir. Bundan dolayı serebral kortekse iletilen mesaj her duyguya bağlı olarak değiştiği sürece, farklı duyguların kendilerine özgü fizyolojik örüntülerinin olmaması gerekmektedir (Hill, 2015).

2.7.4. Arnold-Lindsey'in Duygu Kuramı

Koptagel-İlal (1984), 1950'de Arnold ve 1951'de Lindsey, duygu tepkilerinin kendi kendilerini içerdiklerini ve zaman zaman duyguların kendilerinden de duygu tepkileri doğabileceğini öne sürmüşlerdir. Buna göre insan kendi içinde bir kızgınlık duygusunun olduğunu hissedebilir ve bu kızgınlığın anlatımının arttığını duyabilir. *Aktivasyon Kuramı* adını verdikleri bu kurama göre belli bir uyarıcı bir uyarıcı

meydana getirmekte, bu da talamik-hipotalamik ara istasyon üzerinden beyin korteksine iletilmektedir. Beyin korteksi bu uyarana karşısında hipotalamustaki dinamik uyarı örneğini serbest bırakmakta ve bu da periferdeki duygu anlatımı gösterisiyle açığa vurulmaktadır. Bu arada periferdeki değişiklik de yine talamik – hipotalamik ara istasyon üzerinde kortekse bildirilerek olay algılanmakta ve bu algı korteks düzeyinde yerleşik olan duygusal tutumu uyumlandırmaktadır. Böylece korteks, hipotalamus ve perifer arasında kapalı çevrimli dolaşım doğarak, daha sonraki duygu yinelenmeleriyle güçlenen ve yerleşen kişiye özel bir tutum ortaya çıkmaktadır (akt. Koptagel-İlal 1984).

2.7.5. İki Faktörlü Duygu Kuramı

Kuram, duygusal deneyimlerin otonom uyarılma ve bilişsel değerlendirmeden kaynaklandığını belirtir (Gerrig ve Zimbardo, 2012). Bedenimizde oluşan fizyolojik değişikliklerle, içinde bulunduğumuz durumu algılama ve anlayışımız arasında sürekli bir etkileşim olduğunu savunur, bilişsel süreçler heyecanlara anlam verip isimlendirmemizde önemli rol oynar. Çevreyi algılayışımız ve anlamlandırışımız içimizde meydana gelen fizyolojik oluşumlara yol açan heyecanın adını vermemizi sağlar (Cüceloğlu, 1992). Schachter'e (1971) göre duygu deneyimi, fizyolojik uyarılma ve bilişsel değerlendirme olmak üzere iki faktörün ortak etkisidir. Her iki kısım da bir duygunun ortaya çıkması için gereklidir. Bu görüşe göre bütün uyarılmaların genel ve ayırt edilmemiş olduğu farz edilir ve uyarılma, duygu sırasında ilk adım olarak görülmektedir (akt. Gerrig ve Zimbardo, 2012).

2.8. Kendine Zarar Verme Davranışı ve İşlevleri İle İlgili Araştırmalar

Bu bölümde kendine zarar verme davranışı ve bu davranışın işlevleri ile ilgili bazı araştırmalar aşağıda özetlenmiştir.

2.8.1. Kendine Zarar Verme Davranışı İle İlgili Araştırmalar

Kendine zarar verme davranışı hakkındaki geçmişteki çalışmalara bakıldığında öncelikle poliklinik hastaları ile duygusal rahatsızlığı ya da akıl hastalığı olan bireylerle çalışıldığı görülmüştür (Deiter ve diğ., 2000; Linehan, 1993). Bu yıllarda ağırlıklı olarak klinik örneklem üstünde durulmuştur. Kendine zarar verme davranışı ile ilgili yapılan bir çalışmada, Blumik hastalarda kusma ve laksatif kötüye kullanımı, alkol ve ilaç kullanımı, hırsızlık girişimi, intihar

girişimleri ve kendine zarar verme davranışı anoreksik hastalara göre daha sık görüldüğü gözlenmiştir (Garfinkel ve diğ., 1980).

Takip eden yıllardaki çalışmalarda ise özellikle ergenlik dönemi için toplumsal örneklemlerle çalışmalara ve kendine zarar verme davranışının işlevlerine daha çok vurgu yapılmıştır. Kendine zarar verme davranışı ile ilgili yapılan çalışmalardan birinde, bu davranışın ortaya çıkmasına katkıda bulunan risk faktörleri ele alınarak üniversite öğrencilerinin kendine zarar verme davranışları incelenmiş, çalışmanın sonucunda güvensiz bağlanma, cinsel, duygusal istismar, çocukluk ayrılmaları ve dissosiasyonun kendine zarar verme davranışında etkili olabildiği bulunmuştur (Gratz, Conrad ve Roemer, 2002).

Lise öğrencileriyle kendine zarar verme davranışı üzerinde yürütülen bir çalışma da Zoroğlu ve arkadaşları (2003), kendine zarar verme davranışının görülme oranı %21.4 olarak bulunmuştur. Kızlar ve erkekler arasında kendine zarar verme davranışının görülme sıklığı açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. En sık kendine zarar verme yöntemleri bedenini sert bir zemine vurma (%11.3), deriyi kesme (%8.4), saç çekme (%4.3), sigara ile yakma (%21.1) olarak tespit edilmiştir.

Lisede okuyan 1258 ergende kendine zarar verme davranışını psikiyatrik ve sosyokültürel özellikler açısından incelediği çalışmasında Lülecı (2007), kendine zarar davranışı bulunan ergenlerin duygusal kötüye kullanım, fiziksel kötüye kullanım ve duygusal ihmale daha fazla maruz kaldıkları, duygularını tanıma zorluğunu daha fazla yaşadıkları, daha fazla depresif semptom taşıdıkları, benlik saygılarının daha düşük olduğu, bastırılmış, dışa vurulmuş ve sürekli öfke düzeylerinin daha yüksek olduğu, öfke kontrolünde daha fazla zorlandıkları, ailelerinde özellikle problem çözme, duygusal tepki verebilme açısından sorun yaşadıklarını saptamıştır. Kendine zarar verme davranışında bulunan ergenlerin başarısız not alma, sınıf tekrarı yapmış olma ve okula devamsızlık öyküsünün daha fazla olduğunu, ilk kendine zarar verme davranışı için belirtilen nedenlerin en sık aile, ikinci sıklıkta arkadaş ile ilgili olduğunu belirlemiştir.

Bir diğer çalışmada kendine zarar verme davranışının sosyal olarak etkilenilebileceği üstünde durulmuş, yapılan çalışma kendine zarar verme davranışı olan birçok kişinin, davranışı medya dahil olmak üzere dış kaynaklardan öğrendiği sonucunu göstermiştir (Hodgson, 2004). Sonrasında yapılan çalışmalarda da sosyal

medya kullanımı arttıkça kendine zarar verme davranışının artabileceğini destekler sonuçlara ulaşılmıştır. O'Connor, Rasmussen ve Hawton (2014) yılında yaptığı çalışmada gençlerin %20'si internet ve sosyal medya kullanımının kendine zarar verme davranışını etkilediğini söylemişlerdir.

İsveçli 123 ergenle yapılan çalışmada Lundh ve diğ., (2007) kendine zarar verme davranışının görülme oranı, cinsiyetlere göre ortaya çıkmasında nasıl bir fark olduğu, benlik saygısı ve bilinçli farkındalık ile olası ilişkileri araştırılmıştır. Ergenlerin %65.9'u en az bir tür kendine zarar verme davranışını 1 kez gerçekleştirdiklerini, %41.5'i birden çok, %13.8'i ise defalarca kendine zarar verme davranışını gerçekleştirdiğini bildirmiştir. Cinsiyete göre genel bir fark olmamakla birlikte kızların bileklerini, kollarını ve diğer vücut bölgelerini erkeklerden daha fazla kestiklerini bulmuşlardır ve kendine zarar verme davranışının oranlarının yüksek olmasını benlik saygısı ve bilinçli farkındalığın düşük olması ile ilişkilendirmişlerdir.

Almanya'da, 2004-2005 yılları arasında 121 okulda, ergenlerle yapılan bir çalışmada kendine zarar verme davranışı ile okul sorunları, düşük akademik başarı ve aile ile ilgili sorunların ilişkili olduğu bulunmuş; buradan hareketle kendine zarar verme davranışının ergenlerde duygusal ve davranışsal sorunlarla bağlantılı olabileceği düşünülmüştür (Brunner ve diğ. 2007).

Kendine zarar verme davranışının başlangıç yaşının ortalaması üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada Erdem (2009), 15 yaş olarak bulunmuştur ve görülme sıklığı açısından da ele alındığında kendine zarar verme davranışına en sık ergenlik döneminde başvurulduğu, davranışın sergilenme süresinin ise ortalama 5 yıl olduğu gözlenmiştir. Araştırmanın diğer sonuçlarına bakıldığında kendine zarar veren öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin, kendine zarar verme davranışı sergilemeyen öğrencilere göre anlamlı düzeyde düşük olduğu; çocukluk döneminde istismar yaşantıları olan öğrencilerin istismar yaşantısı olmayanlara göre benlik saygılarının ve olumlu başa çıkma becerilerinin daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır.

Kendine zarar verme davranışı sergileyen gençlerin öfke, depresyon, kaygı gibi duygusal özellikleri ve aile ortamlarını incelenen bir çalışmada, çalışmaya alınan gençlerin 14-20 yaş arasındaki gençlerin büyük çoğunluğunun 14 yaşında kendine zarar vermeye başladığı saptanmıştır. Gençlerin aile ortamları incelendiğinde

kendine zarar verme grubunu oluşturan gençlerin ailelerindeki uyum, ahenk, uzlaşma ve bağlılık düzeyinin kendine zarar vermeyenlere göre daha az olduğu görülmüştür. Çalışmaya alınan gençlerin duygusal özellikleri incelendiğinde kendine zarar veren gençlerin vermeyenlere kıyasla sürekli kaygı, depresyon, sürekli öfke, bastırılmış ve dışa yansıtılan öfke düzeylerinin daha yüksek buna karşılık öfkeyi kontrol altına alabilme becerilerinin daha düşük olduğu saptanmıştır (Akay-Tunal 2010).

Ergenlerle yapılan bir diğer araştırmada kendine zarar verme davranışının kızlarda erkeklere göre daha sık gözlemlendiği, hem kız hem erkekler için düşük sosyoekonomik seviyenin kendine zarar verme davranışı ile ilişkili olabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte okullarda var olan stres, fiziksel ve cinsel şiddet deneyimlerinin de kendine zarar verme davranışı için bir risk faktörü olduğu görülmüştür (Landstedt ve Gadin, 2011).

Bir başka araştırmada 16 ve 17 yaş aralığındaki ergenlerin %16,5'inin bir önceki yıl kendine zarar verme davranışını gerçekleştirdiği, bununla birlikte zorbalığın kendine zarar verme davranışını direkt olarak arttırdığı görülmüştür (Lereya ve diğ., 2013).

Kendine zarar verme davranışınının, risk alma davranışı ve benlik saygısı açısından incelendiği bir araştırmada Oktan (2014), 731 ortaokul öğrencisi ile yaptığı çalışmada, 270 öğrencinin kendine zarar verme davranışını gösterdiğini tespit etmiştir. Kendine zarar verme davranışı gösteren ergenlerin, kendine zarar verme davranışı ile risk alma davranışları ve benlik saygısı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu aktarmıştır.

Kendine zarar verme davranışı gösteren 12-18 yaş aralığında olan ergenlerle benzer yaş grubunda intihar girişiminde bulunan ve herhangi bir nedenle polikliniğe başvuran ancak kendine zarar verme davranışı göstermeyen ergenleri Kara (2014) gelişimsel özellikler ve eşlik eden psikiyatrik tanımlar açısından karşılaştırmıştır. Buna göre duygudurum düzenleme güçlükleri, stresle baş etme zorlukları, güvensiz bağlanma örüntüleri, yüksek ruhsal rahatsızlık indeksi, düşük benlik saygısı, kendine zarar verme davranışı ve intihar girişimi gruplarında anlamlı olarak daha fazla bulunmuştur.

Ergenlik döneminde ebeveynlik stilleri ve kendine zarar verme davranışının araştırıldığı, 11-16 yaş arası 1466 katılımcıdan oluşan bir çalışmada zayıf ve tutarsız ebeveynlik stilinde ile kendine zarar verme davranışı sık görüldüğü saptanmıştır. Ayrıca kendine zarar veren ergenlerin aileleri içinde en tipik olan ebeveynlik biçiminin çocuğun reddine kontrol ve yönlendirmeye yönelik kararsız, yaklaşım olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte ebeveynleri ile yaşayan ergenlerin kendilerine zarar verme olasılığı daha düşük olarak bulunmuştur (Buroseva ve diğ., 2015).

Uluslararası karşılaştırma çalışmasında; kendine zarar veren ve bu süreçte yardım alan ergenler ile kendine zarar veren ve yardım almayan ergenleri karşılaştırmışlardır. Çalışmaya katılan ergenlerin yaklaşık % 48.4'ünün yardım almadığı, %32.8'inin sadece sosyal çevreden yardım aldığı ve %18.8'inin de ruh sağlığı uzmanlarından yardım aldığı görülmüştür (Ystgaard ve diğ., 2009).

Ebeveyn boşanması, ebeveyn şiddeti, aile ile ilişkili olumsuz olayların kendine zarar verme davranışı ile ilişkisinin incelendiği, 957 lisans öğrencisi ile yapılan bir çalışmada olduğunu sonucuna ulaşmış; olumsuz aile yaşantılarının ömür boyunca bireyi daha fazla strese maruz bırakabileceğini ve kendine zarar verme davranışında tetikleyici rol oynayabileceğini bildirmişlerdir. Ayrıca ilişkisel travmanın gençlerin ve genç erişkinlerin toplum temelli popülasyonlarda kendine zarar verme davranışıyla özellikle ilişkide olduğu sonucuna ulaşmışlardır (Martin ve diğ., 2016).

2.8.2. Kendine Zarar Verme Davranışının İşlevleri İle İlgili Araştırmalar

Kendine zarar verme davranışının işlevlerinin ele alındığı araştırmalara bakıldığında Nock ve Prinstein (2004), olumsuz duyguları durdurmak, hissizlikten kurtulmak, kendini cezalandırma gibi işlevlerin oldukça yüksek oranda tercih edildiğini, bununla birlikte var olan diğer işlevlerin de kullanıldığını ortaya koymuştur.

Kendine zarar verme davranışının özelliklerinin ve işlevlerinin incelendiği bir diğer çalışmada, 633 ergenden oluşan örneklemin %46'sında kendine zarar verme davranışının yaygın olarak gözlemlendiği ortaya çıkmıştır. Bu örnekleme en çok kullanılan işlevlerin ise birinden tepki almaya çalışmak, durumun kontrolünü ele geçirmek ve olumsuz duyguları azaltmak olduğu görülmüştür (Lloyd-Richardson ve diğ., 2007).

Ergenlerle yapılan diğer bir çalışmaya bakıldığında, kendine zarar veren ergenlerin %74'ü, kendine zarar veren en az 1 arkadaşları olduğunu söylemişlerdir. İstenmeyen duygulardan kaçınma, kontrol hissetme, kendini cezalandırma, sıkıntıyı etiketleme gibi işlevlerin sıklıkla tercih edildiği görülmüştür. Toplum ergen örneklemleri çalışmalarda kendine zarar verenlerin kişilerarası işlevleri (örneğin, çaresizliği göstermek/iletişim kurmak, birisine yakınlaşmak veya hissetmeye çalışmak, birisinin beni sevip sevmediğini görmek) çoğu kez tercih ettikleri bulunmuştur. Sonuçlar gruplar arasında ebeveyn sosyal desteğinde herhangi bir farklılık ortaya koymamasına rağmen kendine zarar verme davranışı göstermeyen bireyler, kendine zarar verme davranışı gösteren bireylere oranla daha fazla arkadaş desteğine sahip olduklarını bildirmişlerdir. Çalışmanın sonuçları ergenler arasında yüksek derecede sosyal etkiye işaret etmektedir. Kendine zarar verme davranışının sık sık akran grubunda olduğunu aktarmışlardır. Kendine zarar verme davranışının altında yatan fonksiyon duygu düzenleme güçlüğu olabilmesine rağmen pek çok birey davranış için sosyal nedenler göstermiştir (Heath, Ross, Charlebois ve Nedecheva, 2009).

Alkol ya da madde bağımlısı bir grupta kendine zarar verme davranışını inceleyen Karagöz (2010), kendine sıklıkla zarar veren madde bağımlılarının kendine zarar vermeyen madde bağımlılarına kıyasla duygu düzenleme alanında daha çok güçlük yaşadığı bulgusuna ulaşmıştır. Ayrıca fiziksel, duygusal kötüye kullanım ve duygusal ihmali daha çok yaşadıkları, ayrıca anlamlı derecede intihar girişimlerinin de olduğunu saptamıştır.

Ergen ve genç yetişkinden oluşan 439 birey ile yapılan bir araştırmada Klonsky (2011), kesme, yakma, ısırma, oyma, cildi kazıma, tırmalama, yaranın iyileşmesine engel olma yöntemlerini kullanarak kendilerine zarar verdikleri sonucuna ulaşmıştır. Kendine zarar verenlerin yarısı birden fazla yöntem kullandıklarını belirtmişlerdir. Çalışmada kendine zarar vermenin ortalama yaşı 16 olarak bulunmuştur. En sık kullanılan işlevin olumsuz duyguların hafifletilmesi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bundan sonra en sık görülen işlevler ise kendilerini cezalandırmak, başkaları ile iletişim kurmak, dikkat çekmek, bir durum ya da sorumluluktan kurtulmak olarak belirtilmiştir.

Kendine zarar verme davranışının nedenleri ile ilgili 12-18 yaş aralığında 1417 ergenle yapılan bir çalışmada, kendini cezalandırma, olumsuz düşünceleri durdurma, dikkat çekme, intikam alma, okuldaki sorunlar, aile ile ilgili sorunlar, kız ya da erkek arkadaş ile sorunlar kendine zarar verme nedenleri olarak aktarılmıştır. Aynı çalışmada kendine zarar verme davranışının yaşam boyu yaygınlığı %13.71 olarak bulunmuştur (Baetens, Claes, Muehlenkamp, Grietens ve Onghena 2011).

Lise öğrencileri ile yapılan bir başka çalışmada Kabukçu-Başay (2011), aile desteğindeki yetersizliğin doğrudan ve duygu düzenlemede güçlüklerle yol açarak dolaylı olarak; arkadaş desteğinin de dolaylı yoldan duygu düzenleme güçlüklerine sebep olarak kendine zarar verme davranışına neden olduğunu saptamıştır. Ayrıca tüm kendine zarar veren ergenler arasında en sık belirtilen kendine zarar verme davranışı işlevi afekt regülasyonu olmuştur, bunu sıkıntıyı etiketleme ve kendini cezalandırma izlemiştir. En az belirtilen kendine zarar verme davranışı işlevi de akranlarla bağ kurmadır. Kendine zarar verme davranışı işlevleri kendine zarar verme sayısı ile ilişkili bulunmuştur. Kendine zarar verme davranışı sayısı arttıkça otonom işlevler daha fazla etki ederken, sosyal işlevlerin etkisi azalmaktadır.

Kendine zarar verme davranışı ve intiharın yaygınlığı ile ilgili Shek ve Yu (2012) tarafından 3328 ortaokul öğrencisi ile yürütülen bir çalışmada, öğrencilerin %13.7'si intihar düşünceleri olduğunu belirtmiş, %4.9'u intihar planını belirtmiş, %4.7'si de intihar girişiminde bulunduğunu söylemiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin %32.7'si son 1 yıl içinde kendine zarar verme davranışlarından en az birini uyguladığını belirtmiştir. En fazla kullanılan kendine zarar verme davranışları %10.4 kendini kesme ve %8.6 yaranın iyileşmesine engel olma olarak bulunmuştur. Araştırma sonuçlarında aile ilişkileri yüksek olan öğrencilerin düşük olan öğrencilere kıyasla kendine zarar verme davranışı gösterme olasılıklarının daha az olduğu bulunmuştur. Bunun yanında eğitim durumu ve okul başarısının kendine zarar verme davranışı ile negatif ilişkili olduğu sonucunda da ulaşılmıştır.

Üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırmada kişilerarası nedenler kendine zarar verme davranışının başlangıç sebebi olarak bulunmuştur. Bunun yanında kendine zarar veren bireylerde aileden algılanan sosyal desteğin önemli ölçüde düşük olduğunu ayrıca kendine zarar verme davranışının duygu düzenleme/gerilimi azaltma

işlevlerinin kişilerarası nedenlerle birlikte gerçekleştiği saptanmıştır (Muehlenkamp ve diğ., 2013).

Üniversite öğrencileri ile yapılan bir başka araştırmada İdiğ-Çamuroğlu (2014) en sık kendine rastlanan kendine zarar verme davranışı yaranın iyileşmesine engel değildir ve kendine zarar verme davranışını en fazla etkileyen otonom fonksiyon ise duygu düzenlemesidir. En fazla kullanılan sosyal fonksiyon dayanıklılık fonksiyonu olarak saptanmıştır. Sosyal işlevlerden intikam alma fonksiyonunun kadınlar tarafından daha fazla kullanıldığı belirlenmiştir. Ayrıca kendine zarar verme davranışı ile istismar, saldırganlık ve intihar olasılığı arasında ilişki olduğu belirlenmiştir.

Kendine zarar verme davranışı, diğer araştırmalarda da desteklendiği gibi Kuzey İrlanda'da da büyük bir halk sağlığı sorunu olarak değerlendirilmiş; yapılan bir araştırmada her 10 gençten birinin hayatının bir aşamasında kendine zarar verdiğini göstermiştir (O'Connor, Rasmussen ve Hawton, 2014). Ayrıca araştırmanın bir diğer sonucuna göre kızların kendine zarar verme oranı erkeklere oranla 3 kat fazladır. Sonuçlara göre ölmek, kendini cezalandırmak ve genç birinin ne kadar çaresiz hissettiğini göstermek kendine zarar verme davranışının en sık görülen nedenleri olarak belirlenmiştir.

Çin'de 345 ergen ile yürütülen bir çalışmada en sık deneyimlenen kendine zarar verme biçiminin vurma olduğu; saç çekme ve kendini ısırma davranışlarının da bunu takip ettiği görülmüştür. Kendine zarar vermenin işlevlerine de bakılan bu çalışmada ergenlerin en çok kendilerini rahatlatma adına bu davranışları gösterdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanında yapmak istemedikleri bir durumdan kaçınma, yalnız olduklarında kendilerine yapacak bir şey bulma ve kötü hissetmeyi durdurma da kendine zarar verme davranışının en sık görülen işlevlerinden olmuştur (Leong, Wu ve Poon 2014).

Lise öğrencileri ile yapılan bir başka araştırmada Değerli (2015), kendilerine zarar veren ergenlerin diğerlerine göre daha fazla risk alma davranışında bulunduğunu saptamıştır. Çalışmada kendine zarar veren ergenlerin aileden, arkadaşan ve genel algılanan sosyal destek düzeylerinin diğerlerine göre daha düşük olduğunu tespit etmiştir. En sık görülen kendine zarar verme davranışının yaranın iyileşmesine engel olma olduğu saptanmıştır. Erkek ergenlerin sosyal işlev

puanlarının yüksek olduğunu bulmuştur. Okul türüne göre ise meslek lisesinde öğrenim gören ergenlerin sosyal işlev puanlarının yüksek olduğunu tespit etmiştir. Not ortalaması düşük olan ergenlerin olarak değerlendirdiğinde, sosyal işlevler ve kendine zarar verme davranış puanlarının yüksek olduğunu saptamıştır. Disiplin cezası almış olan ergenlerin otonom işlevler, sosyal işlevler ve kendine zarar verme toplam puanları disiplin cezası almayanlara oranla yüksek bulunmuştur.

Ergen ve genç yetişkinlerde kendine zarar verme davranışının işlevlerine yönelik yapılan bir başka güncel araştırmada Klonsky, Glenn, Styer, Olino ve Washburn (2015), kendine zarar verme davranışının otonom işlevlerinin sosyal işlevlere oranla daha fazla klinik ağırlıklı olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Ergenlerde saldırganlık ve kendine zarar verme davranışlarının incelendiği 443 ergenle yapılan bir çalışmada bir çalışmada, Sezer-Efe ve Erdem (2017), çalışmaya katılan ergenlerin %72.2'sinin kendine zarar verme davranışı sergilediği belirlenmiştir. Ergenlerin en çok yara iyileşmesine engel olma, kendini sert bir yere çarpma/kendine vurma, tehlikeli/zararlı madde içme/yutma, cilde bir harf/yazı şekil kazıma davranışları ile kendilerine zarar verdikleri saptanmıştır. Gelir düzeyi yüksek olanların sosyal işlevler ve kendine zarar verme davranışı değerlendirme envanteri puan ortalamalarının yüksek olduğu saptanmıştır. Erkek, parçalanmış aileye sahip olan ve son bir yılda stresli bir olay/durum yaşayan ergenlerin tüm kendine zarar verme davranışı değerlendirme envanteri puan ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Öfkesini kontrol edemeyen ergenlerin saldırgan davranışta bulduklarını ve aynı zamanda kendine de zarar verme davranışları sergilediklerini göstermektedir.

Kendine zarar verme davranışının işlevleri ile ilgili bir diğer araştırmada Kabukçu-Başay ve diğ., (2017) yaptıkları çalışmada ergenler arasında en sık belirtilen işlevin duygu düzenleme işlevi olduğunu, duygu düzenleme işlevini kendini cezalandırma ve sıkıntıyı etiketleme işlevinin olduğunu belirtmişlerdir. Daha yoğun sıklıkta kendine zarar verme davranışı sergileyen ergenlerin, otonom işlevleri, daha az sıklıkta zarar verenlere göre daha fazla kullandığını saptamışlardır.

Kendine zarar verme davranışının işlevleri ile ilgili ilgili bir başka çalışmaya bakıldığında Klonsky (2007) 11 çalışmadan 6'sının, kendini cezalandırma işlevini güçlü biçimde desteklediğini bulmuştur. Kendine zarar verme davranışının

kendi kendini cezalandırma biçiminin sıklıkla kullanıldığını ve kendi kendine yetersizlik, öz eleştiri ve düşük benlik saygısı ile ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Benzer şekilde Swannell, Martin, Scott, Gibbons ve Gifford (2014) kendini cezalandırmanın, kendine zarar verme davranışı olan birçok ergende görülen düşük benlik saygısını vurguladığını ifade etmiştir. Kendine zarar verme düşüncesi ya da davranışları nedeniyle başvuran 108 ergenlerle yapılan bir çalışmada kendini cezalandırma işlevi ergenlerin %32'sinde yaygın olarak belirtilmiştir (Nock ve Prinstein, 2004).



BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, evren ve örneklem, araştırmada kullanılacak veri toplama araçları, verilerin toplanmasında izlenecek yol ve verilerin analizinde uygulanacak istatistiksel teknikler üzerinde durulacaktır.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve olumlu olumsuz duyguların, lise öğrencilerinin, kendine zarar verme davranışının işlevlerini yordama gücünü belirlemek amacıyla ilişkisel tarama modeline dayanan bir araştırma yapılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkeni kendine zarar verme davranışının işlevleri, bağımsız değişkenleri ise benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve olumlu ve olumsuz duygulardır.

Tarama modelleri, geçmişte ya da şu anda var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan, araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesnenin, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışıldığı bir araştırma modelidir. Tarama modellerinden ilişkisel tarama modelleri ise, iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2002).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, 2014-2015 eğitim öğretim yılında İzmir ilindeki 11 metropol ilçedeki liselerde okuyan 135068 öğrenci oluşturmuştur. Evrenin %48'i Mesleki ve Teknik Eğitim Genel Müdürlüğüne bağlı okullarda eğitim gören öğrenciler, %39'u Ortaöğretim Genel Müdürlüğüne bağlı okullarda eğitim gören öğrenciler, evrenin %5'i Din Öğretimi Genel Müdürlüğüne bağlı okullarda eğitim gören öğrenciler, evrenin %7'si Özel Öğretim Genel Müdürlüğüne bağlı okullarda eğitim gören öğrencilerden oluşmaktadır. Buna göre araştırmanın örneklem büyüklüğüne seçkisiz örneklem modelinden ve Balcı'nın (2001)'in örneklem büyüklükleri tablosundan yararlanılarak karar verilmiş ve yaklaşık 2000 öğrenciye ulaşmak hedeflenmiştir. Ulaşılabilirlik göz önüne alınarak Ortaöğretim Genel Müdürlüğüne bağlı 8 farklı ilçede yer alan 10 lisede, Din Öğretimi genel Müdürlüğüne bağlı 2 farklı ilçede yer alan 2 İmam Hatip Lisesinde, Mesleki ve

Teknik Eğitim Genel Müdürlüğüne bağlı 8 farklı ilçede yer alan 12 Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde, Özel Öğretim Kurumlarına bağlı 2 farklı ilçede yer alan 2 lisede uygulama yapılmıştır. Lise türleri ve bu liselerde okuyan öğrenci sayıları esas alınarak seçkisiz örnekleme yöntemlerinden tabakalı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Mesleki ve Teknik Eğitim Genel Müdürlüğüne bağlı okullarda eğitim gören öğrenci sayısı 65667, şube sayısı 2706, Ortaöğretim Genel Müdürlüğüne bağlı okullarda eğitim gören öğrenci sayısı 53005, şube sayısı 2367, Özel Öğretim Genel Müdürlüğüne bağlı okullarda eğitim gören öğrenci sayısı 9694, şube sayısı 967, Din Öğretimi Genel Müdürlüğüne bağlı okullarda eğitim gören öğrenci sayısı 6702, şube sayısı 241 olarak belirlenmiştir.

Sonuçta, Ortaöğretim Genel Müdürlüğüne bağlı okullarda ortalama sınıf mevcudu 22, Din Öğretimi genel Müdürlüğüne bağlı okullarda ortalama sınıf mevcudu 27 kişi, Mesleki ve Teknik Eğitim Genel Müdürlüğüne okullarda sınıf mevcudu 24 kişi, Özel öğretim kurumlarına bağlı okullarda ortalama sınıf mevcudu yaklaşık 17 kişidir. Her sınıf düzeyinden (9,10,11,12) 1 şube seçilmiştir. 2375 öğrenciye uygulama yapılmış ve kendine zarar verme davranışı olan 1169 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmuştur

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın amacı doğrultusunda kendine zarar verme davranışı olan öğrencileri belirlemek ve kendine zarar verme davranışının işlevlerini ölçmek amacıyla Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri, kullanılmıştır. Öğrencilerin benlik saygıları düzeylerini ölçmek için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, algıladıkları sosyal destek türlerini öğrenmek amacıyla Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, olumlu ve olumsuz duygularını görmek adına Olumlu ve Olumsuz Yaşantı Ölçeği kullanılmıştır.

3.3.1. Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri (KZVDDE)

Bu çalışmada lise öğrencilerinin Kendine zarar verme davranışı'nın işlevlerini ölçmek amacıyla Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri (KZVDDE) kullanılmıştır. Klonsky ve Glenn (2009) tarafından geliştirilen ve iki bölümden oluşan bir ölçektir. Ölçeğin İlk bölümünde (Davranışlar), kasıtlı olarak yapılan ve intihar niyeti taşımayan 12 çeşit kendine zarar verme davranışının

yaşam boyu sıklığı sorgulanır. Kesme, ısırma, cilde harf/şekil kazıma, yakma, çimdikleme, saç kopartma, tırnaklama, kendini sert bir yere çarpma veya kendine vurma, yara iyileşmesine engel olma, cildi sert bir yere sürtme, kendine iğne batırma, tehlikeli/zararlı madde içme/yutma sorgulanan davranışlardır. Katılımcılara, her davranışı kaç kez gerçekleştirdiği sorulur. Ayrıca beş ek soru ile ilk zarar verme yaşı, zarar verme davranışı sırasında acı hissi, davranışın yalnız ya da başkaları ile beraberken gerçekleştirilmesi, istek ve eylem arasında geçen süre, kişinin kendine zarar verme davranışını sonlandırma isteği gibi davranışların tanımlayıcı ve yapısal özellikleri araştırılır.

Envanterin davranışlar bölümünün geçerlik-güvenilirlik çalışması, Klonsky, Olin (2008) tarafından 815 kolej öğrencisinden oluşan örneklem içinde kendine zarar verme davranışı olan 205 kişide gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada 12 davranışın iç tutarlılığı çok iyi düzeyde ($\alpha = .84$) olarak bildirilmiştir. Davranışlar için madde-toplam puan ilişkileri .52 median değeri ile .22-.60 arasında değişmiştir. Yapısal geçerliliği için kendine zarar verme davranışı toplam puanı ile Mclean Borderline Tarama envanteri arasındaki ilişkiye intihar maddesi dışlanarak bakılmış ve $r = .37$ düzeyinde ilişki bulunmuş; intihar-KZVD maddesi ile $r = .45$ düzeyinde ilişki rapor edilmiştir.

Ölçeğin ilk bölümünde 1 ve daha fazla sayıda kendine zarar verme davranışı belirten katılımcılar, ölçeğin ikinci bölümünü yanıtlamaya yönlendirilirler. Bu bölümde toplam 39 soru ile 13 kendine zarar verme davranışının işlevi sorgulanmaktadır. Bu işlevler, afekt regülasyonu (affect regulation, örnek soru: kendimi sakinleşmiş hissedirim), öz kıyımı önleme (anti-suicide, örnek soru: intihar girişimi dürtümden kaçınmış olurum), sıkıntıyı etiketleme (marking distress, örnek soru: kendimi berbat hissettiğime dair bir işaret bırakmış olurum), kendini cezalandırma (self-punishment, örnek soru: değersiz veya akılsızlığımdan dolayı kendime duyduğum öfkeyi göstermiş olurum), çözülmeyi önleme (anti-dissociation, örnek soru: uyuşukluk hissinden kurtulmak için acı oluşturmuş olurum), kişilerarası sınırlar (interpersonal boundaries, örnek soru: kendim ve başkaları arasında sınır çizmiş olurum), kişilerarası etkileşim (interpersonal influence, örnek madde: başkalarının, hissettiğim duygusal acının boyutunu anlamalarını sağlamış olurum), intikam alma (revenge, örnek soru: birisinden hıncımı çıkartmış olurum), heyecan

arama (sensation seeking, örnek madde: heyecan ve coşku yaratan bir şey yapmış olurum), akranlarla bağ kurma (peer bonding, örnek soru: başkalarına uyum sağlamış olurum), dayanıklılık (toughness, örnek soru: acıya dayanıklılığımı görmüş olurum), özerklik (autonomy, örnek soru: başkalarının yardımına bel bağlamadığımı göstermiş olurum), kendiyile ilgilenme (self care, duygusal stresime kıyasla baş etmesi daha kolay olan bir fiziksel yara yaratmış olurum). Her işlev 3 soru ile değerlendirilmektedir. Sorular, “ çok uygun-2”, “kısmen-1”, “ hiç uygun değil-1” şeklinde 3 dereceli bir ölçek üzerinde yanıtlanmaktadır.

Envanterin işlevler bölümünün geçerlik güvenilirliği Klonsky, Glenn (2009) tarafından 235 üniversite öğrencisinin katılımıyla yapılmıştır. Yapılan faktör analizinde iki faktör elde edilmiştir: Birinci faktör kişilerarası/sosyal işlevleri (interpersonal functions) değerlendirir (kişilerarası sınırlar, kişilerarası etkileşim, intikam alma, heyecan arama, akranlarla bağ kurma, dayanıklılık, kendiyile ilgilenme, özerklik), ikinci faktör otonom işlevleri (intrapersonal functions) değerlendirir (afekt regülasyonu, öz kısıyımı önleme, sıkıntıyı etiketleme, kendini cezalandırma, çözülmeyi önleme). Sosyal ve otonom işlevler ait her bir işlev toplanarak toplam sosyal ve otonom işlev puanları elde edilir. Sosyal ve otonom işlevler için iç tutarlılık değerleri, sosyal işlevler için .88, otonom işlevler için .80 olarak çok iyi düzeyde bulunmuştur. Ölçeğin birinci bölümünde yer alan 12 kendine zarar verme davranışı için iç tutarlılık $\alpha = .71$ bulunmuştur.

Kendine zarar verme davranışı envanteri Türkçe formunun ve geçerlik güvenilirlik çalışması (Bildik, Somer, Kabukçu-Başay, Başay ve Özbaran, 2012) tarafından, İzmir ili genelinde lise öğrencileri arasında kendine zarar verme davranışının değerlendirildiği 529 lise öğrencisi ile yapılmıştır. Buna göre ölçeğin birinci bölümünde yer alan 12 kendine zarar verme davranışı için iç tutarlılık Cronbach $\alpha = .71$ bulunmuştur. ölçeğin işlevlere yönelik ikinci bölümün geçerlik güvenilirlik değerlendirmesinde faktör çıkarsam yöntemi olarak Anabileşenler analizi kullanılmış ve öz değeri birden büyük iki faktör elde edilmiştir. Bu iki faktörle toplam varyansın %59'u açıklanmaktadır. Varimax döndürmesi sonucu elde edilen faktör yüklerine göre birinci, faktör kişilerarası/sosyal işlevleri (interpersonal functions) değerlendiren alt boyutların kümelendiği faktördür. “ Kişilerarası sınırlar, kişilerarası etkileşim, heyecan arama, akranlarla bağ kurma, dayanıklılık, kendiyile

ilgilenme, özerklik işlevleri birinci faktör altında toplanmıştır. İkinci faktör otonom işlevleri (intrapersonal functions) değerlendirir. “Afekt regülasyonu, öz kısıımı önleme, sıkıntıyı etiketleme, kendini cezalandırma, çözülmeyi önleme, intikam alma” işlevleri otonom işlevler altında yer almıştır. Alt boyutların iki faktöre dağılımları Klonsky ve Glenn’in bulguları ile tutarlıdır. Yalnızca “intikam alma” alt boyutu Klonsky ve Glenn’in çalışmasından farklı olarak otonom işlevler altında yer almıştır. Bu farklılığın çalışmanın lise dönemini kapsamıyla ilgili olabileceği düşünülmüştür.

Sosyal ve Otonom işlevlere ait her bir işlev toplanarak toplam sosyal ve otonom işlev puanı elde edilmiştir. Sosyal ve otonom işlevler için iç tutarlılığı yansıtan alpha değerleri çok iyi düzeyde bulunmuştur. Sosyal işlevler için .86, otonom işlevler için .87, toplam işlev puanları için ise .90 düzeyinde iç tutarlılık katsayısı elde edilmiştir.

Bu tez çalışmasında da 1169 lise öğrencisinden oluşan örneklem için hesaplanan Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları otonom işlevler için .86, sosyal işlevler için .84 toplam puan için .91 olarak bulunmuştur.

3.3.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)

Lise öğrencilerinin benlik saygıları düzeylerini ölçmek için RBSÖ kullanılmıştır. Rosenberg Self-Esteem Scale (Benlik Saygısı Ölçeği) 1965 yılında Morris Rosenberg tarafından ergenlere yönelik benlik saygısı ölçüm aracı olarak geliştirilmiştir. Dr. Füsün Çetin Çuhadaroğlu, 1985 yılında ölçeği Türkçe’ye çevirmiş, geri çevirisi ve lise öğrencilerinde geçerlik güvenirlik çalışmalarını yaparak Türkiye’deki ergenlerde de kullanılabilecek hale getirmiştir. Rosenberg A.B.D.’deki ergenlerde yaptığı çalışmada benlik saygısını çeşitli başka özelliklerle birlikte değerlendirmek amacıyla başka küçük alt ölçeklerden de yararlanmıştır. Geçerlik ve güvenirlik çalışmasına bunlar da alınmıştır. Ama her bir alt ölçeğin ölçtüğü özellikler ve değerlendirmeleri farklıdır (Çuhadaroğlu, 1986).

Benlik saygısı ölçeği ekte sunulan 10 sorudan oluşmaktadır. Sorular Guttman değerlendirme yöntemiyle puanlanmaktadır. Puanlama şu şekilde yapılmaktadır. 1., 2. ve 3. sorular , 4. ve 5. soru, 9. ve 10. sorular birlikte değerlendirilmektedir. İlk üç sorudan herhangi ikisinden puan alıyorsa (2/3) bu kümeden bir puan almış olur. 4. ve 5. sorudan herhangi birinde puan alan şıklardan birini işaretlemişse yine bu

kümeden de bir puan alır. 9. ve 10. sorular da 4. ve 5. gibi değerlendirilir. 6., 7. ve 8. soruların herbiri kendi başlarına puan alır. Böylece testi dolduran kişi tüm sorulardan puan aldığı zaman maksimum puanı 6 olmaktadır. 0-1 puan yüksek, 2-4 puan orta ve 5-6 puan düşük benlik saygısı düzeyi olarak saptanmıştır. Grup uygulamalarında, her bir deneğin toplam puanı bu şekilde hesaplanarak puan ortalamasıyla grubun benlik saygısı düzeyi belirlenebilir (Çuhadaroğlu, 1986).

3.3.3. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)

Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek türlerinin öğrenilmesinde ÇBASDÖ kullanılmıştır. Bu ölçek, Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley (1988) tarafından geliştirilmiş, ergenlik dönemi geçerlik ve güvenirlik çalışması Çakır ve Palabıyıköğlu (1997) tarafından yapılmıştır. Üç farklı kaynaktan alınan sosyal desteğin yeterliliğini öznel olarak değerlendiren bir ölçektir. Alt ölçek yapısı; aile, arkadaş ve özel bir insandan alınan desteği içermektedir. Her biri 4 madde olmak üzere 12 maddeden oluşmaktadır. Her madde 7 aralıklı bir ölçek kullanılarak derecelendirilmiştir. Elde edilen puanın yüksek olması algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu ifade etmektedir (Çakır ve Palabıyıköğlu, 1997). İç tutarlılığı ölçmek için Cronbach alfa yöntemi kullanılmıştır. İç tutarlılık katsayısı aile için, .76, arkadaş için .83 ve özel insan için .82 olarak bulunmuştur (Çakır ve Palabıyıköğlu, 1997).

Bu tez çalışmasında da 1169 lise öğrencisi için hesaplanan Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları aile için .82, arkadaş için .85, özel bir insan için .89 olarak bulunmuştur.

3.3.4. Olumlu ve Olumsuz Yaşantı Ölçeği

Lise öğrencilerinin olumlu ve olumsuz duygularını görmek adına Olumlu ve Olumsuz Yaşantı Ölçeği araştırmada kullanılmıştır. Bu ölçek olumlu ve olumsuz duyguları ve iyi oluşu ölçmek için Diener ve diğ., (2010) tarafından geliştirilmiş kısa bir ölçektir. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Telef (2011) tarafından yapılmıştır. Olumlu ve Olumsuz Yaşantı Ölçeği'nin her bir maddesi 1 ile 5 aralığında puanlanmakta ve 1 "Çok nadir ya da hiçbir zaman", 5 "Çok sık ya da her zaman" şeklinde ifade edilmektedir. Ölçek bağımsız ya da ayrı iki tip duyguyu ölçtüğünden dolayı ayrı ayrı puanlanır. Olumlu ve olumsuz puanların toplamı 6 ile 30 arasında

değişmektedir. Olumlu ve olumsuz yaşantılar ayrı ayrı değerlendirilmektedir. Toplam puan alınmak istenildiğinde ise olumsuz maddeler tersten puanlanmaktadır. Ergen örnekleme ile geçerlik güvenirlik çalışması Telef (2013) tarafından yapılmış ve üniversite öğrencileri ile yapılan uyarlama çalışmasında olduğu gibi ölçeğin iki faktörden oluştuğu, olumlu yaşantı boyutunun varyansın %28,91'ini ve olumsuz yaşantı boyutunun varyansın %22,41'ini açıkladığı saptanmıştır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri .54 ile .76 arasında hesaplanmıştır. Cronbach alfa katsayısı olumlu yaşantı boyutu için .84 ve olumsuz yaşantı boyutu için .75 olarak hesaplanmıştır.

Bu tez çalışmasında da 1169 lise öğrencisinden oluşan örneklem için hesaplanan Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları olumlu yaşantı boyutu için .81, olumsuz yaşantı boyutu için .71 olarak hesaplanmıştır.

3.3.5. *Kişisel Bilgi Formu*

Öğrencilere ait sosyodemografik bilgilerin yer aldığı bu form araştırmacı tarafından literatür temel alınarak oluşturulmuştur. Bu formda öğrencilerin yaşı, cinsiyeti, doğum tarihi, okul türü, okul başarısı, ailelerinin sosyoekonomik düzeyleri gibi maddeler yer almaktadır.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma verilerinin toplanması aşamasında, belirlenen okullarda uygulama yapabilmek için öncelikle İzmir İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izinler alınmıştır. Sonrasında uygulama yapılabilecek uygun gün ve saatleri belirlemek için okul idaresi ile görüşülmüştür.

Uygulamaya geçilmeden önce öğrencilere, yapılan araştırmanın amacı ve veri toplama araçlarının nasıl cevaplandırılacağı konularında gerekli açıklamalar yapılmış ve öğrencilerin uygulama ile ilgili sorularını cevaplanmıştır. Uygulamaya katılan öğrencilere uygulamaya başlamadan önce gizlilik ve gönüllülük ilkesi hakkında açıklama yapılmıştır. Öğrenciler uygulamaya katılımın gönüllü olduğu, uygulamaya katılmak istemeyen öğrencilerin zorunlu olmadıkları ve herhangi bir nedenden dolayı istedikleri zaman uygulamadan ayrılacakları konusunda bilgilendirilmişlerdir.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırma sonucunda elde edilen veriler sosyal bilimler için istatistik paket programı ile çözümlenmiştir.

Benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve olumlu olumsuz duygular bağımsız değişkenlerinin lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının işlevlerini yordama gücünü belirlemek amacıyla “ aşamalı çoklu regresyon analizi (stepwise multiple regression) kullanılmıştır. Regresyon analizi aralarında ilişki olan ya da daha fazla değişkenden birinin bağımlı değişken, diğerlerinin bağımsız değişkenler olarak ayrımı ile aralarındaki ilişkinin bir matematiksel eşitlik ile açıklanması sürecini anlatır. Regresyon analizinde; bağımlı değişken bir, bağımsız değişken bir ise yonteme “basit regresyon analizi”, bağımlı değişken bir, bağımsız değişken iki ya da daha fazla ise “çoklu regresyon analizi”, bağımlı değişken iki ya da daha fazla ise “çok değişkenli regresyon analizi” denir (Büyüköztürk, 2007). Yani bir bağımlı değişkenin değişiminde yordayıcı değişkenlerin bir ya da daha fazlasının ayrı ve toplu katkılarını inceleyen istatistiksel bir yöntemdir (Heppner, Wampold ve Kivlinghan, 2008).

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde, lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeyleri, algılanan sosyal destek türleri ve olumlu olumsuz duygularının, kendine zarar verme davranışının otonom ve sosyal işlevlerini ne derece yordadığına ilişkin gerçekleştirilen aşamalı çoklu regresyon analizi sonuçları sunulmuştur. İlk önce lise öğrencilerinin bağımlı ve bağımsız değişkenlerden aldıkları puanlara ilişkin betimleyici istatistikler verilmiş, daha sonra regresyon analizine ilişkin bulgular sunulmuştur.

Lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeyleri, algıladıkları sosyal destek türleri ve olumlu olumsuz duygularının kendine zarar verme davranışının işlevlerini yordama derecesini incelemek için aşamalı çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analize giren değişkenlere ilişkin betimleyici istatistikler Tablo 1’de verilmiştir.

4.1. Ön Analizler

Lise öğrencilerinin benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve olumlu olumsuz duygulanım düzeylerinin kendine zarar verme davranışının otonom ve sosyal işlevlerini yordamasına ilişkin regresyon analizi gerçekleştirilmeden önce çoklu doğrusal regresyon analizinin varsayımları incelenmiş ve uygunluğu test edilmiştir. Daha sonra Mahalanobis mesafesi hesaplanarak normal dağılımı etkileyen 188 çok değişkenli uç değer veri setinden çıkarılmıştır ve 1357 kişilik veri seti 1169 veriye düşmüş, bu veri seti ile analize devam edilmiştir.

Çoklu doğrusal regresyon analizinin normal dağılım dışındaki bir diğer varsayımı olan bağımsız değişkenlerin ilişkili olma durumuna göre regresyon analizlerindeki tolerans ve VIF değerlerine bakılmış ve tolerans değerlerinde .10’dan küçük ve VIF değerinde 10’dan büyük değerler gözlenmemiştir. Bu yolla bağımsız değişkenlerin ilişkisiz olduğu, çoklu bağlantı problemi gözlenmediği saptanmıştır.

Örneklemin bağımlı değişken ve bağımsız değişkenden aldıkları puanlara ilişkin betimsel istatistikler Tablo 1.’de verilmiştir.

Tablo 1. *Lise Öğrencilerinin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Ergenler İçin Olumlu Olumsuz Yaşantı Ölçeği ve Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanterini Betimleyici İstatistikler*

Değişken	N	\bar{X}	SS	Min.	Max.
Olumsuz Duygular	1169	16.84	4.42	6.00	28.00
Olumlu Duygular	1169	20.62	4.59	8.00	30.00
Aile Destek	1169	20.67	6.28	4.00	28.00
Arkadaş Destek	1169	21.40	5.96	5.00	28.00
Diğer Destek	1169	16.31	8.35	4.00	28.00
Benlik Saygısı	1169	2.61	1.90	.00	6.00
Otonom İşlevler	1169	7.98	6.06	.00	24.00
Sosyal İşlevler	1169	8.62	6.87	.00	29.00

4.2. Kendine Zarar Verme Davranışının Türlerine ve Sıklığına İlişkin Bulgular

Bu kısımda kendine zarar verme davranışının türlere ve cinsiyete göre dağılımı ve sıklıkları sunulacaktır. Bu araştırmada 2375 öğrenciye uygulama yapılmış, kendine zarar verme davranışı olduğunu belirten öğrenci sayısı 1357 olarak belirlenmiştir. Buna göre kendine zarar verme davranışının örnekleme %57 oranında gözlendiği saptanmıştır. Ayrıca örnekleme kendine zarar verme davranışının türleri ve bu türlerin cinsiyete göre sıklıkları incelenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Kendine Zarar Verme Davranışı Türlerine İlişkin Bulgular

		Kız		Erkek		Toplam N	Toplam %
		N	%	N	%		
Kesme	Var	151	12.7	129	10.9	280	23.6
	Yok	500	42.2	406	34.2	906	76.4
Isırma	Var	196	16.5	147	12.4	343	28.9
	Yok	455	38.4	388	32.7	843	71.1
Yakma	Var	42	3.5	63	5.3	105	8.9
	Yok	609	51.3	472	39.8	1081	91.1
Cilde Harf/Yazı /Şekil Kazıma	Var	145	12.2	133	11.2	278	23.4
	Yok	506	42.7	402	33.9	908	76.6
Çimdikleme	Var	180	15.2	83	7.0	263	22.2
	Yok	471	39.7	452	38.1	923	77.8
Saç Kopartma	Var	154	13.0	66	5.6	220	18.5
	Yok	497	41.9	469	39.5	966	81.5

Tablo 2'nin devamı *Kendine Zarar Verme Davranışı Türlerine İlişkin Bulgular*

Tırnaklama	Var	229	19.3	92	7.8	321	27.1
	Yok	422	35.6	443	37.4	865	72.9
Kendini sert bir yere çarpma veya Kendine Vurma	Var	212	17.9	210	17.7	422	35.6
	Yok	439	37.0	325	27.4	764	64.4
Yaranın İyileşmesine Engel Olma	Var	474	40.0	365	30.8	839	70.7
	Yok	177	14.9	170	14.3	347	29.3
Cildi Sert bir yüzeye sürtme	Var	58	4.9	64	5.4	122	10.3
	Yok	593	50.0	471	39.7	1064	89.7
Kendine iğne batırma	Var	86	7.3	69	5.8	155	13.1
	Yok	565	47.6	466	39.3	1031	86.9
Tehlikeli/zararlı madde içme/yutma	Var	55	4.6	62	5.2	117	9.9
	Yok	596	50.3	473	39.9	1069	90.1
Diğer	Var	28	2.4	41	3.5	69	5.8
	Yok	623	52.5	494	41.7	1117	94.2

Tablo 2 incelendiğinde öğrencilerin kendine zarar verme davranışı türlerinden 280 (%23.6) öğrencinin kesme, 343 öğrencinin (%28.9) ısırma, 105 öğrencinin (%8.9) yakma, 278 öğrencinin (%23.4) cilde harf/yazı /şekil kazıma, 263 öğrencinin (%22.2) çimdikleme, 220 öğrencinin (%18.5) saç koparma, 321 öğrencinin (%27.1) tırnaklama, 422 öğrencinin (%35.6) kendini sert bir yere çarpma veya kendine vurma, 839 öğrencinin (%70.7) yaranın iyileşmesine engel olma, 122 öğrencinin (%10.3) cildi sert bir yüzeye sürtme, 155 öğrencinin (%13.1) kendine iğne batırma, 117 öğrencinin (%9.9) tehlikeli/zararlı madde içme/yutma ve 69 öğrencinin (%5.8)

diğer kendine zarar verme davranışlarını belirttiği görölmüştür. Ayrıca kendine zarar verme davranışı olan öğrencilerin sorgulanan on iki kendine zarar verme yöntemi arasında “yaranın iyileşmesine engel olma” ve kendini sert bir yere çarpma veya kendine vurma” davranışını daha sık gerçekleştirdiklerini ifade ettikleri görölmüştür. En az kullandıklarını belirttikleri kendine zarar verme davranışı ise Tehlikeli/zararlı madde içme/yutma ve yakma olarak görölmüştür. Kendine zarar verme davranışı olan kız ve erkek öğrenciler arasında kendine zarar verme davranışının görölme oranlarının kız öğrenciler için %4.6 - %40 arasında, erkek öğrenciler için %5.2 - %30.8 arasında değiştii, kız öğrencilerin kendine zarar verme davranışının sıklığının erkek öğrencilere göre daha fazla olduğu görölmüştür.

4.3. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Okul Türüne İlişkin Bulgular

Çalışma kapsamında Ortaöğretim Genel Müdürlüğüne, Mesleki ve Teknik Eğitim Genel Müdürlüğüne, Din Öğretimi Genel Müdürlüğüne ve Özel Öğretim Genel Müdürlüğüne bağlı okullarda eğitim gören öğrencilerden veri toplanmıştır. Okul türlerine ve sınıf düzeylerine göre kendine zarar verme davranışının sıklığı incelenmiştir (Tablo 3).

Tablo 3. *Kendine Zarar Verme Davranışı ve Okul Türü*

		Okul Türü				
		Anadolu	Meslek	İmam Hatip	Özel Okul	Toplam
		Lisesi	Lisesi	Lisesi		
9. sınıf	N	152	126	20	24	322
	%	12.9	10.7	1.7	2.0	27.2
10. sınıf	N	171	105	25	21	322
	%	14.5	8.9	2.1	1.8	27.2
11. sınıf	N	134	135	25	20	314
	%	11.3	11.4	2.1	1.7	26.6
12.sınıf	N	107	87	9	21	224
	%	9.1	7.4	0.8	1.8	19
Toplam	N	564	453	79	86	1182
	%	47.7	38.3	6.7	7.3	100

Tablo 3 incelendiğinde kendine zarar verme davranışı olan öğrencilerin %47.7'sinin Anadolu Lisesi'nde, %38.3'ünün Meslek Lisesi'nde, %6.7'sinin İmam Hatip Lisesi'nde ve %7.3'ünün ise özel lisede eğitim aldığı görülmektedir. Anadolu Lisesinde 9. sınıfta kendine zarar verme davranışı 152 (%12.9) iken 12. sınıfta 107 (%9.1), Meslek Lisesinde 9. sınıfta kendine zarar verme davranışı 126 (%10.7) iken 12.sınıfta 87 (%7.4), İmam Hatip Lisesinde 9. sınıfta kendine zarar verme davranışı 20 (%1.7) iken 12. sınıfta 9 (%0.8), Özel lisede 9. sınıfta kendine zarar verme davranışı 24 (%2) iken 12. sınıfta 21(%1.8) olarak bulunmuştur.

4.4. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Sosyoekonomik Düzeye İlişkin Bulgular

Bu kısımda Ortaöğretim Genel Müdürlüğüne, Mesleki ve Teknik Eğitim Genel Müdürlüğüne, Din Öğretimi Genel Müdürlüğüne ve Özel Öğretim Genel Müdürlüğüne bağlı okullarda eğitim gören öğrencilerden toplanan veriler doğrultusunda öğrencilerin kendine zarar verme davranışının sosyoekonomik düzeye göre sıklığı incelenmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Sosyoekonomik Düzey

	<i>f</i>	%
Çok iyi	49	4.1
İyi	506	42.6
Orta	585	49.3
Kötü	35	2.9
Çok kötü	8	.7
Toplam	1183	100

Tablo 4 incelendiğinde kendine zarar verme davranışı olan öğrencilerin %49.3'ünün ailesinin sosyoekonomik düzeyini orta olarak değerlendirdikleri, %7'sinin ise çok kötü olarak değerlendirdikleri görülmüştür. Öğrencilerin %4.1 i ise ailelerinin sosyo ekonomik durumunu çok iyi olarak değerlendirmişlerdir.

4.5. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Okul Başarısına İlişkin Bulgular

Çalışma kapsamında Ortaöğretim Genel Müdürlüğüne, Mesleki ve Teknik Eğitim Genel Müdürlüğüne, Din Öğretimi Genel Müdürlüğüne ve Özel Öğretim Genel Müdürlüğüne bağlı okullarda eğitim gören öğrencilerden toplanan veriler doğrultusunda öğrencilerin kendine zarar verme davranışının okul başarısına göre sıklığı incelenmiştir (Tablo 5).

Tablo 5. Kendine Zarar Verme Davranışı Ve Okul Başarısı

	<i>f</i>	%
Çok iyi	52	4.4
İyi	424	35.8
Orta	547	46.2
Kötü	133	11.2
Çok kötü	28	2.4
Toplam	1184	100

Tablo 5 incelendiğinde kendine zarar verme davranışı olan öğrencilerin %46.2'sinin kendilerini orta düzeyde başarılı olarak değerlendirdikleri, %2.4'ünün ise başarılarını çok kötü olarak değerlendirdikleri görülmüştür. Çalışmaya katılan öğrencilerin sadece %4.4'ü kendilerini başarılı olarak değerlendirmişlerdir.

4.6. Lise Öğrencilerinin Olumsuz Duygular, Benlik Saygısı, Aile Destek ve Diğer Destek Puanlarının Lise Öğrencilerinin Kendine Zarar Verme Davranışının Otonom İşlevlerini Yordamasına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin otonom işlev puanlarının yordanmasına ilişkin aşamalı çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 7 ve Tablo 8’de verilmiştir. Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyonlar ise tablo 6’da sunulmuştur.

Tablo 6. *Otonom İşlevler, Olumsuz Duygular, Benlik Saygısı, Olumlu Duygular, Aile Destek, Arkadaş Destek ve Diğer Destek Korelasyon Tablosu*

	Otonom İşlevler	Olumsuz Duygular	Benlik Saygısı	Olumlu Duygular	Aile Destek	Arkadaş Destek	Diğer Destek	N
Otonom İşlevler	1.000*							1169
Olumsuz Duygular	.274*	1.000*						1169
Benlik Saygısı	.272*	.375*	1.000*					1169
Olumlu Duygular	-.226*	-.556*	-.469*	1.000*				1169
Aile Destek	-.209*	-.248*	-.322*	.384*	1.000*			1169
Arkadaş Destek	-.045	-.163*	-.192*	.282*	.361*	1.000*		1169
Diğer Destek	-.021	-.081	-.214*	.287*	.276*	.339*	1.000*	1169

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 7. *Olumsuz Duygular, Benlik Saygısı, Aile Destek ve Diğer Destek Puanlarının Lise Öğrencilerinin Kendine Zarar Verme Davranışının Otonom İşlev Puanlarını Yordamasına İlişkin R ve R² Değişimi*

Aşama	R	R ²	R ²	F	Sd1	Sd2	F Değişim
			Değişim	Değişimi			P
1	.27	.07	.07	94.79	1	1167	.00
2	.33	.11	.33	43.32	1	1166	.00
3	.35	.12	.11	13.94	1	1165	.00
4	.35	.12	.00	5.23	1	1164	.02

Tablo 8. *Olumsuz Duygular, Benlik Saygısı, Aile Destek ve Diğer Destek Puanlarının Lise Öğrencilerinin Otonom İşlev Puanlarını Yordamasına İlişkin B, Beta Korelasyonu ve Anlamlılık Düzeyi*

Değişken	B	Std Hata	β	T	P
Sabit	1699	.673		2.512	.012
Olumsuz Duygular	.38	.039	.274	9.736	.000
Sabit	1.753	.661		2.653	.008
Olumsuz Duygular	.275	.041	.200	6.719	.000
Benlik Saygısı	.626	.095	.196	6.582	.000

Tablo 8'in devamı

Değişken	B	Std Hata	β	T	P
Sabit	4.555	.998		4.566	.000
Olumsuz	.253	.041	.184	6.143	.000
Duygular					
Benlik	.533	.098	.167	5.447	.000
Saygısı					
Aile Destek	-.106	.028	-.110	-3.733	.000
Sabit	4.055	1.019		3.977	.000
Olumsuz	.250	.041	.182	6.075	.000
Duygular					
Benlik	.564	.099	.177	5.724	.000
Saygısı					
Aile Destek	-.121	.029	-.125	-4.161	.000
Diğer Destek	.048	.021	.066	2.287	.022

Tablo7 ve Tablo 8 'de görüldüğü gibi, lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının otonom işlev puanlarının yordanmasına ilişkin aşamalı çoklu regresyon analizi dört aşamada tamamlanmıştır. Olumsuz Duygular, Benlik Saygısı, Aile Destek ile Diğer Destek puanları anlamlı yordayıcılar olarak bulunmuştur.

Birinci aşamada, lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının otonom işlev puanlarının en iyi yordayıcısı ya da lise öğrencilerinin otonom işlev puanlarındaki varyansın en fazla açıklayıcısı olarak Olumsuz Duygular puanları analize girmiş ve toplam varyansın %7'sini açıklamıştır. Bu açıklamanın düşük düzeyde bir açıklama olduğunu söylemek mümkündür (Leech, Barret, Morgan , 2008).

Olumsuz Duygular Puanları ve lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışı otonom işlev puanları arasındaki korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur [$R= .27$, $R^2= .07$, $F(1,1167) = 94.79$, $p<.05$].

Aşamalı çoklu regresyon analizinin ikinci aşamasında, Olumsuz Duygular Puanlarına ek olarak Rosenberg Benlik Saygısı puanları boyutu girmiştir. Benlik Saygısı puanları varyansın açıklanmasına %4'lük bir katkı sağlayarak lise

öğrencilerinin kendine zarar verme davranışı otonom işlev puanlarındaki açıklanan varyansı %11'e yükseltmiştir. Bu açıklama düzeyi düşük bir değere karşılık gelmektedir (Leech ve diğ., 2008).

Benlik Saygısı puanları ve lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışı otonom işlev puanları arasındaki korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur [$R = .33$, $R^2 = .11$, $F(1,1166) = 43.33$, $p < .05$].

Aşamalı çoklu regresyon analizinin üçüncü aşamasında, Olumsuz Duygular ve Rosenberg Benlik Saygısı puanlarına ek olarak Aile Destek Puanları boyutu puanları girmiştir. Aile Destek puanları varyansın açıklanmasına %1'lik bir katkı sağlayarak lise öğrencilerinin, kendine zarar verme davranışı otonom işlev puanlarındaki açıklanan varyansı %12'ye yükseltmiştir. Açıklanan varyansın oranına bakıldığında bu ilişkinin gücünün düşük olduğu saptanmıştır (Leech & diğ., 2008). Aile Destek Puanları ve lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışına ilişkin otonom işlev puanları arasındaki korelasyon negatif yönde ve anlamlı bulunmuştur [$R = .35$, $R^2 = .12$, $F(1,1165) = 13.94$, $p < .05$].

Aşamalı çoklu regresyon analizinin dördüncü aşamasında, Olumsuz Duygular ve Rosenberg Benlik Saygısı puanları, Aile Destek Puanlarına ek olarak Arkadaş Destek Puanları boyutu girmiştir. Arkadaş Destek Puanları varyansın açıklanmasına bir katkı da bulunmamış ve açıklanan varyans sağlayarak lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışı otonom işlev puanlarındaki açıklanan varyansı önemli bir katkıda bulunmamıştır. Arkadaş Destek Puanları ve lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışı otonom işlev puanları arasındaki korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur [$R = .35$, $R^2 = .12$, $F(1,1164) = 5.23$, $p < .05$].

4.7. Lise Öğrencilerinin Aile Destek, Benlik Saygısı, Diğer Destek ve Olumsuz Duygular Puanlarının Lise Öğrencilerinin Kendine Zarar Verme Davranışının Sosyal İşlevlerini Yordamasına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin sosyal işlev puanlarının yordanmasına ilişkin aşamalı çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 10 ve Tablo 11 'de verilmiştir. Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyonlar ise Tablo 9'da sunulmuştur.

Tablo 9. Sosyal İşlevler, Aile Destek, Benlik Saygısı, Olumsuz Duygular, Olumlu Duygular, Arkadaş Destek ve Diğer Destek Korelasyon Tablosu

	Sosyal İşlevler	Aile Destek	Benlik Saygısı	Olumsuz Duygular	Olumlu Duygular	Arkadaş Destek	Diğer Destek	N
Sosyal İşlevler	1.000*							1169
Aile Destek	-.182*	1.000*						1169
Benlik Saygısı	.171*	-.322*	1.000*					1169
Olumsuz Duygular	.143*	-.248*	.375*	1.000*				1169
Olumlu Duygular	-.135*	.384*	-.469*	-.556*	1.000*			1169
Arkadaş Destek	-.078	.361*	-.192*	-.163*	.282*	1.000*		1169
Diğer Destek	.002	.276*	-.214*	-.081	.287*	.339*	1.000*	1169

* $p < .05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 10. Aile Destek, Benlik Saygısı, Diğer Destek ve Olumsuz Duygular Puanlarının Lise Öğrencilerinin Kendine Zarar Verme Davranışının Sosyal İşlev Puanlarını Yordamasına İlişkin R ve R² Değişimi

	R	R ²	R ² Değişim	F	Sd1	Sd2	F Değişim	P
1	.18	.03	.03	40.80	1	1167		.00
2	.22	.05	.01	17.38	1	1166		.00
3	.23	.05	.01	6.34	1	1165		.01
4	.24	.06	.00	5.042	1	1164		.03

Tablo 11. *Aile Destek, Benlik Saygısı, Diğer Destek ve Olumsuz Duygular Puanlarının Lise Öğrencilerinin Sosyal İşlev Puanlarını Yordamasına İlişkin B, Beta Korelasyonu ve Anlamlılık Düzeyi*

Değişken	B	Std Hata	β	T	P
Sabit	12.760	.679		18.785	.000
Aile Destek	-.199	.031	-.182	-6.331	.000
Sabit	10.654	.843		12.642	.000
Aile Destek	-.155	.033	-.142	-4.692	.000
Benlik	.455	.109	.126	4.169	.000
Saygısı					
Sabit	9.937	.888		11.194	.000
Aile Destek	-.174	.034	-.159	-5.148	.000
Benlik	.493	.110	.136	4.484	.000
Saygısı					
Diğer Destek	.062	.025	.075	2.519	.012
Sabit	8.124	1.199		6.776	.000
Aile Destek	-.162	.034	-.149	-4.765	.000
Benlik	.409	.116	.113	3.525	.000
Saygısı					
Diğer Destek	.060	.025	.073	2.447	.015
Olumsuz	.109	.048	.070	2.245	.025
Duygular					

Tablo 10 ve Tablo 11’de görüldüğü gibi, lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarının yordanmasına ilişkin aşamalı çoklu regresyon analizi dört aşamada tamamlanmıştır. Aile Destek, Benlik Saygısı, Diğer Destek ile Olumsuz Duygular puanları anlamlı yordayıcılar olarak bulunmuştur.

Birinci aşamada, lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarının en iyi yordayıcısı ya da lise öğrencilerinin sosyal işlev puanlarındaki varyansın en fazla açıklayıcısı olarak Aile Destek puanları analize girmiş ve toplam varyansın %3’ünü açıklamıştır. Bu açıklamanın düşük düzeyde bir açıklama olduğunu söylemek mümkündür (Leech ve diğ., 2008).

Aile Destek Puanları ve lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışı sosyal işlev puanları arasındaki korelasyon negatif yönde ve anlamlı bulunmuştur [$R = .13$, $R^2 = .03$, $F(1,1167) = 40.78$, $p < .05$].

Aşamalı çoklu regresyon analizinin ikinci aşamasında, regresyon eşitliğine Aile Destek Puanlarına ek olarak Rosenberg Benlik Saygısı puanları boyutu girmiştir. Benlik Saygısı puanları varyansın açıklanmasına yaklaşık %2'lik bir katkı sağlayarak lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışı sosyal işlev puanlarındaki açıklanan varyansı %5'e yükseltmiştir. Bu açıklama düzeyi düşük bir değere karşılık gelmektedir (Leech ve diğ., 2008).

Benlik Saygısı puanları ve lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışı sosyal işlev puanları arasındaki korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur [$R = .22$, $R^2 = .05$, $F(1,1166) = 17.38$, $p < .05$].

Aşamalı çoklu regresyon analizinin üçüncü aşamasında, Aile Destek ve Rosenberg Benlik Saygısı puanlarına ek olarak Diğer Destek Puanları [$R = .23$, $R^2 = .05$, $F(1,1165) = 6.34$, $p < .05$] ve dördüncü aşamasında olumsuz duygular puanları boyutu eşitliğe girmiştir. Bu iki değişken bir arada açıklanan varyansı %1 arttırarak %6'ya yükseltmiştir. [$R = .24$, $R^2 = .06$, $F(1,1164) = 5.042$, $p < .05$]. Açıklanan varyans oranının düşük olduğu söylenebilir (Leech & diğ., 2008). Diğer Destek, Olumsuz Duygular Puanları ve lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışı sosyal işlev puanları arasındaki korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde öncelikle lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışı türleri ve bunun cinsiyete göre dağılımı; kendine zarar verme davranışının okul türlerine ve sınıf düzeylerine göre sıklıkları; kendine zarar verme davranışı olan öğrencilerin algıladıkları sosyoekonomik düzey ve algıladıkları okul başarılarına yönelik bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır. Daha sonra benlik saygısının, algılanan sosyal desteğin (aile, arkadaş, diğer) ve olumlu olumsuz duygularının kendine zarar verme davranışının otonom ve sosyal işlevlerini yordama derecesine yönelik bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.1. Kendine Zarar Verme Davranışının Türlerine ve Sıklığına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırmamızda kendine zarar verme davranışı olan lise öğrencilerinin, kendine zarar verme davranışı türlerinden en sık “yaranın iyileşmesine engel olma” ve kendini sert bir yere çarpma veya kendine vurma” davranışını kullandıklarını belirttikleri görülmüştür. En az kullandıklarını belirttikleri kendine zarar verme davranışı ise Tehlikeli/zararlı madde içme/yutma ve yakma olarak görülmüştür. Kendine zarar verme davranışı türlerinin görülme oranlarını inceleyen çalışmalara bakıldığında klinik örneklemlerli çalışma ve toplum örneklemindeki çalışmalar (Akay-Tunal, 2010; Aktepe ve diğ., 2014; Değerli, 2015; Geel ve diğ., 2015; Kabukçu-Başay ve diğ., 2017; Lülecı 2007; Sezer-Efe ve Erdem; Shek ve Yu, 2012) arasında farklı bulgular göze çarpmakta, toplum örneklemlerli çalışmalarda “yaranın iyileşmesine engel olma”, “cilde harf veya şekil kazıma”, “kendini sert bir yere çarpma veya vurma” davranışlarına daha fazla rastlanmaktadır. Dolayısıyla bu çalışmanın bulgularını destekler nitelikte sonuçlara ulaşılmıştır.

Araştırmamızda kendine zarar verme davranışı olan kız ve erkek öğrenciler arasında kendine zarar verme davranışının görülme oranlarının kız öğrenciler için %4.6 - %40 arasında, erkek öğrenciler için %5.2 - %30.8 arasında değiştiği, kız öğrencilerin kendine zarar verme oranının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. İlgili literatürde yapılan araştırmalar incelendiğinde kız ve erkekler arasında farklılık olmadığını ileri süren araştırmalar olduğu gibi (Lloyd-Richardson ve diğ., 2007; Zoroğlu ve diğ., 2003) kendine zarar verme davranışının

kızlarda daha fazla olduğunu (Jacobson ve Gould, 2007; Landstedt ve Gadin, 2011; Lundh ve diğ., 2007; O'Connor, Rasmussen ve Hawton, 2014; Phillips ve diğ., 2013; Serim ve diğ., 2009) gösteren bir çok araştırmaya rastlanmaktadır. Bu çalışmanın bulgusu da kızlarda kendine zarar verme davranışının yüksekliğinin daha sık olduğunu destekler niteliktedir. Eisenberg, Spinrad ve Smith, (2004) yaptıkları çalışmada duyguların ifadesinin bireysel farklılıklardan, çevresel etkilerden, bu faktörlerin birleşiminden etkilendiğini, bu konuda erkekler ve kadınlar arasında farklılıkların olduğunu belirtmişlerdir. Liseye ve üniversiteye devam eden öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin incelendiği bir çalışmada fiziksel saldırganlık alt boyutunda erkek öğrencilerin puan ortalamalarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu ve saldırganlık davranışlarında cinsiyete göre değişimin saldırganlığın ifade edilme şeklinde ortaya çıktığı bulunmuştur (Eroğlu, 2009). Örneğin öfke, erkek çocuklar için toplum tarafından onaylanırken kız çocukları için beklenen bir dışavurum değildir. Buradan hareketle olumsuz duyguları baskılama ve bu olumsuz duyguların kendine yönlendirilmesinin kızlarda kendine zarar verme davranışının daha fazla olmasında etkili olabileceği, toplumun cinsiyete bağlı olarak bireylere yüklediği rollerin bu durumun sebebini açıklayabileceği düşünülebilir.

5.2. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Okul Türlerine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırmamızda Anadolu Lisesinde 9. sınıfta kendine zarar verme davranışı 152 (%12.9) iken 12. sınıfta 107 (%9.1), Meslek Lisesinde 9. sınıfta kendine zarar verme davranışı 126 (%10.7) iken 12.sınıfta 87 (%7.4), İmam Hatip Lisesinde 9. sınıfta kendine zarar verme davranışı 20 (%1.7) iken 12. sınıfta 9 (%0.8), Özel okulda 9. sınıfta kendine zarar verme davranışı 24 (%2) iken 12. sınıfta 21(%1.8) olarak bulunmuştur. Kendine zarar verme davranışı ve okul türlerine bakıldığında, çalışmaya katılan öğrenci sayısı da göz önüne alındığında kendine zarar verme davranışının oranlarında önemli farklılıklar görülmemesine karşın sınıf düzeylerine göre bakıldığında 9. sınıftan 12. sınıfa doğru bir azalma olduğu görülmüştür. Yapılan araştırmalara bakıldığında kendine zarar verme davranışının ortalama başlangıç yaşı 11-15 yaş (Whitlock ve Selekman, 2014; Klonsky ve Muehlenkamp, 2007; Kumar ve diğ., 2004) olarak gösterilmiştir. Buradan hareketle 9. sınıfta bu davranışın

denemelerinin daha yoğun olduğu ve davranışın 12. sınıfa doğru azalma eğilimi gösterdiği düşünülebilir.

5.3. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Sosyoekonomik Düzeye İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Kendine zarar verme davranışı olan lise öğrencileri, ailelerinin sosyo ekonomik düzeylerini, kendi algıları doğrultusunda %4.1'i çok iyi, %42.6'sı iyi, %49.3'ü orta, %2.9'u kötü ve %7'si ise çok kötü olarak değerlendirmişlerdir. Kendine zarar verme davranışında düşük sosyoekonomik düzey dezavantaj gibi değerlendirilse de (Landstedt ve Gadin, 2011) öğrencilerin algıladıkları sosyoekonomik düzey açısından kötü ve çok kötü sosyoekonomik düzeyde olanların daha fazla kendine zarar verme davranışı gösterdiklerini belirtmedikleri saptanmıştır. Literatürdeki birçok araştırmaya bakıldığında (Lüleci 2007; Kabukçu-Başay 2011; Eyüboğlu, 2013) öğrencilerin sosyoekonomik düzeylerini orta ve yüksek olarak değerlendirdikleri çalışmalara rastlanmaktadır. Öğrencilerin algılanan sosyoekonomik düzey bakımından kendilerini daha çok orta ve yüksek sosyo ekonomik düzey olarak değerlendirdikleri, düşük sosyoekonomik düzeyde nitelendirmedikleri görülmektedir. Dolayısıyla bu çalışmada da algılanan sosyoekonomik düzeyin gerçek sosyoekonomik düzeyi yansıtmadığı ve ayırtedici olmadığı düşünülebilir.

5.4. Kendine Zarar Verme Davranışı ve Okul Başarısına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırmamızda kendine zarar verme davranışı olan lise öğrencileri, okul başarılarını, kendi algıları doğrultusunda %4.4'ü çok iyi, %35.2 'si iyi, %46.2'si orta düzeyde, %11.2'si kötü ve %2.4'ü ise çok kötü olarak değerlendirmişlerdir. Görüldüğü gibi kendine zarar verme davranışı olan öğrencilerin büyük bir oranının algılanan başarı söz konusu olduğunda kendilerini orta düzeyde başarılı ve başarılı olarak değerlendirdikleri, kötü kategorisinin çok gözlenmediği görülmüştür. Literatür incelendiğinde (Brunner ve diğ. 2007; İdiğ-Çamuroğlu 2014; Kabukçu-Başay, 2011; Oktan, 2014; Sezer-Efe ve Erdem, 2017; Shek ve Yu 2012) öğrencilerin başarılarını orta ve yüksek olarak değerlendirdikleri çalışmalara rastlanmaktadır. Buradan hareketle bu çalışmada da algılanan okul başarısının gerçek okul başarısını

yansıtacak şekilde elde edilemediği ve bu bulgunun ayırtedici olmadığı düşünülebilir.

5.5. Olumsuz Duygular, Benlik Saygısı, Aile Destek, Diğer Destek Puanlarının Lise Öğrencilerinin Kendine Zarar Verme Davranışının Otonom İşlev Puanlarını Yordamasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Otonom işlevler boyutu altında, afekt regülasyonu, öz kısıyımı önleme, sıkıntıyı etiketleme, kendini cezalandırma, çözülmeyi önleme, intikam alma alt boyutları yer almaktadır.

Lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının otonom işlevlerinin yordama derecesini belirlemek için veriler üzerinde aşamalı çoklu regresyon analizi uygulanmıştır (Bkz. Tablo 8 ve Tablo 9). Araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde, kendine zarar verme davranışının otonom işlevlerinin en önemli yordayıcısı olarak olumsuz duygular puanlarının ortaya çıktığı ve otonom işlevler ile olumsuz duygular puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir (Bkz. Tablo 8). Yani lise öğrencilerinin olumsuz duygulanımı arttıkça kendine zarar verme davranışlarında daha çok otonom işlevleri kullandıkları; olumsuz duygulanımı azaldıkça da kendine zarar verme davranışlarında otonom işlevleri kullanmalarının azaldığı söylenebilir. Ergenlik döneminde meydana gelen değişimler, ergenin sosyal çevresi, ilişkileri, okul yaşamı ergende öfke, suçluluk, üzüntü, utanç gibi birtakım olumsuz duygular uyandırabilir ve ergen bu duygularla baş edebilmek için kendine zarar verme davranışını gösterebilir. Öfke, kızgınlık, şiddet, saldırganlık gibi duygular kişinin kendisinden kaynaklanabileceği gibi onun için yaşamında önemli olan birilerinin bireyde yarattığı olumsuz duygulardan da kaynaklanabilir. Birey hayatındaki bazı kişilere karşı öfke duyuyorsa bu durum birey için büyük acı verebilir ve kişi duygusunu dışa dönük olarak ifade edemiyorsa, bedenine yönlendirebilir (Smith, Cox ve Saradjian, 1999).

Olumsuz duygular otonom işlevleri yordamada önemli çıkmıştır. Afekt regülasyon boyutu otonom işlevlerin alt boyutlarından biridir. Ergenlerle yapılan bir çalışmada, kendine zarar verme davranışı gösteren grubun, antisosyal davranışlar sergilediği, duygusal sıkıntı ve öfke sorunları yaşadığı ortaya çıkmıştır (Laye-Gindhu ve Schonert-Reichl, 2005). Klonsky (2007) de yaptığı kapsamlı araştırmada kendine

zarar verme davranışının tipik olarak ezici olumsuz duyguların çabuk ve etkili bir şekilde hafifletilmesi gibi pratik işlevlere hizmet ettiğini ortaya koymuştur. Bu bulgular söz konusu tez çalışmasının bulgularını destekler niteliktedir.

Bu görüşü destekler nitelikte Kavurma (2013), kendine zarar veren kişilerin kendilerini daha iyi hissetme amacı taşıdıklarını söylemiştir. Ayrıca Victor ve Klonsky (2014) kendine zarar verme davranışı olan bireylere özel karakteristik duyguların araştırıldığı bir çalışmada kendine zarar verme davranışı olmayan bireylere kıyasla daha yüksek negatif duygusallık taşıdıklarını belirtmiştir. Bu bulgular yine bizim çalışmamızla paralel olarak otonom işlevler ve afekt regülasyon arasındaki ilişkiye dair diğer bulgulardır.

Kendine zarar verme davranışının otonom işlevlerinin ikinci sıradaki yordayıcısının benlik saygısı olduğu görülmektedir. Benlik saygısı ve otonom işlevler puanları arasındaki korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur (Bkz. Tablo 8). Bir başka ifadeyle, lise öğrencilerinin benlik saygısı yükseldikçe kendine zarar verme davranışının otonom işlev puanlarının da yükseldiği, benlik saygısı düştükçe kendine zarar verme davranışının otonom işlev puanlarının da düştüğü ortaya çıkmıştır. Rosenberg Benlik Saygısı Envanterinden yüksek puan alanların benlik saygısı düzeyleri düşük olduğu bilgisinden hareketle, benlik saygısı düzeyleri düştükçe otonom işlevlerin kullanılmasının arttığı söylenebilir. Benlik kavramının öne geçtiği bu dönemde ergen, kendi algı ve beklentileri ile birlikte çevresinden aldığı geribildirimlerle de benliğini şekillendirir. Okul hayatındaki başarısızlıklar, olumsuz akran ilişkileri, olumsuz beden imajı gibi faktörler ergenin benliğine ilişkin saygısını olumsuz etkileyebilir. Benlik saygısı düşük olan ergenler, kendine ilişkin bu olumsuz algı ile baş edebilmek adına otonom işlevleri kullanarak bedenine yönelerek kendine zarar verebilir.

Benlik saygısı bireylerin kendilerini ne kadar olumlu ya da olumsuz hissettikleri ile de ilgilidir. Benlik saygıları düşük bireyler reddedilmeye, eleştirilmeye duyarlıdırlar. Yetersizlik ve değersizlik duyguları ile baş edebilmek ve karşılaştığı duygusal sıkıntıyı yenebilmek için kendine zarar verme davranışı ergenin kendini rahatlatmasının bir yolu olabilir. Otonom işlevler arasında intiharı önleme işlevi yer almaktadır. Bu işlev düşünüldüğünde bizim çalışmamızla benzer bir şekilde yapılan bir araştırmada (Kara, 2014), kendine zarar verme davranışı olan

grubun bedenlerini daha az çekici algıladıkları, daha az sağlıklı buldukları, daha az beden bütünlüğüne sahip hissettikleri bulunmuştur. Bunun yanında benlik saygısının kendine zarar verme davranışı ile ilişkili olduğunu saptanmış, daha düşük benlik saygısının daha ciddi nitelikte kendine zarar verme davranışı ile ilişkili olduğunun öngörülebileceği belirtilmiştir.

Kendine zarar verme davranışı olan bir grupta 2005 yılında yapılan çalışmada, bu grubun benlik saygılarının düşük olduğu görülmüştür (Laye-Gindhu ve Schonert-Reichl, 2005). Diğer yandan Victor ve Klonsky (2014) kendine zarar verme davranışı olan bireylere özel karakteristik duyguların araştırıldığı bir çalışmada kendine zarar verme davranışı olmayan bireylere kıyasla kendinden memnuniyetsizliğin fazla olduğu sonucuna varmışlardır. Bu bulgu çalışmamızda olduğu gibi otonom işlevler ve düşük benlik saygısına dair bir bulgudur.

Yine Hooley ve Germain (2014), öz eleştiri ve kendine zarar verme davranışı arasında önemli bir ilişki olduğunu söylemiş; kendine zarar verme davranışı olan bireylerde öfke, yetersizlik ve düşük benlik saygısı gibi negatif duyguların fazla olduğunu belirtmiştir. Bir başka çalışmada kendine zarar verme davranışının olumsuz beden imgesinin çözülemeyen olumsuz duyguların ve çevreye karşı duyulan öfke, hayal kırıklığı gibi duyguların bedene yöneltilmesi ile ilgili olduğu, kendine zarar verme davranışının olumsuz algılanan beden imgesine yönelik olduğu bildirilmiştir (Walsh, 2006). Otonom işlevler arasında kendini cezalandırma işlevi yer almaktadır. Bu çalışma da olduğu gibi benzer şekilde otonom işlevler ile düşük benlik saygısına dair bir diğer bulgudur.

Kendine zarar verme davranışının otonom işlevlerinin üçüncü sıradaki yordayıcısının aile destek boyutu olduğu görülmektedir. Aile destek ve otonom işlev puanları arasındaki korelasyon negatif yönde ve anlamlı bulunmuştur (Bkz. Tablo 8). Bir başka ifadeyle, lise öğrencilerinin aile destekleri arttıkça kendine zarar verme davranışında otonom işlevleri kullanmalarının azaldığı; aile destekleri azaldıkça da otonom işlevleri kullanmalarının arttığı ortaya çıkmıştır. Ebeveyn-ergen arasındaki iletişim, ergen için sevgi ve güven ortamı oluşturmasının yanı sıra ergenin gereksinimlerine karşı ebeveynlerin destekleyici ve kabul edici davranması, ergenin yaşadığı sorunlara yönelik çözüm yolları bulması, duygularını paylaşabilmesi, sağlıklı karar verebilmede yardımcı olması açısından da önemlidir. İhtiyaç

duydıkları bu desteği ailelerinden alamayan ergenlerin, yaşadıkları yoğun olumsuz durumun yarattığı baskıyla baş edemeyip otonom işlevleri kullanarak kendine zarar verdiği söylenebilir. Nitekim yapılan bir çalışmada olumsuz aile yaşantılarının ömür boyu bireyi daha fazla strese maruz bırakabileceğini ve kendine zarar verme davranışında tetikleyici rol oynayabileceği bulunmuştur (Martin ve diğ., 2016). Başka bir çalışmada elde edilen bulgularda; kendine zarar verme davranışı olan ergenlerin aile içi iletişimde daha fazla sorun yaşadıkları, aile içinde daha fazla sorunların olduğu, duygularını ifade etmekte güçlükler yaşadıkları belirlenmiştir. (Eyüboğlu, Güvenir, Kavurma ve Taş, 2018). Bulgular bizim çalışmamızla benzer şekilde düşük aile desteği ve otonom işlevler arasındaki ilişkiye dikkat çekmektedir.

Benzer şekilde kendine zarar verme davranışının işlevleri arasında yer alan intiharı önleme işlevi ile ebeveyn desteği arasındaki ilişkiyi ele alan bir çalışmada Braush ve Gutierrez (2010) kendine zarar verme davranışı olan gruptaki ergenlerin intihar girişimi olan gruplara göre ebeveyn desteğinin fazla olduğunu bulunmuştur.

Ailesi ile birlikte yaşayan ve olumlu ilişkilere sahip olan ergenlerin (Toprak, Çetin, Güven, Can ve Demircan, 2011), kendine zarar verme riskini daha düşük bulunmuştur. Buradan hareketle olumlu aile ilişkilerine sahip ergenlerin sevgi, güven, saygı ortamında yaşamasının bireyin davranışını etkileyebileceği, yaşadığı duygusal sıkıntı ile başetmek için ihtiyacı olan desteği aileden alması nedeniyle otonom işlevleri kullanmasının artması beklendiği bir sonuç olarak düşünülebilir.

Kendine zarar veren bireylerin yaşamlarındaki önemli kişinin varlığı olmadığı durumlarda, depersonalizasyon ve çözümlenme epizodları yaşadığı ileri sürülmektedir (Gunderson ve Sabo, 1993). Otonom işlevlerden çözümlenmeyi önleme işlevinden hareketle ergenin algılanan aile desteği düştükçe otonom işlevleri kullanması sonucu desteklenebilir.

Kendine zarar verme davranışının otonom işlev puanlarının dördüncü yani son sıradaki yordayıcısının diğer destek alt boyutu olduğu görülmektedir. Diğer destek alt boyutu ve lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının otonom işlev puanları arasındaki korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur (Bkz. Tablo 8). Benzer bir ifadeyle, lise öğrencilerinin diğer destekleri arttıkça otonom işlevleri daha çok kullandıkları; diğer destekleri azaldıkça otonom işlevleri daha az kullandıkları çıkarılabilir. Beklenenin aksine bir bulgudur. Ancak bu araştırmanın

sonucunu destekler nitelikte engelli olan ve olmayan ergenlerle yapılan bir araştırmada, aile ve arkadaş desteği dışında diğer önemli kişilerden alınan sosyal desteğin engelli ergenlerde intihar olasılığını azaltmada az miktarda ilişkisi olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte engelli olmayan bireylerde diğer önemli kişilerden alınan sosyal desteğin intihar olasılığı ile bir ilişkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Arslan, 2017). Yine ergenlerle yapılan bir başka çalışmada kişinin en yakın arkadaşıyla sorunları hakkında konuşabilmesinin, kendine zarar verme davranışı konusunda ergene yardımcı olabilecek gibi görünse de, depresif belirtiler ortaya çıktığı zaman kendine zarar verme davranışını azaltmadığı grlmştr (Latina, Giannotta ve Rabaglietti, 2015).

Sonuç olarak bulgulara genel olarak bakılacak olursa, olumsuz duyguları ve diğer desteği yüksek, benlik saygısı ve aile desteği düşük ergenlerin kendine zarar verme davranışının otonom işlevlerini kullandıkları grlmştr. Diğer desteği yüksek olan ergenlerin otonom işlevleri kullanmaları ise beklenenin aksi bir durumdur.

5.6. Aile Destek, Benlik Saygısı, Diğer Destek ve Olumsuz Duygular Puanlarının Lise ğrencilerinin Kendine Zarar Verme Davranışının Sosyal İşlev Puanlarını Yordamasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Sosyal işlevler boyutu altında; Kişilerarası Sınırlar, Kişilerarası Etkileşim, Akranlarla Bağ Kurma, Kendiyle İlgilenme, Heyecan Arama, Dayanıklılık ve özerklik alt boyutları yer almaktadır.

Lise ğrencilerinin kendine zarar verme davranışının sosyal işlevlerinin yordanma derecesini belirlemek için veriler üzerinde aşamalı çoklu regresyon analizi uygulanmıştır (Bkz. Tablo 10 ve Tablo 11). Araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde, kendine zarar verme davranışının sosyal işlevlerinin en önemli yordayıcısı olarak aile destek puanlarının ortaya çıktığı ve sosyal işlevler ile aile destek puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir (Bkz. Tablo 10). Yani lise ğrencilerinin algılanan aile destekleri yükseldikçe kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanları düşmekte; algılanan aile destekleri düştükçe kendine zarar verme davranışının sosyal işlevler boyutu puanları yükselmektedir.

Ergenlik döneminde ebeveyn ile kurulan güçlü ve olumlu ilişkiler benlik saygısının gelişimini etkilemektedir. Aileden alınan destekle birey kendini güvende hisseder. Bu dönemde ergenle kurulan ilişki, kabul görme, sevilme, özelliklerinin olduğu gibi kabul edilmesi benlik saygısının gelişimi için önemli etkenlerdir. Ergen kendisine beklentisi yönünde davranılmadığında ya da doyum sağlayamadığında bununla birlikte ebeveynlerinden reddedici, eleştirel, tutarsız yaklaşımlarla karşılaşmış olduklarında ebeveynlerine ya da yaşamındaki önemli diğer kişilere yönelik öfke, saldırganlık duygusu yaşayabilirler ve bu durum ergenlerin suçluluk hissetmesine neden olabilir. Bu nedenle ergenlerin kendine zarar verme davranışının sosyal işlevlerini kullanıyor oldukları öne sürülebilir.

Aile destek sosyal işlevleri yordamada önemli çıkmıştır. Bireyin değeri ve yeteneği konusundaki algısı, kendisinin olduğu kadar ebeveyninin de değerlendirmesine bağlıdır. Bizim çalışmamıza paralel olarak aile desteği düşük olan ergenlerin ebeveynleri tarafından desteklenmeyen, olumlu olarak pekiştirilmeyen bireyler oldukları düşünülebilir. Böyle kişilerin kendilerini ebeveynlerine fark ettirmek, onlar tarafından ciddiye alınmak gibi ihtiyaçlarla kendine zarar verme davranışına başvurdukları düşünülebilir. Polk ve Liss (2007) otoriter ebeveynlik tarzı ve aşırı sıkı kuralların kendine zarar verme davranışını etkilediğini ön görmüştür. Wedig ve Nock (2007) da benzer şekilde ebeveynlerin ifade ettiği duyguların (ebeveyn eleştirileri ve aşırı duygusal baskı) ergenlerde kendine zarar verme davranışı üzerindeki etkisini araştırdığı çalışmasında özellikle ebeveyn eleştirisi ve düşmanlığının kendine zarar veren düşünce ve davranışla güçlü bir korelasyona sahip olduğunu bulmuştur. Bununla birlikte ergen öz eleştirisinin de kendine zarar verme davranışı ile ilişkili olduğunu saptamıştır. Yüksek ebeveyn eleştirisinin kendine zarar vermeyi arttırmada rol oynadığı ancak ergenlerin kendilerini eleştirmediklerinde ebeveynlerin eleştirilerinin etkisinin yüksek olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anna Freud ergenliğin en belirgin görevinin anneden ayrışma olduğunu ifade eder ve bu bağları koparmadaki başarısızlık, çocukluktaki bağlanma nesnelere gelen ilgiyi reddetme gibi karşıt tepkilere neden olabilir. Zamanla egoya dayanılmaz hale gelen bu duyguyu ergen ya ailesine yansıtır ya da kendini yaralayarak bedenine yöneltir (akt. Suyemoto, 1998). Anneye güvensiz bağlanma ve anneden ayrışamama nedeniyle, normal kendilik algısının gelişemediği belirtilmektedir (İdiğ-Çamuroğlu,

2014). Kişi deriyi işaretleyerek, kendini çevreden ve başkalarından ayırır, bu yolla kendilik duygusunu hisseder (Kabukçu-Başay, 2011). Sosyal işlevlerden, kişilerarası sınırlar işlevi değerlendirildiğinde ergenin bedeninde işaret bırakarak ebeveyni ile ayrıştığı düşünülebilir. Kabukçu-Başay tarafından yapılan bir araştırmada (2011) ayrılma bireyleşme açısından en fazla güçlük yaşayan grubun tekrarlayıcı kendine zarar verme davranışı gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Ergen için bağımsız davranmak, kendi kararlarını verebilmek önemlidir. Ergenin bireyselleşmesini kabul edici, bağımsızlığını ortaya koymasına destek verici ebeveynlerinin olmaması, var olan bağımsızlık ihtiyacını kendi bedeninde izler bırakarak ortaya koymasına sebep olabilir. Özerklik işlevi sosyal işlevler alt boyutlarından biridir. Bizim çalışmamızı destekler nitelikte olarak Baetens ve diğerleri (2014) 1439 ön ergenlik döneminde olan bireylerle yaptıkları çalışma sonunda ebeveynlerinden psikolojik ve davranışsal olarak daha çok kontrol hisseden ergenlerin kendilerine zarar verme davranışında buldukları ortaya çıkmıştır.

Kendine zarar verme davranışının sosyal işlevlerinin ikinci sıradaki yordayıcısının benlik saygısı olduğu görülmektedir. Benlik saygısı ve sosyal işlevler puanları arasındaki korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur (Bkz. Tablo 10). Bir başka ifadeyle, lise öğrencilerinin benlik saygısı yükseldikçe kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarının da yükseldiği, benlik saygısı düştükçe kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarının da düştüğü ortaya çıkmıştır. Benlik Saygısı Envanterinden yüksek puan alanların benlik saygısı düzeyleri düşük olduğu bilgisinden hareketle, benlik saygısı düştükçe sosyal işlevlerin kullanılmasının arttığı söylenebilir.

Jersild (1978)'e göre benlik kişinin kendini nasıl algıladığı ve kendi bedenine ilişkin sahip olduğu izlenimi içermektedir. Bununla birlikte derinin benliğin sınırları olduğu düşünülebilir. Ergen yaşamsal deneyimlerinde beklediği ilgiyi, desteği göremeyip yaptıklarının kimse tarafından fark edilmediğini gördüğünde kendini değersiz olarak algılayabilir. Bu durum çevresi ile uyum sorunu yaşamasına neden olabilir. Düşük benlik saygısına sahip ergenin olumsuz beden algısı da bu duruma eşlik ettiğinde ergen, yaşadıklarını görünür kılmak için kendine zarar verme davranışı göstererek hissettiği olumsuz duygulara yönelik deride iz bırakmış olabilir.

Ergenlikte ergen kendini değerlendirmekte, incelemekte ve kendisini sıklıkla eleştirmektedir. Benlik saygısı düşük bireylerin kendilerini eleştirmesinin yüksek olması nedeniyle daha fazla acıyı tolere etmeye istekli oldukları düşünülebilir (Kirtley, O'Carroll, ve O'Connor, 2016). Hooley ve Germain, 2014 yılında yaptıkları bir çalışmada kendine zarar vermede acıya katlanma işlevinin, bireyin kendisi hakkındaki düşüncelerinin değişmesi ile azalabileceği hipotezini test etmişlerdir. Çalışmanın sonucunda kendilik değeri yüksek bireylerin acıya katlanma işlevini daha az kullandıklarına ulaşılmıştır. Kendine zarar verme davranışı olumsuz kendilik algısını artırırken, benlik saygısını azaltmaktadır ve bu şekilde kendine zarar verme için kısır bir döngü oluşturmaktadır (Klonsky, Muehlenkamp, 2007). Dayanıklılık işlevinin sosyal işlevlerin alt boyutlarından biri olmasından hareketle benlik saygısı düşük ergenlerin sosyal işlevleri kullanmasının artması beklendik bir sonuç olarak düşünülebilir.

Kendine zarar verme davranışının sosyal işlevler boyutu puanlarının üçüncü yordayıcısının algılanan diğer destek alt boyutu olduğu görülmektedir. Algılanan Diğer Destek alt boyutu ve lise öğrencilerinin kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanları arasındaki korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur (Bkz. Tablo 10). Benzer bir ifadeyle, lise öğrencilerinin algılanan diğer destek alt boyutundan aldıkları puan yükseldikçe kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarının yükseldiği, algılanan diğer destek alt boyutundan aldıkları puan düştükçe kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarının düştüğü görülmektedir. Bu beklenenin aksine bir bulgudur. Karşı cinsle veya kendisi için anlamlı olan bir başka kişi ile sağlıklı ilişkiler kurabilen ergenlerin; sevdiği bir kimse tarafından ilgi görme, onun tarafından ciddiye alınma ve ihtiyaç duyduğu anda ondan yardım alma gibi ihtiyaçları karşılaması beklenebilir.

Kendine zarar verme davranışı olan bireylerin partnerleriyle, kendine zarar verme davranışı olmayan bireylerden daha sık görüşüklerini ortaya koymuştur. Bununla birlikte kendine zarar verme davranışı olan ve olmayan bireylerin partnerleriyle olan etkileşimleri sırasında ve sonrasında destek algılamalarında farklılık bulunmamıştır (Turner, Wakefield, Gratz ve Chapman, 2017). Karşı cinsle veya önemsenen bir birey ile kurulan yakın ilişkilerin ergeni olumlu ve olumsuz anlamda etkileyebileceği göz önüne alındığında, bu araştırmada diğer desteği yüksek

öğrencilerin sosyal işlevleri kullanması düşünülebilir. Olumlu olarak bakıldığında birey algıladığı bu destek ile kendine zarar vermekten uzak durabilir. Olumsuz olarak ise içinde bulunduğu ilişkide kurduğu sağlıklı bağlanmalar sebebiyle kendine zarar verebilir.

Literatüre bakıldığında, Clarke ve Whittaker (1998) ergenlerin bir akran grubuna ait olmak için kendine zarar verdiklerini söylemiş; Aksoy ve Ögel (2003) kendine zarar verme davranışının akranlara uyum sağlama ile ilişkili olduğunu ileri sürmüştür. Young, Sweeting ve West'in 2006 yılında yaptığı bir çalışmada Gothic topluluklarında kendine zarar verme araştırmaları gothic (veya emo) alt gruplarla (gothic tarz elbise ve giyinmeyle özdeşleşmiş gençlik) özdeşleşmiş gençler için kendine zarar vermenin sosyal bağlanma ya da üyelik biçimi olarak uygulanabileceği düşünülmektedir.

Ergenin hayatında var olan anlamlı bir kişinin desteğinin, olumlu duygu yaşantılarının artmasını sağladığı düşünülebilir. Nitekim Meehan, Durlak ve Bryant (1993) lise öğrencileri ile yaptıkları çalışmada sosyal destek ve mutluluk, memnuniyet, kendine güven gibi olumlu duygular arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Geel ve diğ., (2015) klinik olmayan çocuk ve ergen popülasyonunda akran mağduriyeti ve kendine zarar verme davranışı arasındaki ilişkileri incelemek üzere yaptığı çalışmada, kendine zarar verme davranışı ile akran mağduriyeti arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunduğunu göstermiştir.

Kendine zarar verme davranışının sosyal işlevler boyutu puanlarının dördüncü yani son sıradaki yordayıcısının olumsuz duygular olduğu görülmektedir. Olumsuz duygular ve sosyal işlevler boyutu puanları arasındaki korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur (Bkz. Tablo 10). Bir başka ifadeyle, lise öğrencilerinin olumsuz duygular boyutu puanları yükseldikçe kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarının da yükseldiği, olumsuz duygular boyutu puanları düştükçe kendine zarar verme davranışının sosyal işlev puanlarının da düştüğü ortaya çıkmıştır. Kendine zarar verme davranışı olan bireylerde içten gelen yoğun duygular söze dökülemeyecek kadar kişiyi zorlayabilir. Kişi hissettiği bu yoğun duygulanımı dışa vurmaya teşvik edilmediyse, duyduğu öfkeyi kişinin kendi bedenine yönlendirmesi olasıdır. Kişilerarası zorlukların kendine zarar verme davranışına katkıda bulunduğu (Adrian, Zeman, Erdley, Lisa ve Sim, 2011)

bilgisinden hareketle ilişkilerinde zorluk yaşayan ergenlerin, zorlukları yaratan insanlara karşı olabilecek düşmanca duygularını bedenlerine yönelttikleri düşünülebilir. Karşılıklı etkileşimler sonucu ortaya çıkan duygular açısından bakılacak olursa, var olan değersizlik, ilgisizlik, görmezden gelinme gibi olumsuz duygularından kurtulma amacıyla bireyin kendine zarar verdiği ve bu yolla söz konusu duygular ile baş ettiği söylenebilir. Yapılan bir çalışmada psikoterapi gören genç kadınların bazıları insanların tepkilerini çoğu zaman çok fazla hissettiklerini, ardından gelen kendine zarar verme davranışının üzerlerindeki baskıyı hafiflettiğini aktarmışlardır (Gardner 2002). Sosyal işlevlerden kişilerarası etkileşim işlevinden de hareketle ergenin olumsuz duyguları yükseldikçe sosyal işlevleri kullanmasının artmasının beklendiği bir sonuç olduğu düşünülebilir.

Özetle aile desteği ve benlik saygısı düşük, diğer desteği ve olumsuz duyguları yüksek kendine zarar verme davranışı olan lise öğrencilerinin sosyal işlevleri kullandıkları görülmüştür. Diğer desteği yüksek olan lise öğrencilerinin sosyal işlevleri kullanmaları beklenenin aksi bir bulgudur.

5.7. Sonuç ve Öneriler

Araştırmanın bu bölümünde elde edilen bulgular doğrultusunda sonuçlar özetlenmiş ve araştırmacılara bir takım öneriler sunulmuştur.

Bu araştırmanın amacı kendine zarar verme davranışı olan lise öğrencilerinin, benlik saygısı düzeylerinin, aile, arkadaş ve özel bir kimseden algılanan sosyal desteğin ve olumlu ve olumsuz duygu yaşantılarının kendine zarar verme davranışının otonom ve sosyal işlevlerini yordama gücü açısından ele alınması olarak belirlenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre kendine zarar verme davranışı olan lise öğrencilerinin;

1. Bu çalışmada 2375 öğrenciye uygulama yapılmış, içlerinde kendine zarar verme davranışı olan 1357 öğrenciye ulaşılmıştır. Betimsel analizler 1357 öğrenci üzerinden yapılmıştır. Örneklemin seçildiği grupta öğrencilerin %57 'sinin kendine zarar verme davranışı gösterdiği saptanmıştır.
2. Sorgulanan on iki kendine zarar verme yöntemi arasında en sık “yaranın iyileşmesine engel olma” ve kendini sert bir yere çarpma veya kendine

vurma” davranışını kullandıkları görülmüştür. En az görülen kendine zarar verme davranışı ise Tehlikeli/zararlı madde içme/yutma ve yakma olarak saptanmıştır. Kendine zarar verme davranışı olan kız ve erkek öğrenciler arasında kendine zarar verme davranışının görülme oranlarının kız öğrenciler için %4.6 - %40 arasında, erkek öğrenciler için %5.2 - %30.8 arasında değiştiği, kız öğrencilerin kendine zarar verme oranının erkek öğrencilere göre daha fazla olduğu bulunmuştur.

3. Kendine zarar verme davranışının sıklığının okul türlerinde farklılaşmadığı, ayrıca kendini orta sosyoekonomik düzey olarak değerlendiren öğrencilerde ve kendilerini orta düzey başarılı olarak gören öğrencilerde kendine zarar verme davranışının frekansının daha yüksek olduğu saptanmıştır.
4. Otonom işlevleri, olumsuz duygular, benlik saygısı, aile destek ve diğer destek yordamıştır. Sosyal işlevleri ise aile destek, benlik saygısı, diğer destek ve olumsuz duygular yordamıştır. Arkadaş desteğinin hem otonom hem de sosyal işlevler için yordayıcı olmadığı saptanmıştır. Otonom işlevler için olumsuz duygular araştırmadaki değişkenler içinde en güçlü yordayıcı çıkmıştır. Sosyal işlevler için ise aile destek en güçlü yordayıcı çıkmıştır.

Bu araştırmanın daha önceki yapılan araştırmalardan farklı olarak kendine zarar verme davranışının işlevlerini benlik saygısı düzeyleri, algılanan sosyal destek ve olumlu-olumsuz duygu yaşantıları ile ilişkisi açısından ele alması yönüyle literatüre özgün bulgularla katkıda bulunduğu söylenebilir. Bununla birlikte bu araştırma bulgularının özgünlüğü bu bulguların dikkatle yorumlanması ve başka araştırma bulgularıyla desteklenmesi gereğini doğurmuştur. Ancak yine de araştırmanın sonuçlarından hareketle bazı öneriler sunmak mümkündür:

1. Kendine zarar verme davranışının yaygınlığı, bu çalışmadaki örneklem içinde %57 olarak bulunmuştur. Bu oranın yüksek olduğu söylenebilir. Kendine zarar verme davranışının olumsuz sonuçları göz önüne alındığında yaygın olan bu soruna müdahale etmek önemlidir. Bu nedenle bu tür davranışları olan ergenlerle iletişim halinde olan tüm çalışanların kendine zarar verme davranışı hakkında bilgi sahibi olması gerekmektedir. Bununla birlikte ergenler, veliler ve okul çalışanları için bir önleme programı geliştirilebilir.

2. Ayrıca kendine zarar verme davranışının yaygınlığı göz önüne alındığında, bu davranışın nedenleri, risk faktörleri, ruhsal hastalıklarla ilişkisi ve tedavi yaklaşımlarına ilişkin bulguların artmasına ihtiyaç vardır. Davranışın ne şekilde gerçekleştiği, hangi sebeplerle ortaya çıktığı ve nasıl ortadan kalktığı konusunda da daha fazla araştırmaya gereksinim olduğu söylenebilir.
3. Araştırmanın bulguları değerlendirildiğinde, kız öğrencilerin kendine zarar verme oranının erkek öğrencilere göre daha fazla olduğu bulunmuştur. Bu sonucun toplumdaki cinsiyet rolleri ile ilişkili olduğu düşünülebilir. Bu durumu açıklayan faktörlerin araştırılmasına ihtiyaç vardır.
4. Kendine zarar verme davranışının işlevlerinin anlaşılması, davranışın önlenmesi ve tedavi edilmesini büyük ölçüde geliştirecektir. Bu araştırmada benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve olumlu olumsuz duyguların kendine zarar verme davranışının işlevleri ile ilişkisi incelenmiştir. Daha sonra yapılacak araştırmalarda ailesel faktörler, sosyal risk faktörleri, bağlanma stilleri, sorun çözme becerileri gibi değişkenlerle kendine zarar verme davranışının işlevlerinin ilişkisine bakılmasının daha yararlı olacağı söylenebilir.
5. Kendine zarar verme davranışının çeşitli duygudurum bozuklukları ve diğer ruh sağlığı bozuklukları ile ilişkisi bilinmektedir. Daha sonra yapılacak çalışmalarda örnekleme bu durumun göze alınmasının açıklayıcılığı arttıracığı düşünülmektedir.
6. Araştırmanın bulgularına bakıldığında otonom işlevlerde olumsuz duygular, benlik saygısı, aile destek ve diğer destek yordayıcı çıkmıştır. Sosyal işlevler de ise aile destek, benlik saygısı, diğer destek ve olumsuz duygular yordayıcı çıkmıştır. Özellikle benlik saygısı ve aile desteğinin düşük olması ve olumsuz duygular ergenlerin artmakta olan bu sorununu olumsuz yönde etkilemektedir. Bu açıdan bakıldığında, ergen grubu ile çalışan ruh sağlığı uzmanlarının ergenlik döneminde meydana gelen değişimler hakkında ergenlere bilgi vermesi ve bu değişimlerin normalliği üstünde durması; aynı konuda aileleri de bilgilendirerek çocuklarına bu konuda destek olmaları tavsiye edilebilir.

7. Kendine zarar verme davranışının yordayan diğer bir değişken olan olumsuz duygulanımın hem otonom işlevleri hem de sosyal işlevleri yordadığı görülmüştür. Bu nedenle kendine zarar verme davranışı olan ergenlere duyguların düzenleme becerileri öğretilerek ergenlerin olumsuz duygularla baş etmeleri sağlanabilir.
8. Kendine zarar verme davranışında bulunan ergenlerin tedavisine yönelik birçok yaklaşım bulunmaktadır. Bu yaklaşımlar arasında varsa altta yatan psikiyatrik hastalığın tedavisi, bilişsel davranışçı terapiler ve grup terapileri sayılabilir.
9. Aynı zamanda okul başarısının çocuk ve ergenleri duygusal ve davranışsal açıdan koruduğuna ilişkin var olan bilgiler (Crosnoe, Ericson, Glasgow ve Dornbusch, 2002) dikkate alınarak kendine zarar verme davranışı olan öğrenciler akademik olarak desteklenebilir ayrıca öğrenciler sosyal faaliyetlere yönlendirilebilirler.
10. Kendine zarar verme davranışı olan ergenlerin yardım alma oranının oldukça düşük olduğu saptanmıştır (Ystgaard ve diğ. 2009). Dolayısıyla öğretmenlerin ve diğer okul personelinin kendine zarar verme davranışı olan bir genci fark etmesi, bu gençle nasıl baş edebileceğini öğrenmesi önemlidir. Öğretmenler öğrenciyi yargılamadan, dikkatli ve sakince dinlemeli ve anlamaya çalışmalıdır. Öğrenciyi destekleyerek, okul içinde ulaşabileceği, uygun hizmeti alabileceği ve kendisini güvende hissedebileceği birime yönlendirmeye yardımcı olmalıdır.
11. Son yıllarda toplum örneğinde yapılan araştırmalar yaygınlaşmasına rağmen bu çalışma kapsamında yapılan literatür taramasında ülkemizde kendine zarar verme davranışının yaygınlığı ve nedenlerine dair açıklamaların sınırlı olduğu görülmüştür. Bu açıdan benzer çalışmanın farklı yaş grupları ve örneklemeler ile yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Adler, P. A. ve Adler, P. (2011). *The Tender Cut: Inside the Hidden World of Self-Injury*. (1. Baskı). New York, London: New York University Press.
- Adrian, M., Zeman, J., Erdley, C., Lisa, L. ve Sim, L. (2011). Emotional Dysregulation and Interpersonal Difficulties as Risk Factors for Nonsuicidal Self-Injury in Adolescent Girls. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 39, 389-400.
- Akay-Tunal, E. (2010). *Gençlerde kendini yaralama davranışı ile ilişkili duygusal ve ailesel faktörlerin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, İzmir
- Aksoy, A. ve Ögel, K. (2003). Kendine zarar verme davranışı. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 4(4), 226-236.
- Aktepe, E., Çalışkan, A. M. ve Sönmez, Y. (2014). Isparta il merkezindeki lise öğrencilerinde kendini yaralama davranışı ve psikiyatrik açıdan ilişkili etmenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi* 15: 257-264.
- Akyol, A. ve Salı, G. (2013). Yatılı ve gündüzlü okuyan çocukların benlik kavramlarının ve sosyal destek algılarının incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 4(21), 1377-1398.
- Andover, M. S., Pepper, C. M., Ryabchenko, K. A., Orrico, E. G. ve Gibb, B. E. (2005). Self-mutilation and symptoms of depression, anxiety, and borderline personality disorder. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 35, 581-591.
- Arslan, A. (2017). *Engelli ve engelli olmayan ergen bireylerin algıladıkları sosyal destek ile intihar olasılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.
- Ateş, B. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinin sosyal destek algılarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Akademik bakış dergisi*, 30.
- Aydın, B. (2005). *Çocuk ve Ergen Psikolojisi* (2. Baskı). Ankara: Atlas Yayıncılık.
- Balcı, A. (2001). *Sosyal Bilimlerde Araştırma: Yöntem, Teknik ve İlkeler* (3. basım). Ankara: Pegem A. Yayınevi Tic. Ltd. Şti.
- Barrera, M. (1986). Distinctions between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology*, 14, 413-445.
- Baymur, F. (1994). *Genel Psikoloji* (11. Baskı). İstanbul: İnkılap Kitabevi.

- Beck, J. (2001). *Bilişsel terapi: Temel ilkeler ve ötesi*. (N. Şahin, Çev). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları. (Özgün çalışma, 1995).
- Baetens, I., Claes, L., Martin, G., Onghena, P., Grietens, H., Leeuwen ve diğ. (2014). Is Nonsuicidal Self-Injury Associated With Parenting and Family Factors? *The Journal of Early Adolescence*, 34 (3) 387-405.
- Baetens, I., Claes, L., Muehlenkamp, J., Grietens, H. ve Onghena, P. (2011). Non-suicidal and Suicidal Self Injurious Behavior among Flemish Adolescents: A Web-Survey. *Archives of Suicide Research*, 15, 56-67.
- Barrera, M. ve Li, S. (1996). The relation of family support to adolescents psychological distress and behavior problems. İçinde Pierce, G., Sarason, B., ve Sarason, I. (Ed), *Handbook of social support and the family*. (pp. 313-339). Springer Science+Business Media, LLC Press.
- Bildik, T., Somer, O., Başay-Kabukçu, B., Başay, Ö. ve Özbaran, B. (2012). Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanterinin Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24, 49-57.
- Brain, K. L., Haines, J. ve Williams, C. L. (1998). The psychophysiology of self-mutilation: Evidence of tension reduction. *Journal: Archives of Suicide Research*, 4, 227-242, 1998
- Braush, A. M. ve Gutierrez, P.M. (2010). Differences in Non-Suicidal Self-Injury and Suicide Attempts in Adolescent. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 233-242.
- Briere, J. ve Gill, E. (1998). Self-Mutilation in Clinical and General Population Samples: Prevalence, Correlates, and Functions. *American Journal of Orthopsychiatry*, 68(4). doi: 10.1037/h0080369.
- Bruno, F. J. (1996). *Psikoloji tarihine giriş* (1. Basım). İstanbul: Kibele Yayınları.
- Brunner, R., Parzer, P., Haffner, J., Steen, R., Ross, J., Klett, M. ve diğerleri. (2007). Prevalence and psychological correlates of occasional and repetitive deliberate self-harm in adolescents. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine* 161, (7): 641-649.
- Budak, S. (2000). *Psikoloji sözlüğü* (1. Basım). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

- Buresova, I., Bartosova, K. ve Cernak, M. (2015). Connection between parenting styles and self-harm in adolescent. *Procedia – Social and Behavioral Sciences, 171*, 1106-1113.
- Butcher, J. N., Mineka, S. ve Hooley, J. M. (2004). *Abnormal psychology* (6. Basım). Boston: Pearson.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum* (7. baskı). Ankara: Pegem Akademi
- Carroll, J., Schaffer, C., Spensley, J. ve Abramowitz, S. I. (1980). Family experiences of self-mutilating patients. *American Journal of Psychiatry, 137*, 852–853.
- Carlson, N. (2013). *Fizyolojik psikoloji: Davranışın nörolojik temelleri*. (M. Şahin, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık. (Özgün çalışma, 2011).
- Champion, L. (1995). A developmental perspective on social support. İçinde Brugha, T. S. (Ed), *Social support and psychiatric disorder*.(pp. 61-90). New York, USA: Cambridge University Press.
- Chapman, A. L., Gratz, K. L. ve Brown, M. Z. (2006). Solving the puzzle of deliberate self-harm: The experiential avoidance model. *Behaviour Research and Therapy, 44*, 371–394.
- Chowanec, G. D., Josephson, A. M., Coleman, B. ve Davis, H. (1991). Self-harming behavior in incarcerated male delinquent adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 30*(2), 202–207.
- Claes, L. ve Vandereycken, W. (2007). Self-injurious behavior: differential diagnosis and functional differentiation. *Department of Psychology, 48*,137-144.
- Clarke, L. ve Whittaker, M. (1998). Self-mutilation: Culture, contexts, and nursing responses. *Journal of Clinical Nursing, 7*, 129-137.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine, 38*(5), 300-303.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist, 67*6-682.
- Cohen, S., Underwood, L. ve Gottlieb, B. (2000). Theoretical and Historical Perspectives. İçinde Cohen, S., Gottlieb, B. ve Underwood, L. (Ed). *Social*

- Support Measurement and Intervention: A Guide for health and social scientist.* (pp. 3-20). New York: Oxford University Press.
- Cohen, S. ve Syme, S. L. (1985). *Issues in the study and application of social support.* San Francisco: Academic Press.
- Cohen, S. ve Wills, T.A. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Crosnoe, R., Erickson, K. G. ve Dornbusch, S. M. (2002). Protective Functions of Family Relationships and School Factors on the Deviant Behavior of Adolescent Boys and Girls: Reducing the Impact of Risky Friendships. *Youth & Society*, 33(4): p. 515-544.
- Cüceloğlu, D. (1992). *İnsan ve davranışı: Psikolojinin temel kavramları* (3. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2016). *İnsan ve davranışı: Psikolojinin temel kavramları* (32. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çakır, Y. ve Palabıyıkoglu, R. (1997). Gençlerde sosyal destek-çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Kriz dergisi* 5 (1): 15-24.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adölesanlarda Benlik Saygısı* (Yayımlanmamış uzmanlık tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Değerli, F. İ. (2015). *Ergenlerde kendine zarar verme davranışının risk alma davranışı ve algılanan sosyal destek açısından incelenmesi.* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Deiter, P. J., Nicholls, S. S. ve Pearlman, L. A. (2000). Self-injury and self-capacities: Assisting an individual in crisis. *Journal of Clinical Psychology*, 56(9), 1173– 1191.
- Demirdüzen, H. (2013). *Ergenlerin algılanan sosyal destek düzeyleri ile duygusal özyeterlik düzeylerinin incelenmesi.* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5 (2013). İçinde *American Psychiatric Association* (5. Baskı). Washington, England: American Psychiatric Publishing.

- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S ve diğ. (2010). New wellbeing measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143–156.
- Dülger, Ö. (2009). *Ergenlerde algılanan sosyal destek ile karar verme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Eker, D., Arkar, H. ve Yaldız, H. (2001). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12 (1), 17-25.
- Ekşi, A. (1982). *Gençlerimiz ve sorunları* (1. Baskı). İstanbul: Nazım Terzioğlu Matematik Araştırma Merkezi Baskı Atölyesi.
- Erdem, Ş. (2009). *Üniversite öğrencilerinde kendine zarar verme davranışının demografik değişkenler, travmatik yaşantılar ve benlik kapasitesi ile olan ilişkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Eroğlu, S. E. (2009). Saldırganlık Davranışının Boyutları ve İlişkili Olduğu Faktörler: Lise ve Üniversite Öğrencileri Üzerine Karşılaştırmalı Bir Çalışma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21:206-221.
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L. ve Smith, C. L. (2004). Emotion-related regulation: Its conceptualization, relations to social functioning, and socialization. P. Philippot ve R. S. Feldman (Eds.), *The Regulation of Emotion* (pp. 277-306). London: Lawrence Erlbaum Associates Publishers
- Eyüboğlu, D. (2013). *Kendine Zarar Verme Davranışı Olan Ergenlerin ve Ailelerinin Psikososyal Özellikleri*. (Yayımlanmamış uzmanlık tezi) Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Eyüboğlu, D., Güvenir, T., Kavurma, C. ve Varol Taş, F. (2018). *Klinik Psikiyatri*, 21:370-379
- Favazza, A. R. (1989). Normal and deviant self-mutilation: An essay review. *Transcultural Psychiatric Research Review*, 26(2), 113.
- Favazza, A. R. (1998). The coming of age of self-mutilation. *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 186(5), 259-268.
- Favazza, A. R. ve Conterio, K. (1989). Female habitual self-mutilators. *Acta Psychiatr Scand*, 79(3), 283-289.

- Firestone, R. W. ve Seiden, R. H. (1990). Suicide and the continuum of self-destructive behavior. *Journal of American College Health*, 38(5), 207–213. doi:10.1080/07448481.1990.9936189
- Fountain, G. (1961). Adolescent into adult: An inquiry. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 9, 417-433. doi: 10.1177/000306516100900304
- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Gander, M. J. ve Gardiner, H. W. (1995). *Çocuk ve ergen gelişimi*. (A. Dönmez, N. Çelen ve B. Onur, Çev.) Ankara: İmge Kitabevi. (Özgün çalışma, 1981).
- Gardner, F. (2002). *Self Harm. A psychotherapeutic approach* (2. Basım). New York:
- Garfinkel, P.E., Moldofsky, H. ve Garner, D.M. (1980). The heterogeneity of anorexia nervosa. Bulimia as a distinct subgroup. *Arch Gen Psychiatry*, 37(9), 1036-40.
- Geçtan, E. (1995). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar* (11. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geel, M. V., Goemans, A. ve Vedder, P. (2015). A meta- analysis on the relation between peer victimization and adolescent non- suicidal self-injury. *Psychiatry Research*. 230, 364-368.
- Geldard, K. ve Geldard, D. (2013). *Ergenler ve gençlerle psikolojik danışma: Proaktif yaklaşım*. (M. Pişkin, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık. (Özgün çalışma, 2012).
- Gerrig, R. J. ve Zimbardo, P. G. (2012). *Psikoloji ve yaşam: psikolojiye giriş*. (G. Sart, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık .
- Gladding, S. (2013). *Psikolojik danışma: Kapsamlı bir meslek* (N. Voltan-Acar, Çev.) Ankara: Nobel Yayıncılık. (Özgün çalışma, 2009).
- Gilligan, R. (2000). Family support: Issues and prospects. İçinde Canavan, J., Dolan, P. ve Pinkerton, J. (Ed). *Family support: Direction from diversity*. (pp.13-35). London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Gordon, T. (1997). *Etkili anababa eğitimi* (3. Basım). (E. Aksay, Çev.) (Özgün yılı, 1970). İstanbul: Sistem Yayıncılık
- Gratz, K. (2001). Measurement of deliberate self-harm: Preliminary data on the deliberate self-harm inventory. *Journal of Psychopathology and Behavioral*

- Assessment*, 23(4), 253-263.
- Gratz, K. L., Conrad, S. D. ve Roemer, L. (2002). *Risk factors for deliberate self-harm among college students. American Journal of Orthopsychiatry*, 72(1): 128-40.
- Greenberg, L. (2012). *Duygu odaklı terapi*. (S. Kızıldaş, Çev.) İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları. (Özgün çalışma, 2011).
- Griffiths, R. , Horsfall, J. , Moore, M. , Lane, D. , Kroon, V. ve Langdon, R. (2007). Assessment of health, well-being and social connections: a survey of woman living in western sydney. *International Journal of Nursing Practice*, 13(1), 3-13.
- Gunderson, J. G. ve Sabo, A. N. (1993). The Phenomenological and Conceptual Interface Between Borderline Personality Disorder and PTSD. *The American Journal of Psychiatry*, 150, 19-27.
- Gürüz, D. ve Temel, A. (2005). *İletişime yeni yaklaşımlar* (1. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Haines, J. ve Williams, C. (1997). Coping and problem solving of self-mutilators. *Journal of Clinical Psychology*, 53(2), 177–186.
- Haines, J., Williams, C. L., Brain, K. L. ve Wilson, G. V. (1995). The psychophysiology of self-mutilation. *Journal of Abnormal Psychology*, 104(3), 471-489. doi:10.1037/0021-843X.104.3.471
- Hawton, K., Rodham, K., Evans, E. ve Weatherall, R. (2002). Deliberate self harm in adolescents: Self report survey in schools in england. *British Medical Journal*, 325, 1207–1211. doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.325.7374.1207>
- Heath, N. L., Ross, S., Toste, J. R., Charlebois, A. ve Nedecheva, T. (2009). Retrospective analysis of social factors and nonsuicidal self-injury among young adults. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 41, 180–186.
- Heller, K. ve Swindle, R. W. (1983). Social networks, perceived social support and coping with stress. İçinde R. D. Felner, L. A. Jason, J. Moritsugu ve S. S. Farber (Eds.), *Preventive psychology: Theory, research. and practice in community intervention*. (pp. 87-103). New York: Pergamon Press.
- Heppner, P. P., Wampold, B. E. ve Kivlighan, D. M. (2008). *Psikolojik danışmada araştırma yöntemleri*. (D. M. Siyez, Çev.) Ankara: Metis Yayıncılık.

- Higgins, M. (2015). *Teen self-injury* (1. Basım). United States of America: Abdo Publishing.
- Hill, M. G. (2015). *Aklımın akli: Psikoloji (Psychsmart)* (2. baskı). (M. Durak, E. Şenol-Durak ve U. Kocatepe, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Hodgson, S. (2004). Cutting through the silence: A Sociological Construction of self-Injury. *Sociological Inquiry*, 74(2), 162-169.
- Hooley, J. M. ve Germain, S. A., (2014). Non-Suicidal Self-Injury, Pain, and Self-Criticism: Does Changing Self-Worth Change Pain Endurance in People who Engage in Self-Injury?. *Clinical Psychological Science* 2(3) 297-305.
- İdiğ-Çamuroğlu, M. (2014). *Üniversite öğrencilerinde kendine zarar verme davranışı ve intihar olasılığının, çocukluk örselenmeleri ve saldırganlıkla ilişkisi.* (Yayımlanmamış doktora tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- İnanç, B., Bilgin, M. ve Atıcı, M. (2015). Gelişim psikolojisi: Çocuk ve ergen gelişimi (11. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Jacobson, C. M. ve Batejan, K. (2014). Comprehensive theoretical models of nonsuicidal self-injury. İçinde Nock, M. (Ed.), *The oxford handbook of suicide and self injury behavior* (pp.08-317). United States of America: Oxford University Press.
- Jacobson, C. M. ve Gould, M. (2007). The epidemiology and phenomenology of non-suicidal self-injurious behavior among adolescents: A critical review of the literature. *Archives of Suicide Research*, 11, 129-147.
<http://dx.doi.org/10.1080/13811110701247602>adresinden elde edildi.
- Jeppson, J. E., Richards, P. S., Hardman, R. K. ve Granley, H. M. (2003). Binge and purge processes in bulimia nervosa: A qualitative investigation. *Eating Disorders*, 11, 115–128. doi:<http://dx.doi.org/10.1080/10640260390199307>
- Jersild, A. (1978). *Gençlik psikolojisi.* (İ. Özgür, Çev.) İstanbul: Takıoğlu Matbaacılık. (Özgün çalışma, 1963).
- Juhnke, G. A., Granello, D. H. ve Granello, P. E. (2011). *Suicide, self-injury, and violence in the schools: Assessment, prevention, and intervention strategies* (1. Baskı). New Jersey, Canada: John Wiley & Sons, Inc.

- Kabukçu-Başay, B. (2011). *Lise öğrencilerinde kendine zarar verme davranışı; işlevleri, emosyonel regülasyon ve ayrılma bireyleşme*. (Yayımlanmamış uzmanlık tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Kabukçu-Başay, B., Başay, Ö., Bildik, T., Özbaran, B., Kandulu-Olcay, R., Öztürk, Ö. ve diğ., (2017). Türk Örnekleminde Lise Öğrencilerinde Kendine Zarar Verme Davranışının Doğası, İşlevleri ve İlişkili Risk Faktörleri. *Nöropsikiyatri Arşivi*.doi: 10.5152/npa.2016.12553.
- Kara, Z. M. (2014). *İntihar girişimi olan ve olmayan kendine zarar verme davranışı gösteren ergenlerde gelişimsel ve psikiyatrik özellikler*. (Yayımlanmamış uzmanlık tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Karabekiroğlu, K. (2013). *Çocuğun ruhsal gelişimi: Ne çabuk büyüdün sen?* (1. Basım). İstanbul: Say yayınları.
- Karagöz, B. (2010). *Alkol veya madde bağımlısı bir grupta kendini yaralama davranışının incelenmesi: Çocukluk dönemi istismarı ve ihmali ile duygu düzenleme güçlüğü faktörleri*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Karasar, N. (2002). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kavurma, C. (2013). *Kendine zarar verme davranışı olan ergenlerde serum bdnf düzeylerinin araştırılması*. (Yayımlanmamış uzmanlık tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Kirke, D. (1995). Teenage peer networks in the community as sources of social problems: a sociological perspective. İçinde Brugha, T. S. (Ed), *Social support and psychiatric disorder*. (pp. 174-193). New York, USA: Cambridge University Press.
- Kirtley, O. J., O'Carroll, R. E. ve O'Connor, R. C. (2016). Pain and self-harm: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 203, 347-363.
- Klonsky, E. D. (2007). The functions of deliberate self-injury: A review of the evidence. *Clinical Psychology Review*, 27, 226-239
- Klonsky, E. D. (2011). Non-suicidal self-injury in United States adults: Prevalence, sociodemographics, topography and functions. *Psychological Medicine*, 4(9), 1981-1986.

- Klonsky, E. D. ve Glenn, C. R. (2009). Assessing the Function of Non-suicidal Self-injury: Psychometric Properties of the Inventory of Statements About Self-injury (ISAS). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 31, 215-219.
- Klonsky, E. D. ve Glenn, C. R. (2009). Self-injury in youth: The essential guide of assessment and intervention. İçinde. Nixon, M. K. ve Heath, N. L. (Ed.), *Psychosocial risk and protective factors*. (pp. 45-52). New York, London: Routledge.
- Klonsky, E. D., Glenn, C. R., Styer, D. M., Olino, T. M. ve Washburn, J. J. (2015). The functions of nonsuicidal self-injury: Converging evidence for a two-factor structure. *Child Adolescence Pscyhiatry Mental Health*, 9 (44).
- Klonsky, E. D. ve Lewis, S. P. (2014). Assesment of nonsuicidal injury. İçinde Nock, M. (Ed.), *The oxford handbook of suicide and self injury behavior* (pp. 337-349). United States of America: Oxford University Press.
- Klonsky, E. D. ve Muehlenkamp, J. J. (2007). Self-injury: a research review for the practitioner. *Journal of Clinical Psychology*, 63(11), 1045-1056. doi: 10.1002/jclp.20412.
- Klonsky, E. D., Oltmanns, T. F. ve Turkheimer, E. (2003). Deliberate selfharm in a nonclinical population: Prevalence and psychological correlates. *American Journal of Psychiatry*, 160(8), 1501–1508
- Klonsky, E.D. ve Olino, T., M. (2008). Identifying clinically distinct subgroups of self-injurers among young adults. A latent class analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 76(1), 22–27.
- Koptagel-İlal, G. (1984). *Tıpsal psikoloji: Tıpta davranış bilimleri* (2. Baskı). İstanbul: Beta Basım Yayım Dağıtım.
- Kumar, G., Pepe, D. ve Steer, R. A. (2004). Adolescent psychiatric inpatients self-reported reasons for cutting themselves. *Journal of Nervous of Mental Disease*, 192(12), 830-836.
- Kuzgun-Meyvacıoğlu, Y. (1983). Benlik ve ideal benlik kavramlarının ‘‘Tercih Edilen Meslek’’ kavramı ile ilişkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 16 (1). doi: 10.1501/Egifak_0000000918

- Landsted, E. ve Gadin, K. G. (2011). Deliberate self-harm and associated factors in 17-year-old Swedish students. *Scandinavian Journal of Public Health*, 39(1), 17-25.
- Latina, D., Giannotta, F. ve Rabaglietti, E. (2015). Do friends' co-rumination and communication with parents prevent depressed adolescents from self harm?. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 41, 120-128.
- Laukkanen, E., Rissanen, M. L., Honkalampi, K., Kylmä, J., Tolmunen, T. ve Hintikka, J. (2009). The prevalence of self-cutting and other self-harm among 13- to 18-year-old Finnish adolescents. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 44, 23-28. doi: 10.1007/s00127-008-0398-x
- Laye-Gindhu, A. ve Schonert-Reichl K. A. (2005). Nonsuicidal Self-Harm Among Community Adolescents: Understanding the “Whats” and “Whys” of Self-Harm. *Journal of Youth and Adolescence*, 34 (5) 447-457.
- Lazarus, R. (1991). *Emotion and adaptation* (1. Basım). United States of America: Oxford University Press.
- Le Breton, D. (2011). *Ten ve iz*. (İ. Yerguz, Çev.) İstanbul: Sel Yayıncılık. (Özgün çalışma, 2003).
- Leech, N. L., Barret, K. C. ve Morgan, G. A. (2008). SPSS for intermediate statistics: Uses and interpretation. New York: Lawrence Erlbaum,(6), 608-618.
- Lereya, S. T., Winsper, C., Heron, J., Lewis, G., Gunnell, D. ve Fisher, H. L. (2013). Being Bullied During Childhood and the Prospective Pathways to Self-Harm in Late Adolescence. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 52(6), 608-618.
- Leong C. H. , Wu, A. M. ve Poon, M. M. (2014). Measurement of perceived functions of non-suicidal self-injury for Chinese adolescents. *Arch Suicide Res*. 18(2), 193–212.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder* (1. Baskı). New York: The Guilford Press.
- Lloyd-Richardson, E. (2008). Adolescent nonsuicidal self-injury: Who is doing it and why? *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 29(3), 217.

- Lloyd-Richardson, E. E., Nock, M. K. ve Prinstein, M. J. (2009). Functions of adolescent nonsuicidal self-injury.İçinde Nixon, M. K. ve Heath, N. L. (Ed.), *Self-injury in youth: The essential guide of assessment and intervention*. (pp. 29-39). New York, London: Routledge.
- Lloyd-Richardson, E. E., Perrine, N., Dierker, L. ve Kelley, M. L. (2007). Characteristics and functions of non-suicidal self-injury in a community sample of adolescents. *Psychological Medicine*, 37(8), 1183–1192.
- Lundh, L. G., Karim, J. ve Quilisch, E. (2007). Deliberate self-harm in 15 year-old adolescents: A pilot study with a modified version of the deliberate self-harm inventory. *Scandinavian Journal of Psychology*, 48 (1), 33–41.
- Lüleci, S. (2007). *Kendini Yaralama Davranışı Olan Ergenlerin Psikiyatrik ve Sosyokültürel Özellikleri*. (Yayımlanmamış uzmanlık tezi). T.C. Sağlık Bakanlığı Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.
- Martin, J., Bureau, J. F., Yurkowski, K., Fournier, T. R., Lafontaine, M. F. ve Cloutier, P. (2016). Family-based risk factors for non-suicidal self-injury: Considering influences of maltreatment, adverse family-life experiences, and parent-child relational risk. *Journal of Adolescent*, 49(170), doi: 10.1016/j.adolescence.2016.03.015. Epub 2016 Apr 14.
- Meehan, M. P., Durlak, J. A. ve Bryant, F. B. (1993). The relationship of social support to perceived control and subjective mental health in adolescents. *Journal of Community Psychology*, 21(1), 49-55.
- Menninger, K. A. (1938). *Man against himself*. (1. Baskı). New York: Harcourt, Brace and World, Inc.
- Messer, J. ve Fremouw, W. (2008). A critical review of explanatory models for self-mutilating behaviors in adolescents. *Clinical Psychological Review*, 28, 162-178.
- Morgan, C. (1993). Psikolojiye giriş (10. Basım). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları. (1974 orijinal yayın).
- Mruk, C. (2006). *Self-Esteem research, theory, and practice* (3. Basım). New York: Springer Publishing Company Inc.

- Muehlenkamp, J. J. ve Gutierrez P. M. (2007). Risk for suicide attempts among adolescents who engage in non-suicidal self-injury. *Archives of Suicide Research, 11*, 69-82.
- Muehlenkamp, J., Brausch, A., Quigley, K. ve Whitlock, J. (2013). Interpersonal Features and Functions of Nonsuicidal Self-injury. *The Official Journal of the American Association of Suicidology, 43*(1). doi: 10.1111/j.1943-278X.2012.00128.x
- Nelson-Jones, R. (Ed.). (1982). *Danışma psikolojisi kuramları*. (F. Akkoyun, S. Doğan, V. Duyan, B. Eylen ve F. Korkut, Çev.) London: Cassell Educational Limited. (Özgün çalışma, 1982).
- Nixon, M. K., Cloutier, P. F. ve Aggarwal, S. (2002). Affect regulation and addictive aspects of repetitive self-injury in hospitalized adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 41*, 1333-1341.
- Nixon, M. K., Cloutier, P. ve Jansson, S. M. (2008). Nonsuicidal self-harm in youth: A population-based survey. *Canadian Medical Association Journal, 178*, 306–312.
- Nixon, M. K. ve Heath, N. L. (2009). *Self-injury in youth: the essential guide of assessment and intervention*. (1. Baskı). New York, London: Routledge.
- Nock, M. (2014). Introduction to the handbook. İçinde Nock, M. (Ed), *The oxford handbook of suicide and self injury behavior*. (pp. 1). United States of America: Oxford University Press.
- Nock, M. K. ve Prinstein, M. J. (2004). A functional approach to the assessment of self-mutilative behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72*(5), 885-890. doi: 10.1037/0022-006X.72.5.885.
- Nock, M. K. ve Prinstein, M. J. (2005). Contextual features and behavioral functions of self mutilation among adolescents. *Journal of Abnormal Psychology, 114*, 140–146.
- O'Connor, R. C., Rasmussen, S. ve Hawton, K. (2014). Adolescent-self harm: A school-based study in Northern Ireland. *Journal of Affective Disorders, 159*, 46-52.
- Oktan, V. (2014). Ergenlerde kendine zarar verme davranışının risk alma davranışı ve benlik saygısı açısından incelenmesi. *Eğitim ve Bilim, 39* (175), 183-191.

- Oltmanns, T. F. ve Emery, R. E. (1995). *Abnormal psychology*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Onur, B. (1987). *Ergenlik psikolojisi*. Ankara: Hacettepe Taş Kitapçılık Ltd. Şti.
- Özbay, H. ve Öztürk, E. (1992). *Cep üniversitesi: Gençlik*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Özdemir, İ. (2013). *Aile yanında yaşayan ve ailesinden ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek, stresle başa çıkma davranışları, kaygı düzeyleri ve psikolojik belirtiler açısından karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Öztürk, M. O. (1997). *Ruh sağlığı ve bozuklukları* (7. Basım). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Pattison, E. M. ve Kahan, J. (1983). The deliberate self-harm syndrome. *American Journal of Psychiatry*, 140. doi/abs/10.1176/ajp.140.7.867.
- Phillips, R., Spears, M. R., Montgomery, A. A., Millings, A., Sayal, K., ve Stallard, P. (2013). *Could a brief assessment of negative emotions and self-esteem identify adolescents at current and future risk of self-harm in the community? A prospective cohort analysis*. *NCBI*, 13(604), doi: 10.1186/1471-2458-13-604.
- Procidano, M. E. ve Walker-Smith, W. (1997). Assessing Perceived Social Support: The Importance of Context. İçinde Pierce, G., Lakey, B., Sarason, I. ve Sarason, B. (Ed), *Sourcebook of social support and personality*. (pp. 93-114). LLC: Springer Science+Business Media.
- Plante, L. G. (2007). *Bleeding to ease the pain: Cutting, self injury, and the adolescent search for self*. (1. Baskı). United States of America: Praeger.
- Polk, E. ve Liss, M. (2007). *Psychological characteristics of self-injurious behavior*. *Personality and Individual Differences*, 43, 567-577.
- Richman, G., Hope, T. ve Mihalas, (2010). Assessment and treatment of self-esteem in adolescents with ADHD. İçinde S.Guindon, M. (Ed), *Self-Esteem: Across the Lifespan*. (pp. 111-121). United States of America: Routledge Inc.
- Roberts-Dobie, S. ve Donatelle, R. J. (2007). School counselors and student self-injury. *Journal of Scholl Health*, 77(5), 257-264.

- Rodham, K., Hawton, K. ve Evans, E. (2004). Reasons for deliberate self-harm: Comparison of self-poisoners and self-cutters in a community sample of adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 43, 80–87. doi:10.1111/j.1469-7610.2008.01879.x.
- Roustit, C , Campoy, E. , Chaix, B. ve Chauvin, P. (2010). Exploring mediating factors in the association between parental psychological distress and psychological maladjustment in adolescence. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 19, 597-604.
- Rubenstein, J. L., Halton, A., Kasten, L., Rubin, C. ve Stechler, G. (1998). Suicidal behavior in adolescents: Stress and protection in different family contexts. *American Journal of Orthopsychiatry*, 68, 274–284. Doi: 10.1037/h0080336
- Sarason, I. ve Sarason, B. (1985). Social Support: Insights from assessment and experimentation. İçinde Sarason, I. ve Sarason, B. (Ed), *Social support: theory, research and applications*.(pp. 39-48). Boston: Martinus Nijhoff Publishers.
- Serim, B. , Varol-Taş, F. ve Güvenir, T. (2009). Ergenlerde kendine zarar verme davranışı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 16 (1).
- Sevinç, M. (2005). *Kendine güven ve başarı: Çocuğum nasıl mutlu ve başarılı olur?*(1.Basım). İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Sezer-Efe, Y. ve Erdem, E. (2017). Ergenlerde Saldırıcılık ve Kendine Zarar Verme Davranışları. *Researcher: Social Science Studies*,5(10).434-445.
- Shek, D. T. L. ve Yu.,L. (2012). Self-Harm and Suicidal Behaviors in Hong Kong Adolescents: Prevalence and Psychosocial Correlates. *The Scientific World Journal*,14, doi:10.1100/2012/932540
- Simeon, D. ve Favazza, A. R. (2001). Self-injurious behaviors phenomenology and Assessment. İçinde Simeon, D. ve Hollander, E. (Ed), *Self-injurious behaviors: Assessment and treatment*. (pp. 1-10). Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Smith, A. J. (2010). Body image, eating disorders, and self-esteem problems during adolescence. İçinde Guindon, M. (Ed), *Self-Esteem: Across the Lifespan*. (pp. 125-139). United States of America: Routledge Inc.

- Smith, G., Cox, D. ve Saradjian, J. (1999). *Women and self-harm Understanding, Coping, and Healing from Self Mutilation*. (1. Baskı). New York London: Routledge.
- Solomon, R. C. (2016). *Duygulara sadakat: Hislerimiz, bize gerçekte ne anlatıyor?* (Çev. Çoban, F.). Ankara: Nika Yayınevi. (Özgün çalışma, 2007).
- Sönmez, F. (2012). *Kendine zarar verme* (1. Baskı). İstanbul: İkinci Adam Yayınları.
- Susman, E. J. ve Rogol, A. (2004). Puberty and psychological development. İçinde Lerner, R. ve Steinberg, L. (Ed.) *Handbook of adolescent psychology*. (pp. 15-37). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Sutton, J. (2007). *Healing the hurt within: Understand self-injury and self-harm, and heal the emotional wounds* (3. Basım). United Kingdom: How to Books Ltd.
- Suyemoto, K. L. (1998). The functions of self-mutilation. *Clinical Psychology Review, 18*(5), 531-554.
- Suyemoto, K. L., Mcdonald, M. L. (1995). Self-cutting in female adolescents. *Psychotherapy, 32*(1), 162-171.
- Swannell, S., Martin, G., Scott, J., Gibbons, M. ve Gifford, S. (2014). Motivations for self-injury in an adolescent inpatient population: development of a self-report measure. *Australas Psychiatry, 16*,98.
- Tafarodi, R. W. ve Swann, W. B. (2001). Two dimensional self-esteem: theory and measurement. *Personality and Individual Differences, 31*, 653-673.
- Tardy, C. (1985). Social support measurement. *American Journal of Community Psychology, 13* (2), 187.
- Telef, B. B. (2011). Olumlu ve Olumsuz Yaşantı Ölçeğinin Türkçeye Uyarlaması; Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması.11. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 3-5 Ekim, Selçuk- İzmir.
- Telef, B. B. (2013). Olumlu ve Olumsuz Yaşantı Ölçeği: Ergenler için geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 14*, 62-68.
- Temel, F. ve Aksoy, A. (2010). *Ergen ve gelişimi: Yetişkinliğe ilk adım* (3. Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 29*(3), 1-11.

- Topaktaş, B. (2015). *Adölesanlarda algılanan sosyal desteğin gelecek beklentisi ve ruhsal belirti düzeyleri ile ilişkisi* (Yayımlanmamış uzmanlık tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, İzmir.
- Toprak, S., Çetin, İ., Güven, T., Can, G. ve Demircan, Ç. (2011). Self-harm, suicidal ideation and suicide attempts among college students. *Psychiatry Research*, 187(1-2) 140-144.
- Turner, B. J., Chapman, A. L. ve Layden, B. K. (2012). Intrapersonal and interpersonal functions of non-suicidal self injury: Associations with emotional and social functioning. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 42(1), 36–55.
- Turner, B. J., Wakefield, M. A., Gratz, K. K. ve Chapman, A. L. (2017). Characterizing Interpersonal Difficulties Among Young Adults Who Engage in Nonsuicidal Self-Injury Using a Daily Diary. *Behavior Therapy*, 48(3), 366-379
- Van der Kolk, B. A., Perry J. C. ve Herman, J. L. (1991). Childhood origins of self-destructive behavior. *The American Journal of Psychiatry*, 148(12), 1665.
- Victor, S. E. ve Klonsky, E.D. (2014). Daily Emotion in Non-Suicidal Self-Injury. *Journal of Clinical Psychology*, 70(4), 364-375.
- Voltan-Acar, N. (2013). *Yeniden terapötik iletişim: Kişiler arası ilişkiler*. (9. Basım). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Walsh, B. W. (2006). *Treating self-injury: A practical guide*. (1. Baskı). New York, London: The Guilford Press.
- Walsh, B. W. (2012). *Treating self-injury: A practical guide*. (2. Baskı). New York, London: The Guilford Press.
- Wedig, M. M. ve Nock, M. K. (2007). Parental Expressed Emotion and Adolescent Self Injury. *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 46(9).
- Welch, S. S. (2001). A review of the literature on the epidemiology of parasuicide in the general population. *Psychiatr Services*, 52(3), 368-375.
- Whitlock, J., Eckenrode, J. ve Silverman, D. (2006). Self-injurious behaviors in a college population. *Pediatrics*, 117, 1939–1948. doi: 10.1542/peds.2005-2543.

- Whitlock, J. ve Selekman, M. (2014). Nonsuicidal self-injury across the life span. İçinde Nock, M. (Ed), *The oxford handbook of suicide and self injury behavior*.(pp. 133-147). United States of America: Oxford University Press.
- Wilcox, B. L. ve Vernberg, E. M. (1985). Conceptual and theoretical dilemmas facing social support. İçinde Sarason, I. ve Sarason, B. (Ed), *Social support: theory, research and applications*.(pp. 3-13). Boston: Martinus Nijhoff Publishers.
- Wills, T. ve Shinar, O. (2000). Measuring perceived and received social support. İçinde Cohen, S., Underwood, L. ve Gottlieb, B. (Ed). *Social Support Measurement and Intervention: A Guide for health and social scientist*. (pp. 86-119). New York: Oxford University Press.
- Yanbastı, G. (1996). *Kişilik kuramları ders kitabı* (2. Baskı). İzmir: Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları.
- Yavuzer, H. ve Demir, İ. (2016). *Yeni kuşak anne-babalar ve çocukları* (1. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazgan, Y. (2007). *Ergenlikten gençliğe* (2. Baskı). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Yıldırım, İ. (2010). *Anne baba desteği ve başarı: Anne babalar çocuklarına nasıl destek olabilirler*(2. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Young, R., Sweeting, H. ve West, P. (2006). Prevalence of deliberate self harm and attempted suicide within contemporary Goth youth subculture: longitudinal cohort study. *National Center for Biotechnology Information*, 332(7549): 1058-1061.
- Yörükoğlu, A. (1996). *Gençlik çağı: Ruh sağlığı ve ruhsal sorunları* (9. Baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Ystgaard, M., Arensman, E., Hawton, K., Madge, N., Heeringen, K., Hewitt ve diğ. (2009). Deliberate self-harm in adolescents: Comparison between those who receive help following self-harm and those who do not. *Journal of Adolescence*, 32, 875-891.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. ve Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assesment*. 52(1): 30-41

Zoroğlu, S. S., Tüzün, U., Sar, V., Tutkun, H., Savaş, H. A., Öztürk, M. ve diğ.
(2003). Suicide attempt and self- mutilation among Turkish High school
students in relation with abuse, neglect, and dissociation. *Psychiatry an
Clinical Neurosciences*, 57(4), 119-126.



EK-1

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Açıklama: Aşağıda size ait bazı bilgileri öğrenmek amacıyla yazılmış sorular bulunmaktadır.

Lütfen her soruyu dikkatlice okuyup size uygun olan seçeneği daire içine alınız.

1- Doğum Tarihini:...../...../.....

2- Cinsiyetiniz

1. Kız 2. Erkek

3- Sınıfınız:

1. 9. Sınıf 2. 10. Sınıf 3. 11. Sınıf 4. 12. Sınıf

4- Okul Türünüz:

1. Anadolu Lisesi 2. Meslek Lisesi 3. İmam Hatip Lisesi 4. Özel Okul

5- Ailenizin sosyoekonomik durumu size göre nasıldır)

1. Çok iyi 2. İyi 3. Orta 4. Kötü 5. Çok kötü

6- Okul başarınız size göre nasıldır)

1. Çok iyi 2. İyi 3. Orta 4. Kötü 5. Çok kötü

EK-2

KENDİNE ZARAR VERME DAVRANIŞI DEĞERLENDİRME ENVANTERİ

BÖLÜM I: DAVRANIŞLAR

Aşağıdaki anket çeşitli kendini yaralama davranışlarını sorgulamaktadır. Lütfen yalnızca belirtilen davranışı **kasıtlı olarak (isteverek, amaçlı)** ve **intihar amacı olmaksızın** gerçekleştirmiş iseniz işaretleyiniz.

1.Lütfen aşağıdaki maddeleri kasıtlı olarak yaşamınız boyunca kaç kez yaptığınızı belirtiniz (0, 5, 10, 100 vb.):

Kesme	Tırnaklama (deriyi kanatacak kadar)
İsırma	Kendini sert bir yere çarpma veya kendine vurma
Yakma	Yaranın iyileşmesine engel olma (ör: kabuklarını koparma)
Cilde bir harf/yazı şekil kazıma	Cildi sert bir yüzeye sürtme
Çimdikleme	Kendine iğne batırma
Saç kopartma (kökünden)	Tehlikeli/zararlı madde içme/ yutma
		Diğer

Önemli: Eğer yukarıda belirtilen davranışlardan bir ya da daha fazlasını gerçekleştirmiş iseniz anketin kalan kısmını doldurunuz. Eğer belirtilen davranışlardan hiç birisini gerçekleştirmemiş iseniz anketin kalan kısmını doldurmuyunuz ve bir sonraki ankete geçiniz.

Lütfen arka sayfaya geçiniz

2.Eğer temel bir kendine zarar verme davranışınız varsa birinci sayfadaki bu tür davranış(lar)ı daire içine alınız.

3.Hangi yaşta?

İlk kez kendinize zarar verdiniz?

En son ne zaman kendinize zarar verdiniz? (yaklaşık gün/ay/yıl)

.....

4.Kendinize zarar verme davranışı sırasında fiziksel acı hisseder misiniz?

Lütfen daire içine alınız EVET BAZEN HAYIR

5.Kendinize zarar verme davranışı sırasında yalnız mı olursunuz?

Lütfen daire içine alınız EVET BAZEN HAYIR

6.Tipik olarak kendinize zarar verme dürtüsü oluştuktan ne kadar süre sonra eylemi gerçekleştirirsiniz?

Lütfen daire içine alınız

<1 saat 1-3 saat 3-6 saat
6-12 saat 12-24 saat >1gün

7.Kendinize zarar verme davranışınızı sona erdirmek ister misiniz / istediniz mi?

Lütfen daire içine alınız EVET HAYIR

Lütfen arka sayfaya geçiniz

BÖLÜM II: İŞLEVLER

Yönerge:

Bu anket intihar amaçlı olamayan kendine zarar verme davranışı deneyimini daha iyi anlamamızı sağlamaya yönelik oluşturulmuştur. Aşağıda sizin kendinize zarar verme deneyiminizle ilişkili olabilecek ya da olmayabilecek durumlar bir liste olarak verilmiştir. Lütfen sizin için en uygun olan durumları belirleyiniz.

- Belirtilen durum size **hiç uygun değilse** “0” işaretleyiniz
- Belirtilen durum size **kısmen uygunsu** “1” işaretleyiniz
- Belirtilen durum size **çok uygunsu** “2” işaretleyiniz

“Kendime zarar verdiğimde, ...	<u>Yanıt</u>		
1...kendimi sakinleşmiş hissedirim	0	1	2
2...kendim ve başkaları arasında sınır çizmiş olurum	0	1	2
3...kendimi cezalandırmış olurum	0	1	2
4...kendime özen göstermek için bir yol bulmuş olurum (yaramla ilgilenerek)	0	1	2
5... uyuşukluk hissinden kurtulmak için acı oluşturmuş olurum	0	1	2
6...intihar girişimi dürtümden kaçınmış olurum	0	1	2
7...heyecan ve coşku yaşatan bir şey yapmış olurum	0	1	2
8...akranlarımla aramda bir bağ kurulmuş olur	0	1	2
9...başkalarının hissettiğim duygusal acının boyutunu anlamalarını sağlamış olurum	0	1	2
10...acıya dayanıklılığımı görmüş olurum	0	1	2
11...kendimi berbat hissettiğime dair bir işaret bırakmış olurum	0	1	2
12...birisinden hincımı çıkartmış olurum	0	1	2
13...kendi kendime yeterliliğimi kanıtlamış olurum	0	1	2
14...içimde biriken duygusal baskıdan kurtulmuş olurum	0	1	2
15...başkalarından ayrı olduğumu göstermiş olurum	0	1	2
16...değersiz veya akılsızlığımdan dolayı kendime duyduğum öfkeyi göstermiş olurum	0	1	2

17...duygusal stresime kıyasla baş etmesi daha kolay olan bir fiziksel yara yaratmış olurum	0	1	2
18...fiziksel acı bile olsa bir şeyler hissetmiş olurum (hiçbir şey hissetmemektense)	0	1	2
19...İntihar düşüncelerime gerçekten intihar girişiminde bulunmak yerine başka şekilde yanıt vermiş olurum	0	1	2
20...uç bir şey yaparak kendimi veya başkalarını eğlendirmiş olurum	0	1	2
21...başkalarına uyum sağlamış olurum	0	1	2
22...başkalarından ilgi ya da yardım istemiş olurum	0	1	2
23...güçlü veya dayanıklı olduğumu göstermiş olurum	0	1	2
24...duygusal acımın gerçekliğini kendime göstermiş olurum	0	1	2
25...başkalarından intikam almış olurum	0	1	2
26...başkalarının yardımına bel bağlamadığımı göstermiş olurum	0	1	2

“Kendime zarar verdiğimde, ...

Yanıt

Lütfen arka sayfaya geçiniz

27...kaygı, hüsrana, öfke ve diğer bunaltıcı hislerim hafiflemiş olur	0	1	2
28...kendim ve başkaları arasında bariyer inşa etmiş olurum	0	1	2
29...kendimden hoşnut olmamam ya da kendimden öğrenmeme bir yanıt vermiş olurum	0	1	2
30...kendimi yaramın iyileşmesine odaklarım, bu; benim için sevindirici ya da tatmin edici olabilir	0	1	2
31...kendimi gerçek hissetmediğimde hala hayatta olduğumdan emin olmuş olurum	0	1	2
32...intihar düşüncelerimi sonlandırmış olurum	0	1	2
33...sınırlarımı zorlamış olurum (paraşütle atlamak ya da uçta bir şey yapmak gibi)	0	1	2
34...arkadaşlarım ve sevdiklerimle aramda bir dostluk ya da akrabalık bağı simgesi oluşturmuş olurum	0	1	2
35...sevdiğim birinin benden ayrılmasına ya da beni terk etmesine engel			

olmuş olurum	0	1	2
36...fiziksel acıya katlanabileceğimi kanıtlamış olurum	0	1	2
37...yaşadığım duygusal stresi anlamlandırmış olurum	0	1	2
38...bana yakın birini incitmeye çalışmış olurum	0	1	2
39... özerkliğimi / bağımsızlığımı ortaya koymuş olurum	0	1	2

(İsteğe bağlı) Aşağıdaki boşluğa, sizin için yukarıda sıralanmış olanlardan daha doğru durumlar var ise bir liste halinde yazınız:

(İsteğe bağlı) Aşağıdaki boşluğa, size uymasa bile yukarıda sıralanmış olanlara eklenmesi gerektiğini düşündüğünüz durumlar var ise bir liste halinde yazınız:

EK-3

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki cümleleri okuyarak sizin için uygun olan şıkkı işaretleyiniz

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış

2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış

3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış

4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış

5. Kendime gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış

6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış

7. Genel olarak kendimden memnunum.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış

8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim

. a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış

9. Bazen kesinlikle kendimin işe yaramadığımı düşünüyorum.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış

10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.

a. Çok doğru b. Doğru c. Yanlış d. Çok yanlış

EK-4

ÇOK BOYUTLU ALGILANAN SOSYAL DESTEK ALGISI ÖLÇEĞİ (ÇBASDÖ)

AÇIKLAMA

Aşağıda 12 cümle ve her bir cümle altında da cevaplarınızı işaretlemeniz için 1'den 7'ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümle altındaki rakamlardan yalnız bir tanesini daire içine alarak ifade olarak işaretleyiniz. Bu şekilde 12 cümlenin her birine bir işaret koyarak cevaplarınızı veriniz. Lütfen hiçbir cümleyi cevapsız bırakmayınız. Sizce doğruya en yakın olan rakamı işaretleyiniz.

1. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve ihtiyacım olduğunda yanımda olan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor...) var.

Kesinlikle hayır 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kesinlikle evet.

2. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor...) var.

Kesinlikle hayır 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kesinlikle evet.

3. Ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana gerçekten yardımcı olmaya çalışır.

Kesinlikle hayır 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kesinlikle evet.

4. İhtiyacım olan duygusal yardımı ve desteği ailemden (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerimden) alırım.

Kesinlikle hayır 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kesinlikle evet.

5. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve beni gerçekten rahatlatan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor...) var.

Kesinlikle hayır 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kesinlikle evet.

6. Arkadaşlarım bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar.

Kesinlikle hayır 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kesinlikle evet.

7. İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim.

Kesinlikle hayır 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kesinlikle evet.

8. Sorunlarımı ailemle (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerimle) konuşabilirim.

Kesinlikle hayır 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kesinlikle evet.

9. Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarım var.

Kesinlikle hayır 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kesinlikle evet.

10. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve duygularıma önem veren bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor...) var.

Kesinlikle hayır 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kesinlikle evet.

11. Kararlarımı vermede ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana yardımcı olmaya isteklidir.

Kesinlikle hayır 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kesinlikle evet.

12. Sorunlarımı arkadaşlarımla konuşabilirim.

Kesinlikle hayır 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 kesinlikle evet.

EK-5

ERGENLER İÇİN OLUMLU VE OLUMSUZ YAŞANTI ÖLÇEĞİ

Lütfen geçen dört hafta esnasında yaşadığınız ve yapmış olduğunuz şeyler hakkında düşünün. Daha sonra aşağıdaki duygulardan her birini senin ne kadar yaşadığını ölçeği kullanarak bildiriniz. Her madde için 1 ile 5 arasındaki numaralardan birini seçerek tepkinizi belirtiniz.

	Asla	Nadiren	Bazen	Sık sık	Daima
1-Olumlu	1	2	3	4	5
2- Olumsuz	1	2	3	4	5
3- İyi	1	2	3	4	5
4- Kötü	1	2	3	4	5
5- Hoş	1	2	3	4	5
6- Hoş olmayan	1	2	3	4	5
7- Mutlu	1	2	3	4	5
8-Üzgün	1	2	3	4	5
9- Korkmuş	1	2	3	4	5
10- Neşeli	1	2	3	4	5
11- Kızgın	1	2	3	4	5
12- Memnun	1	2	3	4	5