



Ergenlerde Kendine Zarar Verme Davranışının Risk Alma Davranışı ve Benlik Saygısı Açısından İncelenmesi *

Vesile Oktan ¹

Öz

Bu araştırmanın amacı, kendine zarar verme davranışını (KZVD) risk alma davranışı ve benlik saygısı açısından incelemektir. Araştırma grubunu, Trabzon ili merkezinde beş ortaöğretim kurumunun 329 kız 402 erkek olmak üzere toplam 731 öğrencisi oluşturmuştur. 731 ergenin 270'inin KZVD gösterdiği tespit edilmiştir. Bu ergenlerin 88'i kız, 182'si erkektir. Araştırmada ölçme aracı olarak, Kişisel Bilgi Formu, Kendine Zarar Verme Davranışı Envanteri, Ergenlerde Risk Alma Davranışı Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Sonuçlar, KZVD gösteren ve göstermeyen ergenlerin risk alma davranışları ile benlik saygısı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğunu göstermiştir. Ayrıca KZVD gösteren ergenlerin, KZVD ile risk alma davranışları ve benlik saygısı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Araştırmanın bir diğer sonucu ise; risk alma davranışı ve benlik saygısı KZVD'nı anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Kendine zarar verme davranışı
Risk-alma davranışı
Benlik saygısı

Makale Hakkında

Gönderim Tarihi: 31.05.2014
Kabul Tarihi: 25.10.2014
Elektronik Yayın Tarihi: 10.11.2014

DOI: 10.15390/EB.2014.3409

Giriş

Kendine zarar verme davranışı (KZVD); tekrarlayıcı, kişinin ölüm isteği olmadan, isteyerek ve amaçlı olarak yapılan, doku hasarı ile sonuçlanan, kişinin kendi bedenine yönelik girişimi olarak tanımlanmaktadır (Brunner ve diğ., 2007). KZVD'nın tanımlanmasında dört ölçüte dikkat edilmesi önerilmektedir. Bunlar; KZVD'nı sürekli tekrarlama, kendine zarar vermeden önce gerilim duygusuna sahip olma, fiziksel acıyla beraber rahatlatma, zevk alma ve hoşuna gitme duygusunu yaşama ve utanma duygusu ve sosyal olarak etiketlenme korkusu karşısında kendine zarar vermenin izlerini gizlemeye çalışmadır (Favazza, 1989).

KZVD ile ilgili yapılan çalışmalar dikkate değer bir biçimde ergenlerde KZVD'nın yüksek oranlarına (Nixon, Cloutier ve Aggarwal, 2002; Makikyro ve diğ., 2004; Timson, Priest ve Clark-Carter, 2012) dikkat çekmişlerdir. KZVD lise öğrencileri arasında ise %15 ile % 46 arasında yaygın bir davranıştır (Cawood ve Huprich, 2011). Klinik olmayan ergen örneklemelerinde KZVD oranları % 12' den % 23'e kadar değişen aralıklarla görülmektedir (Jacobson ve Gould, 2007; Brausch ve Gutierrez, 2010). Klinik ergen örneğinde ise bu oran % 68'e kadar artmaktadır (Nixon, Cloutier ve Aggarwal, 2002; Makikyro ve diğ., 2004). Ergenlerin katıldığı klinik olmayan örneklemlerle başka bir çalışmada % 14 ile % 40 (Zoroğlu ve diğ., 2003; Muehlenkamp ve Gutierrez, 2004), klinik örneklemlerle çalışmalarda da % 40 ile % 61 arasında oranlar elde edilmiştir (Suyemoto, 1998; Ross ve Heath, 2002).

* Bu çalışma Karadeniz Teknik Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi tarafından desteklenmiştir.

¹ Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışma, Türkiye, vesile@ktu.edu.tr

KZVD ile ilgili yapılan çalışmalarda, KZVD'nun doğrudan ve dolaylı kendine zarar verme (Deiter, Nicholls ve Pearlman, 2000) olarak iki şekilde ele alındığı görülmektedir. Kendi vücut dokularına kasıtlı olarak zarar verme ile sonuçlanan ve intihar amacı gütmeyen davranışlar "doğrudan kendine zarar verme davranışı" olarak ifade edilir. Dolaylı kendine zarar verme davranışı ise; genelde yeme bozuklukları, riskli cinsel davranışlar, madde kötüye kullanımı, tıbbi ihtiyaçlara ilişkin ihmal, silah taşıma ve dikkatsizce araba kullanma gibi çeşitli tehlikeli ve riskli davranışları içermektedir. Aynı zamanda bu riskli davranışlar doğrudan kendine zarar verme davranışına eşlik edebilmektedir. Birçok çalışma, artan risk-alma davranışıyla KZVD'nun ilişkili olduğunu göstermiştir. Özellikle riskli seksüel davranış ve ilaç ve madde bağımlılığı gibi risk-alma davranışları KZVD ile ilişkili bulunmuştur (Granner, Black ve Abood, 2002; Muehlenkamp, Swanson ve Brausch, 2005; Hilt ve diğ., 2008). Literatürde alkol ve madde kullanmak, tehlikeli araba kullanmak, riskli seksüel davranışta bulunmak gibi risk alma davranışlarının dolaylı kendine zarar verme davranışı olduğu belirtilmektedir. KZVD ile ilgili olarak "self-injury", "self-mutilation" kavramları genellikle aynı anlamda kullanılmakta ve kişinin kendi bedenine yönelik doğrudan yaptığı zarar verme olarak belirtilmektedir. "Self-harm" kavramı ile daha çok riskli davranışlar ön plana çıkmaktadır (Aksoy ve Ögel, 2003). Aynı zamanda, alkol ve madde kullanmak gibi risk alma davranışlarını gösteriyor olmak dolaylı kendine zarar verme davranışı olarak belirtilirken, diğer yandan KZVD'nun ortaya çıkmasında önemli bir neden (Hawton ve diğ., 2002, Kumar, Pepe ve Steer, 2004) olarak da görülmektedir. Buna bağlı olarak dolaylı KZVD hem bir kendine zarar verme davranışı türü, hem de KZVD'nun ortaya çıkmasında önemli bir neden olarak değerlendirilebilmektedir.

Ergenlik dönemi heyecan arama ve risk alma davranışlarının yüksek oranda gözlendiği bir dönemdir ve bu durum ergenin gelişim sürecini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Gullone ve diğ., 2000). Bu dönemde, macera isteği, risk alma tercihi, yenilik ve heyecan arama arzusu doğal olarak üst düzeylere ulaşır (Dahl, 2004). Heyecan arayışı özellikle ergenlik boyunca artış göstermektedir ve ergenler yetişkinlere oranla daha impulsif, daha az gelecek yönelimli ve akran etkisine daha fazla duyarlıdırlar (Steinberg, 2008). Ancak bu duygusal durumun ergenlik dönemi için belirgin olmasına karşın, çeşitli bireysel farklılıklar olduğunu da bilmek gerekmektedir. Genel olarak bakıldığında ergenlerde risk alma ve tehlikeye atılma davranışının nedenleri; akran gruplarına katılabilme, aile baskısına ve geleneksel toplum yapısına karşı çıkma, kendi yaşamını kontrol etme isteği, kimliğinin onaylanmasını bekleme ve kaygı, yetersizlik ve başarısızlık gibi duygularla baş edebilme şeklinde sıralanabilir (Karahan ve diğ., 2007).

Risk-alma davranışı ile ilgili literatürde, ergenlerin risk-alma davranışıyla ilişkili kişisel değişkenlerden birinin benlik saygısı olduğu belirtilmektedir (Özmen ve Sümer, 2011). Diğer yandan, KZVD ile düşük benlik saygısı arasındaki ilişkiye de dikkat çekilmektedir ve bu ilişkiyi gösteren birçok çalışmaya rastlanmaktadır (Hawton ve diğ., 2002; Claes ve diğ., 2010; Cawood ve Huprich, 2011). Laye-Gindhu ve Schonerd-Reichl (2005), 424 lise öğrencisiyle yaptıkları çalışmada, KZVD gösteren ergenlerin KZVD göstermeyen ergenlerden daha yüksek olumsuz benlik saygısına sahip olduklarını bulmuşlardır.

Kendine zarar verme ile ilgili ilk girişim 13-15 yaşları arasında ve ilk kez ergenlerin akranları ve ebeveynleriyle çatışmalar yaşadıklarında ve çeşitli stres yaşantıları ile karşı karşıya kaldıklarında meydana gelmektedir (Ng, 1998). Bazı ergenlerde ilk KZVD, KZVD'nun tekrarlayan bir süreçle başlayacağını ve sonunda bir intihar girişiminin görülebileceğinin işareti olabilmektedir (Joiner, 2002). Bu nedenle ergenlik dönemi KZVD açısından risk oluşturmaktadır. Ergenlik dönemi KZVD'nun başlangıcı ve devamı açısından ve ayrıca artan risk alma davranışları açısından üzerinde durulması gereken bir dönemdir. Türkiye'de özellikle ortaöğretim kurumlarında çalışan psikolojik danışmanların, KZVD ve risk alma davranışı açısından bilgilerini ve müdahale becerilerini geliştirmeleri önemli görülmektedir.

Ergenlerle ilişkili tüm bu verilere bağlı olarak bu araştırmada, ergenlerde KZVD'nın risk alma davranışı ve benlik saygısı açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu çerçevede araştırmada şu sorulara cevap aranmıştır.

1. KZVD gösteren ve göstermeyen ergenlerin risk alma davranışı ve benlik saygısı düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
2. Ergenlerde risk alma davranışı ve benlik saygısı KZVD'nı yordamakta mıdır?

Yöntem

Araştırma Grubu

Bu ilişkisel tarama modeli çalışmada, araştırma grubunu, Trabzon ili merkezinde bulunan tesadüfi olarak seçilen beş lisenin öğrencileri oluşturmuştur. Bu liselerde uygulama yapmak için izin alınmış ve tesadüfi olarak seçilen 9., 10. ve 11. sınıflarda ölçme araçlarını doldurmayı kabul eden öğrencilerden veriler toplanmıştır. Verilerin toplanması araştırmacı tarafından yapılmış ve ölçme araçları ile ilgili gerekli açıklamalar öğrencileri yapılmıştır. Araştırma grubu, 329 kız (%45), 402 erkek (%55) olmak üzere toplam 731 öğrenciden oluşturulmuştur.

Araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin yaşlarının aritmetik ortalaması 16.72 (SD=1.85)'dur. 731 ergen arasından kendine zarar verme davranışı gösteren ergenlerin sayısı 270'dir. Bu ergenlerin 88'si kız (%32.5), 182'si erkektir (%67.4).

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Katılımcıların bazı sosyodemografik özelliklerini belirlemeye dönük olarak araştırmacı tarafından hazırlanan bir formdur. Bu formda ergenlere; yaş, cinsiyet ve psikiyatrik bir bozukluk tanısı alıp almadıklarına ilişkin sorular sorulmuştur. Bu tanıya sahip olmadıklarını belirten öğrenciler analizlere dahil edilmiştir. KZVD hassas bir konu olduğu için öğrencilerin isim, sınıf ve öğrenci numarası gibi kimlik bilgileri alınmamıştır.

Kendine Zarar Verme Davranışını Değerlendirme Envanteri (KZVDDE): Envanter, "intihar niyeti taşımayan" kendine zarar verme davranışının kapsamlı değerlendirilmesi için geliştirilmiştir. Envanter, 12 tip kendine zarar verme davranışının (KZVD) yanı sıra bu davranışların işlevlerini de değerlendirmektedir. Klonsky ve Glenn (2009) tarafından geliştirilen ve Bildik ve diğ. (2012) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçek iki bölümden oluşmaktadır. Envanterin birinci bölümünde (Davranışlar), "kasıtlı olarak yapılan ve intihar amacı taşımayan" 12 çeşit KZVD'nın yaşam boyu sıklığı sorgulanır. Envanterin bu bölümünde (Davranışlar) "bir ve daha fazla sayıda kendine zarar verme davranışı belirten" katılımcılar, ölçeğin ikinci bölümünü (İşlevler) yanıtlamaya yönlendirilir. İkinci bölümde toplam 39 soru ile iki ayrı boyut altında (Otonom ve Sosyal işlevler) 13 KZVD'nın işlevi sorgulanır. Otonom işlevler 5 alt boyuttan oluşmaktadır: duygu düzenleme (örnek madde: Kendimi sakinleşmiş hissedirim.), özkıyımı önleme (örnek madde: İntihar girişimi dürtümden kaçınmış olurum), sıkıntıyı etiketleme (örnek madde: Kendimi berbat hissettiğime dair bir işaret bırakmış olurum.), kendini cezalandırma (örnek madde: Değersiz veya akılsızlığımdan dolayı kendime duyduğum öfkeyi göstermiş olurum.), ve çözülmeyi önleme (örnek madde: Uyuşukluk hissinden kurtulmak için acı oluşturmuş olurum.). Sosyal işlevler ise 8 alt boyuttan oluşmaktadır: kişilerarası sınırlar (örnek madde: Kendim ve başkaları arasında sınır çizmiş olurum.), kişilerarası etkileşim (örnek madde: Başkalarının, hissettiğim duygusal acının boyutunu anlamalarını sağlamış olurum.), intikam alma (örnek madde: Birisinin hincını çıkarmış olurum.), heyecan arama (örnek madde: Heyecan ve coşku yaratan bir şey yapmış olurum.), akranlarla bağ kurma (örnek madde: Başkalarına uyum sağlamış olurum.), dayanıklılık (örnek madde: Acıya dayanıklılığımı görmüş olurum.), özerklik (örnek madde: Başkalarının yardımına bel bağlamadığımı göstermiş olurum.) ve kendiyi ilgilenme (örnek madde: Duygusal stresime kıyasla baş etmesi daha kolay olan bir fiziksel yara yaratmış olurum.). Her işlev 3 soru ile değerlendirilir ve sorular, "Hiç uygun değil-0", "Kısmen uygun-1", "Çok uygun-2" olmak üzere 3 dereceli bir ölçek üzerinde yanıtlanmaktadır.

Bölüm-I (Davranışlar)'in güvenilirlik çalışmalarının sonuçlarına göre, toplam KZVD için iç tutarlılık katsayısı $\alpha=0.79$ bulunmuştur. Bölüm-I (İşlevler)'in yapı geçerliği ile ilgili sonuçlara bakıldığında $r=0.50$ bulunmuştur.

Bölüm-II'nin güvenilirlik çalışmalarında, işlevler (Otonom ve Sosyal işlevler) toplam puanı için iç tutarlılık katsayısı ise $\alpha= 0.93$ bulunmuştur. Otonom işlevler toplam puanı için elde edilen iç tutarlılık katsayısı $\alpha= 0.81$, sosyal işlevler toplam için elde edilen iç tutarlılık katsayısı ise $\alpha= 0.86$ bulunmuştur. Envanterin test-tekrar test güvenilirlik çalışmasında iki uygulama arasındaki korelasyon Toplam İşlev Puanı için $r=0.64$ bulunmuştur. Bölüm-II'nin geçerlik çalışmasında kriter ölçeklerle ilişkilere ve KZVD ile ilişkili olması beklenen klinik özellikler arasındaki ilişkiler bakılmıştır. KZVDDE'nin toplam işlev puanları ile İntihar Olasılığı Ölçeği (0.50), umutsuzluk (0.46), intihar düşüncesi (0.54), Kısa Semptom Envanteri (0.17) ve anksiyete (0.47) arasında anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur.

Bir bütün olarak değerlendirildiğinde çalışma bulguları, Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri'nin, Türk ergen örnekleminde kendine zarar verme davranışlarının incelenmesi ve işlevlerine açıklık getirilmesinde, geçerli ve güvenli bir şekilde kullanılabilmesine işaret etmektedir (Bildik ve diğ., 2012).

Ergenlerde Risk Alma Davranışı Ölçeği (ERADÖ): Kıran Esen (2002) tarafından geliştirilen ve beşli Likert tipi bir ölçek olan ERADÖ'nün üç alt ölçeği bulunmaktadır. Toplam 26 maddeden oluşan ölçeğin alt ölçeklere göre Cronbach Alpha katsayıları; toplumsal konumla ilgili risk alma .84, trafikle ilgili risk alma .74 ve madde kullanımı ile ilgili risk alma .62 olarak bulunmuştur. Ölçeğin tümü için Cronbach Alpha katsayısı .88 olarak hesaplanmıştır.

Ölçeğin yapı geçerliliğini saptamak amacıyla yapılan faktör analizinde Varimax Dönüşümlü Temel Bileşenler Analizi kullanılmıştır. Ölçeği oluşturan üç faktör toplam varyansın %40.13'ünü açıklamaktadır. Ölçeğin geçerliliği ile ilgili ikinci analiz ise benzer ölçekler yöntemi ile 0.87 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test yöntemiyle belirlenen güvenilirlik katsayıları ise ölçeğin tamamı için 0.85; Toplumsal Konumla İlgili Risk Alma Alt Ölçeği için 0.76, Trafikle İlgili Risk Alma Alt Ölçeği için 0.67 ve Madde Kullanımı ile İlgili Risk Alma Alt Ölçeği için 0.64 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınabilecek puanlar 26 ile 130 arasında değişmekte olup, yüksek puan risk alma davranışının yüksek olduğunu göstermektedir (Kıran Esen, 2003).

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ): Ölçek Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiş olup, 12 alt ölçekte toplam 63 sorudan oluşmaktadır. Bu çalışmada ölçeğin benlik saygısını ölçen ilk on maddesi kullanılmıştır. Ölçeğin her maddesi "Hiç Katılmıyorum", "Katılmıyorum", "Katılıyorum" ve "Tamamen Katılıyorum" seçenekleri üzerinden değerlendirilmektedir. Benlik saygısı açısından olumlu maddelerse 0,1,2,3 olumsuz maddeler ise 3,2,1,0 olarak puanlanmıştır. Testten alınabilecek puanlar 0 ile 30 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar benlik saygısının yüksekliğini göstermektedir.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmıştır. Geçerlik çalışması, seçilen örneklem ile yapılan psikiyatrik görüşmelerin ölçekten elde edilen sonuçlar arasındaki uygunluğunun basit korelasyon yöntemi ile hesaplanması yoluyla yapılmış, geçerlik oranı .71 olarak saptanmıştır. Güvenirlik çalışması test-tekrar test yöntemi ile yapılmış ve 0.75 güvenilirlik oranı saptanmıştır. Diğer yandan, Çelik (2004) tarafından yapılan son çalışmada Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, üniversite öğrencileri örnekleminde oldukça güvenilir bulunmuştur. Çelik'in çalışmasında, Cronbach Alpha değeri .87 (n=733) olarak bulunmuştur.

İşlem

Bu çalışma için Trabzon'da beş farklı lise seçilmiş ve okul yetkilileri ile görüşülerek çalışma için onay alınmıştır. Çalışma Karadeniz Teknik Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi tarafından desteklediği için bu onay ayrıca kurumlar arası bir süreçle de gerçekleştirilmiştir. Ölçme araçları ve Kişisel Bilgi Formu araştırmacı tarafından öğrencilere gruplar halinde sınıf ortamında uygulanmıştır. Uygulamadan önce araştırmanın amacı ve ölçme araçlarının ne şekilde cevaplanacağı konusunda gerekli açıklamalar yapılmıştır.

Araştırma verilerinin analizinde, t-testi, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Tekniği ve Çoklu Regresyon Analizi Tekniği kullanılmıştır.

Bulgular

Çalışmanın ilk sorusuna cevap bulmak için, KZVD (KZVDDE'nin I. Bölümü) gösteren ergenlerle göstermeyen ergenlerin risk alma davranışları ve benlik saygıları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına bakılmıştır. Bunun için bağımsız gruplar için t-testi yapılmış ve sonuçlar Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. KZVD Gösteren Ergenlerle Göstermeyen Ergenlerin, Risk Alma Davranışları ve Benlik Saygısı Arasındaki Farklılığa Yönelik t- Testi Sonuçları

Değişken		N	Ort.	Ss.	t	p
RAD	KZVD Göstermeyenler	461	40.50	12.23	-41.98	.000***
	KZVD Gösteren	270	91.38	20.53		
BS	KZVD Göstermeyenler	461	22.55	3.94	24.65	.000***
	KZVD Gösteren	270	13.36	6.11		

***p<0.001

KZVD: Kendine Zarar Verme Davranışı - RA: Risk Alma Davranışı - BS: Benlik Saygısı

Yapılan analiz sonucunda KZVD gösteren ve göstermeyen ergenlerin puanları ile risk alma puanları (t=-41.98, p<0.001) ve benlik saygısı puanları arasında (t=24.65, p<0.001) anlamlı düzeyde farklılık olduğu belirlenmiştir. Buna göre risk alma davranışı boyutunda, KZVD gösteren ergenlerin puan ortalamalarının (\bar{X} =91.38) KZVD göstermeyen ergenlere göre (\bar{X} =40.50) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Benlik saygısı boyutunda ise KZVD göstermeyen ergenlerin puan ortalamalarının (\bar{X} =22.55) KZVD gösteren ergenlerden (\bar{X} =13.36) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmanın ikinci sorusuna cevap bulmak için yapılacak analizler öncesi verilerin normal dağılım gösterip göstermediği incelenmiştir. Skewness ve kurtosis değerleri normallik ölçütüne yakın olsa da ham puanlar t puanlarına dönüştürülerek analizler yapılmıştır. Ergenlerin risk alma davranışları ve benlik saygısının KZVD (KZVDDE'nin II. Bölümü)'yi yordayıp yordamadığını belirlemek için öncelikle değişkenler arası anlamlı ilişkilerin olup olmadığına Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Tekniği ile bakılmıştır ve yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Sonuçlar Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. KZVD, Risk Alma Davranışı ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyonlar

	1	2	3
1. KZVD	1	.841***	-.674***
2. RAD		1	-.571***
3. BS			1

***p<0.001

Yapılan analiz sonucuna göre KZVD gösteren ergenlerin KZVDDE (II. Bölüm) puanları ile risk alma davranışı arasında pozitif yönde ve çok yüksek düzeyde ($r=.841$, $p<0.01$), benlik saygısı ile negatif yönde ve yüksek düzeyde ($r=-.674$, $p<0.001$) anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Risk alma davranışı ve benlik saygısının KZVD'ni yordayıp yordamadığını belirlemek için Çoklu Regresyon Analizi Tekniği yapılmıştır ve sonuçlar Tablo 3'de gösterilmiştir.

Tablo 3. Çoklu Regresyon Analizi

Yordayan	B	Std. Error	B	t	p	R	R ²	ΔR^2	F
(Constant)	1.111	.047		23.392	.000***	.874	.763	.763	1173.4556
BS	-.021	.002	-.288	-13.099	.000***				
RAD	.011	.000	.677	30.799	.000***				

*** $p<0.001$

Yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre benlik saygısı ve risk alma davranışının KZVD gösteren ergenlerin (KZVDDE II. Bölüm) puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ($F=1173,456$, $p<0.01$). Ayrıca benlik saygısının ve risk alma davranışının özgün katkılarının da anlamlı olduğu ($\beta =-.288$, $p<.001$; $\beta =.677$, $p<.001$) ve β değerlerine göre risk alma davranışının modele katkısının benlik saygısından daha fazla olduğu görülmüştür. Kurulan modelin toplam varyansı açıklama oranı %76.3 olarak belirlenmiştir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırmada, KZVD gösteren ve göstermeyen ergenlerin risk alma davranışları ve benlik saygıları arasında anlamlı farklılıkların olduğu görülmüştür. Kendine zarar verme davranışı gösteren ergenlerin KZVDDE puanları ile risk alma davranışları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülürken, benlik saygıları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Ayrıca risk alma davranışının ve benlik saygısının KZVDDE puanlarının yaklaşık %76'sını yordadığı bulunmuştur.

Çalışmalar, artan risk-alma davranışıyla KZVD'nin ilişkili olduğunu göstermiştir. Özellikle riskli seksüel davranış ve ilaç ve madde bağımlılığı gibi risk-alma davranışları KZVD ile ilişkili bulunmuştur (Granner, Black ve Abood, 2002; Muehlenkamp, Swanson ve Brausch, 2005). Alfonso ve Dedrick (2010), KZVD gösteren ergenlerde ilaç ve uçucu madde kullanımının ve sigara kullanımının daha fazla olduğunu belirtmişlerdir. Hilt ve arkadaşları (2008) da çalışmalarında, KZVD gösteren ergenlerde, madde kullanımının, yeme bozukluklarının ve riskli seksüel davranışta bulunmanın görüldüğünü bulmuşlardır. Knorr, Jenkins ve Conner (2013), 18-27 yaş arası 1648 kişi ile yaptıkları çalışmada risk alan bireylerin büyük bir bölümünün kendine zarar verme davranışı göstermiş olduğunu ve risk alma ile kendine zarar verme davranışı arasında güçlü bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Literatürde alkol ve madde kullanmak, tehlikeli araba kullanmak, riskli seksüel davranışta bulunmak gibi risk alma davranışlarının dolaylı kendine zarar verme davranışı olduğu belirtilmektedir (Deiter, Nicholls ve Pearlman, 2000). Diğer yandan alkol ve madde kullanmak gibi risk alma davranışlarını gösteriyor olmak dolaylı kendine zarar verme davranışı olarak belirtilmekte ve "Self-harm" kavramı ile ifade edilmektedir. Risk alma davranışları KZVD'nin ortaya çıkmasında önemli bir neden (Hawton ve diğ., 2002, Kumar, Pepe ve Steer, 2004) olarak da görülmektedir. Dolayısıyla mevcut çalışmada KZVD'nin risk alma davranışı ile ilişkili bulunması ve risk alma davranışının KZVD'ni yorduyor olması literatür ile tutarlık göstermektedir.

Benlik saygısı KZVD ile ilişkili bulunan önemli bir değişken olarak görülmektedir. Anne baba kaybı, ailede alkol bağımlılığı öyküsü, benlik saygısı ve yoksulluğun KZVD'ye yatkınlık oluşturan etkenler olduğu belirtilmektedir (Ystgaard ve diğ., 2003). Kendine zarar veren ergenlerin kişilik özellikleri incelendiğinde, ezici nitelikte olumsuz duygulara sahip olma ve kendini küçük görme gibi özellikler ortaya koyulmuştur. Benlik saygısı düşük ergenlerin KZVD ile ilgili olarak daha fazla risk altında oldukları belirtilmiştir (Greydanus ve Shek, 2009). KZVD gösteren ergenlerin düşük benlik saygısına sahip olduklarını belirten birçok çalışmaya rastlanmaktadır (Hawton ve diğ., 2002; Cawood ve Huprich, 2011). Lundh, Karim ve Quilisch (2007) yaptıkları çalışmada benzer sonuçlar elde

etmişlerdir. KZVD gösteren ve göstermeyen lise öğrencilerini karşılaştırdıklarında, KZVD gösteren ergenlerin düşük benlik saygısına sahip olduklarını belirtmişlerdir. Aktepe, Çalışkan ve Sönmez de (2014) yaptıkları çalışmada benzer sonuçlar elde etmişlerdir. Düşük benlik saygısının KZVD açısından önemli bir risk faktörü olduğunu saptanmışlardır. Literatürle tutarlı olarak çalışmada, düşük benlik saygısının kendine zarar veren ergenlerde önemli bir risk faktörü olduğu ortaya koyulmuştur.

Çalışmada benlik saygısı ile risk alma davranışı arasında anlamlı yönde negatif bir ilişki bulunmuştur. Benlik saygısı ve risk alma davranışı arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalarda çelişkili bulgulara rastlanmaktadır. Bazı çalışmalar düşük benlik saygısı ile artan risk alma davranışı arasındaki pozitif ilişkiyi ortaya koyarken, bazıları da yüksek benlik saygısı ile artan risk alma davranışı arasındaki pozitif ilişkiyi ortaya koymaktadır. Burada kritik olan nokta, sosyal kabul içerikli risk alma davranışı ile sosyal kabul içermeyen zararlı risk alma davranışı arasındaki farklılıklardır (Özmen ve Sümer, 2011). Örneğin tehlikeli sporlar gibi sosyal kabul içeren risk alma davranışları benlik saygısının düzenlenmesinde hatta yükselmesinde ergenlere yardımcı olmaktadır (Cazenave ve Michel, 2008). Bu nedenle benlik saygısı ve risk alma davranışı ile ilgili yapılan çalışmaların sonuçları, risk alma davranışının türüne göre negatif ya da pozitif yönde benlik saygısı ile ilişkili bulunabilir.

Düşük benlik saygısı ile birliktelik gösteren, kendini önemsiz ve değersiz hissetmek gibi olumsuz duygulardan kaçınmak veya bu duygularla baş etmek amacıyla bireylerin riskli davranışlar gösterebileceği belirtilmektedir. Güçlü negatif duygularla baş etmede tatmin edici yöntemleri kullanmama, KZVD'nin altında yatan en önemli sebeplerden biridir (Aktepe, 2011). Bireyin düşük benlik saygısıyla ilgili olarak kendine ilişkin olumsuz duygularının KZVD ile ilişkili bulunması bu nedenle anlamlı görülmektedir. KZVD; suçluluk, yalnızlık, kendinden nefret etme, kendini sevmeme ve kendini değersiz hissetme gibi olumsuz duygu ve düşünceleri ortadan kaldırmaya ya da hafifletmeye aracılık eden bir role sahiptir. Dolayısıyla kişinin kendine yönelik olumsuz duygularını ortadan kaldırmaya dönük çabalar ve benlik saygısını arttırmaya dönük çabalar KZVD'nin ortadan kaldırılmasında ya da azaltılmasında son derece önemli görülmektedir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara bağlı olarak; ergenlik dönemi, KZVD'nin başlangıcı ve devamı açısından dikkate alınması gereken bir dönemdir. Ergenlerde KZVD'nin gözlenmesi ve erken belirlenmesi, davranışın tekrarının önlenmesine ve davranışın şiddetinin azaltılmasına yardımcı olacaktır. Bu nedenle KZVD'nin tanıtılması ve bu davranışlara ilişkin farkındalığın artırılması ebeveynler, eğitimciler ve ruh sağlığı çalışanları açısından önemli görülmektedir. Olumsuz duygularla baş etmede etkili yöntemleri kullanamama KZVD'nin en önemli nedenlerinden biri olarak değerlendirildiği için duygusal algıları düzenlemek ve olumsuz duygularla baş etmede daha etkili yöntemleri ergene öğretmek KZVD'yi ortadan kaldırmada son derece önemlidir. Bu, özellikle eğitim kurumlarında okul psikolojik danışmanlarının yerine getirmesi gereken önemli görevlerden biridir. Diğer yandan ergenlerin artan risk alma davranışlarına dikkat edilmesi, benlik saygısını yükseltmeye ve güçlendirmeye dönük çabalar da yine okul psikolojik danışmanlarının KZVD'ni önlemeye dönük çalışmaları arasında yer almalıdır.

Mevcut çalışma, yaşamının bir döneminde KZVD göstermiş ya da şu anda KZVD gösteren bireyler dikkate alınarak gerçekleştirilmiş bir çalışmadır. Tekrarlayıcı kendine zarar veren davranışlar gösteren bireylerle yapılacak çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Diğer yandan bu çalışma yalnızca lise öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. İlk ergenlik, geç ergenlik ve yetişkinlik dönemindeki bireylerle yapılan çalışmalara ve bu çalışmaların sonuçlarının karşılaştırılmasına da ihtiyaç duyulmaktadır.

Kaynakça

- Aksoy, A. ve Ögel, K. (2003). Kendine zarar verme davranışı. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 4, 226-236.
- Aktepe, E., Çalışkan, S. ve Sönmez, Y. (2014). Kendine zarar veren ergenlerin aile işlevlerinin ve benlik saygılarının saptanması: Olgu-kontrol çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15, 69-76.
- Alfonso, M., & Dedrick, R. (2010). Self-injury among early adolescents. *American Journal of Health Education*, 41 (2), 74-84.
- Bildik, T., Somer, O., Kabukçu Başay, B., Başay, Ö., ve Özbaran, B. (2012). Kendine zarar verme davranışı değerlendirme envanteri'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 23, 49-57.
- Brausch, A.M., & Gutierrez, P.M. (2010). Differences in non-suicidal self-injury and suicide attempts in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 233-242.
- Brunner, R., Parzer, P., Haffner, J., Steen, R., Roos, J., Klett, M., & Resch, F. (2007). Prevalence and psychological correlates of occasional and repetitive deliberate self-harm in adolescents. *Archives of Pediatric Adolescent Medicine*, 161(7), 641-649.
- Cawood, C. D., & Huprich, S. K. (2011). Late adolescent nonsuicidal self-injury: The roles of coping style, self-esteem, and personality pathology. *Journal of Personality Disorders*, 25(6), 765-781.
- Cazenave, N., & Michel, G. (2008). Risk-taking behaviour and self-esteem regulations among adolescents: The parkour. *Annals Medico Psychologiques*, 166, 875-881.
- Claes, L., Houben, A., Vandereycken, W., Bijttebier, P., & Muehlenkamp, J.J. (2010). The association between non-suicidal self-injury, self-concept and acquaintance with self-injurious peers in a sample of adolescents. *Journal of Adolescence*, 33, 775-778.
- Çelik, Ş. (2004). *The effects of an attachment oriented psychoeducational group training on improving the preoccupied attachment styles of university students*. Master's thesis, Middle East Technical University, Ankara.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dahl, R.E. (2004). Adolescent brain development: A period of vulnerabilities and opportunities. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1021, 1-22.
- Deiter, J.P, Nicholls, S.S., & Pearlman A.L, (2000). Self-injury and self-capacities: Assisting an individual in crisis. *Journal of Clinical Psychology*, 56(9), 1173-1191.
- Favazza, A. R., & Conterio, K. (1989) Female habitual self-mutilators. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 79(3), 283-289.
- Granner, M.L., Black, D.R., & Abood, D.A. (2002). Levels of cigarette and alcohol use related to eating-disorder attitudes. *American Journal of Health Behavior*, 26, 43-55.
- Greydanus, D.E., & Shek, D. (2009). Deliberate self-harm and suicide in adolescents. *Keio Journal of Medicine*, 58 (3), 144-151.
- Gullone, E., Moore, S., Moss, S., & Boyd, C. (2000). The adolescent risk-taking questionnaire: Development and psychometric evaluation. *Journal of Adolescent Research*, 15, 231-250.
- Hawton, K., Rodham, K., Evans, E., & Weatherall, R. (2002). Deliberate self-harm in adolescents: self report survey in schools in England. *British Medical Journal*, 325(7374), 1207-1211.
- Hilt, L.M., Nok, M.K., Lloyd-Richardson, E.E., & Prinstein, M.J. (2008). Longitudinal study of nonsuicidal self-injury among young adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 28 (3), 455-469.
- Jacobson, C.M., & 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.

- Joiner, T. (2002). The trajectory of suicidal behavior over time. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 32, 33-41.
- Karahan, T.F., Sardoğan, M.E., Gençoğlu, C. & Yılan, G. (2007). Lise öğrencilerinde trafik, madde kullanımı ve toplumsal konuyla ilgili risk alma davranışı. *Eğitim ve Bilim*, 31(142), 72-79.
- Kıran Esen, B. (2003). Akran baskısı, akademik başarı ve yaş değişkenlerine göre lise öğrencilerinin risk alma davranışının yordanması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24, 79-85.
- Knorr, A.C., Jenkins, A.L. & Conner B.T. (2013). The role of sensation seeking in non-suicidal self-injury. *Cognitive Therapy and Research*, 37, 1276-1284.
- Kumar, G., Pepe, D., & Steer, R. (2004). Adolescent psychiatric inpatients' self reported reasons for cutting themselves. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 192(12), 830-836.
- Laye-Gindhu, A., & Schonert-Reichl, K. (2005). Nonsuicidal self-harm among community adolescents: Understanding the "whats" and "whys" of self-harm. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(5), 447-57.
- Lundh, L.G., Karim, J., & 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, 33-41.
- Makikyro, T. H., Hakko, H.H., Timonen, M.J., Lappalainen, J.A.S., Ilomaki, R.S., Marttunen, M.J., & et al. (2004). Smoking and suicidality among adolescent psychiatric patients. *Journal of Adolescent Health*, 34, 250-253.
- Muehlenkamp, J.J., & Gutierrez, P.M. (2004). An investigation of differences between self-injurious behavior and suicide attempts in a sample of adolescents. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 34, 12-23
- Muehlenkamp, J.J., Swanson, J.D., & Brausch, A.M. (2005). Self-objectification, risk taking, and self-harm in college women. *Psychology of Women Quarterly*, 29, 24-32.
- Ng, G. (1998). *Everything you need to know about self-mutilation: A helping book for teens who hurt themselves*. New York, NY:Rosen Publishing Group.
- Nixon, M.K., Cloutier, P.F., & Aggarwal, S. (2002). Affect regulation and addiction aspects of repetitive self-injury in hospitalized adolescents. *Journal of American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 41(11), 1333-1341.
- Özmen, O., & Sümer, Z. H. (2011). Predictors of risk-taking behaviors among Turkish adolescents. *Personality and Individual Differences*, 50, 4-9.
- Ross, S., & Heath, N. (2002). A study of the frequency of self-mutilation in a community sample of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 31, 67-77.
- Steinberg, L. (2008). A neurobehavioral perspective on risk-taking. *Developmental Review*, 28, 78-106.
- Suyemoto, K.L. (1998). The functions of self-mutilation. *Clinical Psychology Review*, 18, 531-554.
- Timson, D., Priest, H., & Clark-Carter, D. (2012). Adolescents who self-harm: Professional staff knowledge, attitudes and training needs. *Journal of Adolescence*, 35(5), 1307-1314.
- Ystgaard, M., Reinholdt, N.P., Husby, J., & Mehlum, L. (2003). Deliberate self harm in adolescents. *Tidsskrift for den Norske Laegeforening*, 123 (16), 2241-2245.
- Zoroğlu, S.S., Tüzün, U., Sar, V., Tutkun, H., Savaş, H.A., Öztürk, M., & et al. (2003). Suicide attempt and self-mutilation among Turkish high school students in relation with abuse, neglect, and dissociation. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 57, 119-126.