



Copyright © 2021 T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı
<http://genclikarastirmalari.gsb.gov.tr/>
 Gençlik Araştırmaları Dergisi • Aralık 2021 • 9(25) • 31-46

ISSN 2791-8157
 Başvuru | 7 Mart 2021
 Kabul | 4 Kasım 2021

Lise Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik Sağlamlığın Kendine Zarar Verme Davranışı Açısından İncelenmesi

*Sinem Fariz**
*Betül Düşünceli***

Öz

Günümüzde lise öğrencilerinde kendine zarar verme davranışlarının, kendileri açısından ve özellikle bu öğrenciler ile birebir iletişimde olan aileleri, öğretmenleri ve ruh sağlığı çalışanları için önemli bir sorun olduğu görülmektedir. Bu çalışmada lise öğrencilerinde algılanan sosyal destek ve psikolojik sağlamlığın kendine zarar verme davranışı açısından incelenmesi amaçlanmaktadır. Nitekim, kendine zarar verme davranışı gösteren öğrencilerin içinde buldukları durumu tanımlamak onlara yardım sürecinde ilk adımı oluşturmaktadır. Katılımcılar Ankara'nın Sincan ilçesinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı iki devlet okulunda öğrenim gören 359 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmada kapsamında veriler Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Ego Sağlamlığı Ölçeği, Kendini Yaralama Davranışı Bilgi Alma Formu ve Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Araştırmada tarama yöntemi uygulanmış olup, veriler SPSS programında analiz edilmiştir. Verilerin analizinde betimsel istatistikler hesaplanmış, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi ve Bağımsız Örneklemde t testi uygulanmıştır. Yapılan incelemede kendine zarar verme davranışı göstermeyen lise öğrencilerinin ailelerinden algıladıkları sosyal destek puanlarının ve psikolojik sağlamlıklarının kendilerine zarar veren lise öğrencilerinden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmanın bulguları ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Algılanan Sosyal Destek, Psikolojik Sağlamlık, Kendine Zarar Verme Davranışı, Ergenlik, Lise

* Doktora Öğrencisi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Bölümü, sinem.fariz@ogr.sakarya.edu.tr, ORCID: 0000-0002-4728-5926.

** Doç. Dr., Sakarya Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, bbyraktar@sakarya.edu.tr, ORCID: 0000-0002-6794-8811

Abstract

High school students' engagement in self-harm behaviors has become a serious problem affecting not only students themselves but also their families, teachers, and the mental health workers serving them. This study seeks to examine high school students' perceived social support and resilience against self-harm behaviors. The first step in helping such students is to identify self-harm behaviors. The participants of this study consist of 359 high school students enrolled in two public schools under the jurisdiction of Ministry of National Education in Sincan, Ankara. Following a survey method, data were collected using the Perceived Social Support Scale, the Ego Resiliency Scale, the Self-Mutilation Behavior Information Retrieval Form, and a personal information form. The resulting data were analyzed using SPSS. After calculating descriptive statistics, we carried out a Pearson Product Moment Correlation Analysis, and an Independent Sample t-Test. Our findings reveal that high school students who did not display self-harm behaviors had higher family social support scores and resilience levels than those who did display self-harm behavior. The study's findings were discussed in the light of the relevant literature.

Keywords: Perceived Social Support, Resilience, Self-Harm Behavior, Adolescence, High School

Giriş

Kendine zarar verme davranışı özellikle ergenlik döneminde sık görülen ve yaygınlığı giderek artan önemli bir ruh sağlığı sorunu olmakla birlikte Türkiye'de bu konudaki çalışmaların yeterli düzeyde olmadığı görülmektedir. Kendine zarar verme davranışı geçmişten günümüze alanyazında; kendine zarar verme (self injury/self harm), intihar girişimi içermeyen kendine zarar verme davranışı (nonsuicidal self-injury), ölüm amacı taşımayan intihar girişimleri ve kendine zarar verme davranışları (parasuicide), kendini yaralama (self-mutilation/self wounding), kasten kendine zarar verme (deliberate self harm), fiziksel olarak kendini tahrip etme (self destruction), kendine yönelik agresyon/otoagresyon (autoaggression) şeklinde farklı biçimlerde ele alınmıştır (Ögel ve Aksoy, 2006; Klonsky, 2007; Darosh ve Lloyd-Richordson, 2013; Çelik ve Hoccoğlu, 2017).

Kendine zarar verme davranışının yaygınlığı, çalışmalarda davranışın kavramsallaştırılma biçimine ve nasıl ölçüldüğüne göre farklılıklar göstermektedir. Bu durum aynı zamanda ölçümdeki farklılıkları ortaya çıkarmaktadır. Buna ek olarak genelleme ve ülkeler arasında karşılaştırma yapılmasını zorlaştırmaktadır (Whitlock ve Rodham, 2013). Davranışın kavramsallaştırılması ve ölçülmesindeki farklılıklara rağmen yapılan çalışmalarda kendine zarar verme davranışının ergenler arasında yaygın olduğu (Çelik ve Hoccoğlu, 2017), ilgi arayışı (Çelik ve Hoccoğlu, 2017), duygudurum bozukluğu (Darosh ve Richardson, 2013; Cassels ve Wilkinson, 2016) dürtüsellik (Cassels ve Wilkinson, 2016), travma/istismar (Whitlock ve Rodham, 2013; Cassels ve Wilkinson, 2016; Çelik ve Hoccoğlu, 2017) ailesel yapı (Whitlock ve Rodham, 2013) ve akran etkisi/yayıma (Whitlock ve Rodham, 2013; Cassels ve Wilkinson, 2016;

Çelik ve Hocoğlu, 2017) gibi pek çok psikolojik, biyolojik ve çevresel faktörle ilişkili olabileceği belirtilmektedir. Bu nedenle davranışın yaygınlığı ve motivasyonunun belirlenmesi ergenlerle çalışan ruh sağlığı çalışanlarının ve okul psikolojik danışmanlarının yapacağı önleyici, müdahale ve tedavi edici yaklaşımlara katkı sağlaması açısından önemlidir.

Kendine zarar verme davranışına dair pek çok farklı tanımın yapıldığı görülmektedir. Nock ve Prinstein (2004) kendine zarar vermeyi, bireyin intihar niyeti bulunmaksızın kasıtlı bir biçimde kendi vücuduna zarar vermesi şeklinde tanımlamışlardır. Yapılan tanımlamalarda ortak olarak kendine zarar verme davranışının bireyin intihar niyeti olmaksızın kasıtlı olarak (Darosh ve Richardson, 2013; Gonzales ve Bergstram, 2013; Cassels ve Wilkinson, 2016) vücuduna zarar verdiği ve kendini kesme, yakma, çizme, kendine vurma ve vücuduna yazı, şekil ya da sembol kazıma gibi davranışları içerdiği (Schatten vd., 2013; Walsh ve Muehlenkamp, 2013; Gallant vd., 2014) belirtilmektedir.

Simeon ve Favazza'nın (2001), kasıtlı kendine zarar verme davranışını major kasıtlı kendine zarar verme, stereotipik kendine zarar verme, kompulsif kendine zarar verme ve dürtüsel kendine zarar verme olmak üzere dört grupta ele aldıkları görülmektedir. Nock'un (2010) sınıflandırmasında kendine zarar verme doğrudan ve dolaylı olarak ikiye ayrılmıştır. Doğrudan kendine zarar vermede davranışı meydana getiren niyet ve davranışın sonucu aynıdır; amaç kişinin kendi kendini incitmesidir. Bu davranışlar; ölme niyeti ile yapılan intihar amaçlı eylemler ve ölme niyeti taşımayan, intihar dışı eylemler olarak ikiye ayrılır. İntihar amaçlı eylemler de kendi içinde intihar düşüncesi, intihar planı ve intihar girişimi olarak üç ana grupta incelenmektedir. İntihar amacı olmayan eylemler de intihar tehdidi ya da jesti; kendine zarar verme düşüncesi ve kendine zarar verme olmak üzere üç ana grupta değerlendirilmektedir. Dolaylı kendine zarar verme davranışında ise niyet zarara uğramak değildir ancak alkol/sigara kullanımında olduğu gibi zarar yan ürün olarak ortaya çıkmaktadır (Nock, 2010).

Kendine zarar verme davranışı Amerikan Psikiyatri Birliği Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı dördüncü baskısında (DSM-4-TR) ayrı bir başlık altında incelenmemiştir. Duygudurum, dissosiyatif bozukluklar ve sınır kişilik bozukluğu gibi ruhsal bozukluklarla ilişkilendirilmiştir. DSM-4-TR'de 'herhangi özgül bir dürtü kontrol bozukluğu için tanı ölçütlerini karşılamayan dürtü kontrol bozuklukları' içinde yer aldığı görülmektedir (APA, 2000). Bununla birlikte DSM-5'te ise klinik ilgi odağı olabilecek diğer durumlar başlığının içerisinde 'kendine zarar verme öyküsü' şeklinde yer verildiği görülmektedir (APA, 2013).

Ergenlik; akran yakınlığı ve etkisinin fazla olduğu, ebeveynler dahil yetişkinlerle yoğun çatışmaların yaşanabildiği bir dönemdir. Yapılan çalışmada ergen grubuyla araştırmanın yürütülmesi nedeniyle ergenlik döneminin ifade edilen sosyal etkileri ve psikolojik boyutu dikkate alınarak kendine zarar verme davranışı sosyal ve psikolojik model üzerinden açıklanmaya çalışılmıştır. Kendine zarar verme davranışını önleme ve müdahale etmede özellikle okullarda yapılacak çalışmalarda sosyal destek ve psikolojik sağlamlığın yararlı

olabileceğinin belirtilmesi (Whitlock ve Rodham, 2013) doğrultusunda araştırmada kendine zarar verme davranışı bu iki kavram bağlamında ele alınmıştır.

Kendine Zarar Verme Davranışını Açıklayan Modeller

Bireylerin kendine zarar verme motivasyonlarını belirlemenin, kendine zarar verme davranışının eş zamanlı olarak birden çok amaçla gerçekleştirilebilmesi ve zaman içerisinde bu amaçların değişim gösterebilmesi sebepleriyle oldukça karmaşık bir görev olduğu belirtilmektedir. Ancak genel olarak bireylerin kendine zarar verme davranışına yönelik motivasyonlarını ortaya koymaya çalışan psikolojik, sosyal ve biyolojik olmak üzere üç modelden bahsedilmektedir (Darosh ve Lloyd-Richardson, 2013). Bu çalışmada ergenlerde kendine zarar verme davranışı algılanan sosyal destek ve psikolojik sağlık bağlamında ele alındığından davranışı açıklamaya yönelik ortaya konulan psikolojik ve sosyal modellere yer verilmiştir.

Psikolojik Model

Whitlock ve Rodham (2018) araştırmacıların çoğunun kendine zarar verme davranışının psikolojik boyutunu ele alırken davranışın birincil fonksiyonlarının; psikolojik acıdan kaçınmak, psikolojik acıyı ifade etmek ve dikkati olumsuz uyarandan uzaklaştırmak olduğu konusunda hemfikir olduklarını belirtmektedir. Nock ve Prinstein (2004) intihar niyeti taşımayan kendine zarar vermeye ilişkin davranışsal bir yaklaşım ortaya koyarak bireylerin kendine zarar verme davranışının sürdürülmesinde rol oynayan dört pekiştirme sürecinin bulunduğunu ifade etmişlerdir. Ortaya konulan bu dört boyutlu modelde ilk boyutu davranışın motivasyonunun içsel/kişiler arası oluşu belirlerken bu her iki boyut da kendi içinde pekiştirecin olumlu/olumsuz oluşuna göre ikiye ayrılmaktadır. Örneğin; bireyin kendine zarar verme motivasyonu kötü duyguları durdurmak ise ve bu davranış sonucunda rahatsız edici duygu/düşünceler azalıyorsa kendine zarar verme davranışı kişisel-negatif işlev görmektedir. Bireyin amacı, acı verici bile olsa, herhangi bir şey hissetmek ise ve davranış sonrasında istenen duygular sağlanarak böylece hoşla gitmeyen psikolojik durum ya da duygusal deneyim dönüştürülüyorsa kendine zarar verme davranışının kişisel-pozitif işlev gördüğü belirtilmektedir.

Kendine zarar verme davranışının içsel işlevlerinin bireyin duygu düzenlemesine yardımcı olduğu ve kendine zarar verme davranışının çoğunlukla anksiyete ve depresyonla baş etmekte zorlanan ya da duygu durumunu düzenlemekte güçlük yaşayan gençlerde görüldüğü ifade edilmektedir (Chapman vd., 2006; Darosh ve Lloyd-Richardson, 2013; Gratz ve Roemer, 2008). Bununla birlikte Darosh ve Lloyd-Richardson (2013) kendine zarar verme davranışının ergenlerde duygu düzenlemeyle birlikte aynı zamanda kendini cezalandırma amacına da hizmet ettiğini vurgulamışlardır.

Sosyal Model

Nock ve Prinstein (2004) kendine zarar verme davranışının kişiler arası boyutunu da ele alarak davranışın ortaya çıkışı ve seyrinin daha iyi anlaşılmasını sağlayan sosyal modeli ortaya koymuşlardır. Bu modele göre kendine zarar verme davranışı bireyin kişiler arası ilişkilerden doğan talepler ya da görevler üzerinde daha fazla kontrol ya da kaçınma sağlamasına yarayan bir baş etme becerisi gibi işlev görmekte ve böylelikle bireyin sosyal çevresini düzenlemesine hizmet etmektedir.

Sosyal model, bireylerin sıkıntılarını daha etkili biçimde iletmelerine ve arzu ettikleri tepkiyi alabilmelerine olanak sağladığı için kendine zarar verme davranışının ortaya çıktığını ve davranışın sürdüğünü belirtmektedir (Darosh ve Lloyd-Richardson, 2013). Kendine zarar verme davranışının sosyal boyutunu ele alırken davranışın manipülatif bir amaç taşıyabileceği gibi aynı zamanda bireyin davranışının baş etme becerilerinin yetersiz oluşu ya da duyguların düzenleme becerilerindeki sınırlılıktan kaynaklanabileceği göz ardı edilmemelidir (Gratz ve Roemer, 2008). Bu duruma dikkat edilmesinin hem bireylerin gereksiz suçlanmaması hem de tedavinin doğru planlanması açısından önemli olduğu belirtilmektedir (Darosh ve Lloyd-Richardson, 2013).

Algılanan Sosyal Destek

Yıldırım (1997), sosyal destek kavramını bireyin çevresinden aldığı sosyal ve psikolojik destek olarak tanımlayarak kavramın teorik temelini Kurt Lewin'in alan kuramına ve davranış tanımına dayandığını belirtmiştir. Lewin (1944)'in alan kuramında yaşam alanı kavramı bireyin davranışına ilişkin olguları kapsamaktadır ve bu olgular bireyi betimleyenler ve çevreyi betimleyenler olarak ikiye ayrılmaktadır. Tanımladığı çevre kavramı ise fiziksel çevrenin içinde yer alan ancak aynı zamanda ondan ayrı psikolojik bir çevredir ve aslında dış durumların anlatımıdır. Lewin (1944), psikolojik çevreyi oluşturan grup dinamiklerinin; insanın karakteri, mutluluğu ve üretkenliği dahil hayatındaki en önemli belirleyici olduğunu ifade etmektedir. Bireyin yeni davranışlar kazanması ve olumsuz davranışlardan kurtulması psikolojik çevresindeki değişim ile mümkün olabilmektedir. Bu da sosyal destek sisteminin bireyin psikolojik çevresi içerisinde yer aldığını göstermektedir.

Sosyal destek kavramı 1970'lerden itibaren başa çıkma kaynağı olarak büyük bir ilgi uyandırmıştır. Stresin zararlı etkilerine karşı bireyleri koruması yönüyle, sosyal desteğin psikolojik ve fiziksel sağlık üzerindeki olumlu etkileri pek çok çalışma ile ortaya koyulmaya çalışılmıştır (Eker ve Arkar, 1995). Kavrama ilişkin yapılan çalışmalarda özellikle bireylerin sosyal ilişkilerini yeterince destekleyici bulup bulmadığına dair algısı temelinde araştırmaların yapıldığı vurgulanmaktadır (Eker vd., 2001). Pek çok araştırmacının sonucu bireyin sosyal destek sisteminin sosyolojik ve psikolojik sorunlarının çözümünde, önlenmesi ve tedavisinde, zorlayıcı durumlarla başa çıkabilmesinde önemli bir kaynak olduğunu ortaya koymaktadır (Yıldırım, 1997). Nitekim ergenlerin kendine zarar verme davranışı göstermesi ile algıladığı

sosyal destek arasındaki ilişkinin ortaya konulması bu çalışmanın amaçlarından birini oluşturmaktadır. Yapılan çalışmanın; var olan durumun ortaya konulması ile ergenlerin kendine zarar verme davranışlarının azaltılması için yapılacak başka çalışmalara zemin oluşturacağı düşünülmektedir.

Psikolojik Sağlamlık

Pozitif psikolojinin bir getirisi olarak bireylerin yetersizlikleri yerine güçlü yanlarının ele alındığı çalışmalara geçiş, psikolojik sağlamlık kavramını gündeme getirmiştir. Kavramın kökenine bakıldığında bir maddenin elastik olması ve aslına kolayca dönebilmesini ifade eden Latince “resiliens” tan türediği görülmektedir (Greene, 2002). Türkiye’de ise psikolojik sağlamlık, 2000’li yıllardan itibaren ele alınan bir kavram olmuştur ve kavramın İngilizce karşılığı olan “Resilience” teriminin Türkçe çevirisindeki farklılıklardan dolayı çalışmalarda birbirinden farklı adlandırıldığı görülmektedir. Işık (2016), “Kendini Toparlama Gücü” olarak adlandırdığı “Resilience” kavramına ilişkin 2004-2014 yılları arasında yapılan araştırmaları incelediği çalışmasında kavramın Türkçe alanyazında; Psikolojik Sağlamlık, Psikolojik Dayanıklılık, Yılmazlık ve Kendini Toparlama Gücü kavramlarıyla ele alındığını ortaya koymuştur. Kavramın Türkçe çevirisi konusunda fikir birliği bulunmadığı görülmektedir. Buna ek olarak popüler bir kavram olmasına karşın evrensel olarak kabul edilen bir psikolojik sağlamlık kuramı ve üzerinde fikir birliğine varılmış ortak bir tanım mevcut değildir (Kararımak, 2006). Bu nedenle psikolojik sağlamlık kavramını değerlendirmek için farklı ölçme araçları bulunmaktadır. Bunlardan bir tanesi de bu çalışmada da kullanılan Block ve Kremen (1996) tarafından geliştirilen ve Kararımak (2007) tarafından Türkçe’ye uyarlanan Ego Sağlamlık Ölçeği’dir. Bu ölçek psikolojik sağlamlığı değerlendirmek için birçok çalışmada (Gençoğlu, 2020; Güloğlu ve Kararımak, 2010; Kararımak ve Siviş-Çetinkaya, 2011; Kararımak ve Güloğlu, 2014; Soylu, 2018; Yavuz ve Karaer, 2020) kullanılmıştır. Bu çalışmalara benzer şekilde bu araştırmada da “resilience” kavramı Ego Sağlamlığı Ölçeği ile değerlendirilmiş ve kavramın Türkçe karşılığı olarak “psikolojik sağlamlık” kelimesi tercih edilmiştir.

Kararımak (2006) psikolojik sağlamlığı, bir olumsuz durum yaşandığında, risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin etkileşimiyle devam eden süreçte, bireyin yaşadığı değişikliğe uyumunu içeren bir kavram olarak tanımlamaktadır. Psikolojik sağlamlık kavramı aynı zamanda yüksek risk gruplarındaki insanların, akademik başarısızlık, sosyal beceri eksikliği gibi olumsuz yönde olması beklenen sonuçlardan daha iyi sonuçlara ulaşmalarını, stresli olaylarla başa çıkabilmelerini, uyum göstermelerini ve travmatik yaşantılar sonrasında daha hızlı toparlanmalarını da içermektedir (Masten, 1994).

Araştırmanın Amacı

Ergenlikteki değişimlerin olumsuz olmasalar bile hızlı seyretmesi nedeniyle ergenleri psikolojik olarak savunmasız bırakabildiği belirtilmektedir (Turgut ve Eraslan-Çapan, 2017). Arslan (2015) ergenlerde psikolojik sağlamlığı ele aldığı çalışmasında benlik saygısı ve olumlu duygular

arttıkça psikolojik sağlamlığın arttığını, psikolojik sağlamlığı yüksek bireylerin yaşama ilişkin daha olumlu duygular içerisinde olduklarını ve kendilerine ilişkin değerlendirmelerinin daha olumlu olduğunu ifade etmiştir. Ergenlik dönemi bireylerin, gelişimsel olarak meydana gelen fizyolojik ve psikolojik değişimlere uyum sağlayarak kimlik duygusu kazanmaları beklenen bir dönemdir. Bu yönüyle zorlayıcı bir dönem olduğundan ergenlik, bu çalışmada ciddi bir risk faktörü olarak değerlendirilerek öğrencilerin algıladıkları sosyal destekleri ile psikolojik sağlamlıkları kendine zarar verme açısından ele alınmıştır. Kendine zarar verme davranışının daha iyi anlaşılmasının ergenlerle çalışan ruh sağlığı çalışanlarının ve okul psikolojik danışmanlarının yapacağı önleyici, müdahale ve tedavi edici yaklaşımlara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu araştırma, lise öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile psikolojik sağlamlığın kendine zarar verme davranışı açısından incelenmesi amacı ile gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda araştırmada aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Öğrencilerin ailelerinden, arkadaşlarından ve özel bir kişiden algıladıkları sosyal destek kendine zarar verip vermeme durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
2. Öğrencilerin psikolojik sağlamlıkları kendine zarar verip vermeme durumuna göre anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?

Yöntem

Araştırma Modeli

Tarama modeli, halen var olan ya da geçmişte var olmuş bir durumu olduğu haliyle betimlemeyi amaçlamaktadır. Tarama modelleri içerisinde yer alan genel tarama modelleriyle tekil ya da ilişkisel taramalar yapılabilmektedir. İlişkisel araştırmalar, iki ya da daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlamaktadır (Karasar, 2014). Bu araştırma, amacı ve değişkenleri göz önünde bulundurularak ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir.

Çalışma Grubu

Ankara'nın Sincan ilçesinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı iki devlet okulunda öğrenim gören 359 meslek lisesi öğrencisi çalışmaya gönüllü katılım sağlamıştır. Bu araştırma için Sakarya Üniversitesi Etik Kurulu'ndan (16/04/2020-E.4121) etik izin alınmıştır. Veriler elverişli örnekleme yöntemiyle belirlenen 9., 10., ve 11.sınıfta öğrenimlerine devam eden öğrencilerden online şekilde toplanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilere ilişkin verilere Tablo 1'de yer verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Demografik Özellikler		n	%
Okul Türü	Ticaret Meslek Lisesi	249	69.4
	Endüstri Meslek Lisesi	110	30.6
Sınıf düzeyi	9. sınıf	176	49.0
	10. sınıf	146	40.7
	11. sınıf	37	10.3
Not Ortalaması	Düşük	47	13.1
	Orta	214	59.6
Psikolojik tedavi alma durumu	Yüksek	214	59.6
	Evet	44	12.3
Ailenin sosyo-ekonomik düzeyi	Hayır	315	87.7
	Düşük	41	11.4
	Orta	224	62.4
Ailenin sosyo-ekonomik düzeyi	Yüksek	94	26.2
	Hiç	158	44.0
	Bir kez	104	29.0
	2-5 arası	53	14.8
Kendine zarar verme türü	6-10 arası	24	6.7
	11 ve daha fazla	20	5.6
	Vücutun çeşitli bölgelerini kesme	71	19.8
	Vücutun çeşitli bölgelerini çizme kazıma	75	20.9
	Kafa/vücutun diğer bölgelerini isteyerek sert bir yere vurma	143	39.8
	Vücutun herhangi bir yerini yakma	44	12.3
	Saçları yolma	39	10.9
	Vücutun herhangi bir yerini ısırma	73	20.3
	Vücutun herhangi bir yerine bir cisim batırma	82	22.8
	Vücuttaki herhangi bir yaranın iyileşmesini engelleme	80	22.3
Diğer kendine zarar verme davranışları	7	1.9	

Tablo 1’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğrencilerin %69.4’ü (249) Ticaret Meslek Lisesi’nde ve %30.6’sı (110) Endüstri Meslek Lisesi’nde; %49.0’ı (176) dokuzuncu sınıfta, %40.7’si (146) onuncu sınıfta ve %10.3’ü (37) on birinci sınıfta öğrenim görmektedir. Öğrencilerin not

ortalamasının %13.1'inin (47) düşük, %59.62'sinin (214) orta ve %27.3'ünün (94) yüksek olduğu görülmektedir. Öğrencilerin %12.3'ü (44) daha önce psikolojik tedavi aldığını beyan ederken, %87.7'sini (315) daha önce psikolojik tedavi almadığını beyan etmiştir. Öğrencilerin ailelerinin sosyo-ekonomik düzeyi incelendiğinde 11.4'ünün (41) düşük, %62.4'ünün (224) orta ve %26.2'sinin (94) yüksek gelire sahip olduğu görülmektedir. Kendine zarar verme sıklığı incelendiğinde öğrencilerin % 49.0'ı (158) kendine hiç zarar vermediğini ifade ederken, % 29.0'ı (104) bir kez, % 14.8'i (53) iki ve beş kez arasında, % 6.7'si (24) altı ve on kez arasında, % 5.6'sı (20) on bir ve daha fazla sayıda kendine zarar verme davranışı gösterdiklerini ifade etmişlerdir. Bu kendine zarar verme davranışlarının türlerine bakıldığında ise öğrencilerin; % 19.8'inin (71) vücudun çeşitli bölgelerini kesme, % 20.9'unun (75) vücudun çeşitli bölgelerini çizme/ kazıma, % 39.8'inin (143) kafa/vücudun diğer bölgelerini isteyerek sert bir yere vurma, % 12.3'ünün (44) vücudun herhangi bir yerini yakma, % 10.9'unun (39) saçları yolma, % 20.3'ünün (73) vücudun herhangi bir yerini ısırma, % 22.8'inin (82) vücudun herhangi bir yerine bir cisim batırma, % 22.3'ünün (80) vücuttaki herhangi bir yaranın iyileşmesini engelleme, % 1.9'unun (7) balkondan atlama, dişini kırma gibi diğer kendine zarar verme davranışları gösterdikleri görülmüştür.

Veri Toplama Araçları

Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu, çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği, ego sağlamlığı ölçeği ve kendini yaralama davranışı bilgi alma formu kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Öğrencilerin; okul türü, sınıf düzeyi, not ortalaması, psikolojik tedavi alıp almama durumu ve ailenin sosyo-ekonomik durumunu belirlemeye yönelik sorulardan oluşan kişisel bilgi formu araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Bu çalışmada orijinali ABD'de Zimet vd. (1988) tarafından geliştirilen Türkiye'de kullanımı için ilk defa Eker ve Arkar (1995) tarafından Türkçeye uyarlanan ve geçerlik, güvenilirlik çalışması yapılan çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin Eker vd. (2001) tarafından gözden geçirilmiş formu kullanılmıştır. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği on iki maddeden oluşmaktadır. Algılanan sosyal desteğin kaynağına göre; aile (anne, baba, eş, çocuk, kardeş), arkadaş ve özel bir insan (flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) olmak üzere üç gruba ayrılmaktadır ve her grup dört maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri 7 aralıklı bir ölçekle derecelendirilmiştir. Alt ölçeklerdeki dört maddenin puanlarının toplanması ile alt ölçek puanları elde edilmektedir. Bütün alt ölçek puanlarının toplanmasıyla da ölçek toplam puanı elde edilmektedir. Toplam puanın yüksek olması sosyal desteğin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin Cronbach's Alpha güvenilirliği alt ölçekler aile, arkadaş, özel bir insan için sırasıyla 0.85, 0.88 ve 0.92 olarak ve ölçek toplamı için güvenilirlik 0.89 olarak ifade edilmiştir.

Ego Sağlamlığı Ölçeği

Araştırmada öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarını değerlendirmek için Ego Sağlamlığı Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek ilk olarak Block ve Kremen (1996) tarafından geliştirilmiş ve daha sonra Kararımak (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Dörtlü likert tipi on dört maddelik bir ölçektir. Ölçekte üç alt boyut bulunmakta ve bu alt boyutlardan alınan puanlar toplam psikolojik sağlamlık puanını ortaya koymaktadır. Ölçekten elde edilen puanın yüksek olması psikolojik sağlamlığın yüksek olduğuna işaret etmektedir. Alt boyutlardan elde edilen puanlar yerine ölçek toplam puanının kullanılması önerilmektedir. Bu nedenle yapılan çalışmada da ölçeğin toplam puanından yararlanılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa değeri 0.80 olarak bulunmuş, test-tekrar test iç güvenirlik katsayısı 0.76 olarak rapor edilmiştir (Kararımak, 2007).

Kendini Yaralama Davranışı Bilgi Alma Formu

Araştırmada öğrencilerin kendine zarar verme davranışlarının biçimini ve sıklığını belirlemek için Lülecı (2007) tarafından oluşturulan veri toplama formu kullanılmıştır. Form on maddeden oluşmaktadır ve sorular öğrencilerin kendine zarar verip vermediğini belirleyerek kendine zarar verme davranışını kaç kez gerçekleştirdiklerini tespit etmeye yöneliktir. Formda öğrencilerin içinde buldukları yaşa kadar öncelikle kendine zarar verme davranışında bulunup bulunmadıklarını işaretlemeleri (evet/hayır) eğer kendine zarar verme davranışı bulunuyor ise gerçekleştirdikleri davranışın türünü (kesme, çizme/kazıma, sert bir yere vurma, yakma, şiddetli saç yolma, ısırma, sivri cisim batırma ve yara iyileşmesini engelleme vb.) ve davranışı kaç kez gerçekleştirdiklerini belirtmeleri istenmektedir.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programında analiz edilmiştir. Analiz öncesinde basıklık, çarpıklık değerleri incelenerek veri setinin normal dağılıma sahip olup olmadığı belirlenmeye çalışılmıştır. Basıklık, çarpıklık değerlerine ilişkin sonuçlar Tablo 2' de sunulmuştur.

Tablo 2. Değişkenlere ilişkin Basıklık ve Çarpıklık Sonuçları

Değişkenler	Kendine Zarar Veren		Kendine Zarar Vermeyen	
	Basıklık	Çarpıklık	Basıklık	Çarpıklık
Psikolojik Sağlamlık	0.25	-0.35	-0.04	-0.34
Aile	-0.87	-0.44	0.02	-0.93
Arkadaşlar	-0.63	-0.52	-0.64	-0.50
Özel İnsan	-1.32	0.04	-1.50	0.06

Tablo 2 incelendiğinde değişkenlere ilişkin verilerin basıklık değerlerinin -1.50/0.25 arasında, çarpıklık değerlerinin -0.93/0.06 arasında olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çarpıklık ve basıklık

değerlerinin ± 1.5 aralığında yer almasının normallikten aşırı sapmaların olmaması anlamına geldiği ifade edilmektedir (Tabachnick & Fidell, 2013). Bu bilgiler doğrultusunda araştırma verilerinin normal dağılım sağladığı söylenebilir.

Lise öğrencilerinin ego sağlamlığı ölçeği toplam puanları ve algılanan sosyal destek ölçeğinin alt boyutları (aile, arkadaşlar ve özel insan) arasındaki ilişkiler, verilerin normal dağılım göstermesi sebebiyle Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi ile incelenmiştir. Ayrıca öğrencilerin Ego Sağlamlığı Ölçeği'nden ve Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin aile, arkadaşlar ve özel insan alt ölçeklerinden aldıkları puanların kendine zarar verip vermeme durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Bağımsız Örneklemde t Testi uygulanmıştır.

Bulgular

Araştırmada değişkenleri; psikolojik sağlamlık (ego sağlamlık) puanları ve algılanan sosyal destek ölçeğinin alt boyutları (aile, arkadaşlar ve özel insan) puanları arasındaki ilişkiler korelasyon analizi ile incelenmiştir. Analiz sonucunda elde edilen sonuçlar Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Değişkenler Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları

	1	2	3	4
Psikolojik Sağlamlık	1			
Aile	.34***	1		
Arkadaşlar	.36***	.35***	1	
Özel İnsan	.24***	.31***	.41***	1
\bar{x}	40.22	20.45	19.70	15.69
SS	6.15	6.59	6.21	8.43
** $p < .01$				

Tablo 3 incelendiğinde, psikolojik sağlamlık (ego sağlamlık) puanları ile algılanan sosyal destek ölçeğinin alt boyutları (aile, arkadaşlar ve özel insan) puanları arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Bu bağlamda psikolojik sağlamlık ile aile ($r = .34$, $p < 0.01$) ve arkadaşlar ($r = .36$, $p < 0.01$) arasında orta düzeyde pozitif yönde; psikolojik sağlamlık ile özel insan ($r = .24$, $p < 0.01$) arasında düşük düzeyde pozitif yönde ve istatistiksel açıdan anlamlı ilişkilerin bulunduğu görülmüştür.

Öğrencilerin Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin aile, arkadaşlar ve özel insan alt ölçeklerinden aldıkları puanların kendine zarar verip vermeme durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Bağımsız Örneklemde t Testi uygulanmıştır. Yapılan analizlere ilişkin sonuçlara Tablo 4'te yer verilmiştir.

Tablo 4. Öğrencilerin Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Aile, Arkadaşlar ve Özel İnsan Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Kendine Zarar Verip Vermeme Durumuna Göre Yapılan Bağımsız Örneklemde T Testi Sonuçları

	Kendine Zarar Verme Davranışı	N	\bar{x}	SS	sd	t	p
Aile	Var	201	19.05	7.01	357	-4.77	0.00
	Yok	158	22.22	5.55			
	Toplam	359					
Arkadaşlar	Var	201	19.24	6.30	357	-1.58	0.12
	Yok	158	20.28	6.08			
	Toplam	359					
Özel insan	Var	201	16.00	8.22	357	0.80	0.43
	Yok	158	15.28	8.69			
	Toplam	359					

Tablo 4 incelendiğinde öğrencilerin algılanan sosyal destek ölçeğinin aile alt boyutu puanları kendine zarar verip vermeme durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p < 0.05$). Kendine zarar verme davranışı göstermeyen öğrencilerin aile alt boyutu puanları kendine zarar verme davranışı gösteren öğrencilerden istatistiksel olarak daha yüksektir. Algılanan sosyal destek ölçeğinin arkadaşlar ve özel insan alt boyutu puanları ise kendine zarar verip vermeme durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p > 0.05$).

Ego Sağlık Ölçeği toplam puanlarının kendine zarar verip vermeme durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Bağımsız Örneklemde t Testi uygulanmıştır. Yapılan analizlere ilişkin sonuçlara Tablo 5'te yer verilmiştir.

Tablo 5. Öğrencilerin Ego Sağlık Ölçeği Toplam Puanlarının Kendine Zarar Verip Vermeme Durumuna Göre Yapılan Bağımsız Örneklemde T Testi Sonuçları

	Kendine Zarar Verme Davranışı	N	\bar{x}	SS	sd	t	p
Psikolojik Sağlık	Var	201	39.60	6.22	357	-2.16	0.03
	Yok	158	41.00	5.98			
	Toplam	359					

Tablo 5 incelendiğinde öğrencilerin Ego Sağlık Ölçeği toplam puanları kendine zarar verip vermeme durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p < 0.05$). Kendine

zarar verme davranışı göstermeyen öğrencilerin psikolojik sağlamlık (ego sağlamlık) puanları, kendine zarar verme davranışı gösteren öğrencilerden istatistiksel olarak daha yüksektir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Genç bireylerde psikolojik sağlığa ilişkin önemli bir uyarı işareti olarak nitelendirilebilecek kendine zarar verme davranışında, bireyin algıladığı sosyal destek ve psikolojik sağlamlık düzeyi önemli görünmektedir. Araştırmanın bulgularına göre kendine zarar verme davranışı bulunmayan öğrencilerin ailelerinden daha fazla sosyal destek algıladıkları belirlenmiştir. Kendine zarar verme davranışı konusunda yapılan araştırmaların pek çoğunda, aile tarafından ihmal ya da istismar edilmiş olmanın ve aileden yeterli desteği alamamanın davranışın gelişmesi ve sürdürülmesinde önem arz ettiği ortaya konulmuştur. Özellikle çocuklukta fiziksel, duygusal ve cinsel istismar gibi örselenme yaşantılarının olduğu bireylerde kendine zarar verme davranışının daha fazla görüldüğü (Çamuroğlu, 2014; Gül, 2015; Öztürk, 2015) belirtilmiştir. Yargıç vd. (2012) kendine zarar verme davranışının fiziksel istismar başta olmak üzere duygusal istismar ve duygusal ihmal ile ilişkili olduğunu belirlemiştir. Yavuz vd. (2017) ergenlerde kendine zarar verme davranışına eşlik eden şemaları inceledikleri çalışmalarında ergenlikte kendine zarar verme davranışının ortaya çıkışında; çocukluk çağında şiddete maruz kalma, aile içi şiddete tanık olma, ailede psikiyatrik bozukluk öyküsü ve intihar öyküsü bulunmasının hazırlayıcı etkenler olduğunu ortaya koymuşlardır. Ersöz-Alan ve Akdemir (2017) kendine zarar verme davranışının düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ülkelerde daha sık görüldüğünü ve bu durumun ekonomik zorlukların aile üzerinde oluşturduğu stres kaynaklı yaşanan çatışmalar, eğitimi yarıda bırakmak durumunda kalma ve sağlık hizmetlerinden yeterince yararlanamama sonucu olabileceğini belirtmektedirler.

Bununla beraber araştırmada aile üyeleri arasındaki desteğin az olmasının sosyoekonomik düzeyden daha riskli olduğu da ifade edilmiştir. Çimen vd. (2017) ergenlerde kendine zarar verme ile aile işlevselliğinin bozuk olmasının anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Araştırmacılar anne ve babanın problem çözme becerileri bakımından iyi rol model olabilmesinin ergenlerde kendine zarar verme davranışı açısından önemli olduğu, kendine zarar veren ergenlerde ailede iletişim sorunları ve aile içi rol karmaşası bulunduğu, ailede duygusal paylaşımın ve çocuğa ilginin yetersiz olduğu sonuçlarına ulaşmışlardır. Benzer bir çalışmayla Eyüboğlu vd. (2018) kendine zarar verme davranışı olan ergenlerin ebeveynleri arasında daha yüksek oranda geçimsizlik bulunduğunu ve ebeveynlerin ruhsal iyilik hallerinin yetersiz olduğunu belirlemiştir. Kabukçu-Başay vd. (2017) kendine zarar verme davranışı olan gençlerin daha çok parçalanmış aileden geldiklerini ve aile içi şiddet olasılığının daha fazla olduğunu ortaya koymuşlardır.

Benzer araştırma verileri doğrultusunda bu araştırmanın aileden algılanan sosyal desteğe ilişkin bulgularının alanyazın ile tutarlı olduğu söylenebilir. Bu bağlamda aile ile ilişkilerinde

sorunlar yaşıyan ergenlerin kendine zarar verme davranışı açısından risk altında olduğunu söylemek mümkündür.

Öğrencilerin arkadaşlarından algıladıkları sosyal destek puanlarının kendine zarar verme durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazında bu konudaki çalışmalara bakıldığında; kendine zarar verme davranışı bulunan öğrencilerin fark edilip destek sağlanmasında arkadaşlarının çok önemli bir rolü olduğu (Whitlock ve Rodham, 2013), ergenlik döneminde arkadaşlık ilişkilerinin önem kazanması nedeniyle ekran zorbalığına maruz kalma ile arkadaş ve okul desteğinin yetersiz algılanmasının kendine zarar verme davranışı ile ilişkili olduğu (Ersöz-Alan ve Akdemir, 2017), arkadaş ilişkilerini olumsuz algılayan ve arkadaşları arasında alkol/madde kullanımı ile kendine zarar verme davranışı öyküsü bulunan gençlerde kendine zarar verme riskinin daha yüksek olduğu (Kabukçu-Başay vd., 2017) belirtilmektedir.

Bu araştırmanın öğrencilerin arkadaşlarından algıladıkları sosyal desteğin kendine zarar verme durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemesi sonucu alanyazına göre farklılık göstermekle birlikte bu sonucun araştırmanın katılımcı grubunu meslek lisesi öğrencilerinin oluşturmasıyla ilgili olabileceği düşünülmektedir. Nitekim meslek lisesi öğrencilerinin metaforik okul algılarını inceledikleri çalışmalarında Bülbül ve Toker-Gökçe (2015) öğrencilerin okulu olumsuz davranışların olduğu bir ortamdan daha çok arkadaşlık ve dayanışma ortamı olarak gördüklerini belirlemişlerdir. Bununla beraber meslek lisesi aynı zamanda önemli disiplin sorunlarının yaşanabildiği bir okul türüdür ve bu sorunlarda aile ilişkileri önemli rol oynamaktadır (Tunç, Yıldız ve Doğan, 2015).

Bu doğrultuda aile ilişkilerinde sorunlar yaşıyan, ailesinden yeterli sosyal destek alamayan meslek lisesi öğrencileri için arkadaşlık ilişkilerinin daha ön planda olduğu ifade edilebilir. Bu bağlamda meslek lisesi öğrencilerinde kendine zarar verme davranışının, sıkıntıları iletme işlevi görmesi yanı sıra gençlerin içinde buldukları sosyal grupta kendine zarar verme davranışıyla daha fazla karşılaşmalarından ve gruba dahil olma ihtiyacından kaynaklanabileceği söylenebilir.

Araştırmada öğrencilerin özel bir kişiden (örneğin; flört, akraba, komşu, doktor) algıladıkları sosyal desteğin kendine zarar verme durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği ortaya konulmuştur. Kendine zarar verme davranışını açıklayan Sosyal Modelde Nock ve Prinstein (2004) kendine zarar verme davranışının bireyin kişiler arası ilişkilerden doğan talepler ya da görevler üzerinde daha fazla kontrol ya da kaçınma sağlamasına yarayan bir baş etme becerisi gibi işlev görebildiğini ve böylelikle bireyin sosyal çevresini düzenlemesine hizmet ettiğini belirtmişlerdir.

Bu doğrultuda kendine zarar verme davranışının duygusal ihtiyaçları ifade etme işlevinin yanı sıra manipülatif bir yanı olabileceği vurgulanmıştır. Bu araştırmanın özel bir kişiden algılanan sosyal destek puanlarının kendine zarar verme durumuna göre anlamlı bir farklılık

oluşturmaması sonucunun da kendine zarar verme davranışının özellikle yakın ilişkilerdeki manipülatif yönüyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Ancak bu konuda davranışın bireysel bağlamını ortaya koyacak daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğu söylenebilir.

Kendine zarar verme davranışı göstermeyen öğrencilerin psikolojik sağlamlık (ego sağlamlık) puanları değerlendirildiğinde, kendine zarar verme davranışı gösteren öğrencilerden istatistiksel olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde Huang ve Mossige (2015) Norveç'te yürüttükleri çalışmalarında kendine zarar verme davranışı bulunmayan gençlerin psikolojik sağlamlık puanlarının daha yüksek ve psikolojik sorunlarının daha az olduğunu belirlemişlerdir. Van der Wal ve George (2018) ergenlerde sosyal destek temelli başa çıkma ve psikolojik sağlamlığın düşük duygusal gerilim ve yoğunluğu yordadığını ortaya koyarak sosyal destek temelli başa çıkma ve psikolojik sağlamlığın kendine zarar verme davranışı riskini azalttığını ifade etmişlerdir. Psikolojik sağlamlık kavramı Kararırmak (2006) tarafından olumsuz bir durum yaşandığında, risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin etkileşimiyle devam eden süreçte, bireyin yaşadığı değişikliğe uyumunu içeren bir kavram olarak tanımlanmaktadır.

Uyum sürecinde olumlu kişilik özellikleri gibi içsel kaynaklar ile sosyal destek gibi dışsal kaynakların olumsuz deneyimlere yapıcı tepkiler göstermeyi sağlayan koruyucu faktörleri oluşturduğu belirtilmektedir. Bu bağlamda mevcut çalışmada kendine zarar verme davranışı göstermeyen öğrencilerin psikolojik sağlamlık (ego sağlamlık) düzeylerinin yüksek olması bulgusu bu öğrencilerin ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin yüksek olması bulgusuyla beraber değerlendirildiğinde anlamlı görünmektedir. Öğrencilerin ailelerinden algıladıkları sosyal desteğin ergenlik döneminin gelişimsel olarak getirebileceği zorlu deneyimlere (duygu düzenlemede yaşanan zorluklar, ebeveynlerle çatışma vb.) karşın kendine zarar verme davranışı açısından dışsal bir koruyucu faktör olarak işlev gördüğü düşünülmektedir.

Bu araştırmanın kendine zarar vermeyen öğrencilerin ailelerinden daha fazla sosyal destek algıladıkları bulgusu doğrultusunda kendine zarar verme davranışı konusunda ergenlerle yapılacak çalışmalarda aile içi ilişkilerin niteliğinin ayrıntılı değerlendirilmesinin önemli olduğu ve kendine zarar verme davranışını önleme çalışmalarında sürece ailenin de dahil edilmesinin yararlı olacağı ifade edilebilir. Nitekim kendine zarar verme davranışını önlemede okullar bazında yapılabilecek önleme programlarında öğrencilerle beraber okul çalışanları ve ailelerin de sürece dahil edilerek bilgilendirilmesinin davranışı yargılamadan ve empatik bir yaklaşımla değerlendirmeye ve önlemeye yapacağı katkı araştırmacılar tarafından (Walsh ve Muehlenkamp, 2013; Wells vd., 2003) vurgulanmaktadır. Aynı zamanda arkadaşta algılanan sosyal desteğe ilişkin araştırmanın bulguları çerçevesinde kendine zarar verme davranışında farklı okul türlerinin araştırmaya dahil edilmesinin davranışın ergenlerdeki seyrini anlamaya daha fazla katkı sağlayacağı söylenebilir. Araştırmanın özel bir insandan algılanan sosyal desteğe ilişkin bulguları bağlamında kendine zarar verme davranışında aile dışındaki bireyler ile romantik ilişkilerin niteliğinin ve davranışın bireysel bağlamının daha iyi anlaşılabilmesi için nitel çalışmaların yapılmasının yararlı olabileceği söylenebilir.

Bununla beraber araştırmanın psikolojik sağlamlığa ilişkin bulguları ergenlerde kendine zarar verme davranışını önlemede koruyucu faktörlere işaret etmesi anlamında önemlidir. Bu çalışmada aileden algılanan sosyal desteğin ruh sağlığını koruyucu bir etken olduğu düşünülmektedir. Bu doğrultuda kendine zarar verme davranışını önleme konusunda okullarda yapılacak çalışmalarda öğrencilerin psikolojik sağlamlıklarını geliştirmenin yararlı olacağı ifade edilebilir. Alanyazına bakıldığında da ergenlerin psikolojik sağlamlığını desteklemenin ve geliştirmenin ergenlerin kendine zarar verme davranışına yönelmek yerine sağlıklı başa çıkma becerileri edinmelerine katkı sağlayabileceğinin belirtildiği (Hawton vd., 2006; Whitlock ve Rodham, 2013) görülmektedir. Bu araştırma Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencileri ile sınırlıdır. Diğer lise türlerinden kendine zarar verme davranışı bulunan öğrencilerle yapılacak çalışmaların ergenlerde kendine zarar verme davranışının daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacağı söylenebilir.



Perceived Social Support And Resilience Levels Of High School Students With Respect To Self-Harm Behavior

*Sinem Fariz**

*Betül Düşünceli***

Introduction

Self-harm behaviors are a common mental health problem in adolescence, and although its prevalence is on the increase, studies conducted in Turkey remain limited. There are a myriad of definitions for self-harm behaviors. One definition maintains that self-harm includes engaging in such behaviors as intentionally damaging the body (Darosh & Richardson, 2013; Gonzales & Bergstram, 2013; Cassels & Wilkinson, 2016), cutting, burning, scratching, hitting oneself, and carving shapes or symbols into his/her body (Schatten et al., 2013; Walsh & Muehlenkamp, 2013; Gallant et al., 2014) without intending to commit suicide.

Nock and Prinstein (2004) put forward a behavioral approach to self-harm that excludes the intention of committing suicide. They assert that there are four functional reinforcement processes that perpetuate self-harm behaviors. These four processes constitute the psychological and social models of self-harm behaviors. In the psychological model, it is stated that the internal functions of self-harm behavior help the individual regulate emotions, and self-harm behavior is mostly seen in young people having difficulty in coping with anxiety and depression or having difficulty in regulating emotional state (Chapman et al., 2006; Darosh & Lloyd-Richardson, 2013; Gratz & Roemer, 2008). The social model states that self-harm behaviors function as a coping skill allowing an individual to gain greater control over the demands and responsibilities arising from interpersonal relationships, thus serving to regulate the individual's social environment. As self-harm behavior is discussed in the context of perceived

* Ph.D. Student, Sakarya University, Institute of Educational Sciences, Department of Educational Sciences, sinem.fariz@ogr.sakarya.edu.tr, ORCID: 0000-0002-4728-5926.

** Assoc. Prof. Dr., Sakarya University, Education Faculty, Department of Educational Sciences, bbayraktar@sakarya.edu.tr, ORCID: 0000-0002-6794-8811

social support and resilience, psychological and social models built to explain behaviors are included in this study.

This study seeks to examine high school students' perceived social support and resilience against self-harm behaviors. To this end, answers to the following questions were sought:

1. Does the amount of support that students perceive to receive from their families, friends, and special individuals differ significantly based on whether they engage in self-harm behaviors?
2. Do students' resilience levels differ significantly depending on whether they engage in self-harm behaviors?

Method

This study followed a correlational research design in line with its expressed objective and variables. The research group consisted of ninth, tenth and eleventh grade students enrolled in two different vocational schools located in Sincan, Ankara. Students completed the 12-question Multidimensional Scale of Perceived Social Support adapted into Turkish by Eker and Arkar (1995) and subsequently revised by Eker et al. (2001), the 14-question Ego Resiliency Scale adapted into Turkish by Karairmak (2007), the Self-Mutilative Behavior Information Retrieval Form created by Lüleci (2007), and a personal information form developed by the researcher. This study followed a survey method and data were analyzed using SPSS. After calculating descriptive statistics, we subjected data to a Pearson Product Moment Correlation Analysis and an Independent Sample t-Test.

Findings, Discussion, and Results

The findings of the study show that students who do not engage in self-harm perceive themselves to receive more social support from their parents. Many studies on self-harm behavior find that self-harm behaviors are seen more frequently in individuals who have suffered physical, emotional, and/or sexual abuse during their childhood (Çamuroğlu, 2014; Gül, 2015; Öztürk, 2015).

Perceived support from friends does not differ significantly based on whether the individual engages in self-harm or not. Though this specific finding differs from previous studies, this may be a result of the specific group of participants, as they all attend vocational high schools. In their study on the metaphorical school perceptions of vocational high school students, Bülbül and Toker-Gökçe (2015) found that students viewed their school as a friendly environment that promoted solidarity as opposed to one of negativity.

Our study found that perceived support from a special person (e.g., significant other, relative, neighbor, doctor) does not differ significantly with regard to self-harm. As Nock and Prinstein (2004) state in the social model explaining self-harm behavior, students' self-harm behavior and their motivation to perform it may result from individual differences in their expectations

about the reaction of their social environments.

After assessing the resiliency scores of students who do not engage in self-harm behaviors, we found them to be statistically higher than those who engaged in self-harm behaviors. Similar to this finding, Huang and Mossige (2015) found that young people in Norway who exhibited no self-harm behaviors have higher resilience scores and had fewer psychological problems. Van der Wal and George (2018) found that social support-oriented coping and resilience result in lower emotional stress and intensity in adolescents, adding that social support-oriented coping and resilience reduce the risk of self-harm behaviors. Our study hypothesizes that parental support serves as an external protective factor against self-harm behaviors despite any accompanying negative developmental experiences.

In line with the findings of the research, we recommend including different types of schools in future studies on self-harm behaviors in students, making qualitative studies to shed further light on the nature and context of friendships of adolescents, and evaluate the quality of family relationships.

Kaynakça/References

- APA (2000) *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, fourth edition, textrevision (DSM-IV-TR)*. American Psychiatric Association.
- APA (2013) *Desk reference to the diagnostic criteria from DSM-5*. American Psychiatric Association.
- Arslan, G. (2015). Ergenlerde psikolojik sağlamlık: Bireysel koruyucu faktörlerin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5 (44), 73-82.
- Block, J., & Kremen, A.M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349-361.
- Bülbül, T., & Toker-Gökçe, A. (2015). Meslek lisesi öğrencilerinin metaforik okul algıları: İşlevselci bir yaklaşım. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 16(2), 273-291.
- Cassels, M., & Wilkinson, P. (2016). Non-suicidal self-injury in adolescence. *Paediatrics And Child Health*, (12), 554. <https://doi.org/10.1016/j.paed.2016.08.006>
- Chapman, A. L., Gratz, K. L., & Brown, M. Z. (2006). Solving the puzzle of deliberate self-harm: The experiential avoidance model. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 371-394. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.03.005>
- Çamuroğlu, M.İ (2014). *Üniversite öğrencilerinde kendine zarar verme ve intihar olasılığının çocukluk örselenmeleri ve saldırganlıkla ilişkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
- Çelik, F. G. H., & Hocaoğlu, Ç. (2017). Kasıtlı Kendine Zarar Verme Davranışı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 9(2), 209-226. <https://doi.org/10.18863/pgy.281577>
- Çimen, İ. D., Coşkun, A., Nasıroğlu, S., & Etiler, N. (2017). İzmit'te yaşayan ergenlerde kendine zarar verme davranışı ve aile özellikleri ile ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 257-264.
- Darosh, A. G., & Lloyd-Richardson, E. E. (2013). Exploring why students self-injure: the functions of nonsuicidal self-injury. *School Psychology Forum*, 7(4), 111-120.

- Eker, D., & Arkar, H (1995) Çok boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 34, 45-55.
- Eker, D., Arkar, H., & Yaldız, H. (2001). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12, 17-25.
- Ersöz-Alan, B., & Akdemir, D. (2017). Ergenlerde kendine zarar verme davranışları: Risk etkenleri, değerlendirme ve önleme. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 60, 119-126.
- Eyüboğlu, D., Güvenir, T., Kavurma, C., & Varol-Taş, F. (2018). Kendine zarar verme davranışı olan ergenlerin aile işlevselliği. *Klinik Psikiyatri*, 21, 370-379.
- Gallant, J., Snyder, G. S., & von der Embse, N. P. (2014). Characteristics and psychosocial predictors of adolescent nonsuicidal self-injury in residential care. *Preventing School Failure*, 58(1), 26-31.
- Gençoğlu, C. (2020). Forgiveness and resilience as predictors of happiness among preservice school counselors. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 9, 531-560.
- Gonzales, A. H., & Bergstrom, L. (2013). Adolescent non-suicidal self-injury (NSSI) interventions. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 26, 124-130. <https://doi.org/10.1111/jcap.12035>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2008). The relationship between emotion dysregulation and deliberate self-harm among female undergraduate students at an urban commuter university. *Cognitive Behaviour Therapy*, 37, 14-25. <https://doi.org/10.1080/16506070701819524>
- Greene, R. R. (2002). *Resilience: Theory and research for social work practice*. NASW Press.
- Gül, C. (2015). *Madde bağımlılığının çocukluk çağı ihmal ve istismar ile ilişkisinin incelenmesi ve buna bağlı olarak kasıtlı kendine zarar verme davranışları*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güloğlu, B., & Kararımak, Ö. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlık, *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 73-88.
- Hawton, K., Rodham, K., & Evans, E. (2006). By their own young hand: *Deliberate self-harm and suicidal ideas in adolescents*. Jessica Kingsley.
- Huang, L., & Mossige, S. (2018). Resilience in young people living with violence and self-harm: Evidence from a Norwegian national youth survey. *Psychology Research and Behavior Management*, 8(19), 231-238. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S75382>
- Işık, Ş. (2016). Türkiye'de kendini toparlama gücü konusunda yapılmış araştırmaların incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 65-76.
- Kabukçu-Başay, B., Başay, Ö., Bildik, T., Özbaran, B., Kandulu-Olcay, R., Öztürk, Ö., Somer, O., Tamar, M., & Aydın, C. (2017). Türk örnekleminde lise öğrencilerinde kendine zarar verme davranışının doğası, işlevleri ve ilişkili risk faktörleri. *Nöropsikiyatri Arşivi*. <https://doi.org/10.5152/npa.2016.12553>
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129-142.
- Kararımak, Ö. (2007). *Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: A model testing study*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Kararımak, Ö., & Güloğlu, B. (2014). Deprem deneyimi yaşamış yetişkinlerde bağlanma modeline göre psikolojik sağlamlığın açıklanması, *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43(2), 01-18.
- Kararımak, Ö., & Siviş-Çetinkaya, R. (2011). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlamlık üzerine etkisi: Duyuların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 30-43.
- Karasar, N. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Yayınevi.
- Klonsky, E. D. (2007). The functions of deliberate self-injury. A review of the evidence. *Clinical Psychology Review*, 27, 226-239. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.08.002>

- Lewin, K. (1944). The dynamics of group actions. *Educational Leadership*, 1, 195-200.
- Lüleci, S. (2007). *Kendini yaralama davranışı olan ergenlerin psikiyatrik ve sosyokültürel özellikleri*. (Tıpta Uzmanlık Tezi). Bakırköy Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hastanesi, İstanbul.
- Masten, A. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. In M. C. Wang & E. W. Gordon (Eds.), *Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects* (3-25). Lawrence Erlbaum.
- Nock, M. K. (2010). Self-Injury. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 339-363.
- Nock, M. K., & Prinstein, M. J. (2004). A functional approach to the assessment of self-mutilative behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72, 885-889.
- Ögel K., & Aksoy A. (2006). *Kendine Zarar Verme Davranışı Raporu*. Yeniden Yayın no:18, İstanbul.
- Öztürk, M. (2015). *Tutuklu hükümlü çocuklarda kendine zarar verme davranışının bilişsel çarpıtmalar ve çocukluk örselenme yaşantısıyla ilişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Schatten, H. T., Morris, B. W., Wren, A. L., & Andover, M. S. (2013). Mental health issues and nonsuicidal self-injury among youth: implications for mental health professionals in the school system. *School Psychology Forum*, 7(4), 136-147.
- Simeon D., & Favazza A.R. (2001). *Self-injurious behaviors: assessment and treatment*. American Psychiatric Publishing.
- Soylu, Y. (2018). Boşanmış kadınlarda psikolojik sağlamlığı açıklamaya yönelik bir model geliştirme. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(49), 81-100.
- Tunç, B., Yıldız, S., & Doğan, A. (2015). Meslek liselerinde disiplin sorunları, nedenleri ve çözümü: bir durum analizi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15 (2), 384-403.
- Tabachnick, B.G., & Fidell L.S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th Ed.). Pearson.
- Turgut, Ö., & Eraslan-Çapan, B. (2017). Ergen psikolojik sağlamlık düzeyinin yordayıcıları: algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 162-183.
- Van der Wal, W. & George, A.A. (2018). Social support-oriented coping and resilience for self-harm protection among adolescents. *Journal of Psychology in Africa*, 28(3), 237-241. <https://doi.org/10.1080/14330237.2018.1475508>
- Walsh, B., & Muehlenkamp, J. J. (2013). Managing nonsuicidal self-injury in schools: use of a structured protocol to manage the behavior and prevent social contagion. *School Psychology Forum*, 7(4), 161-171.
- Wells, J., Barlow, J., & Stewart-Brown, S. (2003). A systematic review of universal approaches to mental health promotion in schools. *Health Education*, 103, 197-220. <https://doi.org/10.1108/09654280310485546>
- Whitlock, J., & Rodham, K. (2013). Understanding nonsuicidal self-injury in youth. *School Psychology Forum*, 7(4), 93-110.
- Yargıç, İ., Ersoy, E., & Batmaz-Oflaz, S. (2012). Çocukluk çağı travmalarının intihar girişimi ve kendine zarar verme ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 13, 277-284.
- Yavuz, A., & Karaer, M. (2020). Psikolojik sağlamlık ve iş yaşam kalitesi arasındaki ilişki üzerine ampirik bir çalışma, *Journal Of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 6(33), 1940-1950.
- Yavuz, F.K., Yavuz, N., Ulusoy, S., & Özgen, G. (2017). Ergenlerde kendine zarar verme davranışına eşlik eden şemalar. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(1), 69-78.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan sosyal destek ölçeğinin geliştirilmesi, geçerliği ve güvenilirliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 81-87.
- Zimet G, D., Dahlem, N.W., Zimet, S.G. & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30-41.