

# Ergenlerde Kendine Zarar Verme Davranışı ile Olumsuz Otomatik Düşünceler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Mehmet DEMEZ<sup>1</sup>, Şaziye Senem BAŞGÜL<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Battalgazi Rehberlik ve Araştırma Merkezi, Malatya, Türkiye

<sup>2</sup>Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Gaziantep, Türkiye

## Öz

**Amaç:** Bu çalışmada; lise öğrencilerinde kendine zarar verme davranışı ile olumsuz otomatik düşünceler arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. **Yöntem:** Çalışma grubunu Malatya ili Yeşilyurt ve Battalgazi ilçelerinde liselerde eğitim gören 236'sı kız, 144'ü erkek toplam 380 öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama aşamasında toplam 1775 veri toplanmıştır. Kendine Zarar Verme Davranışı hiç göstermeyen 1395 ergen (%78.6) çalışma grubuna alınmamıştır. Katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri (KZVDDE) ve Otomatik Düşünceler Ölçeği uygulanmıştır. Çalışmadaki bulgular SPSS (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paketi) programı kullanılarak elde edilmiştir. **Bulgular:** Araştırmamızda kendine zarar verme davranışı oranı %21.4 olarak bulunmuştur. 380 kişilik örneklem grubu, kendine zarar verme seçeneğine "evet" diyen öğrencilerden oluşmaktadır. Yapılan çalışmada; lise öğrencilerinde kendine zarar verme davranışı ile olumsuz otomatik düşünceler arasında pozitif yönde ( $r = 0.306$ ) ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p = 0.0001$ ). Kendine zarar verme davranışı ile okul türü, sınıf düzeyi ve anne baba birlikteliği arasında anlamlı farklılık görüldüğü; cinsiyet ve aile içi şiddet değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. **Sonuç:** Araştırmanın sonuçları, sınırlılıkları ve gelecek araştırmalar için öneriler literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Ergenlik, kendine zarar verme davranışı, olumsuz otomatik düşünceler

## Abstract

### Examining the Relationship Between Self-Harmful Behavior and Negative Automatic Negative Automatic Thinking in Adolescents

**Objective:** In the present study, it is aimed to examine the relationship between self-harmful behavior and negative automatic thinkings in adolescents. **Method:** The study sample consisted of a total of 380 high school students (236 female, 144 male) in Yeşilyurt and Battalgazi, Malatya. A total of 1775 data were collected at the data collection process. 1395 adolescents (78.6%) who did not exhibit self-harm behavior were not included in the study group. The data was collected using three instruments: Sociodemographic Information Form, Inventory of Statements About Self-injury, and Automatic Thoughts Questionnaire. In the analysis of data SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) was used. **Results:** In the study; a positive correlation was found between self-injury behavior and negative automatic thinkings ( $r = 0.306$ ) in high school students ( $p = 0.0001$ ). Self-injury behaviors mean scores were changed significantly in terms of type of school, class level, and family togetherness but not changed in terms of gender and domestic violence variable. **Conclusion:** The results of the study, its limitations and the recommendations for future researchers are discussed in the light of the literature.

**Keywords:** Adolescence, self-harm behavior, negative automatic thinking

**Correspondence / Yazışma:**  
Mehmet DEMEZ, Battalgazi Rehberlik ve Araştırma Merkezi, Malatya, Türkiye  
**Tel:** +90 422 341 47 48  
**E-mail:** klpsikolog@gmail.com

**Received / Geliş:** 21 Ekim 2019  
**Accepted / Kabul:** 19 Ocak 2020  
**Online published / Çevrimiçi yayın:**  
29 Ocak 2020

©2020 JCBPR, Available online at  
<http://www.jcbpr.org/>

**Cite this article as:** Demez, D., Başgül, ŞŞ. (2020). Ergenlerde Kendine Zarar Verme Davranışı ile Olumsuz Otomatik Düşünceler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. J Cogn Behav Psychother Res, 9(3), 202-210. <https://doi.org/10.5455/JCBPR.70204>

## GİRİŞ

Her dönemde insanlar, acılarının seslerini ve çaresizliklerini diğerlerine duyurabilmek için yeni yollar bulmuşlardır. Günümüzde ise gençlerin çoğunda kendine zarar verme davranışları gözlenmektedir. Son yıllarda giderek artan oranda gençler kaygılarını, bunalımlarını ve içsel çatışmalarını bu yeni davranış yöntemiyle ifade etmeye başlamıştır (Sönmez, 2012:11).

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, Parzer, Haffner, Steen, Roos, Klett ve Resch, 2007). KZVD'nin tanımlanmasında dört ölçüte dikkat edilmesi önerilmektedir. Birinci ölçüt KZVD'ni sürekli tekrarlama, ikinci ölçüt kendine zarar vermeden önce gerilim duygusuna sahip olma, üçüncü ölçüt fiziksel acıyla beraber rahatlama zevk alma, hoşuna gitme duygusunu yaşama ve beşinci ölçüt utanma duygusu ve sosyal olarak etiketlenme korkusu karşısında kendine zarar vermenin izlerini gizlemeye çalışmadır (Favazza, 1989). Literatürde "self injury", "self mutilation" ve "self harm" olarak adlandırılan kendine zarar verme davranışı, çoğunlukla "self injury" ve "self mutilation" şeklinde birlikte kullanılmaktadır. 1990'ların ortalarına kadar KZVD'yi tanımlamada "self mutilation" terimi kullanılmış, ancak bu konu ile ilgilenen araştırmacılar ve kendine zarar verme davranışı olan hastalar tarafından hem uç, hem de aşağılayıcı bir terim olarak görülmüştür. Günümüzde bunun yerine "self injury" veya "nonsuicidal self injury" terimi kullanılmaktadır (Connors, 2000; Simeon ve Favazza, 2001).

Uzun yıllardır KZVD borderline kişilik bozukluğunun bir semptomu olarak değerlendirilmiştir. Ancak sonradan yapılan çalışmalarla borderline kişilik bozukluğu olmadan ayrı bir klinik sendrom veya davranış bozukluğu olabileceğini düşündüren kendine zarar veren kişiler tanımlanmıştır (Favazza, 1993).

DSM-V'te (Ruhsal bozuklukların tanınal ve istatistiksel el kitabı, 2013) ayrı bir başlık olarak, klinik ilgi odağı olabilecek diğer durumlar bölümünde, kişisel öykünün olduğu diğer durumlar başlığı altında, "kendine zarar verme öyküsü" şeklinde yeni bir tanı kategorisi olarak yer almaktadır (DSM-V, 2013:829)

Herpertz, Favazza ve Gratz'ın yaptığı araştırmaya göre KZVD formları içinde en çok kullanılan ve ortak olan metod deriyi kesmektir. KZVD gösteren bireylerin en az %70'inde kesme davranışı görülmüştür. Bunun devamında %21-44 arasında kendine vurma ve çarpma, %15-35 arasında kendini yakarak zarar verme formu görülmüştür (Herpertz, 1997; Gratz 2001; Favazza ve Conterio, 1989).

KZVD'de cinsiyet farklılaşması ile ilgili araştırmalar birbirinden her ne kadar farklı sonuçlar verse de, kadınların erkeklere oranla daha fazla KZVD gösterdiği yönünde araştırmalar vardır (Suyemoto, 1998; Ogun, 1999; Zlotnick, Zimmerman; 1999).

KZVD'nin yaşam boyu seyri konusunda genel kabul, 12-14 yaşlarında başladığıdır. Ergenlik ortalarında pik yaptığı ve yetişkinlikte giderek azaldığı yönündedir. Ancak bu görüşü destekleyecek bilimsel bir kanıt yoktur. Bu konudaki iki araştırma vardır. Birincisi Zanarini ve ekibine (2005) aittir. Bu araştırmada 18-35 yaş arasında değişen 299 kişilik grupta KZVD oranı başlangıçta %81 iken, altıncı yılda bu oran %26'ya inmiştir. Moran ve ekibinin (2012) yaptığı izleme çalışmasında ise KZVD oranının son ergenlik döneminde %7 düştüğü belirlenmiştir. Bu bize KZVD'nin zaman içinde azaldığını gösterse de genelleme yapmak için yeterli değildir. Toprak ve diğerlerinin (2011) üniversite öğrencileriyle yaptığı araştırmada, KZVD oranı %15,4 çıkmıştır. Ancak genel kanının tersine KZVD sergileyen erkeklerin oranı %70,4, kadınların oranı ise %37,4 olarak bulunmuştur. Hollanda da Flaman gençleriyle yapılan bir web araştırmasında, KZVD'yi en az bir kez gösterenlerin oranı %14 olarak bulunmuştur. Kız öğrencilerin ise erkek öğrencilerden iki katı daha fazla KZVD sergilediği görülmüştür (Baetens ve ark., 2011). Çimen'in (2015) yılında 7-10. sınıflarda okuyan 580 öğrenci ile yaptığı çalışmasında, kendine zarar vermenin sıklığı, özellikleri, aile yapısı, gençlerin ruhsal durumu, kişilik özellikleri ve alışkanlıklarını araştırmış ve kendine zarar verme sıklığını %11,4 olarak bildirmiştir. İdiğ-Çamuroğlu ve Gölge'nin 2014 yılında ülkemizdeki üniversite öğrencisi 1000 genç ile yaptığı araştırmada, KZVD'ye başlama yaşının ortalama 13 olduğu, bu davranışı ise genelde yalnız iken sergiledikleri bulunmuştur.

Otomatik düşünce, Beck'in depresif hastalarla çalışırken geliştirdiği bilişsel terapiye has klinik bir kavramdır (Türkçapar, 2009b: 164). Otomatik düşünceler, aklımıza kendiliğinden gelen ve kişinin özellikle düşünmeyi istemediği düşüncelerdir. Zihin akışını ortaya çıkaran sözel ya da imgesel parçalardır. Bunlar kendiliğinden ve aniden meydana gelirler, yönlendirme ve güdülenme sonucu oluşan düşünce ürünü değillerdir (Türkçapar, 2009a: 83). Otomatik düşünceler genellikle olumsuzdur (Beck, 2014:181). Otomatik düşünce olayları deneyimlerken ya da yeniden hatırlarken olumsuz duygular hissettiğimizde zihnimizdeki içeriktir. Herhangi bir çabaya gereksinim duymadan, hızla aklımıza gelmelerinden dolayı otomatik denilmiştir. Otomatik düşünceler, bilinç düzeyinin hemen altında yer aldıklarından kişinin dikkat ettiğinde hemen fark edebileceği yapılardır (Türkçapar, 2009b: 164).

Kendine zarar veren ergenler ile ülkemizde yapılan ve bu davranışla ilişkili olabilecek bilişsel etkenleri inceleyen

çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Araştırmamızda, KZVD ile ilişkili olabilecek bilişsel etkenlerin incelenmesi sonucunda elde edilen verilerin, sorunu betimlemede aydınlatıcı olacağı ve bu alanda çalışan ruh sağlığı uzmanlarının daha etkin önlemler almasına katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

## YÖNTEM

### Katılımcılar

Araştırmanın çalışma grubunu, 2015–2016 öğretim yılında Malatya il merkezi Yeşilyurt ve Battalgazi ilçelerinden seçilen 12 farklı lisenin 9., 10. ve 11. sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Bu liselerde uygulama yapmak için izin alınmış ve 9., 10. ve 11. sınıflarda ölçme araçlarını doldurmayı kabul eden öğrencilerden veriler toplanmıştır. Verilerin toplanması ve ölçme araçlarıyla ilgili gerekli açıklamalar araştırmacı tarafından yapılmıştır.

Yapılan veri toplama çalışmaları sonunda 390 kişiye ulaşılmıştır. KZVDDE ve ODÖ'deki tüm soruları aynı cevaplayan 7 kişinin verilerinin güvenilir olmadığı saptanmıştır. 3 kişinin de KZVDDE'deki soruları boş bıraktıkları için gruptan çıkarılmış ve analize alınmamışlardır. Böylece araştırmanın çalışma grubunu 236'ı kız, 144'ü erkek toplam 380 öğrenci oluşturmuştur.

### Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, veri toplama aracı olarak kendine zarar verme davranışını değerlendirme ölçeği, otomatik düşünceler ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

### Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri (KZVDDE):

Klonsky ve Glenn (2009) tarafından geliştirilen ve Bildik vd. (2012) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçek iki bölümden oluşmaktadır. Envanterin birinci bölümünde (Davranışlar), "kasıtlı olarak yapılan ve intihar amacı taşımayan "12 çeşit KZVD'nin yaşam boyu sıklığı sorulanmaktadır. Envanterin bu bölümünde (Davranışlar) "bir veya daha fazla sayıda kendine zarar verme davranışı belirten "katılımcılar, ölçeğin ikinci bölümünü (işlevler) yanıtlamaya yönlendirilir. İkinci bölümde toplam 39 soru ile iki ayrı boyut altında (otonom ve sosyal işlevler) 13 KZVD'nin işlevi sorgulanmaktadır. 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-1 (Davranışlar)'ın güvenilirlik çalışmalarının sonuçlarına göre, toplam KZVD için iç tutarlık katsayısı  $\alpha=0,79$  bulunmuştur. Bölüm-1 (işlevler)'in yapı geçerliliği ile ilgili sonuçlara bakıldığında  $r=0,50$  bulunmuştur. Bölüm-2'nin güvenilirlik çalışmalarında, işlevler (otonom ve sosyal işlevler) toplam puanı için iç tutarlık katsayısı ise  $\alpha=0,93$  bulunmuştur. Otonom işlevler toplam puanı için elde edilen iç tutarlık katsayısı  $\alpha=0,81$ , sosyal işlevler için toplam puanı için elde edilen iç tutarlık katsayısı ise  $\alpha=0,86$  bulunmuştur. Envanterin test tekrar test güvenilirlik çalışmasında iki uygulama arasındaki korelasyon toplam işlev puanı için  $r=0,64$  bulunmuştur. KZVDDE'nin toplam işlev puanları ile intihar 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.

### Otomatik Düşünceler Ölçeği:

Bireylerin olumsuz otomatik düşüncelerini ölçmeyi hedefleyen ölçek, Holland ve Kendall (1980), tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, 30 maddeli olup ergen ve yetişkinlere uygulanabilen 1 hiç 5 her zaman olmak üzere 5'li Likert türünden puanlamayı gerektirmektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması, Şahin ve Şahin (1992) tarafından yapılmıştır. Olumsuz Otomatik Düşünceler Ölçeği (ODÖ) Türkçe ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı 0,93 olarak bulunmuştur. İki yarım test güvenilirliği 0,91 olarak kaydedilmiştir. Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliği için kullanılan Beck Depresyon Envanteri ile korelasyonu 0,75 olarak bulunmuştur.

### Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu katılımcıların cinsiyet, okul türü, sınıf düzeyi, anne babanın birliktelik durumu, aile içi şiddetin olup olmadığı, isteyerek kendisine fiziksel zarar verip vermediği gibi demografik bilgileri edinmek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiştir.

### İşlem

#### Verilerin Toplanması

Veriler Mart-Haziran 2016 tarihleri arasında toplanmıştır. İl Milli Eğitim Müdürlüğü ve etik kuruldan izin alındıktan sonra ölçekler katılımcılara öğrenim gördükleri okullarda

uygulanmıştır. Uygulama öncesinde öğrencilere bu uygulamanın bilimsel bir araştırma amaçlı olduğu ve ölçeklerin doldurulmasının gönüllülük gerektirdiği ifade edilmiştir. Ölçeklerin nasıl doldurulması gerektiği hakkında kısa bilgi verilerek ölçekler öğrencilere dağıtılmıştır. Veriler araştırmacı tarafından toplanmıştır. Uygulama yaklaşık olarak 30 dakika sürmüştür.

### Verilerin Analizi

Veriler SPSS programında analize tabi tutulmuştur. Araştırmada ergenlerde kendine zarar verme davranışı ile olumsuz otomatik düşünceler arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı Pearson Moment Çarpım Korelasyonu yöntemiyle analiz edilmiştir. Kendine zarar verme davranışı ve olumsuz otomatik düşünce düzeyleri, diğer bağımsız değişkenler olan cinsiyet, birliktelik ve şiddet ile anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığının tespitinde Bağımsız Gruplar T testi, okul türü ve sınıf düzeyi değişkenleri için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), farkın kaynağını anlamak için ise LSD Post Hoc Testi kullanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi 0,05 kabul edilmiştir.

## BULGULAR

Araştırmada elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur. Çalışmaya katılanlarla ilgili demografik veri Tablo 1'de gösterilmiştir.

Ergenlerde kendine zarar verme davranışı ile olumsuz otomatik düşünceler arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Pearson Korelasyon analizi uygulanmış olup ortaya çıkan değerler Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2'de görüldüğü gibi, ergenlerde kendine zarar verme davranışı ile olumsuz otomatik düşünceler arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Bu analiz sonucunda kendine zarar verme davranışı ile olumsuz otomatik düşünceler arasında orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur:  $r(380)=0,306$ ,  $p<0,01$ . Araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin olumsuz otomatik düşünce puanları arttıkça, kendine zarar verme davranışı puanlarının da arttığı görülmüştür.

Ergenlerin kendine zarar verme davranışı puanlarının cinsiyet, şiddete maruz kalma ve anne babaların birliktelik durumu değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için t testi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo 3'te sunulmuştur.

**Tablo 1: Demografik veriler**

	N	Yüzde
<b>Cinsiyet</b>		
Erkek	144	37,9
Kız	236	62,1
<b>Okul türü</b>		
Fen Lisesi	72	18,9
Anadolu Lisesi	115	30,3
Meslek Lisesi (EML-KML-TML-SML)	121	31,8
İmam Hatip Lisesi	72	18,9
<b>Sınıf</b>		
9. Sınıf	140	36,8
10. Sınıf	103	27,1
11. Sınıf	137	36,1
<b>Anne baba birliktelik durumu</b>		
Evli/Beraber	354	93,2
Ayrı/Boşandı/Vefat	26	6,8
<b>Aile içinde şiddet</b>		
Evet	55	14,5
Hayır	325	85,5

**Tablo 2: Kendine zarar verme davranışı ile olumsuz otomatik düşünceler arasındaki ilişki**

<i>Otomatik düşünce</i>		
	r	p
Kendine zarar verme	0,306	0,000

**Tablo 3: Ergenlerin kendine zarar verme davranışı puanlarının cinsiyet, anne baba birliktelik ve şiddet görme durumuna göre t-testi sonuçları**

Değişken	n	ss	sd	t	p
<b>Erkek</b>	144	25,28	12,90	378	1,14
<b>Kadın</b>	236	23,83	11,48		
<b>Evli/Beraber</b>	354	24,05	11,81	378	-2,00
<b>Ayrı/Boşandı</b>	26	28,92	14,33		
<b>1. Şiddet görmüş</b>	55	26,02	12,11	378	1,09
<b>2. Şiddet görmemiş</b>	325	24,10	12,03		

Tablo 3 incelendiğinde, ergenlerin kendine zarar verme davranışıyla (KZVD) cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ). Tablo 2'ye göre kendine zarar verme davranışıyla (KZVD) anne baba birlikteliği arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0,046$ ). Anne babanın birliktelik durumu açısından

ilişkiye bakıldığında ayrı/boşandı diyenlerin (=28,92) KZVD puanlarının evli/beraber diyenlerden (=24,05) fazla olduğu bulunmuştur. KZVD ile aile içindeki şiddet arasındaki ilişkiye bakıldığında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ( $p>0,05$ ).

Ergenlerin kendine zarar verme davranışının okul türü ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre farklılaşma durumunun belirlenmesi için ANOVA analizi yapılmıştır. Yapılan ANOVA analizi sonucunda ergenlerin kendine zarar verme davranışı puanları okul türüne ve sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir (Tablo 4).

Okul türü ve sınıf düzeyine göre ortaya çıkan bu farkın değişkenlerin hangi boyutları arasında olduğunu belirlemek için LSD (Least Significant Difference) Post Hoc Testi uygulanmıştır (Tablo 5–6).

Tablo 5'te verilen bulgulara göre ergenlerin kendine zarar verme davranışı puanları okul türüyle anlamlı düzeyde bir farklılık göstermektedir ( $p=0,000<0,05$ ). Farklılığın hangi

lise türleri arasında olduğunu belirlemek amacıyla LSD Post Hoc testi yapılmıştır. LSD Post Hoc testi sonuçlarına göre fen lisesi öğrencilerinin kzvd puanlarının meslek lisesi öğrencilerinden düşük olduğu, Anadolu lisesi öğrencilerinin kzvd puanlarının meslek lisesi öğrencilerinden düşük olduğu, meslek lisesi öğrencilerinin kzvd puanlarının ise imam hatip lisesi öğrencilerinden yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Ergenlerin kendine zarar verme davranışı puanları sınıf düzeyiyle anlamlı bir farklılık göstermektedir. Farklılığın hangi sınıf düzeyleri arasında olduğunu belirlemek amacıyla LSD Post Hoc testi yapılmıştır. LSD Post Hoc testi sonuçlarına göre 9. sınıf öğrencilerinin kendine zarar verme davranışı puanlarının 11. Sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu tespit edilmiştir. 10. sınıf öğrencilerinin kendine zarar verme davranışı puanlarının 11. sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Buna göre farklılığı oluşturan değişkenin 11. sınıf öğrencileri olduğu söylenebilir (Tablo 6).

Tablo 4: Ergenlerin kendine zarar verme davranışı puanlarının çeşitli değişkenlere göre ANOVA sonuçları						
	Varyansın toplamı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p
Okul Türü	Gruplar arası	11168,13	3	3722,71		0,000**
	Gruplar içi	43787,30	376	116,46	31,97	
	Toplam	54955,43	379			
Sınıf Düzeyi	Gruplar arası	1635,22	2	817,61		0,003*
	Gruplar içi	53320,21	377	141,43	5,78	
	Toplam	54955,43	379			

Tablo 5: Ergenlerin kendine zarar verme davranışı puanları ile okul türü arasındaki farka ilişkin LSD testi ile ilgili bulgular									
	Okul Türü		N		ss	sd	F	p	Fark
KZVD	Fen L.	(1)	72	22,99	9,81				1<3, 2<3, 4<3
	Anadolu L.	(2)	115	19,85	7,26				
	Meslek L.	(3)	121	32,13	15,25				
	İmam H. L.	(4)	72	19,97	6,53	3–376	31,97	0,000	
	Toplam		380	24,38	12,04				

Tablo 6: Ergenlerin kendine zarar verme davranışı puanları ile sınıf düzeyi arasındaki farka ilişkin LSD testi ile ilgili bulgular									
	Sınıf Düzeyi		N		ss	sd	F	p	Fark
KZVD	9. Sınıf	(1)	140	26,06	13,92				3<1, 3<2
	10. Sınıf	(2)	103	25,77	12,56	2–377	5,78	0,003	
	11. Sınıf	(3)	137	21,62	8,70				
	Toplam		380	24,38	12,04				

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, ergenlerin kendine zarar verme davranışları ile olumsuz otomatik düşünceleri arasındaki ilişki incelenmiş ve kendine zarar verme davranışı ile olumsuz otomatik düşünceler arasında bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kendine zarar verme davranışında, anne babanın bir arada olma durumunun, okul türünün ve sınıf düzeyinin anlamlı farklılık oluşturduğu; cinsiyet, arkadaşlık ilişkileri ve şiddet görme durumunun ise anlamlı bir farklılık oluşturmadığı gözlenmiştir.

Çalışmamızın sonucunda, ergenlerin kendine zarar verme davranışının olumsuz otomatik düşüncelerle ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ulaşılabilen literatürde, kendine zarar verme davranışı için yapılan çalışmaların farklı örneklem grupları ve ölçekler kullanılarak gerçekleştirildiği, bu sebeple farklı kriter ve tanımlamaların kullanıldığı görülmektedir. Kendine zarar verme davranışı konusunda uzlaşılmış ortak bir tanımının olmaması çalışmaların zayıf noktalarından birisidir. Bu açıdan bakıldığında çalışmalar arasında karşılaştırmalar yapmak güç hale gelmektedir.

Araştırmamızın sonucunda, ergenlerin kendine zarar verme davranışı ile cinsiyet arasında bir ilişki olmadığı görülmüştür. Alan yazın incelendiğinde, çalışmamızın sonuçlarını destekleyen araştırmalar olduğu gibi (Briere ve Gil, 1998; Gratz, 2001; Gratz ve ark., 2002; Klonsky ve ark., 2003; Muehlenkamp ve Gutierrez 2004), kadınların erkeklere oranla daha fazla kendilerine zarar verme davranışı gösterdiğini bildiren çalışmalar (Suyemoto, 1998; Ogun, 1999; Saçarçelik, 2009; Laye-Ginghu ve Schonert-Reichl, 2005; Zlotnick, Zimmerman, 1999) ve erkeklerin kadınlara göre kendilerine zarar verme davranışının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar da vardır (Toprak ve ark., 2011; İdiğ-Çamuroğlu ve Gölge, 2014). Bu farklılığın kültürel farklılıklarla ilişkili olabileceği düşünülmüştür.

Araştırmamıza göre, anne babası bir arada olan ergenlerde, kendine zarar verme davranışı daha az görülmüştür. Alan yazın incelendiğinde kendine zarar verme davranışının anne baba birlikteliğine göre ele alındığı herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bazı boşanmalar çocuklar için travmatik olmakta ve bu süreçte anne babalar çocuklarını ihmal edebilmektedir (Bakırcıoğlu, 2011). Bu ailelerde, çocuklarıyla birliktelik ve iletişim azalmakta ve onlarda olası herhangi bir sorunu gözden kaçırma olasılığı artabilmektedir. Çocuklarında bir sorun gözlemleyen anne

babalar, bu sorunun çözümünde işbirliği yapabilirler. Aynı ebeveynlerde bu işbirliği de azalıyor olabilir. Bu nedenlerle çocuğun kendine zarar verme davranışının anne baba ayrı ailelerde daha fazla görüldüğü düşünülebilir.

Araştırmamızda, aile içinde şiddete maruz kalan ergenlerde, kendine zarar verme davranışının daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Ulaşılabilen alan yazın incelendiğinde şiddete maruz kalma değişkeninin kendine zarar verme davranışıyla birlikte ele alındığı herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Çocuklar anne babalarını model olarak büyürler. Bir sorun karşısında çözüm yolu olarak anne babaların davranışlarını kopyalarlar. Bu nedenle, şiddet olan aile içinde büyüyen çocuk şiddetle sorun çözme modelini ve bu şiddeti kendine uygulamış olabilir.

Araştırmanın önemli bir diğer sonucu, ergenlerin kendine zarar verme davranışı ile okul türü arasında anlamlı bir farklılık olduğuna ilişkindir. Meslek lisesi öğrencilerinin KZVD puanlarının Fen, Anadolu ve İmam Hatip lisesi öğrencilerinin puanlarından yüksek olduğu görülmüştür. Literatüre bakıldığında lise ve üniversite öğrencileri ile araştırmaların gerçekleştirildiği ancak bu araştırmalarda lise türleri arasında karşılaştırmaya yer verilmediği görülmüştür (Lüleci 2007, Toprak ve ark. 2011, Zoroğlu ve ark. 2003).

Çalışmamızın sonucunda, ergenlerin sınıf düzeyi arttıkça kendine zarar verme davranışının düştüğü saptanmıştır. Literatüre bakıldığında, Tümkeya ve İfazoğlu'nun (2000) araştırmasında KZVD ile sınıflar arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. KZVD davranışı 14-15'li yaşlarda daha yaygın görülmekte ve sonrasında yaşla birlikte azalmaktadır (Hawton, 2012). Bu yaş aralığı ortalama 9. Sınıf düzeyine denk gelmektedir. Dokuzuncu sınıf birçok ergen açısından problemlerle bir dönem olabilmektedir. Ortaokuldan liseye geçişte ergen öncelikle bir oryantasyon problemi çekip lise yaşamına adapte olmakta zorlanabilmektedir. Yeni bir okul ortamı, yeni arkadaşlıklar edinme, kendindeki değişimlerin yavaş yavaş zirve yapması, puan sistemine göre bir yerleştirme olduğundan istemediği bir liseye yerleşmiş olmak, bağımsız olma isteği, kendi kararlarını kendisinin alması gibi faktörler ergende stres oluşturuca etki yapabilmektedir.

Kendine zarar verme davranışı, ergen ruh sağlığı bağlamında çok önemli bir konudur. Ülkemizde kendine zarar verme davranışı ile ilgili olarak ergenlerle çok daha fazla sayıda çalışma yapmaya gereksinim vardır. Okullarda uygulama yapılması öncesinde üst idareler tarafından,

uygulama aşamasında ise okul idarecileri tarafından destek olunması ve kolaylık gösterilmesi gerekmektedir.

Lise yılları ergenlik dönemi içindeki bir süreci kapsadığından, bu gruptaki öğrencilerin öncelikle tespiti, rehberlik yapılması, gerekli görüldüğünde bir uzmana yönlendirilmesi büyük önem arz etmektedir. Öğrencilerin kendine zarar verme davranışı ile ilişkili olumsuz otomatik düşüncelerinin saptanması ve bilişsel hatalarının belirlenmesi önem taşımaktadır. Lise öğrencilerinin KZVD'ye yol açan olumsuz otomatik düşüncelerinin belirlenerek, bu olumsuz düşüncelerinin öğrenci tarafından farkındalığının sağlanması ve bu olumsuz düşüncelerin olumlu-mantıklı-gerçekçi düşüncelerle nasıl yer değiştirileceğinin öğretilmesi çok önemlidir. Bu çalışmalar ruh sağlığı profesyonelleri tarafından BDT kapsamında ele alınabilir.

Kendine zarar verme davranışının anlaşılabilmesi için bilişsel altyapının anlaşılması gerekli ve önemlidir. Ergenlerin bilişsel sistemlerine yapılacak müdahalelerin kendine zarar verme davranışının etkisini azaltabileceği düşünülebilir. BDT'de değişime en açık alan otomatik düşünceler olduğu için, otomatik düşüncelere yapılacak müdahaleler ergenin olumlu başa çıkma stratejilerini arttırmaya yönelik bilişsel yöntem ve teknikler toparlanma hızını etkileyebilir.

Kendine zarar verme davranışının ergen popülasyonu üzerinden yaygınlığını düşünürsek, bu grubun rehabilite edilmesinde Çocuk-Ergen BDT yöntem ve tekniklerinin kullanılması daha anlamlı olacaktır. Bu nedenle ülkemizde de çocuk ve ergenlerin terapisinde bu alanda yapılacak olan bilişsel davranışçı yaklaşımla planlanan çalışmalara çok ihtiyaç vardır.

Ergenlerde kendine zarar verme davranışı görüldüğünde bu davranışın sadece dikkat çekmek amacıyla yapıldığı gibi kalıp bir düşünce içinde olunmaması gerekir. Kendine zarar verme davranışı, eylemi gerçekleştiren ergen için bir anlam ifade etmektedir. Bu durum mutlaka göz önünde bulundurulmalıdır.

Kendine zarar verme davranışının başlama dönemi ergenlik olduğu için, KZVD davranışının tekrarlayıcı hale dönüşmeden müdahale etmekte liselerdeki öğretmen, idareci ve önleyici ruh sağlığı uzmanlarına büyük görevler düşmektedir. Okul psikolojik danışmanlarının KZVD'nin semptomlarını fark edebilmeleri ve uygun desteği verebilmeleri için gerekli donanımına sahip olmaları gerekmektedir. Kendine zarar verme davranışını sergileyenlerin çok küçük bir kısmı kliniklere gelmektedir. Bir kısmı yetişkin

dönemde sonlansa da tekrarlayıcı bir biçimde sonrasında da devam edebilmektedir. Bu nedenle erken teşhis ve müdahale çok önemlidir.

Kendine zarar verme davranışını ortaya çıkaran nedenlerin çok yönlü bir şekilde tespit edilmesi, önleyici çalışmaların da önünü açacaktır. Araştırma sınıf ortamında yapılmış olup, kendine zarar verme davranışı sergileyenler ile yapılandırılmış görüşmelerin de yapıldığı çalışmalar süreci anlamlandırmada daha faydalı olabilir.

**Etik Kurul Onayı:** Çalışma, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Etik Kurulu tarafından onaylandı (onay tarihi ve sayısı 26.05.2016, 08).

**Hasta Onamı:** Çalışmaya katılan tüm katılımcılardan yazılı bilgilendirilmiş onam formu alındı.

**Hakem Değerlendirmesi:** Dış bağımsız

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan etmişlerdir.

**Finansal Destek:** Bu çalışma için herhangi bir kurumdan finansal destek alınmamıştır.

**Ethics Committee Approval:** The study was approved by the Ethics Committee of Hasan Kalyoncu University Institute of Social Sciences (date and number of approval: 26.05.2016, 08).

**Informed Consent:** Informed consent was obtained from all individual participants included in the study.

**Peer-review:** Externally peer-reviewed.

**Conflict of Interest:** The authors declare no conflict of interest.

**Financial Disclosure:** No financial disclosure was received.

## KAYNAKLAR

- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2014). Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı (Çev. Ed. Köroğlu, E.) Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- 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(1), 56-67. <https://doi.org/10.1080/13811118.2011.540467>
- Bakırcıoğlu, R. (2010). Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı. Anı Yayıncılık, Ankara.
- Beck, J.S. (2014). Bilişsel Davranışçı Terapi: Temelleri ve Ötesi. (Çev. Ed. Muzaffer Şahin). Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara.
- Bildik, T., Somer, O., Başay, B. K., Başay, Ö. ve Özbaran, B. (2012). Kendine zarar verme değerlendirme envanterinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 234(1), 49-57. <https://doi.org/10.5080/u6901>
- Briere, J. & Gil, E. (1998). Self-mutilation in clinical and general population samples: Prevalence, correlates, and functions. *American Journal of Orthopsychiatry*, 68(4), 609-620. <https://doi.org/10.1037/h0080369>
- Brunner, R., Parzer, P., Haffner, J., Steen, R., Roos, J., Klett, M. ve 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. <https://doi.org/10.1001/archpedi.161.7.641>

- Connors, R. E. (2000). *Self injury: Psychotherapy with People Who Engage in Self-Inflicted Violence*. Northvale, NJ. Jason Aronson.
- Çimen, İ. D. (2015). Erken ve Orta Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerde Kendine Zarar Verme Davranışının Toplum Taraması. (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları ABD, Kocaeli.
- Favazza, A. R. ve Conterio, K. (1989). Female habitual self-mutilators. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 79(3), 283-289. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1989.tb10259.x>
- Favazza, A. R. ve Rosenthal, R. J. (1993). Diagnostic issues in self-mutilation. *Psychiatric Services*, 44(2), 134-140. <https://doi.org/10.1176/ps.44.2.134>
- Gratz, K. L. (2001). Measurement of deliberate self-harm: Preliminary data on the Deliberate Self Harm Inventory. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23(4), 253-263. <https://doi.org/10.1023/A:1012779403943>
- Hawton, K., Saunders, K.E., O'Connor, R.C. (2012). Self harm and suicide in adolescents. *Lancet* 379(9834), 2373-2382. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(12\)60322-5](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(12)60322-5)
- Herpertz, S., Gretzer, A., Steinmeyer, E. M., Muehlbauer, V., Schuerkens, A. ve Sass, H. (1997). Affective instability and impulsivity in personality disorder: Results of an experimental study. *Journal of Affective Disorders*, 44(1), 31-37. [https://doi.org/10.1016/s0165-0327\(97\)01444-4](https://doi.org/10.1016/s0165-0327(97)01444-4)
- İdiğ-Çamuroğlu, M. ve Gölge, Z. B. (2014). Üniversite Öğrencilerinde Kendine Zarar Verme Davranışı ve İntihar Olasılığının, Çocukluk Örselenmeleri ve Saldırganlıkla İlişkisi. Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Adli Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Klonsky, E. D. ve Glenn, C. R. (2009). Assessing the functions of non-suicidal self-injury: Psychometric properties of the Inventory of Statements About Self-injury (ISAS). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 31(3), 215-219. <https://doi.org/10.1007/s10862-008-9107-z>
- Klonsky, E. D., Oltmanns, T. F. ve Turkheimer, E. (2003). Deliberate self-harm in a nonclinical population: Prevalence and psychological correlates. *American Journal of Psychiatry*, 160(8), 1501-1508. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.160.8.1501>
- 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. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-7262-z>
- Lüleci, S. (2007). Kendini Yaralama Davranışı Olan Ergenlerin Psikiyatrik ve Sosyokültürel Özellikleri. (Uzmanlık Tezi). Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul. [http://www.istanbul saglik.gov.tr/w/tez/pdf/ruh\\_sag\\_hast/dr\\_selda\\_luleci.pdf](http://www.istanbul saglik.gov.tr/w/tez/pdf/ruh_sag_hast/dr_selda_luleci.pdf)
- Saçarçelik, G. (2009). Kasıtlı Kendine Zarar Verme Davranışı Olan Ergen ve Genç Erişkin Hastalarda Çocukluk Çağı Travmaları. (Uzmanlık Tezi). Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul. [http://www.istanbul saglik.gov.tr/w/tez/pdf/psikiyatri/dr\\_gulhazar\\_gumus.pdf](http://www.istanbul saglik.gov.tr/w/tez/pdf/psikiyatri/dr_gulhazar_gumus.pdf)
- Simeon, D. ve Favazza, A. R. (2001). Self-injurious behaviors: Phenomenology and assessment. In: D. Simeon & E. Hollander (Eds.), *Self-injurious behaviors: Assessment and treatment* (p. 1-28). American Psychiatric Publishing, Inc. ve
- Sönmez, F. (2012). *Kendine Zarar Verme*. İkinci Adam Yayınları, İstanbul.
- Suyemoto, K. L. (1998). The functions of self-mutilation. *Clinical Psychology Review*, 18(5), 531-554. [https://doi.org/10.1016/s0272-7358\(97\)00105-0](https://doi.org/10.1016/s0272-7358(97)00105-0)
- Toprak, S., Çetin, I., Güven, T, Can, G. ve Demircan, Ç. (2011). Self-harm, suicidal ideation and suicide attempts among college students. *Psychiatry Research*, 187(1-2),140-4. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2010.09.009>
- Türkçapar, H. M. ( 2009a). *Bilişsel Terapi*. Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Türkçapar, H. M. (2009b). *Klinik Uygulamada Bilişsel-Davranışçı Terapi: Depresyon*. Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Zoroğlu S. S., Tüzün U., Şar V., Tütken H., Savaş H. A., Öztürk M. ..., Kora, M. E. (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. <https://doi.org/10.1046/j.1440-1819.2003.01088.x>

## EXTENDED ENGLISH ABSTRACT

## INTRODUCTION

In every period, people have found new ways to make their voices and despair heard to others. Nowadays, most of the youth have self-harm behaviors, it is observed. In recent years, young people have started to express their concerns, crises and internal conflicts with this new behavior method. (Sönmez, 2012:11). Self-harm behavior (NSSI); repetitive is defined as an attempt on a person's own body without intent to death, intentionally, resulting in tissue damage. (Brunner, Parzer, Haffner, Steen, Roos, Klett & Resch, 2007).

## METHOD

In the 2015–2016 academic year, the study group was selected from 12 different high schools and 9., 10., 11. grade students selected from Yeşilyurt and Battalgazi districts of Malatya city center. As a result of data collection, 390 people were reached. It was found that the data of 7 people who answered all the questions is same in NSSA and SRS were not reliable. 3 people were excluded from the group because they left the questions blank in the NSSI and were not included in the analysis. Thus, the study group of the study consisted of 380 students, 236 female and 144 male.

In this study, self-harm behavior assessment scale, automatic thinking scale and personal information form prepared by the researcher were used as data collection tools.

Data were collected between March and June 2016. After obtaining permission from the Provincial Directorate of National Education and the ethics committee, the scales were applied to the participants in the schools they studied.

## RESULTS

Pearson Correlation analysis was performed to investigate the relationship between self-harm behavior and negative automatic thinking in adolescents. As a result of this analysis, a moderate and positive relationship was found between self-harm behavior and negative automatic thinking ( $r(380)=0.306, p<0.01$ )

A significant relationship was found between self-harm behavior (KZVD) and parental association ( $p<0.046$ ). When the relationship was examined in terms of the relationship status of the parents, it was found that those who were separated/divorced ( $=28.92$ ) had more KZVD scores than those who were married/together ( $=24.05$ ). Adolescents' self-harm behavior scores differ significantly with school type ( $p=0.000<0.05$ ). KZVD scores of science high school students were lower than vocational high school students, KZVD scores of Anatolian high school students were lower than vocational high school students, and vocational high school students' KZVD scores were higher than imam orator high school

students. Self-harm behavior scores of adolescents differ significantly with grade level. Self-harm behavior scores of 9th grade students were found to be higher than 11th grade students. Self-harm behavior scores of 10th grade students were found to be higher than 11th grade students.

## DISCUSSION

According to study, self-harm behavior was less common in adolescents with parents. When the field was examined, no study was found in which self-harm behavior was handled according to the association of parents. Some divorces are traumatic for children and parents can neglect their children

during this process. (Bakircioğlu, 2011). In these families, togetherness and communication with their children are diminishing and the possibility of missing any possible problems may increase. Parents who observe a problem in their children can cooperate in solving this problem. This cooperation can diminish in separate parents. For these reasons, it can be thought that the self-harm behavior of the child is more common in separate families. As a result of our study, it was found that self-injurious behavior decreased as the grade level of adolescents increased. In the literature, Tümkaya & İflazoğlu's (2000) study showed that there was a significant difference between NCD and classes. NCD behavior is more common in 14–15 years and then decreases with age (Hawton, 2012). This age range corresponds to the 9th grade level on average. The ninth grade can be a problematic period for many adolescents. In transition from secondary to high school, adolescents may have difficulty in adapting to high school life and having an orientation problem. Factors such as a new school environment, acquiring new friendships, gradual changes in oneself, being settled in a high school that he doesn't want because he is a placement according to the score system, his desire to be independent, taking his own decisions can make stressful effects in adolescents. In order to understand NCD, cognitive base should be known. Interventions to the cognitive systems of adolescents may reduce the effect of self-harm behavior. Since automatic thinking is the most open area for change in CBT, interventions to automatic thinking may affect the speed of recovery of cognitive methods and techniques aimed at increasing adolescent positive coping strategies. Considering the prevalence of self-harm behavior over adolescent population, it would be more meaningful to use Child-Adolescent CBT methods and techniques in rehabilitation of this group. Therefore, there is a great need for studies planned with cognitive behavioral approach in this field in the therapy of children and adolescents in our country.

**Keywords:** Adolescence, self-harm behavior, negative automatic thinking