

Üniversite Öğrencilerinde Duygu Ayarlama Becerileri, Öfke Kontrol Biçimleri ve Travmatik Yaşantıların Kendine Zarar Verme Davranışlarını Yordayıcı Rolü

Cansu Hazal GÜÇLÜ¹, Emine Gül KAPÇI²

Başkent Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Ankara, Türkiye

Öz

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinde duygu ayarlama becerisi, öfke kontrol biçimi ve travma yaşantısının kendine zarar verme davranışını (KZVD) yordama gücünü ve KZVD'nin cinsiyet ve yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığını araştırmaktır. Bu amaca ek olarak, üniversite öğrencilerinin yaş ve cinsiyetleri de ilgili değişkenlerle ilişkileri açısından incelenmiştir. Araştırma ilişkisel tarama modelinde olup 564 (kadın n=492; erkek n=72; Yaş, X=20.88) üniversite öğrencisi ile yürütülmüştür. Verilerin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu'nun yanı sıra, Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri, Duygu Ayarlama Güçlüğü Ölçeği, Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği, Olayların Etkisi Ölçeği kullanılmıştır. Aşamalı regresyon analizleri, travmatik yaşantıların, duygu ayarlama becerilerinin düşük olmasının ve sürekli öfkenin KZVD'yi yordadığını göstermiştir ($F_{(3,560)}=24,14, p<0,05$). Bu üç değişken varyansın %19,3'ünü açıklamıştır. Buna karşın, öfke kontrol biçimlerinin yanı sıra, öğrencilerin KZVD puanlarında yaş ve cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bulgulara dayanarak, özellikle travmatik yaşantıların ardından çocukların ve gençlerin üzüntü ve öfke gibi olumsuz duygularını ayarlama becerilerinin geliştirilmesinin yaşanabilecek kendine zarar verme davranışlarının azaltılabilmesi ve/veya önlenmesi için önemli katkılar sağlayabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kendine zarar verme davranışı, duygu ayarlama, öfke kontrolü, travmatik yaşantı

Abstract

The Predictive Role of Emotion Regulation, Anger Management Styles and Traumatic Experience on Non-Suicidal Self-Injury Behaviours of University Students

This study aims to explore the predictive role of emotional regulation, anger management style and traumatic experience on Non-suicidal Self-injury (NSSI) behaviour and whether NSSI varies depending on the gender and age of the university students. In addition to this purpose, the gender and age of university students were examined in terms of their relations with the relevant variables. The study is in the realm of the quantitative research which was conducted with 564 university students (female n=492; male n=72; X=20.88). The data were collected through five data collection tools; The Inventory of Statements about Self-Injury Difficulties in Emotion Regulation Scale, Trait Anger and Anger Expression Scale and Impact of Event Scale-Revised as well as the Demographic Information Form. The results of the stepwise regression analyses show that the predictor variables of NSSI are the traumatic experiences, lack of emotion regulation skills and trait anger ($F_{(3,560)}=24.14, p<0.05$). It was found that these three variables explained 19.3% of the variance. Besides the anger management styles, age and gender imply no significant differences on non-suicidal self-injury behaviour of the students. Results suggest that enabling individuals to regulate their negative emotions such as sadness and anger on children and young people especially right after the traumatic experiences would highly contribute to the decrease and/or prevention of non-suicidal self-injury behaviours.

Keywords: Non-suicidal self-injury, emotion regulation, anger management, traumatic experience

Correspondence / Yazışma:

Cansu Hazal GÜÇLÜ

Bağlıca Kampüsü Fatih Sultan Mahallesi Başkent Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Bağlıca, 06790, Etimesgut, Ankara, Türkiye

Tel: +90 312 246 15 77

E-mail: chozdemir@baskent.edu.tr

Received / Geliş: April 09, 2019

Accepted / Kabul: August 31, 2019

©2019 JCBPR, Available online at <http://www.jcbpr.org/>

GİRİŞ

Toplumsal yaşamın başlangıcından itibaren, kişinin kendi bedenine fiziksel olarak zarar verme davranışı ile karşılaşmıştır. Mitolojik hikâyelerde (Kral Oedipus, Odin vb.) ve dini yazıtlarda (Yeni Ahit vb.) insanların kendi bedenine kasıtlı biçimde zarar verdiğinden söz edilmektedir (Favazza, 1989). Kendine zarar verme davranışı (KZVD) tekrarlayıcı, intihar amacı taşımayan ve kişinin kendisi tarafından beden dokusuna zarar verilmesi olarak tanımlanmıştır (Favazza, 1989). KZVD'nin en önemli özellikleri arasında bu davranışların intihar amacı taşıması, yaşamı tehdit etmemesi ve kasıtlı olması yer almaktadır. Kişinin kendi beden dokusuna zarar vermesi KZVD'nin temel amacı olarak görünse de aslında kişi içinde bulunduğu olumsuz durumla etkili biçimde başa çıkamayıp buna katlanmakta güçlük yaşadığında yoğun bir gerginlik hissetmekte ve kendi beden dokusuna zarar vererek rahatlamaya çalışmaktadır (Favazza ve Conterio, 1989).

KZVD'yle ilişkili kavramlardan biri duygu ayarlama becerisidir. Duygu ayarlama becerisi duyguları anlama, tanımlama ve duyguların düzeyleri üzerinde kontrol sahibi olmayı içermektedir (Wenar ve Kerig, 2005). Duygu ayarlama becerisinde yaşanan güçlükler KZVD'de en sık karşılaşılan işlevsel bozukluklar içinde yer almaktadır (Hayes, Castonguay ve Goldfried, 1996; Jacopson ve Gould, 2007; Klonsky, 2009). Öfke, kaygı ve stres gibi duygular, ifade edilmediğinde ve sağlıklı olarak yaşanmadığında, kişi yüksek bir gerginlik hissi duymaya başlar. Yoğun ve süregelen duyguları kontrol edememenin, kendine zarar verme davranışlarının ortaya çıkmasında önemli bir risk faktörü olduğu düşünülmektedir.

Öfke kontrolü duygu yoğunluğunun dengelenmesi ve yapıcı bir biçimde ifade edilmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Albayrak ve Kutlu, 2009). Araştırmalar öfkenin KZVD'yi başlatan duygu olduğuna işaret etmektedir (Garcia-Nieto, Carballo, Diaz de Neira Hernando, Leon-Martinez ve Baca-Garcia, 2015). Bu sebeple öfke ve KZVD arasındaki ilişkinin anlaşılması önemlidir. Ayrıca KZVD sergileyen kişiler, bu davranışın yoğun kaygı ve gerginlik hissini azaltıp rahatlamaya yardımcı olduğunu ancak bu rahatlamamanın kısa süreli bir etkisi olduğunu bildirmektedirler (Kemperman, Russ ve Shearin, 1997). Bu rahatlama hissini kısa süreli de olsa deneyimlenmesi, KZVD'nin sürdürülmesini sağlayan bir etmen olabilmektedir.

KZVD ile ilişki olabilecek bir diğer değişken de geçmişte maruz kalınan travmatik yaşantılardır (Erdem, 2009;

Gratz, 2003). Çocuklukta yaşanan travma, kişinin tüm yaşamı boyunca karşılaşılabileceği olaylarla baş etme becerisini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Çocukluk dönem travma yaşantılarının KZVD'yi doğrudan etkilediği bildirilmektedir (Van der Kolk, Perry ve Herman, 1991).

KZVD'nin en sık görüldüğü yaş dönemi ergenliktir. Yetişkinlikte ise ergenlik ve genç yetişkinliğe göre görülme sıklığı daha düşüktür (Classen ve ark., 2006). Üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalar KZVD'nin görülme sıklığında son yıllarda bir artış olduğunu göstermektedir. KZVD'nin görülme sıklığı 2006'da 18-20 yaş aralığında 1258 genç ile yapılan çalışmada %7,1 olarak bulunurken (Young, Sweeting ve West, 2006), KZVD'nin yükseköğretim öğrencileri arasındaki sıklığını araştıran bir çalışmada bu oran %19,6 olarak bulunmuştur (Sivertsen ve ark., 2019). KZVD'deki bu artış, risk grubu içinde görülebilecek olan üniversite öğrencileri için bir ruh sağlığı problemi olarak değerlendirilebilir.

KZVD açısından bir diğer önemli değişken ise cinsiyettir. Baetens, Claes, Muehlenkamp, Grietens ve Onghena (2011) kadınlarda KZVD görülme oranını %17,5, erkeklerde ise % 9,47 olarak bulmuştur. Erkeklerde KZVD'nin daha yüksek olduğunu bildiren bir çalışmada, erkeklerde KZVD görülme oranı %31,1, kadınlarda ise %17,1 olarak rapor edilmiştir (Erdem, 2009). Cinsiyetin anlamlı bir değişken olmadığını bildiren çalışmalar da bulunmaktadır (Heath, Toste, Nedecheva ve Charlebois, 2008; Nixon, Cloutier ve Aggarwal, 2002).

Sonuç olarak KZVD ile ilişkilendirilen duygu ayarlama becerileri, öfke kontrol biçimleri ve travmaya maruz kalma değişkenlerinin farklı değişkenlerle ele alındığı ve aralarında anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmektedir. Ancak bu üç değişkenin birlikte ele alınıp her birinin tek başına ve birlikte olası katkılarının incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmanın temel amacı üniversite öğrencilerinde duygu ayarlama becerileri, öfke kontrol biçimleri ve travmatik yaşantıların KZVD'yi yordama gücünü incelemektir.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırmanın amacı doğrultusunda çalışma ilişkisel araştırma modelinde yürütülmüştür. Bu çalışmanın yordayıcı değişkenleri travma yaşantılarının etkisi, duygu ayarlama

becerisi ve öfke kontrol biçimleridir. Ölçüt değişken ise kendine zarar verme davranışıdır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, Ankara'da bulunan Başkent Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan eğitim fakültesi öğrencileri oluşturmuştur. Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (RPD), Okul Öncesi Öğretmenliği (ECE), Matematik Öğretmenliği (MATE), Sınıf Öğretmenliği (SNF) ve İngilizce Öğretmenliği (İNG) bölümlerinin 1., 2., 3. ve 4. sınıf lisans programlarında öğrenim gören 18-25 yaş aralığındaki 564 (kadın n=492; erkek n=72) öğrenciden veri toplanmıştır. Veri toplanacak öğrenciler kolay ulaşılabilir olması amacıyla uygun örnekleme (Convenience sampling) yoluyla belirlenmiştir (Fraenkel ve Wallen, 2009).

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Katılımcıların yaş, cinsiyet ve sınıf düzeyi, anne-baba eğitim durumu gibi demografik özelliklerine ilişkin bilgiler kişisel bilgi formu aracılığıyla elde edilmiştir.

Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri (KZVDDE): Kişilerin kendilerine zarar verme sıklığı ve işlevini ölçmek amacıyla Klonsky ve Glenn (2009) tarafından geliştirilen Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri'nden yararlanılmıştır. Bu araç *Davranışlar* ve *İşlevler* olmak üzere iki bölümden, *İşlevler* bölümü ise *Otonom* ve *Sosyal İşlevler* olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Davranışlar bölümü 12 kendine zarar verme davranışının yaşam boyu sıklığı değerlendirilmekte, İşlevler bölümü ise 39 maddeden oluşup KZVD'nin işlevini ölçmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları Davranışlar için 0,71, Sosyal İşlevler için 0,88 ve Otonom İşlevler için 0,87 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması Bildik, Somer, Başay, Başay ve Özbaran (2013) tarafından yapılmıştır. Toplanan veride ölçeğin ikinci bölümü olan İşlevler'den alınan toplam puan kullanılmıştır. Mevcut çalışmada İşlevler alt boyutu için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0,94 olarak bulunmuştur.

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ): Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, duygu ayarlamadaki güçlükleri ölçmek amacıyla Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 36 maddeden oluşmakta olup Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları ölçeğin tümü için

0,93, *Kabul Etmeme* alt boyutu için 0,85, *Amaçlar* alt boyutu için 0,89, *Dürtü* alt boyutu için 0,86, *Farkındalık* alt boyutu için 0,80, *Stratejiler* alt boyutu için 0,88 ve *Açıklık* alt boyutu için 0,84 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması Rugancı ve Gençöz (2010) tarafından yapılmıştır. Mevcut çalışmada ölçeğin tümü için bulunan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0,89 olarak bulunmuştur.

Sürekli Öfke ve Öfke Tarz Ölçeği (SÖÖTÖ): Sürekli Öfke (Spielberger, Jacobs, Russel ve Crane, 1983) ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği (Spielberger ve ark., 1985) iki aşamada geliştirilmiştir. Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları ölçeğin tümü için 0,90, *Sürekli öfke* alt boyutu için 0,67-0,82 arasında, *Öfke kontrol* alt boyutu için 0,85, *Öfke-dışa* alt boyutu için 0,76, *Öfke-içte* alt boyutu için 0,74 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlanması çalışmaları Özer (1994) tarafından yapılmıştır. Mevcut çalışmada ölçeğin tümü için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0,76 olarak bulunmuştur.

Olayların Etkisi Ölçeği (IES-R, OEÖ): Ölçeğin orijinali Horowitz, Wilner ve Alvarez (1979) tarafından, travmatik stres belirtilerini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin gözden geçirilmiş formu ise Weiss ve Marmar (1997) tarafından hazırlanmıştır. Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları ölçeğin tümü için 0,96, yeniden yaşama alt boyutu için 0,94, kaçınma alt boyutu için 0,97, aşırı uyarılma alt boyutu için ise 0,91 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Çorapçioğlu, Yargıç, Geyran ve Kocabaşoğlu (2006) tarafından yapılmıştır. Mevcut çalışmada ölçeğin tümü için bulunan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0,89 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Öğrencilerin Kişisel Bilgi Formu, KZVDDE, DDGÖ, SÖÖTÖ ve OEÖ ölçeklerinden aldıkları puanlara ilişkin betimsel istatistiklere ilişkin analizler yapılmıştır. Öğrencilerin yaş ve cinsiyete göre kendine zarar verme davranışının anlamlı bir şekilde farklı olup olmadığını test etmek amacıyla sırasıyla tek faktörlü varyans analizi (ANOVA) ve ilişkisiz örneklemler için t-testi kullanılmıştır.

Öğrencilerin duygu ayarlama, öfke kontrolü ve travmatik yaşantılarının birlikte KZVD'yi ne derece yordadığını belirlemek amacıyla Aşamalı (Stepwise) Regresyon Analizi yapılmış ve etki büyüklüğü (Effect size) hesaplanmıştır.

BULGULAR

Analizler çalışmaya katılan 564 (kadın n=492; erkek n=72; Yaş, $X=20,88$, $SS=1,88$) öğrenciden toplanan veriler ile yapılmıştır. Katılımcıların demografik değişkenlerine ilişkin frekans dağılımları Tablo 1’de verilmiştir.

İlk olarak araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre kendine zarar verme davranışı arasında farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla t-testi yapılmıştır. Analizler, kadın ($x=52,91$; $SS=13,03$) ve erkek ($x=55,10$; $SS=12,67$) öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık olmadığını göstermiştir ($t_{(562)}=1,33$; $p>.05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin kendine zarar verme davranışı puanlarının yaşlarına göre (Yaş, $X=20,88$) farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla yapılan tek faktörlü varyans analizi sonuçları gruplar arası farkın anlamlı olmadığını göstermiştir ($F_{(7,556)}=0,783$; $p>.05$).

Öğrencilerin duygu ayarlama becerileri için DDGÖ’nden aldıkları puanlar, travma yaşantılarının etkisi için OEÖ’den aldıkları puanlar ve öfke kontrol biçimleri için SÖÖTÖ’nin Sürekli Öfke, Öfke-İçte, Öfke-Dışa ve Öfke Kontrol Alt Ölçek puanları arasındaki ilişki incelenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkiler Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2 incelendiğinde, KZVD ile duygu ayarlama, travmatik yaşantı, sürekli öfke, öfke-dışa, öfke-içte ve öfke kontrolü arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmektedir ($p<0,05$). KZVD ile duygu ayarlama becerisi arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişkinin ($r=0,36$, $p<0,05$) olduğu, KZVD ile travmatik yaşantıların etkisi arasındaki ilişki incelendiğinde, pozitif ve orta düzeyde bir ilişkinin ($r=0,37$, $p<0,05$) olduğu,

Tablo 1: Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin demografik değişkenlerine ilişkin frekans dağılımları

Değişken	Frekans	Yüzde
Cinsiyet		
Kız	492	87,2
Erkek	72	12,8
Yaş		
18	49	8,7
19	121	21,4
20	108	19,1
21	89	15,8
22	88	15,6
23	53	9,4
24	29	5,1
25	27	4,8
Öğrenim Görülen Bölüm		
RPD	108	19,1
ECE	92	16,3
MATE	53	9,4
SNF	110	19,5
TÖR	114	20,2
İNG	87	15,4
Sınıf Düzeyi		
1	182	32,3
2	177	31,4
3	109	19,3
4	96	17,0
Toplam	564	100,0

Tablo 2: Uygulanan ölçekler arasındaki korelasyonel değerler

	1	2	3	4	5	6	7
1. KZVDDE	-						
2.DDGÖ	0,36*	-					
3. OEÖ	0,37*	0,51*	-				
4. Sürekli Öfke	0,29*	0,47*	0,34*	-			
5. Öfke-Dışa	0,20*	0,37*	0,25*	0,70*	-		
6.Öfke-İçte	0,20*	0,46*	0,43*	0,37*	0,31*	-	
7.Öfke-Kontrol	-0,13*	-0,34	0,07	0,07	0,54*	-0,2	-
X	53,19	92,48	55,47	22,08	14,72	17,96	20,12
SS	12,99	19,30	15,15	5,75	4,28	4,15	4,94

$p<0,05$ *KZVDDE: Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri, DDGÖ: Duygu Düzenleme Güçlüğü Envanteri, OEÖ: Olayların Etkisi Ölçeği

KZVD ile sürekli öfke alt ölçeği arasında zayıf düzeyde ve pozitif bir ilişkinin ($r=-0,29$, $p<0,05$) olduğu, KZVD ile öfke-dışa alt ölçeği arasında zayıf düzeyde ve pozitif bir ilişkinin ($r=-0,20$, $p<0,05$) olduğu, KZVD ile öfke-içte alt ölçeği arasında zayıf düzeyde ve pozitif bir ilişkinin ($r=-0,20$, $p<0,05$) olduğu ve KZVD ile öfke kontrol alt ölçeği arasında zayıf düzeyde ve negatif bir ilişkinin ($r=-0,13$, $p<0,05$) olduğu bulunmuştur.

Öğrencilerin duygu ayarlama, öfke kontrolü ve travmatik yaşantılarının birlikte KZVD'yi ne derece yordadığını belirlemek amacıyla Aşamalı (Stepwise) Regresyon Analizi yapılmış ve analiz üç aşamada tamamlanmıştır. Analize birinci aşamada kendine zarar verme davranışında %14 ile en fazla varyansı açıklayan travma yaşantıları değişkeni girmiştir, $F_{(1,562)}=35,392$, $p<0,05$. Travma yaşantısı arttıkça kendine zarar verme davranışları artmaktadır. Analize ikinci aşamada, duygu ayarlama değişkeni alınmıştır. Duygu ayarlama becerisi varyansa %4 katkı sağlamış böylece açıklanan varyans %18'e yükselmiştir, $F_{(2,561)}=26,547$, $p<0,05$. Analize üçüncü ve son aşamasında ise sürekli öfke değişkeni alınmıştır. Sürekli öfke varyansa %1,3 katkı sağlamış böylece açıklanan varyans %19,3'e yükselmiştir, $F_{(3,560)}=24,14$, $p<0,05$. Modele göre kendine zarar verme davranışı ile OEÖ ($\beta=0,37$, $t=9,56$, $p=0,000$), DDGÖ ($\beta=0,23$, $t=5,23$, $p=0,000$) ve SÖ ($\beta=0,13$, $t=2,96$, $p=0,003$) arasında anlamlı ilişki bulunduğu görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinde KZVD'nin yordayıcılarını belirlemek üzere yapılan aşamalı regresyon analizi sonucunda analize alınan değişkenlerin etki büyüklükleri hesaplanmıştır. Cohen'in (1988) sınıflandırmasına göre $0,15 \leq f^2 < 0,35$ arasındaki değerler orta etkiyi göstermektedir. Regresyon analizi sonucuna göre elde edilen $R^2=0,193$ ile yapılan hesaplama sonucunda $f^2 = 0,24$ olarak bulunan değerlerin etki büyüklüğünün orta derecede olduğu görülmektedir (Bkz. Tablo 3).

TARTIŞMA

Üniversite öğrencilerinin KZVD açısından cinsiyete ve yaşa göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunun %87'sini kadın öğrenciler, %13'ünü ise erkek öğrenciler oluşturmuştur. Yapılan analiz sonucunda, KZVD'nin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. İlgili alanyazında bu araştırma bulgusuyla paralellik gösteren araştırma bulgularına yer almaktadır (Andover, Primack, Gibb ve Pepper, 2010; Gollust, Eisenberg ve Golberstein, 2008; Klonsky, 2011; Pierce, 1987; Whitlock, Eckenrode ve Silverman, 2006; Young ve ark., 2006). Bununla birlikte kadınlarda KZVD'nin daha yüksek olduğunu gösteren araştırmalar da bulunmaktadır (Bresin ve Scoenleber, 2015; Heath ve ark., 2008). Araştırmanın yapıldığı kültürün özellikleri, KZVD'de cinsiyet faktörünü etkileyen önemli bir etmen olabilir. Kadın ve erkeklerin gösterdikleri KZVD'yi rapor etme oranları, araştırmanın yapıldığı ülkeye göre değişiklik gösterebilmektedir (Muehlenkamp, Claes, Havertape ve Plener, 2012; Swannel, Martin, Page, Hasking ve John, 2014).

Araştırma sonucunda, öğrencilerde KZVD'nin yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Mevcut araştırmada öğrencilerin yaşları incelendiğinde, yaş aralığı 18-25 arasında değişmektedir. Öğrencilerin neredeyse tümünün aynı gelişim dönemi içinde bulunması ve yaş aralığının geniş olmamasının KZVD ile yaş arasında anlamlı bir ilişki bulunmaması sonucunu etkilemiş olduğu söylenebilir. KZVD'nin tipik olarak ergenlik döneminde başladığı ve sıklıkla dürtüsel bir biçimde ortaya çıktığı, ergenlik ve genç yetişkinlikte, erişkin gruba göre daha fazla görüldüğü bulunmuştur (Classen ve ark., 2006). Türkiye'de ise tüm gelişim dönemlerini kapsayan kesitsel ya da boylamsal bir araştırma henüz yapılmamıştır. Bundan sonra yapılacak araştırmalarda KZVD'nin görülme sıklığında gelişim dönemlerine göre nasıl farklılaştığı araştırılabilir.

Tablo 3: Kendine zarar verme davranışına ilişkin aşamalı regresyon analizi sonuçları

Model	Yordayıcı	B	SHB	β	t	p	R^2	ΔR^2	R^2 (adj)	F
1	Sabit OEÖ	35,39 0,321	1,92 0,034		18,34 9,56	0,000 0,000	0,140	0,140	0,138	91,47
2	Sabit OEÖ DDGÖ	26,54 0,220 0,156	2,53 0,38 0,030		10,48 5,77 5,23	0,000 0,000 0,000	0,180	0,040	0,177	27,36
3	Sabit OEÖ DDGÖ S.Ö.	24,14 0,205 0,122 0,290	02,64 0,038 0,032 0,098		9,13 5,36 3,84 2,96	0,000 0,000 0,000 0,003	0,193	0,013	0,188	8,78

Çalışmada kullanılan ölçekler arasındaki ilişkiler incelendiğinde, kendine zarar verme davranışı ile duygu ayarlama becerisi, travmatik yaşantı, sürekli öfke, öfke-dışa, öfke-içte arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çalışmada öfke kontrolünün KZVD'yi yormada gücü bulunmasa da KZVD ile öfke kontrolü arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre öfke kontrolü azaldıkça KZVD görülme riskinin arttığı söylenebilir (Carroll, Shaffer, Spensly ve Abramowitz, 1980; Favazza ve Conterio, 1989 ve Laye-Gindhu ve Schonert-Reichl, 2005).

Araştırma sonucunda travmatik yaşantıların etkisi, KZVD'nin en önemli yordayıcısı olarak (%14) bulunmuştur. Bu bulgu alanyazındaki pek çok araştırma tarafından desteklenmektedir (Cavanaugh, 2002; Noll, Horowitz, Bonanno, Tricett ve Putnam, 2003; Romans, Martin, Anderson, Herbison ve Mullen, 1995; Zoroğlu ve ark., 2003). Örneğin, Whitlock ve arkadaşları (2006) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada, travma yaşantıları ile KZVD arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuşlardır. Van der Kolk ve arkadaşları (1991) da yüksek düzeyde KZVD gösteren kişilerin %79'unun çocukluk yaşantılarında travmaya maruz kaldıkları sonucuna ulaşmışlardır.

KZVD'nin bir diğer önemli yordayıcısı olarak duygu ayarlama becerisi (%4) bulunmuştur. Duygu ayarlamasının KZVD'deki işlevine ilişkin yapılan çalışmalar (Gratz ve Chapman, 2007; Gratz ve Roemer, 2008) ile mevcut araştırma sonuçları paralellik göstermektedir. KZVD yoğun şekilde hissedilen bir duygunun dışavurumu şeklinde karşımıza çıkabildiği gibi, hissizlik halini sona erdirmek için de yapılabilmektedir. Duygu ayarlama becerisi, hissedilen yoğun duyguların yönetimini de içermektedir. Duyguların yönetimi ve ifade biçimleri, kişilerin çevreleri ile olan ilişkilerini dolayısı ile psikolojik iyilik hallerini etkilemektedir. Duyguların fark edilmesi ve yönetilmesi, kişilerin uygun ve sağlıklı problem çözme yöntemleri seçmelerinde ve kullanmalarında yardımcı olacaktır.

Analizler sonucunda, sürekli öfke alt ölçeğinin KZVD'yi %1,3 oranında yordadığı görülmüştür. Sürekli öfke alt ölçeğinde öncelikle kişide öfke duygusunun varlığı, ifade biçimleri ve öfke kontrolüne ilişkin maddeleri içermektedir. Laye-Gindhu ve Schonert-Reichl (2005) yaptıkları çalışmaya sonucunda öfke kontrolü ile KZVD arasında negatif ve anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Öfke kontrolünü incelemeyen önce, öfkenin varlığının ve sıklığının incelenmesi de gerekli olabilir. Sürekli öfke gösteren, yani sıklıkta öfkelenen kişilerin, bu duygularını tepkisel olarak

dışa vurma eğilimlerinin yüksek olduğu söylenebilir. Öfke duygusu anlaşılmalı, uygun biçimde ifade edilemediğinde, bu duygusal yoğunluk kişileri tepkisel ve zarar verici davranışlara yönlendirebilmektedir.

Bu çalışmada duygu ayarlama becerisi, öfke kontrol biçimi ve travma yaşantısının kendine zarar verme davranışını yordama gücü ve kendine zarar verme davranışının yaş ve cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. KZVD'nin çalışılan örneklem grubu için, yaş ve cinsiyete göre farklılık göstermediği ve sırasıyla travma yaşantı, duygu ayarlama becerisi ve sürekli öfke tarafından yordandığı bulunmuştur.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma sınırlı katılımcı sayısı, yaş aralığı ve eğitim gören gençlerle sınırlıdır. Ayrıca katılımcılar arasında kadınlar lehine bir cinsiyet farkı bulunmaktadır. Veriler yalnızca bir fakülte ile sınırlıdır. Dolayısıyla sonraki çalışmaların daha geniş katılımcı grupları, katılımcıların cinsiyetlerine göre yakın sayıları ve çalışan-okuyan farklı genç gruplarını kapsaması önerilmektedir. İleride yapılacak çalışmalarda farklı yaş gruplarının (ergenler-geç yetişkinler, ergenler-yetişkinler, genç yetişkinler-ergenler vb.) karşılaştırılması, farklı travma yaşantıları (Doğal afetler, aile fertlerinden birinin kaybı, geçirilen bir kaza vb.) ile KZVD'nin ilişkisinin incelenmesi ve KZVD'yle ilişkili olabilecek akran ve ana-baba ilişkileri gibi diğer gelişimsel faktörlerin ortaya çıkarılması bu alana ve KZVD'nin önlenmesine katkı sağlayacaktır. Ayrıca üniversite seviyesindeki gençlerde karşılaşılan KZVD'nin anlaşılabilmesi için farklı değişkenlerle kurgulanacak araştırmalar ve uygun önleme çalışmalarının düzenlenmesi ileriki çalışmalar için önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Albayrak, B., & Kutlu, Y. (2009). Ergenlerde öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörler. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 2(3), 57-69. <http://hemsirelik.maltepe.edu.tr/dergiler/cilt2sayi3/cilt2sayi3/57-69.pdf>
- Andover, M. S., Primack, J. M., Gibb, B. E., & Pepper, C. M. (2010). An examination of non-suicidal self-injury in men: Do men differ from women in basic NSSI characteristics? *Archives of Suicide Research*, 14(1), 79-88. <https://doi.org/10.1080/13811110903479086>
- Baetens, L., Claes, L., Muehlenkamp, J., Grietens, H., & 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>

- Bildik, T., Somer, O., Başay, B., Başay, Ö. & Özbaran, B. (2013). Kendine zarar verme davranışı değerlendirme envanterinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24(1), 49-57.
- Bresin, K., & Schoenleber, M. (2015). Gender differences in the prevalence of nonsuicidal self-injury: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 38, 55-64. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.02.009>
- Carroll, J., Shaffer, C., Spensley, J., & Abramowitz, S. I. (1980). Family experiences of self-mutilating patients. *American Journal of Psychiatry*, 137(7), 852-853. <https://doi.org/10.1176/ajp.137.7.852>
- Cavanaugh, R. M. (2002). Self-mutilation as a manifestation of sexual abuse in adolescent girls. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 15(2), 97-100. [https://doi.org/10.1016/s1083-3188\(01\)00151-6](https://doi.org/10.1016/s1083-3188(01)00151-6)
- Classen, C. A., Trivedi, M. H., Shimizu, I., Stewart, S., Larkin, G. L., & Litovitz, T. (2006). Epidemiology of nonfatal deliberate self-harm in the united states as described in three medical databases. *Suicide And Life-Threatening Behavior*, 36(2), 192-212. <https://doi.org/10.1521/suli.2006.36.2.192>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*, New Jersey: Erlbaum.
- Çorapçıoğlu, A., Yargıç, İ., Geyran, P., & Kocabaşoğlu, N. (2006). Olayların etkisi ölçeği (Ies-R) Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirliği. [Validity and Reliability of Turkish Version of "Impact of Event Scale-Revised" (Ies-R)]. *A Journal of Psychiatry, Neurology and Behavioral Science*, 44(1), 14-22. https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/olaylarin-etkisi-olcegi-toad_0.pdf
- Erdem, Ş. (2009). Üniversite öğrencilerinde kendine zarar verme davranışının demografik değişkenler, travmatik yaşantılar ve benlik kapasitesi ile olan ilişkisi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Favazza, A. R. (1998). The coming of age of self-mutilation. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 186(5), 259-268. <https://doi.org/10.1097/00005053-199805000-00001>
- Favazza, A. R., & Conterio, K. (1989). Female habitual self mutilators. *Acta Psychiatr Scand*, 79(3), 283-289. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1989.tb10259.x>
- Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (2009). *How to design and evaluate research in education*. New York: McGraw-Hill Education.
- García-Nieto, R., Carballo, J. J., Díaz de Neira Hernando, M., de León-Martinez, V., & Baca-García, E. (2015). Clinical correlates of non-suicidal self-injury (NSSI) in an outpatient sample of adolescents. *Archives of Suicide Research*, 19(2), 218-230. <https://doi.org/10.1080/13811118.2014.957447>
- Gollust, S. E., Eisenberg, D., & Golberstein, E. (2008). Prevalence and correlates of self-injury among university students. *J Am Coll Health*, 56(5), 491-498. <https://doi.org/10.3200/jach.56.5.491-498>
- Gratz, K. L. (2003). Risk factors for and functions of deliberate self-harm: An empirical and conceptual review. *Clinical Psychology: Science And Practice*, 10(2), 192-205. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpg022>
- Gratz, K. L., & Chapman, A. L. (2007). The role of emotional responding and childhood maltreatment in the development and maintenance of deliberate self-harm among male undergraduates. *Psychology of Men and Masculinity*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.8.1.1>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54. <https://doi.org/10.1023/b:joba.0000007455.08539.94>
- 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(1), 14-25. <https://doi.org/10.1080/16506070701819524>
- Hayes, A. M., Castonguay, L. G., & Goldfried, M. R. (1996). Effectiveness of targeting the vulnerability factors of depression in cognitive therapy. *J Consult Clin Psychol*, 64(3), 623-627. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.64.3.623>
- Heath, N. L., Toste, J. R., Nedecheva, T., & Charlebois, A. (2008). An examination of nonsuicidal self-injury among college students. *Journal of Mental Health Counseling*, 30(2), 137-156. <https://doi.org/10.17744/mehc.30.2.8p879p3443514678>
- Hodgson, S. (2004). Cutting through the silence: A sociological construction of self-injury. *Sociological Inquiry*, 74(2), 162-179. <https://doi.org/10.1111/j.1475-682x.2004.00085.x>
- Horowitz, M. J., Wilner, N., & Alvarez, W. (1979). Impact of event scale: A measure of subjective stress. *Psychosomatic Medicine*, 41(3), 209-218. <https://doi.org/10.1097/00006842-197905000-00004>
- Jacobson, C. M., & Gould, M., (2007). The epidemiology and phenomenology of non-suicidal self-injurious behavior among adolescents: A critical review of the literature. *Archives of Suicide Research*, 11(2), 129-147. <https://doi.org/10.1080/13811110701247602>
- Kemperman, I., Russ, M. J., & Shearin, E. (1997). Self-injurious behavior and mood regulation in borderline patients. *Journal of Personality Disorders*, 11(2), 146-157. <https://doi.org/10.1521/pedi.1997.11.2.146>
- Klonsky, E. D. (2009). The function of self-injury in young adults who cut themselves: Clarifying the evidence for affect-regulation. *Psychiatry Res*, 166(2-3), 260-268. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2008.02.008>
- Klonsky, E. D. (2011). Non-suicidal self-injury in united states adults: Prevalence, sociodemographics, topography and functions. *Psychological Medicine*, 41(09), 1981-1986. <https://doi.org/10.1017/s0033291710002497>
- Klonsky, E. D., & 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>
- Laye-Gindhu, A., & Schonert-Reichl, K. A. (2005). Nonsuicidal self-harm among community adolescents: Understanding the "what's" and "why's" of self-harm. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(5), 447-457. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-7262-z>
- Muehlenkamp, J. J., Claes, L., Havertape, L., & Plener, P. L. (2012). International prevalence of adolescent non-suicidal self-injury and deliberate self-harm. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 6(1), 10. <https://doi.org/10.1186/1753-2000-6-10>

- Nixon, M. K., Cloutier, P. F., & Aggarwal, S. (2002). Affect regulation and addictive aspects of repetitive self-injury in hospitalized adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 41(11), 1333-1341. <https://doi.org/10.1097/00004583-200211000-00015>
- Noll, J. G., Horowitz, L. A., Bonanno, G. A., Trickett, P. K., & Putnam, F. W. (2003). Revictimization and self-harm in females who experienced childhood sexual abuse results from a prospective study. *Journal of Interpersonal Violence*, 18(12), 1452-1471. <https://doi.org/10.1177/0886260503258035>
- Özer, A. K. (1994). Sürekli öfke (SL-Öfke) ve öfke ifade tarzı (Öfke-tarz) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 26-35. <https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/ofke-ifade-tarzi-ofke-tarz-olcegi-toad.pdf>
- Pierce, D. (1987). Deliberate self-harm in the elderly. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 2(2), 105-110. <https://doi.org/10.1002/gps.930020208>
- Romans, S. E., Martin, J. L., Anderson, J. C., Herbison, G. P., & Mullen, P. E. (1995). Sexual abuse in childhood and deliberate self-harm. *The American Journal of Psychiatry*, 152(9), 1336. <https://doi.org/10.1176/ajp.152.9.1336>
- Rugancı, R. N. & Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of a Turkish version of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Clinical Psychology*, 66(4), 442-455. <https://doi.org/10.1002/jclp.20665>
- Sivertsen, B., Hysing, M., Knapstad, M., Harvey, A. G., Reneflot, A., Lønning, K. J., & O'Connor, R. C. (2019). Suicide attempts and non-suicidal self-harm among university students: prevalence study. *BJPsych Open*, 5(2). <https://doi.org/10.1192/bjo.2019.4>
- Spielberger, C. D., Jacobs, G., Russell, S., & Crane, R. S. (1983). Assessment of anger: The state-trait anger scale. *Advances in Personality Assessment*, 2, 159-187.
- Spielberger, C. D., Johnson, E. H., Russell, S. F., Crane, R. J., Jacobs, G. A., & Worden, T. J. (1985). The experience and expression of anger: Construction and validation of an anger expression scale. *Anger and Hostility in Cardiovascular and Behavioral Disorders*, 5-30.
- Swannell, S. V., Martin, G. E., Page, A., Hasking, St. P., & John, N. J. (2014). Prevalence of nonsuicidal self-injury in nonclinical samples: Systematic review, meta-analysis and meta-regression. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 44(3), 273-303. <https://doi.org/10.1111/sltb.12070>
- Van der Kolk, B. A., Perry, J. C., & Herman, J. L. (1991). Childhood origins of self-destructive behavior. *The American Journal of Psychiatry*, 148(12), 1665-1671. <https://doi.org/10.1176/ajp.148.12.1665>
- Weiss, D. S., & Marmar, C. R. (1997). The impact of event scale revised. In J. P. Wilson and T. M. Keane (Ed.) *Assessing Psychological Trauma and PTSD: A Practitioner's Handbook* (pp. 399-411). New York: Guilford Press.
- Wenar, C., & Kerig, P. K. (2005). Psychopathologies of the adolescent transition: Eating disorders and substance abuse. *Developmental Psychopathology: From Infancy Through Adolescence*, (5th ed.) New York: McGraw-Hill. 359-403.
- Whitlock, J., Eckenrode, J., & Silverman, D. (2006). Self-injurious behaviors in a college population. *Pediatrics*, 117(6), 1939-1948. <https://doi.org/10.1542/peds.2005-2543>
- Young, R., Sweeting, H., & West, P. (2006). Prevalence of deliberate self harm and attempted suicide within contemporary goth youth subculture: Longitudinal cohort study. *BMJ*, 332(7549), 1058-1061. <https://doi.org/10.1136/bmj.38790.495544.7c>
- Zoroğlu, S. S., Tüzün, Ü., Sar, V., Tutkun, 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 or dissociation. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 57(1), 119-126. <https://doi.org/10.1046/j.1440-1819.2003.01088.x>

EXTENDED ENGLISH ABSTRACT

INTRODUCTION AND OBJECTIVE

Non-suicidal Self-injury (NSSI) appears to be a wide-spread health issue at global level. The most distinctive feature of non-suicidal self-injury (NSSI) behaviours is that they are not life threatening or committed with suicidal intentions. Rather, it refers to the cases where the individuals intentionally harm their bodies themselves. NSSI includes an important dimension: the difficulty in enduring negative experiences and negative emotions. Another variable that may be associated with NSSI is past traumatic experiences. NSSI has been mostly studied with young adolescence however older adolescence and young adults may also suffer from these behaviours.

Literature review reveals that that the emotion regulation skills, anger management styles and trauma experiences associated with NSSI are important in understanding NSSI from the psychological perspective. The aim of this study is to examine the predictive role of emotion regulation skills, anger management styles, and traumatic experiences on non-suicidal self-injury behaviours of university students in university students.

METHOD

In line with the research questions, the predictive correlation research was used. The predictor variables are the impact of traumatic experiences, emotion regulation skill, and anger management style. The criterion variable, on the other hand, is non-suicidal self-injury.

The participants of the study consisted of 564 university students (1st, 2nd, 3rd, and 4th year students) studying 564 university students (female n=492; male n=72) studying at 6 different programs of a foundation university in central Turkey. The participants were reached through convenience sampling.

The data of the study were collected through Inventory of Statements about Self-Injury, Difficulties in Emotion Regulation Scale, Trait Anger and Anger Expression Scale, and Impact of Event Scale-Revised in addition to the Demographic Information Form.

ANOVA was run in order to test if there were statistically significant differences in non-suicidal self-injury across different age groups. t-test was used to examine if non-suicidal self-injury differed across different genders.

In order to determine the predictive role of emotion regulation, anger management, traumatic experiences on NSSI, Stepwise Regression Analysis was used.

RESULTS

At the end of the analysis, no statistically significant differences were found in university students' non-suicidal self-injury across different age ($F_{(7,556)}=0.783$; $p>0.05$ and gender ($t_{(562)}=1.335$, $p>0.05$). When the variables predicting self-injury were analysed, it was found out that the predictors of NSSI among participant students were traumatic experiences (%14) $R^2=0.14$, $F_{(1, 562)} = 35,39$, $p <0.05$, emotion regulation skills (%4) $R^2=0.4$, $F_{(2,561)} = 26.54$, $p<0.05$, constant anger (%1.3) $R^2=1.3$, $F_{(3,560)}=24.14$, $p<0.05$ respectively.

DISCUSSION

As a result of the research, the effect of traumatic experiences was found to be the most important predictor of NSSI. The person can initiate NSSI in order to control the emotional pressure and to provide emotional balance.

Another important predictor of NSSI was found to be the emotion regulation. Emotion regulation also includes the management of intense feelings. It is thought that the determination of the emotions directed towards individuals to NSSI and the management of these emotions will reduce the risk of NSSI. It is also found that the state of constant anger scale predicts NSSI. When anger is not understood or cannot be expressed, emotional intensity can lead people to reactive and harmful behaviours. The findings in line with literature and further researches is needed to understand the nature of NSSI among college level young people and conduct preventive studies.

Keywords: Non-suicidal self-injury, emotion regulation, anger management, traumatic experience