



ERGENLERDE KENDİNE ZARAR VERME DAVRANIŞI VE BU DAVRANIŞLARIN SPOR ETKİNLİKLERİ İLE İLİŞKİSİ

SELF-INJURIOUS BEHAVIOR IN ADOLESCENTS AND ITS RELATIONSHIP WITH SPORTS ACTIVITIES

Erdal ÇETİN¹

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Batman Üniversitesi, Sosyal Bilimler MYO, erdal.cetin@batman.edu.tr, ORCID: 0000-0003-4258-123X

Geliş Tarihi / Date Applied

22.05.2025

Kabul Tarihi / Date Accepted

25.07.2025

ÖZET

Bu çalışma, gençler arasında önemli bir problem olarak görülen ve özellikle ergenlik döneminin kendine özgü özellikleri neticesinde sıklıkla başvurulan kendine zarar verme davranışını konu edinmektedir. Çalışmada sosyo-demografik özelliklerin etkisinin yanı sıra kendine zarar verme davranışı ile spor etkinliklerine katılım arasındaki ilişki incelenmiştir. Nicel araştırma yönteminin kullanıldığı çalışmada bireylerin sosyo-demografik özellikleri ve spora ilişkin bilgilerin olduğu soru formu ile "Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri" uygulanmıştır. Batman ilinde yapılan uygulamaya 14-18 yaş aralığında bulunan 148 kadın, 177 erkek birey dâhil olmuştur. Aynı zamanda örneklem grubunun 163'ü spor etkinliklerine katılmakta, 162'si katılmamaktadır. Çalışmada elde edilen veriler analiz edildiğinde katılımcıların %45,5'inin kendilerine zarar veren bir davranışta bulundukları, %54,5'inin ise söz konusu davranışlardan herhangi birisine başvurmadığı ortaya konulmuştur. Yine kendine zarar veren bireylerin büyük bir kısmının (%74,3) çoklu zarar verme davranışında bulundukları görülmüştür. Sosyo-demografik bilgilere bakıldığında, katılımcıların kendine zarar verme davranışı ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ancak çoklu zarar verme davranışı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Erkek katılımcıların %87,1'i, kadın katılımcıların ise %57,1'i birden fazla davranış ile kendilerine zarar verdiklerini beyan etmiştir. Çalışma kapsamında değerlendirilen diğer bir durum da gençlerin spora etkinliklerine katılımının kendine zarar verme davranışına olan etkisidir. Veriler, spor etkinliklerine katılım katılmamanın anlamlı bir faktör olduğunu ($p=0,003$) ve spor etkinliklerine katılan gençlerin hem kendilerine daha fazla zarar verdiklerini hem de daha fazla çoklu zarar verme davranışına ($p=0,000$) sahip olduklarını göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik, Kendine zarar verme, Spor, Şiddet.

ABSTRACT

This study investigates self-injurious behavior, which is considered a significant problem among young people and is frequently observed during adolescence due to the unique characteristics of this developmental period. It aims to examine both the impact of socio-demographic characteristics on this behavior and the relationship between self-injurious behavior and participation in sports activities. The study employed a questionnaire comprising items on socio-demographic characteristics and sports participation, along with the "Inventory of Statements About Self-injury," utilizing a quantitative research method. A total of 148 female and 177 male participants aged between 14 and 18 took part in the study conducted in the province of Batman. Among the sample group, 163 individuals reported participating in sports activities, while the remaining 162 did not. An analysis of the collected data revealed that 45.5% of the participants had engaged in some form of self-injurious behavior, whereas 54.5% had not exhibited any such behavior. It was also found that a large proportion (74.3%) of those who engaged in self-injurious behavior had exhibited multiple forms of such behavior. When socio-demographic variables were examined, no significant relationship was found between self-injurious behavior and gender. However, a significant difference was identified between gender and engagement in multiple forms of self-injurious behavior. It was reported that 87.1% of male participants and 57.1% of female participants had harmed themselves through more than one type of behavior. The study also aimed to evaluate the impact of adolescents' participation in sports activities on self-injurious behavior. The results showed that participation in sports activities was a statistically significant factor ($p = 0.003$), and that adolescents who participated in such activities exhibited both higher rates of self-injurious behavior and a greater tendency toward multiple forms of self-injurious ($p = 0.000$).

Keywords: Adolescence, Self-injurious behavior, Sports, Violence.

1. GİRİŞ

Kendine zarar verme davranışı (KZVD), genellikle kişinin acı, stres, öfke veya boşluk hissi gibi yoğun duygu durumlarıyla başa çıkma amacıyla fiziksel olarak kendine zarar verdiği davranışları ifade etmektedir (Bakar-Kahraman ve Kızılay-Çankaya, 2020; Darosh ve Richardson, 2013; Shafti, Taylor, Forrester ve Pratt, 2021; Walsh ve Rosen, 1988). Genel olarak intihar etme niyeti taşımayan (Nock ve Prinstein, 2004) bu davranış, kısa vadede bireyin yaşadığı psikolojik gerilimi azaltmakta ve fonksiyonel bir araç olarak kullanıldığı görülmektedir (Fariz ve Düşünceli, 2021). Ancak hem bu davranışın altında yatan nedenler ve bu nedenlerin bireyi kendine zarar verme aşamasına getirmesi hem de KZVD sonucunda fiziksel ve ruhsal sağlığın olumsuz etkilenmesi bu olgunun bir tehdit olarak ele alınması gerektiğini göstermektedir (Helvacı-Çelik ve Hocaoglu, 2017). Kendine vurma, vücudunu çizme, kesme veya derisini yolma şeklinde yapılan bu zarar verme biçimleri bireylerde genellikle travmatik bir yaşantı ya da kontrol edilemeyen duygu ve düşüncelerin dışa vurumu olarak ifade edilmektedir (Persano, 2022).

KZVD çok yönlü bir olgudur. Bazen yaş ve cinsiyet gibi sosyo-demografik özellikler ile ilişkilendirilmekte bazen de kültürel yapı ve sosyo-ekonomik durumlar kapsamında değerlendirilmektedir (Alan ve Akdemir, 2017). Yine bu davranışlar, bireyin yaşadığı psikolojik sıkıntı ve çevresel faktörlerinin dışa vurumu olarak farklı biçimlerde ortaya çıkabilmektedir (Çimen, Coşkun, Nasiroğlu ve Etiler 2017; Hawton, Saunders ve O'Connor, 2012). Toplumsal normlar, kültürel değerler ve bireyler arası ilişkiler gibi sosyolojik faktörler, bu davranışın görünürlüğü ve yorumlanış biçimini etkileyebilmektedir (Bakar-Kahraman ve Kızılay-Çankaya, 2020; Nock ve Prinstein, 2004).

KZVD'nin diğer bir boyutu ise intihar gibi sosyal bir olgu ile karmaşık ve çok boyutlu ilişkiye sahip olmasıdır (Hamza, Stewart ve Willoughby, 2012; Portzky ve Van Heeringen, 2007). Her iki davranış da bireyin yoğun psikolojik ya da travmatik sıkıntılar yaşadığı durumlarda ortaya çıkabilmektedir. Ancak burada yapılması gereken temel ayırım, intiharın ölüm niyeti taşıması, kendine zarar verme davranışının ise bu amaç çerçevesinde gelişmemesidir (Walsh ve Rosen, 1988). Çoğu kez intihar girişimi ile kendine zarar verme davranışı arasındaki niyet farklılıkları vurgulansa da niyetin ve niyet okumanın subjektif bir olgu olduğu dikkate alındığında intihar ile güçlü bir ilişkisinin olduğu söylenebilir (Helvacı-Çelik ve Hocaoglu, 2017). Nitekim bazı çalışmalar KZVD'nin aynı zamanda intihar için de bir risk unsuru olabileceğini göstermektedir (Fortune, Stewart, Yadav ve Hawton, 2007; Hickey, Hawton, Fagg ve Weitzel, 2001).

KZVD, bireysel bir eylemdir. Ancak aynı zamanda toplumsal ve kültürel bağlam ile doğrudan veya dolaylı bir ilişki içindedir. Aile yapısı ve ilişkiler (Toprak, Çetin, Güven, Can ve Demircan, 2011), ekonomik koşullar (Ayton, Rasool ve Cottrell, 2003), toplumsal normlar, eğitim sistemi (Skegg, 2005) ve sağlık ile sosyal hizmetlere erişim (Alan ve Akdemir, 2017) gibi sosyal faktörler, bu davranışın ortaya çıkışı ve artarak devam etmesinde ciddi bir rol oynamaktadır. Bu faktörler aynı zamanda bu davranışın ortaya çıkan etkilerini de belirleyebilmektedir. Sosyal destek sistemlerinin zayıf olduğu, damgalama ve dışlamanın yaygın olduğu (Gal vd., 2012; Hawton vd., 2012; O'Connor, Rasmussen ve Hawton, 2010) durumlarda bireylerin KZVD'yi sürdürme riski ve birey üzerindeki etkisi artmaktadır. Nitekim bazı araştırmalar, düşük sosyo-ekonomik düzey, erken yaş, cinsiyet ve ebeveynlerin düşük eğitim düzeyine sahip olmasının KZVD ile ilişkili olabileceğini göstermiştir (Bildik, Somer, Kabukçu Başay, Başay ve Özbaran, 2013; Bresin ve Schoenleber, 2015; Hooley ve Franklin, 2018; Jinting ve Hairong 2019; Skegg, 2005).

Yaş veya gelişim dönemi ile ilişkilendirildiğinde genellikle ergenlik dönemi bu konu için riskli bir evre olarak görülmektedir (Çimen vd., 2017; Witt vd., 2021). Ergenlik döneminde yaşanan deneyimler ve döneme özgü sıkıntılar ergen bireyleri psikolojik veya duygusal açıdan daha kırılgan bir hale getirebilmektedir (Abalı, 2018; Johnson, Cohen, Gould, Kasen, Brown ve Brook, 2002). Özellikle bu dönemde bireyler arası ilişkilerde akran zorbalığı, sosyal dışlanma, beden imajının kabulü ya da reddi ve kimlik çatışmaları gibi etkenler, ergen bireylerde kendine zarar verme riskini artıran temel faktörlerden bazıları olarak gösterilebilir (Whitlock ve Rodham, 2013). Başta okul ve arkadaşlık olmak üzere, farklı sosyal ortamlarda gerilimler ve çatışmaların yaşanması ve bunlar karşısında kişinin baş etme becerisinin düşük olması, sosyal desteğin zayıf olması KZVD'ye yönelmesine zemin hazırlayabilmektedir (McEvoy vd., 2023).

Son yıllarda KZVD konusundaki görünürlüğün akademik alan yazında arttığı dikkat çekmektedir (Twenge, 2020). Maddi kültür unsurlarının değişimi ile birlikte toplumsal alanda yaşanan hızlı değişim ve dönüşümler kuşaklar arasında önemli farklılaşmalara yol açmıştır. Yaşanan farklılıklar bu davranışa yönelik eğilimin artışının nedenleri arasında gösterilmektedir. Özellikle dijital alanlar ve bu alanlar içinde sosyal medya mecralarının popüleritesi, KZVD'yi artırarak ergen bireyler ve genç yetişkinler üzerinde olumsuz bir etki yaratmaktadır (Persano, 2022; Whitlock, Purington ve Gershkovich, 2009). Dijital toplum ve sosyal medyanın yarattığı yeni iletişim dili ve ortaya çıkardığı kültür, zaman zaman kendine zarar vermenin sosyal bir kabul görme ya da normalleştirme stratejisine dönüşmesine sebebiyet vermiştir (Dyson vd., 2016).

KZVD'nin ilişkili olduğu diğer bir toplumsal kurum ise spordur. Spor ve egzersiz, bireyin psikolojik iyi oluşunu destekleyen önemli faktörlerden biri olarak görülmektedir (Eime, Young, Harvey, Charity ve Payne, 2013). Özellikle çocukluk ve ergenlik dönemlerinde başta fiziksel ve psikomotor gelişim olmak üzere duygusal ve sosyal gelişime önemli katkılar sunmaktadır (Yıldız ve Çetin, 2018). Ergenlerde stres (Brettschneider, 1999; Efek, 2022), depresyon ve rahatsız edici etkiler için önemli bir aktivite olarak değerlendirilmekte (Karakaya, Çoşkun, Ağaoğlu, 2006) ve bu şekilde diğer olumsuz tepkiler (Zuckerman vd., 2021) ile birlikte kendine zarar verme davranışını azaltabileceği düşünülmektedir (Loes, 2024). Özellikle düzenli şekilde fiziksel aktivitelerde bulunmak kendine zarar verme davranışlarını azaltabilmektedir (Plener vd., 2013). Sporun yarattığı bu olumlu iklim, diğer kurumlarda olduğu gibi ancak doğru düzenlenmiş ilişkiler ile mümkün olabilmektedir (Willson, Buono, Kerr ve Stirling, 2025.) Konuya ilişkin olarak yapılan araştırmalarda sporcuların en fazla duygusal kötü muameleye maruz kaldıkları (Pankowiak vd., 2023; Tuakli-Wosornu vd., 2024; Zogg vd., 2024) ve bu durumun KZVD'yi artırabildiği ortaya çıkmış, spor ortamının sadece olumlu ilişkilerin geliştiği bir alan olduğuna dair şüpheler meydana gelmiştir.

Bazı araştırmalar tükenmişliğin sporcuların yaygın tepkisi olduğunu belirlemiştir (Gould, 1996). Ayrıca spora bağımlılığın ve beklentinin yüksek olduğu durumlarda sakatlık gibi beklenmeyen ve spor hayatını tehdit eden durumlarda sporcular duygusal çöküşler yaşayabilmektedirler (Haraldsdottir ve Watson, 2021). Özellikle egzersizin aşırılığa kaçarak toplumsal açıdan kabul edilebilir bir kendine zarar verme biçimine dönüşebileceği de vurgulanmaktadır (Daignault, Deslauriers-Varin ve Parent, 2023; Fabiano, 2025). Bu anlamda akla şöyle bir soru gelebilmektedir: Spor ortamı rekabet, hırs, fiziksel mücadele, kazanma/kaybetme çelişkileri üzerine inşa edildiğinde bu anlamda söz konusu kendine zarar verme davranışlarını azaltır mı artırır mı? Bu sorunun cevabı, sporun güvenilir bir alan olabilmesi için uygulandığı çevrenin destekleyici ve kapsayıcı olması ile doğrudan ilişkili olabilmektedir. Yukarıda verilen bilgiler çerçevesinde bu çalışma, KZVD'yi incelemekte ve konuyu spor ile ilişkili faktörler çerçevesinde

karşılaştırmalı olarak ele almaktadır. Spora katılmanın KZVD'yi engelleme kapasitesi ya da artırabilme durumu incelenmektedir.

2. YÖNTEM

Çalışmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Bireylerin sosyo-demografik özellikleri ve spora ilişkin bilgilerin olduğu form ile Bildik vd. (2013) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlanan Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri, çalışmanın veri toplama araçlarıdır.

2.1. Veri Toplama Araçları

Demografik Form: Çalışmada araştırmacı tarafından hazırlanan demografik formda katılımcıların cinsiyeti, yaşı, aile özellikleri (gelir, eğitim durumu vb.), spor yapıp yapmama durumları ve spor etkinliklerini hangi yöntemler ile yaptıklarına ilişkin bilgileri ölçmeyi amaçlayan sorular yer almıştır.

Kendine Zarar Verme Davranışı Değerlendirme Envanteri: Klonsky ve Glenn (2009) tarafından geliştirilen ve Bildik vd. (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde kasıtlı olarak yapılan ve intihar amacı taşımayan 12 çeşit KZVD'nin yaşam boyu sıklığı sorgulanmaktadır. Kendini kesme, kendini ısırma, cilde harf/şekil kazıma, cildi yakma, çimdikleme, saç kopartma, tırnaklama, kendini sert bir yere çarpma veya kendine vurma, yaranın iyileşmesine engel olma, cildi sert bir yere sürme, kendine iğne batırma, tehlikeli, zararlı madde içme, yutma sorgulanan davranışlardır. Bu bölümde katılımcılara, bu davranışları gerçekleştirip gerçekleştirmedikleri ve her davranışı kaç kez gerçekleştirdiği sorulmaktadır. Katılımcıların kendilerine dönük olarak bu davranışlardan herhangi birini uyguladıklarını beyan etmeleri durumunda ikinci bölüme geçilmektedir. Envanterin ikinci bölümü KZVD'nin işlevlerinin ele alındığı soruları yanıtlamaya yöneliktir. Bu bölümde toplam 39 soru ile iki ayrı boyut altında (otonom ve sosyal işlevler) söz konusu davranışların işlevi sorgulanmaktadır. Otonom işlevler, duygu ve düşüncelerdeki kişisel işlevlere; sosyal işlevler ise dış dünyada aile ve arkadaş gibi çevresel faktörlere yönelik işlevlere denk gelmektedir. Lise öğrencilerine uygulanan ve 14-21 yaş aralığındaki gençlerin katıldığı çalışmanın güvenilirliği ve geçerliliği için iç tutarlıklar belirlenmiş ve iç tutarlılık katsayısı sırasıyla $\alpha = 0,84$ ve $\alpha = 0,71$ olarak bulunmuştur. Ayrıca doğrulayıcı faktör analizinde ölçme modeli uyum indeksi değerlerinde model veri uyumunun iyi olduğu ortaya çıkmıştır ($\chi^2=243$; ss= 59; NCI=4; RMSEA= 0,08; CFI=0,97; NFI=0,97).

2.2. Örneklem Grubu

Çalışma, Batman ilinde Ocak ve Nisan 2025 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Soru formları 14-18 yaş aralığında bulunan çocuk ve genç bireylerle yüz yüze uygulama yapılarak gerçekleştirilmiştir. Veri toplama süreci iki hafta sürmüştür. Çalışmada toplam 325 form değerlendirilmeye alınmıştır. Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine ilişkin bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Özellikleri

		Sayı	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	148	45,5
	Erkek	177	54,5
Yaş	14	28	8,6
	15	65	20,0
	16	146	44,9
	17	76	23,4
	18	10	3,1
Anne Eğitim Durumu	İlkokul ve altı	119	36,6
	Ortaokul	89	27,4
	Lise	73	22,5
	Üniversite	44	13,5
Baba Eğitim Durumu	İlkokul ve altı	40	12,3
	Ortaokul	74	22,8
	Lise	126	38,8
	Üniversite	85	26,2
Aylık Gelir	30000 TL ve altı	92	28,3
	30001-70000 TL	143	44
	70001 TL ve üstü	90	27,7
Spor etkinliklerine katılım	Evet	163	50,2
	Hayır	162	49,8
Toplam		325	100

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan katılımcıların %45,5'i kadın, %54,5'i ise erkektir. Örneklem grubu en çok 16 yaşındaki (%44,9) genç bireylerden oluşmaktadır. Katılımcıların annelerinin eğitim düzeyine bakıldığında ilkökul ve altı (%36,6), babalarının eğitim düzeyine bakıldığında ise lise (%38,8) kademesinin yaygın olduğu görülmüştür. Gelir durumu incelendiğinde, %28,3'ünün 30 bin TL ve altı, %44'nün 30001-70000 TL arası, %27,7'sinin ise 70001 TL ve üstü gelir grubunda olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca karşılaştırma yapmak amacıyla spor etkinliklerine katılan grup (%50,2) ile herhangi bir spor etkinliğine katılmayan grubun (%49,8) eşit bir orana yakın olduğu dikkat çekmektedir.

2.3. Veri Toplama Süreci ve Analizi

Çalışma sürecinde öncelikle Batman Üniversitesi'nden etik kurul onayı alınmıştır. Etik kurul onayı alındıktan sonra katılımcılar ile yüz yüze bir şekilde veriler toplanmıştır. Spor kulüpleri, özel ve resmi kurslar veya okul takımlarında spor yapan ergen bireyler ile antrenörleri aracılığıyla iletişime geçilmiş ve aile ortamında veli izin formu imzalatıldıktan sonra araştırmaya katılımları sağlanmıştır. Belli bir sporcu grubuna ulaşıldıktan sonra karşılaştırmalı bir analiz yapabilmek amacıyla sosyal medya aracılığıyla ve rastgele örneklem yöntemi ile 14-18 yaş aralığında bulunan, spor veya egzersiz yapmayan ergen bireylerin ebeveynleri ile iletişime geçilmiştir. Demografik form ve ölçek sorularından oluşan soru formu yine aile ortamında çocuk ve gençlerin ikamet ettikleri evlerde uygulanmıştır. Verilerin toplanması süreci sonucunda elde edilen 334 formdan güvenilirlik ve geçerliliği etkileyen, eksik ve düzensiz doldurulan formlar çıkarılmıştır. Sonuç itibarıyla 325 form değerlendirme kapsamına alınmıştır. Bu formlardan elde edilen veriler SPSS programında analiz edilmiştir. Çalışmada ölçek iç tutarlılığı için Cronbach's Alpha Katsayısı

değerlerine bakılmış ve tüm ölçek için değerin (0,888) uygun olduğu görülmüştür. Yine verilerin normal dağılıp dağılmadığını ortaya çıkarmak için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Her iki alt boyut için de çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1,5 ve -1,5 aralığında olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin güvenirliği ve geçerliliğine ilişkin olarak bu çalışmalardan sonra sosyo-demografik bilgiler (cinsiyet, yaş, anne, baba eğitim durumu vb.) ile KZVD arasında bulunan Ki-kare anlamlılıkları tespit edilmiştir. Ayrıca spor yapan ve yapmayan ergen bireylerin KZVD’de bulunup bulunmadığını ortaya çıkarmak için Ki-kare testi uygulanmıştır. Son olarak KZVD’de bulunanlarda söz konusu işlevlerin ele alındığı ölçme soruları ile arasındaki farkı belirlemek amacıyla bağımsız örneklem için t-testi uygulanmıştır.

2.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma Türkiye’de Batman ili ile sınırlıdır. Batman, nispeten daha yoksul, spor alanı ile ilişkilerini mesleki ve gelecek kaygıları ile geliştiren genç nüfusun yaygın olduğu bir şehir olma özelliğine sahiptir. Genç bireylerin spor alanı ilişkilerinin günlük hayattaki kaygıları ile şekillenmiş olma ihtimali dikkate alındığında, spor yapan gençlerin daha fazla KZVD’ye başvurduğu söylenebilir. Yine KZVD’nin çok yönlü bir özelliği bulunmaktadır. Bu anlamda aracılık edilebilecek diğer psikolojik ve sosyal faktörlerin ortaya çıkarılması önemlidir. Bu çalışmada bu konu doğrudan incelenmemiş, gençlerin kendilerine zarar verme davranışı ve bu davranışların spor etkinlikleri ile ilişkisi çerçevesinde sınırlandırılmıştır.

3. BULGULAR

Çalışmanın ilk bulguları kendine zarar verme davranışları ve bu zarar verme biçiminin farklı davranışlarla gerçekleşmesini ifade eden çoklu zarar verme davranışının sosyo-demografik bilgiler ile ilişkisi olmuştur.

Tablo 2. KZVD ve Sosyo-Demografik Bilgiler Arasındaki İlişki

			KZVD		p	Çoklu KZVD		p
			Evet	Hayır	(ki-kare)	Evet	Hayır	(ki-kare)
Cinsiyet	Kadın	Sayı	63	85	0,325	36	27	0,000
		Yüzde	42,6	57,4		57,1	42,9	
	Erkek	Sayı	85	92		74	11	
		Yüzde	48,0	52,0		87,1	12,9	
Yaş	14	Sayı	15	13	0,094	13	2	0,053
		Yüzde	53,6	46,4		86,7	13,3	
	15	Sayı	20	45		15	5	
		Yüzde	30,8	69,2		75,0	25,0	
	16	Sayı	70	76		45	25	
		Yüzde	47,9	52,1		64,3	35,7	
	17	Sayı	37	39		33	4	
		Yüzde	48,7	51,3		89,2	10,8	
Anne Eğitim Durumu	18	Sayı	6	4	0,440	4	2	0,227
		Yüzde	60,0	40,0		66,7	33,3	
	İlkokul ve altı	Sayı	51	68		42	9	
		Yüzde	42,9	57,1		82,4	17,6	
	Ortaokul	Sayı	40	49		27	13	
		Yüzde	44,9	55,1		67,5	32,5	
	Lise	Sayı	32	41		25	7	
		Yüzde	43,8	56,2		78,1	21,9	

Baba Eğitim Durumu	Üniversite	Sayı	25	19		16	9	
		Yüzde	56,8	43,2		64,0	36,0	
	İlkokul ve altı	Sayı	19	21		15	4	
		Yüzde	47,5	52,5		78,9	21,1	
	Ortaokul	Sayı	27	47		21	6	
		Yüzde	36,5	63,5	0,043	77,8	22,2	0,593
	Lise	Sayı	53	73		41	12	
		Yüzde	42,1	57,9		77,4	22,6	
	Üniversite	Sayı	49	36		33	16	
		Yüzde	57,6	42,4		67,3	32,7	
Gelir	30000 TL ve altı	Sayı	23	69		19	4	
		Yüzde	25,0	75,0		82,6	17,4	
	30001-70000 TL	Sayı	84	59	0,000	57	27	0,119
		Yüzde	58,7	41,3		67,9	32,1	
	70001 ve üstü	Sayı	41	49		34	7	
		Yüzde	45,6	54,4		82,9	17,1	
Toplam		Sayı	148	177		110	38	
		Yüzde	45,5	54,5		74,3	25,7	

Tablo 2’de görüldüğü gibi katılımcıların %45,5’i kendilerine zarar veren bir davranışta bulunduklarını, %54,5’i ise söz konusu davranışlardan herhangi birisine başvurmadığını belirtmiştir. Yine kendine zarar verenlerin büyük bir kısmının (%74,3) çoklu zarar verme davranışında bulundukları görülmüştür.

Sosyo-demografik bilgilere bakıldığında, KZVD ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir ($p=0,325$). Ancak çoklu zarar verme davranışı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Erkek katılımcıların %87,1’i, kadın katılımcıların ise %57,1’i birden fazla davranış ile kendine zarar verdiklerini beyan etmiştir. Dolayısıyla Tablo 1’de görüldüğü üzere KZVD hususunda erkek ve kadın katılımcılar arasında bir ilişki bulunmamakla birlikte çoklu zarar verme davranışının erkeklerde daha fazla olduğu ortaya koyulmuştur. Yaş ve anne eğitim durumu arasında kendine zarar verme davranışı konusunda herhangi bir ilişki bulunamazken baba eğitim durumu ve aile gelirinin anlamlı bir fark oluşturduğu görülmüştür. Baba eğitim durumuna bakıldığında, babası üniversite mezunu olan öğrencilerin daha fazla kendine zarar verme davranışında bulunduğu belirlenmiştir (%57,6). Buna karşılık istatistiksel olarak anlamlı olmasa da babası üniversite mezunu olan öğrencilerin daha az çoklu KZVD gösterdiği ortaya çıkmıştır. Son olarak gelir durumuna bakıldığında 30001-70000 TL gelir düzeyine sahip aile çocuklarının, geliri daha az ve daha çok olan ailelerin çocuklarına göre daha fazla kendine zarar verme davranışında bulundukları görülmüştür.

Tablo 3. KZVD İşlevleri ile Cinsiyet Arasındaki İlişkinin T-testi Analizi

	Cinsiyet	Sayı	Ort.	S.S	t puanı	p
Sosyal İşlevler	Kadın	63	5,44	6,46	-2,095	0,038
	Erkek	85	7,65	6,14		
Otonom İşlevler	Kadın	63	8,19	5,84	4,315	0,000
	Erkek	85	4,73	3,90		

Tablo 3’te en az bir davranış ile kendilerine zarar verdiklerini beyan eden katılımcıların cinsiyeti ile KZVD’nin işlevleri arasındaki ilişki ortaya koyulmuştur. Erkek katılımcılar sosyal işlevlerde

(ort=7,65, p=0,038) daha fazla ön plana çıkarken kadın katılımcılar otonom işlevlerde (ort=8,19, p=0,000) daha fazla puan ortalamasına sahiptir.

Tablo 4. KZVD ve Spor Etkinliklerine Katılma Arasındaki İlişki

		KZVD		p	Çoklu KZVD		p	
		Evet	Hayır	(ki-kare)	Evet	Hayır	(ki-kare)	
Spor Etkinliklerine Katılma	Hayır	Sayı	61	101	0,003	34	27	0,000
		Yüzde	37,7%	62,3%		55,7%	44,3%	
	Evet	Sayı	87	76		76	11	
		Yüzde	53,4%	46,6%		87,4%	12,6%	
Toplam		Sayı	148	177	110	38		
		Yüzde	45,5%	54,5%	74,3%	25,7%		

Çalışma kapsamında değerlendirilen diğer bir durum da gençlerin spor etkinliklerine katılımının KZVD'ye olan etkisidir. Tablo 3'te, spor etkinliklerine katılımın söz konusu davranışları azaltıp azaltmadığı gösterilmektedir. Verilere bakıldığında spor etkinliklerine katılma ile KZVD arasında anlamlı bir ilişki olduğu (p=0,003) görülmektedir. Spor etkinliklerine katılan gençlerin kendilerine daha fazla zarar verdikleri ve daha fazla çoklu zarar verme davranışına (p=0,000) sahip oldukları anlaşılmaktadır. Bu verilerden elde edilen sonuçla birlikte spor etkinliklerine katılan bireylerin kendine zarar verme davranışlarına daha fazla başvurdukları sonucunun ortaya çıkması ilginç bir durum olarak yorumlanabilir.

Tablo 5. KZVD ve Branş Tipi Arasındaki İlişki

		KZVD		p	Çoklu KZVD		p	
			Evet	Hayır	(ki-kare)	Evet	Hayır	(ki-kare)
Branş Tipi	Takım Sporları	Sayı	63	43	0,367	56	7	0,350
		Yüzde	59,4%	40,6%		88,9%	11,1%	
	Bireysel sporlar	Sayı	21	20		17	11	
		Yüzde	51,2%	48,8%		81,0%	19,0%	
Toplam		Sayı	84	63		73	11	
		Yüzde	57,1%	42,9%		86,9%	13,1%	

Branş tipi ile KZVD arasındaki ilişkiye bakıldığında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Takım sporları ve bireysel sporlarda hem KZVD (p=0,367) hem de çoklu zarar verme davranışında (p=0,350) istatistiksel olarak bir ilişki ortaya çıkmamıştır.

Tablo 6. KZVD İşlevleri ile Spor Etkinliklerine Katılma Arasındaki İlişkinin T-testi Analizi

Spor etkinliklerine katılma		Sayı	Ort.	S.S	t puanı	p
Sosyal işlevler	Hayır	61	7,05	6,35	0,544	0,587
	Evet	87	6,47	6,38		
Otonom işlevler	Hayır	61	6,49	5,33	0,568	0,571
	Evet	87	6,00	4,96		

Tablo 6'da spor etkinliklerine katılan grubun KZVD işlevlerinde anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin ortaya çıkarılması amaçlanmaktadır. Verilere göre hem sosyal işlevler (p=0,587) hem de otonom işlevler (p=0,571) ile spor etkinliklerine katılım arasında istatistiksel açıdan bir ilişki bulunmamıştır.

4. TARTIŞMA

Çalışmadan elde edilen verileri iki hususta değerlendirmek mümkündür. Birincisi katılımcıların sosyo-demografik özellikleri ile KZVD ve bu davranışların işlevlerine ilişkin sonuçlardır. İkincisi ise spor etkinliklerinin kendine zarar verme davranışlarını nasıl etkilediğidir. Katılımcıların %45,5'inin kendilerine zarar veren bir davranışta bulundukları anlaşılmaktadır. Kendine zarar verenlerin önemli bir kısmının (%74,3) çoklu zarar verme davranışında bulundukları tespit edilmiştir. Bu veriler, KZVD'nin en çok ergen bireylerde görüldüğüne (Claassen vd., 2006; Timson, Priest ve Clark-Carter, 2012) ve daha önce Türkiye'de yapılmış bazı çalışmalara göre yüksek olsa da (Ögel ve Aksoy, 2006; Toprak vd., 2011; Zoroglu vd., 2003) her iki ergen bireyden birisinin kendine zarar verdiğine ilişkin çalışmalar (Lüleci, 2007; Toksoy ve Oktan, 2019; Yates, Tracy ve Luthar, 2008) ile uyumludur.

Demografik veriler ile ilişkili olarak değerlendirilen ilk değişken cinsiyettir. Çalışmada kendine zarar verme davranışları hususunda erkek ve kadın arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak çoklu zarar verme davranışı konusunda erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla bu davranışa daha fazla başvurdukları görülmüştür. Bu konuda Bresin ve Schönleber (2015), Hargus, Hawton ve Rodham, (2009) ve Kavurma vd. (2023) tarafından yapılan çalışmalarda kadın katılımcıların daha fazla KZVD'de bulundukları açıklanmıştır. Dolayısıyla bu çalışmanın verileri o çalışmalarla örtüşmemektedir. Bunun yanı sıra Klonsky (2011) ve Zoroglu vd. (2003) tarafından yapılan ve cinsiyetin her zaman anlamlı bir değişken olamayacağını gösteren diğer çalışmalar ile bu çalışmanın bulguları paralellik göstermiştir. Söz konusu davranışları yapan ergenlerin hangi işlevlerle başvurduklarına ilişkin bulgulara bakıldığında ise cinsiyetin etkili olduğu ve sosyal ile otonom işlevlerde farklılaşmalar olabildiği görülmüştür. Bu konuda cinsiyetin anlamlı bir faktör olduğu ve kadın katılımcıların daha çok otonom işlevlerde, erkek katılımcıların da sosyal işlevlerde daha fazla puan ortalamasına sahip oldukları belirlenmiştir. Kıvrak (2024) daha önce yaptığı çalışmasında otonom işlevlerde kadın katılımcıların daha fazla puan ortalamasına sahip olduğunu ortaya koymuştur. Altan-Aytun (2019) otonom işlevleri daha fazla kullanan katılımcıların KZVD'yi sonlandırma konusunda daha avantajlı olduğunu ifade etmiştir. Bu durum çalışmada kadın katılımcıların otonom işlevlere daha çok başvurup çoklu zarar verme davranışı oranının daha düşük olması ile uygun bir veri olarak değerlendirilebilir.

Cinsiyet dışında diğer sosyo-demografik özelliklere bakıldığında; gelir ve baba eğitim durumu ile KZVD arasında bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Genel olarak ebeveynlerin düşük eğitim durumu, maddi gelir vb. gibi faktörler bazı risk unsurları oluştursa da (Kavurma vd., 2023; Skegg, 2005) bu çalışmada baba eğitim durumu ilköğretim ve üniversite düzeyinde; gelir açısından ise 30001-70000 TL aralığında olanların daha fazla risk oluşturdıkları görülmüştür.

Çalışmada ele alınan ikinci husus KZVD'nin spor etkinlikleri ile ilişkisidir. Okul sporlarında, bir kulüpte, özel veya resmî kurslarda spor yapan bireyler ile herhangi bir şekilde spor yapmayan bireylerin karşılaştırıldığı verilerde, spor yapan bireylerin daha fazla kendine zarar verme davranışında bulundukları tespit edilmiştir. Normal şartlarda spor etkinliklerinin olumsuz davranışları azaltma, psikolojik sağlığı dengeleme ve zaman zaman koruyucu bir işlevinin bulunduğu anlayışı kabul görmektedir (Martín-Rodríguez vd., 2024) ancak bu çalışmada ortaya çıkan bulguların bu duruma yönelik farklı sonuç olduğu ifade edilebilir. Yine branş tipi ile KZVD arasındaki ilişkiye bakıldığında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Daha önce Willson vd. (2025) tarafından yapılan bir çalışmada takım sporlarında bireylerin alabildiği olası sosyal destek ve arkadaşlık ilişkisinden dolayı KZVD'nin daha az gerçekleştiğine dair verilere ulaşılmıştır. Ancak

bu çalışmada takım sporları ve bireysel sporlar ile KZVD'de arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir.

Loes (2024) son yıllarda işlenen dijital kendine zarar verme davranışlarını incelediği çalışmasında sporun koruyucu bir etkisinin olduğunu belirlemiştir. Ancak spor alanının kendine has özellikleri dolayısıyla doğru bir yöntem ve amaçla kullanılmadığı zaman birey üzerinde psikolojik anlamda olumsuz durumlar yaratabildiği de araştırmalarda ortaya çıkan sonuçlar arasındadır (Tuakli-Wosornu vd., 2024; Wilinsky ve McCabe, 2021). Zaman zaman madde kullanımı ve doping gibi davranış biçimlerinin sporda olumlu atmosferin önüne geçtiği ve spordaki iş birliği ve dayanışmanın rekabet, mücadele ve rakibi ne olursa olsun yenme gibi düşüncelerin önüne geçtiği bilinmektedir (Güler, 2023). Bu durumlarda oluşan duygu yoğunluğu, stres ve kaybetme korkusu dolayısıyla yaşanan hayal kırıklığının kendine yönelen bir şiddete kapı araladığı söylenebilir. Bu konuda Latina, Jaf, Alberti ve Tilton-Weaver (2022), organize sporlara katılmanın ergenlerin depresif semptomlarını etkilemediğini ve bu durumun ergenlerin kendine zarar verme düzeyini düşürmediğini ortaya çıkarmıştır. Onlara göre spora katılımın olumlu etkilerini artırmak ancak diğer psiko-sosyal faktörler aracılığıyla gerçekleşmesi durumunda mümkün olabilmektedir.

KZVD konusunda Norouzi (2025), İran'da ergen sporcular ile yaptığı çalışmada yüksek bir oran tespit etmiş ve bu zarar verme davranışı ile bilişsel ve davranışsal düzenleme arasında güçlü bir negatif korelasyon olduğunu gözlemlemiştir. Bu durum KZVD'nin ortaya çıkışının spor alanındaki ilişki biçimi ile doğrudan ilişkili olabileceğini gösterebilmektedir. Yukarıda ifade edildiği gibi özellikle çocuk ve genç yaşta maruz kaldıkları istismar ve şiddet gibi olumsuz deneyimler kendine yönelen şiddetin ortaya çıkmasına yol açabilmektedir. McMahon ve McGannon (2021), sporcuların hikâyeleri ve özellikle antrenörler ile takım yöneticilerinden gördükleri taciz ve kötü muamele deneyimlerinin spor sonrası hayatlarına nasıl nüfuz ettiğine ilişkin araştırmaları oldukça çarpıcıdır. Onlara göre şiddet ve istismar deneyimlerinden sonra sporcuların kendi başlarının çaresine bakmak zorunda bırakılmaları ilerleyen dönemlerde kendilerine yönelttikleri bir çeşit zarar verme davranışı geliştirmelerine yol açmaktadır.

5. SONUÇ

KZVD, genç bireyler arasında önemli bir problem olarak görülmektedir. Özellikle ergenlik döneminin kendine has özellikleri dolayısıyla bireylerin sıklıkla başvurduğu bu eylemler zarar verme davranışının bir halk sağlığı sorunu olarak görülmesine yol açmaktadır. İstenmeyen bu davranış biçimlerinin genç kesimi bireysel, duygusal ya da sosyal nedenlerle işlevsizleştirdiği bilinmektedir. Farklı demografik özellikte olan bireyler farklı amaçlarla ve farklı biçimlerde kendilerine zarar verirken yaşadıkları deneyimler ve yaptıkları davranışların altında yatan bireysel, sosyal ve kültürel durumlara da dikkat çekmiş olmaktadır.

Diğer taraftan aynı yaş grubunun sıklıkla zaman geçirdiği, eğlendiği ve ilgi duyduğu bir alan olan sporun, KZVD'de nasıl bir rolü olduğu da önem taşımaktadır. Spor etkinliklerine katılan ergenlerin daha fazla KZVD'de bulunması, endişelendiren bir sonuç olarak görülmektedir. Çünkü spor, çocuk ve gençler için önemli bir alandır. Spor etkinliklerine gençlerin katılımı konusunda ebeveynler olumlu bakış açısı sahiptir ve etkinliklere katılımda sağlıklı sonuçlar alındığı araştırmalarla görülmektedir. Yine spor çalışma konusu ile ilişkili olarak KZVD'yi azaltma potansiyeline sahiptir. Ancak diğer sosyal olgular gibi sporun da nasıl inşa edildiği ve nasıl ilişkiler ile gerçekleştirildiği oldukça önemlidir. Spor ortamının olumlu potansiyellerinin ortaya çıkarılabilmesi için olumlu sosyal ilişkiler ile dizayn edilmesi önemlidir. Aksi takdirde kendine zarar verme davranışları konusunda koruyucu rolden teşvik edici role dönüşebilmektedir. Genç sporcuların fiziksel aktivitelere katılması ve spor alanında ilerlemeleri spor ikliminin stresten ve sürekli bir yarışma,

rekabet ve mücadele alanından uzaklaştırılması gerekmektedir. Bu anlamda spor alanının özellikle ergen yaş gruplarında olumlu özellikleri olan iş birliği, sosyalleşme, sağlık yönünün ön plana çıkarılması gerekebilmektedir.

KAYNAKÇA

- Abalı, O. (2018). *Ergenlik dönemi ve ruhsal yaklaşım*. İstanbul: Adeda Yayıncılık.
- Alan, B. E., & Akdemir, D. (2017). Ergenlerde kendine zarar verme davranışları: Risk etkenleri, değerlendirme ve önleme. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 60(3), 119-126.
- Altan Aytun, Ö. (2019). *Kendine zarar verme davranışı: Özellikleri, işlevleri ve travmatik yaşantılar, çocukluk örselenmeleri, kişilik özellikleri ve baş etme tutumlarının rolü*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Adli Tıp Enstitüsü.
- Ayton, A., Rasool, H., & Cottrell, D. (2003). Deliberate self-harm in children and adolescents: Association with social deprivation. *European child & adolescent psychiatry*, 12, 303-307.
- Bakar Kahraman, B., & Kızılay Çankaya, P. (2020). Kendine zarar verme davranışı olan erişkinlerde çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme güçlüğü ve başa çıkma tutumları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 349-358.
- Bildik, T., Somer, O., Kabukçu 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.
- Brettschneider, W. D. (1999). Risks and opportunities: adolescents in top-level sport ñ growing up with the pressures of school and training. *European physical education review*, 5(2), 121-133.
- Claassen, 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.
- Çimen, I. D., Coşkun, A., Nasiroğlu, S., & Etiler, N. (2017). İzmit'te yaşayan ergenlerde kendine zarar verme davranışı ve aile özellikleri ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 257-264.
- Daignault, I., Deslauriers-Varin, N., & Parent, S. (2023). Profiles of teenage athletes' exposure to violence in sport: An analysis of their sport practice, athletic behaviors, and mental health. *Journal of interpersonal violence*, 38(11-12), 7754-7779.
- 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.
- Dyson, M. P., Hartling, L., Shulhan, J., Chisholm, A., Milne, A., Sundar, P., ... & Newton, A. S. (2016). A systematic review of social media use to discuss and view deliberate self-harm acts. *PloS One*, 11(5), e0155813.
- Efek, E. (2022). Sporun stres üzerine etkisi: lise öğrencileri örneği. *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1-10.
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 1-21.

- Fabiano, N. (2025). Is exercise a form of self-harm?. *Sports Psychiatry: Journal of Sports and Exercise Psychiatry*, 4(1), 43-44.
- Fortune, S., Stewart, A., Yadav, V., & Hawton, K. (2007). Suicide in adolescents: using life charts to understand the suicidal process. *Journal of Affective Disorders*, 100(1-3), 199-210.
- Fariz, S., & Düşünceli, B. (2021). Lise öğrencilerinde algılanan sosyal destek ve psikolojik sağlamlığın kendine zarar verme davranışı açısından incelenmesi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 9(25), 31-51.
- Gal, M., Rus, D., Peek-Asa, C., Chereches, R. M., Sirilcan, E. O., Boeriu, C., & Baba, C. O. (2012). Epidemiology of assault and self-harm injuries treated in a large Romanian Emergency Department. *European Journal of Emergency Medicine*, 19(3), 146-152.
- Glenn, C. (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.
- Gould, D. (1996). Personal motivation gone awry: Burnout in competitive athletes. *Quest*, 48(3), 275-289.
- Güler, Y. (2023). Spor etiği. Tuncel, S. (Ed). *Sporda meslek etiği*, (91-102). İstanbul Efe Akademi Yayınları.
- Hickey, L., Hawton, K., Fagg, J., & Weitzel, H. (2001). Deliberate self-harm patients who leave the accident and emergency department without a psychiatric assessment: A neglected population at risk of suicide. *Journal of Psychosomatic Research*, 50(2), 87-93.
- Hamza, C. A., Stewart, S. L., & Willoughby, T. (2012). Examining the link between nonsuicidal self-injury and suicidal behavior: A review of the literature and an integrated model. *Clinical Psychology Review*, 32(6), 482-495.
- Haraldsdottir, K., & Watson, A. M. (2021). Psychosocial impacts of sports-related injuries in adolescent athletes. *Current sports medicine reports*, 20(2), 104-108.
- Hargus, E., Hawton, K., & Rodham, K. (2009). Distinguishing between subgroups of adolescents who self-harm. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 39(5), 518-537.
- Hawton, K., Saunders, K. E., & O'Connor, R. C. (2012). Self-harm and suicide in adolescents. *The Lancet*, 379(9834), 2373-2382.
- Helvacı-Çelik, F. G., & Hocaoglu, Ç. (2017). Kasıtlı kendine zarar verme davranışı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 9(2), 209-226.
- Hooley, J. M., & Franklin, J. C. (2018). Why do people hurt themselves? A new conceptual model of nonsuicidal self-injury. *Clinical Psychological Science*, 6(3), 428-451.
- Jinting, W. U., & Hairong, L. I. U. (2019). Features of nonsuicidal self-injury and relationships with coping methods among college students. *Iranian Journal of Public Health*, 48(2), 270-277.
- Johnson, J. G., Cohen, P., Gould, M. S., Kasen, S., Brown, J., & Brook, J. S. (2002). Childhood adversities, interpersonal difficulties, and risk for suicide attempts during late adolescence and early adulthood. *Archives of General Psychiatry*, 59(8), 741-749.
- Karakaya, I., Coşkun, A., & Ağaoğlu, B. (2006). Yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7(3), 162-166.
- Kavurma, C., Bilaç, Ö., Önder, A., Doğan, Y., Uzunoğlu, G., Adanir, A., & Kandemir, H. (2023). Kendine zarar verme davranışı olan ergenlerde aile işlevlerinin, ebeveyn ve arkadaşlara bağlanmanın, karar verme stillerinin ve problem çözme becerilerinin değerlendirilmesi. *Turkish Journal of Clinics and Laboratory*, 14(2), 312-320.
- Kıvrak, A. K. (2024). *Ergenlerde kendine zarar verme davranışı: Duygu düzenleme güçlüğü, öz-şefkat, algılanan sosyal destek ile ilişkilerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek lisans Tezi) Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

- 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.
- Klonsky, E. D. (2011). Non-suicidal self-injury in United States adults: Prevalence, sociodemographics, topography and functions. *Psychological Medicine*, 41(9), 1981-1986.
- Latina, D., Jaf, D., Alberti, R., & Tilton-Weaver, L. (2022). Can participation in organized sports help adolescents refrain from self-harm? An analysis of underlying mechanisms. *Psychology of Sport and Exercise*, 59, 102-133.
- Loes, C. (2024). Digital self-harm and the protective role of sports participation. *Journal of Sport Behavior*, 47(3), 43-59.
- Lüleci, S. (2007) *Kendini yaralama davranışı olan ergenlerin psikiyatrik ve sosyokültürel özellikleri*. (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi). Sağlık Bakanlığı Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi.
- Martín-Rodríguez, A., Gostian-Ropotin, L.A., BeltránVelasco, A.I., Belando-Pedreño, N., Simón, J.A., López-Mora, C., Navarro-Jiménez, E., TorneroAguilera, J.F., Clemente-Suárez, V.J. (2024). Sporting Mind: The Interplay of physical activity and psychological health. *Sports*, 12, 37.
- McEvoy, D., Brannigan, R., Cooke, L., Butler, E., Walsh, C., Arensman, E., & Clarke, M. (2023). Risk and protective factors for self-harm in adolescents and young adults: An umbrella review of systematic reviews. *Journal of Psychiatric Research*, 168, 353-380.
- McMahon, J., & McGannon, K. R. (2021). 'I hurt myself because it sometimes helps': former athletes' embodied emotion responses to abuse using self-injury. *Sport, Education and Society*, 26(2), 161-174.
- 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.
- Norouzi, E. (2025). Examine the relationship between self-injurious behaviors and emotion regulation in Iranian adolescent athletes. *BMC psychiatry*, 25(1), 475.
- O'Connor, R. C., Rasmussen, S., & Hawton, K. (2010). Predicting depression, anxiety and self-harm in adolescents: The role of perfectionism and acute life stress. *Behaviour Research and Therapy*, 48(1), 52-59.
- Ögel, K., & Aksoy, A. (2006). *Kendine zarar verme davranışı raporu*. Yeniden Yayın, no:18, İstanbul.
- Pankowiak, A., Woessner, M. N., Parent, S., Vertommen, T., Eime, R., Spaaij, R., ... & Parker, A. G. (2023). Psychological, physical, and sexual violence against children in Australian community sport: Frequency, perpetrator, and victim characteristics. *Journal of Interpersonal Violence*, 38(3-4), 4338-4365.
- Persano, H. L. (2022) Self-harm. *The International Journal of Psychoanalysis*, 103(6), 1089-1103.
- Plener, P. L., Fischer, C. J., In-Albon, T., Rollett, B., Nixon, M. K., Groschwitz, R. C., & Schmid, M. (2013). Adolescent non-suicidal self-injury (NSSI) in German-speaking countries: Comparing prevalence rates from three community samples. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 48(9), 1439-1445.
- Portzky, G., & Van Heeringen, K. (2007). Deliberate self-harm in adolescents. *Current Opinion in Psychiatry*, 20(4), 337-342.
- Skegg, K. (2005). Self-harm. *The Lancet*, 366(9495), 1471-1483.
- Shafiti, M., Taylor, P. J., Forrester, A., & Pratt, D. (2021). The co-occurrence of self-harm and aggression: A cognitive-emotional model of dual-harm. *Frontiers in Psychology*, 12, 586135.

- Timson, D., Priest, H., & Clark-Carter, D. (2012). Adolescents who self-harm: Professional staff knowledge, attitudes and training needs. *Journal of Adolescence*, 35(5), 1307-1314.
- Toksoy, P., & Oktan, V. (2019). Ergenlerde kendine zarar verme davranışının yordayıcıları olarak öz duyarlık ve stresle başa çıkma tarzları. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 48, 1-14.
- Toprak, S., Cetin, I., Guven, T., Can, G., & Demircan, C. (2011). Self-harm, suicidal ideation and suicide attempts among college students. *Psychiatry Research*, 187(1-2), 140-144.
- Tuakli-Wosornu, Y. A., Burrows, K., Fasting, K., Hartill, M., Hodge, K., Kaufman, K., ... & Rhind, D. J. (2024). IOC consensus statement: Interpersonal violence and safeguarding in sport. *British Journal of Sports Medicine*, 58(22), 1322-1344.
- Twenge, J. M. (2020). Increases in depression, self-harm, and suicide among U.S. adolescents after 2012 and links to technology use: Possible mechanisms. *Psychiatric Research and Clinical Practice*, 2(1), 19-25.
- Walsh, B.W. & Rosen, P.M. (1988). *Self-mutilation theory, research, and treatment*. New York: Guilford Press.
- Whitlock, J., Purington, A., & Gershkovich, M. (2009). Media and the internet and non-suicidal self injury. In Nock, M.K. (ed). *Understanding non-suicidal self injury: Origins, assessments and treatment* (139-155). D.C.:American Psychological Association.
- Whitlock, J., & Rodham, K. (2013). Understanding nonsuicidal self-injury in youth. *School Psychology Forum*, 7(4), 93-110.
- Witt, K. G., Hetrick, S. E., Rajaram, G., Hazell, P., Salisbury, T. L. T., Townsend, E., & Hawton, K. (2021). Interventions for self-harm in children and adolescents. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 3.
- Wilinsky C. L., & McCabe, A. (2021). A review of emotional and sexual abuse of elite child athletes by their coaches. *Sports Coaching Review*, 10(1), 84-109.
- Willson, E., Buono, S., Kerr, G., & Stirling, A. (2025). The relationship between psychological abuse, athlete satisfaction, eating disorder and self-harm indicators in elite athletes. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1406775.
- Yates, T.M., Tracy, A.J., Luthar, S.S. (2008). Nonsuicidal self-injury among “privileged” youths: Longitudinal and cross-sectional approaches to developmental process. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(1), 52-62.
- Yıldız, E., & Çetin, Z. (2018). Sporun psiko-motor gelişim ve sosyal gelişime etkisi. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*, 5(2), 54-66.
- Zogg, C. K., Runquist, E. B., Amick, M., Gilmer, G., Milroy, J. J., Wyrick, D. L., ... & Tuakli-Wosornu, Y. A. (2024). Experiences of interpersonal violence in sport and perceived coaching style among college athletes. *JAMA Network Open*, 7(1), e2350248.
- Zoroglu, S. S., Tuzun, U., Sar, V., Tutkun, H., Savaş, H. A., Ozturk, 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(1), 119-126.
- Zuckerman, S. L., Tang, A. R., Richard, K. E., Grisham, C. J., Kuhn, A. W., Bonfield, C. M., & Yengo-Kahn, A. M. (2021). The behavioral, psychological, and social impacts of team sports: A systematic review and meta-analysis. *The Physician and Sportsmedicine*, 49(3), 246-261.

Çatışma Beyanı: Makalenin yazarı, bu çalışma ile ilgili taraf olabilecek herhangi bir kişi, kurum veya kuruluşun finansal ilişkileri bulunmadığını dolayısıyla herhangi bir çıkar çatışmasının olmadığını beyan eder.

Destek ve Teşekkür: Çalışmada herhangi bir kurum ya da kuruluştan destek alınmamıştır.

Etik Kurul İzni: Batman Üniversitesi Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır (Tarih: 16.01.2025, Toplantı Sayısı: 2025/01, Karar Sayısı: 37)