

İSTANBUL BİLİM ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

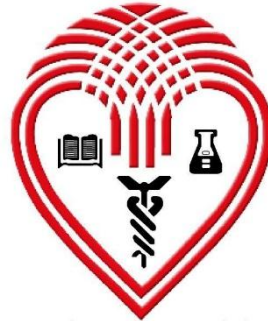
Psikoloji Anabilim Dalı

Uygulamalı Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE RİSKLİ DAVRANIŞLARIN
DÜRTÜSELLİK VE ÜSTBİLİŞSEL İNANÇLAR İLE İLİŞKİSİ**

Zehra Olcay Tuna

Yüksek Lisans Tezi



**T.C. İSTANBUL BİLİM
ÜNİVERSİTESİ**

İstanbul, 2015

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE RİSKLİ DAVRANIŞLARIN DÜRTÜSELLİK
VE ÜSTBİLİŞSEL İNANÇLAR İLE İLİŞKİSİ

Zehra Olcay Tuna

T.C. İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Uygulamalı Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. İrem Anlı

Yüksek Lisans Tezi

İstanbul, 2015

KABUL VE ONAY

Zehra Olcay TUNA tarafından hazırlanan Üniversite Öğrencilerinde Riskli Davranışların Dürtüsellik ve Üstbilişsel İnançlar ile İlişkisi başlıklı bu çalışma, 05-08-2015 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.



Yrd. Doç. Dr. M. Bayhan ÜGE (Başkan)



Yrd. Doç. Dr. İrem ANLI (Danışman)



Yrd. Doç. Nazlı Ayşe ŞAHAN (Üye)

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.



Yrd. Doç. Dr. M. Bayhan ÜGE

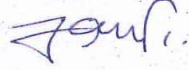
Enstitü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kağıt ve elektronik kopyalarının İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi bildiririm:

- Tezimin / Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim / Raporum sadece İstanbul Bilim Üniversitesi'nden erişime açılabilir.
- Tezimin / Raporumun yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin / raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

05.08.2015



Zehra Olcay Tuna

ÍTHAF

Aileme...

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim boyunca başta kendisiyle geçirdiğimiz her ders saatinden sonra beni kendimle ilgili düşüncelere gark eden Yard. Doç. Dr. Nazlı Ayşe Şahan ve istediğim konuda çalışmam için beni motive eden ve her istediğimde ulaşabildiğim, kendisiyle farklı bir araştırma da yapma umudunda olduğum danışmanım Yard. Doç. Dr. İrem Anlı olmak üzere tüm hocalarıma,

Bu süreci, sorduğum tüm sorulara büyük bir sabırla cevap vererek kolaylaştıran bölüm sekreterimiz Aslı Açıcı' ya,

Hayatım boyunca tüm samimiyetiyle yanımda olan, eğitim hayatım boyunca da maddi ve manevi desteklerini başarılı olacağıma inansınlar inanmasınlar benden esirgemeyen güzel aileme,

Başta Nihan Yeşiltaş, Onur Berkdil ve Özgür Deniz Ensari olmak üzere ölçeklerimin dağıtılmasında bana yardımcı olan tüm arkadaşlarıma,

Ölçeklerimi doldurmak için değerli vakitlerini ayıran tüm katılımcılara, istatistik bilgisiyle bana zamanını ayırıp yardımcı olan Betül Acar ve Merve Karataş'a,

Motivasyonumu her kaybettiğimde gerek bilgisiyle gerek arkadaşlığıyla yanımda olan Hasan Mert Yıldırım'a sonsuz teşekkürler...

ÖZET

TUNA, Zehra Olcay. Üniversite Öğrencilerinde Riskli Davranışların Dürtüsellik ve Üstbilişsel İnançlar ile ilişkisi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2015

Bu çalışma, üniversite öğrencilerindeki riskli davranışların, dürtüsellik ve üstbilişsel inançlar ile ilişkisini ve riskli davranışların, sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesini hedeflemiştir. Bu amaç ile çalışmada; İstanbul’da üniversite öğrenimi gören 361 katılımcıya, araştırmacı tarafından hazırlanan “Sosyo-demografik form”, dürtüsellik düzeyini ölçmek amacıyla “Barratt Dürtüsellik Ölçeği 11” (BDÖ-11), riskli davranışları belirlemek amacıyla “Riskli Davranışlar Ölçeği Üniversite Formu” (RDÖÜF) ve üstbilişsel inançlarını ölçmek amacıyla “Üstbiliş Ölçeği-30” (ÜBÖ-30) uygulanmıştır. Araştırma sorularını yanıtlamak amacıyla öncelikle korelasyon analizi yapılmıştır. Bulgular doğrultusunda, riskli davranışlar ölçeğinin tüm alt boyutları ile toplam dürtüsellik ve dürtüsellik alt ölçek puanları arasında pozitif yönlü ilişki olduğu saptanmıştır; riskli davranışlar ölçeğinin alt boyutlarından olan intihar eğilimi alt ölçeği ile; toplam üstbiliş ve üstbiliş alt ölçeklerinden; olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı puanları arasında pozitif yönde ilişki saptanmıştır; riskli davranışlar ölçeğinin alt boyutlarından olan okul terki alt ölçeği ile; toplam üstbiliş ve üstbiliş alt ölçeklerinden; kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven alt ölçekleri ve ölçeği arasında yine pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

Korelasyon analizi sonucunda ilişkili bulunan değişkenler arasında, hiyerarşik regresyon analizi yapılmış olup, analiz sonuçlarına ait bulgular çalışmanın güçlü ve zayıf yanları üzerinde de durularak literatür desteğiyle tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Üstbilişsel inançlar, Riskli davranışlar, Dürtüsellik

ABSTRACT

TUNA, Zehra Olcay. The Relationship Between Risky Behaviours, Impulsivity and Metacognitive Beliefs, Master's Thesis, Istanbul, 2015

This paper aims to analyze the relationship between risky behaviours, impulsivity and metacognitive beliefs and the impact of the sociodemographic variables to risky behaviours. With this aim; "sociodemographic form" which was generated by the researcher, "Barratt Impulsiveness Scale-11" (BIS-11) to measure the impulsivity and the "Metacognitions Questionnaire-30" (MCQ-30) to measure the metacognitive beliefs was applied to 361 attendees who were university students in Istanbul. First of all, correlation analysis was used to answer the research questions. In accordance with the findings, a positive relationship was determined between all subdivisions of the BIS-11 and the sub total of the impulsivity and subdivision scale points. Also a positive relationship was determined with one of the risky behaviours scale's subdivision suicidality between positive beliefs, uncontrollability and danger, cognitive trust, the need of controlling the beliefs subdivisions and the total of metacognitive scale; the relationship between school quitting scale and the uncontrollability and danger, cognitive trust subdivisions and the total of metacognitive scale was founded to be positive.

The hierarchic regression analysis was conducted with the variables which were founded to be associated with each other after the correlation analysis. The strengths, weaknesses and the findings of the research was discussed with the literature review.

Key Words: Metacognitive beliefs, Risky Behaviours, Impulsiveness

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY SAYFASI

BİLDİRİM SAYFASI

İTHAF	i
TEŞEKKÜR.....	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR.....	viii
TABLOLAR	ix
1. GİRİŞ.....	1
1.1. RİSKLİ DAVRANIŞLAR	1
1.1.1. Riskli Davranışların Görülme Sıklığı	1
1.1.2. Riskli Davranışlara Neden Olan Etmenler	3
1.2. RİSKLİ DAVRANIŞLAR VE DÜRTÜSELLİK.....	4
1.2.1. Dürtüsellik.....	4
1.2.2. Dürtüsellik İle Riskli Davranışlar Arasındaki İlişki.....	6
1.3. RİSKLİ DAVRANIŞLAR VE ÜSTBİLİŞSEL İNANÇLAR.....	8
1.3.1. Üstbilişsel İnançlar	8
1.3.2. Riskli Davranışlar İle Üstbilişsel İnançlar Arasındaki İlişki.....	11
1.4. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	13
1.4.1. Araştırma Soruları	13
1.5. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	14
2. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ	16
2.1. EVREN VE ÖRNEKLEM	16
2.2. GEREÇLER	19
2.2.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu.....	20
2.2.2. Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11)	20

2.2.3. Üstbiliş Ölçeği -30 (ÜBÖ-30).....	21
2.2.4. Riskli Davranışlar Ölçeği Üniversite Formu (RDÖÜF)	22
2.3. İŞLEM.....	23
2.4. VERİ ÇÖZÜMLEME YÖNTEMLERİ	23
3. BULGULAR	25
3.1. Riskli Davranışlar İle Ölçekler Arası İlişkinin İncelenmesi	27
3.2. Riskli Davranışlar Alt Ölçeklerinden Alınan Puanlara Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi Bulguları.....	32
3.2.1. Antisosyal Davranışlar Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi	32
3.2.2. Alkol Kullanımı Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi	33
3.2.3. Sigara Kullanımı Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi	34
3.2.4. İntihar Eğilimi Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi	35
3.2.5. Beslenme Alışkanlıkları Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi	37
3.2.6. Okul Terki Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi	38
3.2.7. Madde Kullanımı Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi	40
3.3. Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi	41
3.3.1. Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi	41
3.3.2. Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Aile Medeni Duruma Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi	42
3.3.3. Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Sosyo-ekonomik Düzeye Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi	43
3.3.4. Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Beraber Yaşadıkları Kimselere Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi	44
4. TARTIŞMA	46
4.1. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI	48
4.2. ÖNERİLER	48

KAYNAKÇA	50
EK 1: AYDINLATILMIŞ RIZA FORMU	61
EK 2: SOSYO-DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU	62
EK 3: BARRATT DÜRTÜSELLİK ÖLÇEĞİ-11 (BDÖ-11).....	64
EK5: RİSKLİ DAVRANIŞLAR ÜNİVERSİTE FORMU (RDÖÜF).....	69

KISALTMALAR

RDÖÜF: Riskli Davranışlar Ölçeği Üniversite Formu

ÜBÖ-30: Üsbiliş Ölçeği-30

BDÖ-11: Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11

TABLULAR

- Tablo 2.1. Katılımcıların Cinsiyete Göre Sıklık Ve Yüzdelerik Dağılımları **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 2.2. Katılımcıların Sınıf Düzeyine Göre Sıklık Ve Yüzdelerik Dağılımları..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 2.3. Katılımcıların Aile Medeni Durumuna Göre Sıklık Ve Yüzdelerik Dağılımları **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 2.4. Katılımcıların Anne Öğrenim Durumuna Göre Sıklık Ve Yüzdelerik Dağılımları **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 2.5. Katılımcıların Baba Öğrenim Durumuna Göre Sıklık Ve Yüzdelerik Dağılımları **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 2.6. Katılımcıların Kendilerini Değerlendirdikleri Sosyo-ekonomik Düzeye Göre Sıklık Ve Yüzdelerik Dağılımları **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 2.7. Katılımcıların Anne Ve Babalarının Hayatta Kalma Durumuna Göre Sıklık Ve Yüzdelerik Dağılımları **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 2.8. Katılımcıların Kaldıkları Yere Göre Sıklık Ve Yüzdelerik Dağılımları..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.1 Riskli Davranışlar Alt Ölçekleri, Toplam Dürtüsellik Ölçeği ve Alt ölçekleri, Toplam Üstbiliş-30 Ölçeği ve Alt Ölçeklerine İlişkin Puan Ortalamaları ve Standart Sapmalarına Dair Sonuçlar **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.2. Riskli Davranışlar Alt Ölçekleri İle Toplam Dürtüsellik ve Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkiye Dair Sonuçlar **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.3. Riskli Davranışlar Alt Ölçekleri İle Toplam Üstbiliş-30 Ölçeği ve Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkiye Dair Sonuçlar **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.4. Antisosyal Davranışlar Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyeraşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.5. Alkol Kullanımı Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyeraşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**

- Tablo 3.6. Sigara Kullanımı Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyeraşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.7. İntihar Eğilimi Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyeraşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.8. Beslenme Alışkanlıkları Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyeraşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.9. Okul Terki Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyeraşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.10. Madde Kullanımı Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyeraşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.11. Cinsiyetin Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Ölçek Puanlarına Dair Ortalama ve İlgili Test İstatistiği Değerleri **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.12. Aile Medeni Durumun Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Test Puanlarına Dair Ortalama ve İlgili Test İstatistiği Değerleri Tablosu. **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.13: Sosyo-Ekonomik Durumun Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Test Puanlarına Dair Ortalama ve İlgili Test İstatistiği Değerleri Tablosu **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**
- Tablo 3.14: Beraber Yaşadıkları Kimselerin Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Test Puanlarına Dair Ortalama ve İlgili Test İstatistiği Değerleri Tablosu ... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**

1. GİRİŞ

1.1. RİSKLİ DAVRANIŞLAR

Risk alma; “Potansiyel olumsuz sonuçlar içeren (kayıp) ama bir şekilde algılanan olumlu sonuçlarla (kazanç) dengelenen davranışlar” (Moore, Gullone, 1996, akt. Koçak, 2010, s. 2) olarak tanımlanabilir.

Riskli davranışlar; kişinin iyi olma halini, sağlığını kötü yönde etkileyecek veya hayatında olumsuz sonuçlar yaratacak davranışlarla karakterizedir. Riskli davranışlar için; kişisel, sosyal veya gelişimsel olarak istenmeyen sonuçlara yol açan risk faktörleri sayılabilir (Jessor, 1998). Buna göre riskli davranışlar arasında; alkol kullanımı, madde kullanımı, tütün kullanımı, antisosyal davranışlar, intihar eğilimi, sağlıksız beslenme alışkanlıkları ve okul terki gibi davranışlar olduğu söylenebilir (Gençtanırım, 2014).

1.1.1. Riskli Davranışların Görülme Sıklığı

Webb ve ark.nın (1996) üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmada; öğrencilerin %11’inin alkol kullanmadığı, % 15’ inin riskli içici, % 28’ ininin aşırı içici; %33’ ünün ise madde kullanma deneyimi olduğu bildirilmiştir. Pickard ve ark. (2000) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada; katılımcıların %86’ sının alkol kullandığı; %33.1’nin ise başta esrar olmak üzere madde kullanma deneyimi olduğu bildirilmiştir. Kazemi ve ark. (2011) 248 üniversite öğrencisinden oluşan örneklemelerinin 131 kişilik alt grubunda; 93 kişinin aşırı içici 38 kişinin ise içki kullanmadığını bildirmişlerdir.

Akvardar ve ark. (2003) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen araştırmada; öğrencilerin %53.9’ unun alkol kullanmadığı, riskli alkol kullanımının ise %7.4 olduğu; nikotin bağımlılığının %3.1 ve öğrencilerden %4’ünün hayatlarında bir kere madde kullandığı bildirilmiştir. Akfert ve ark. (2009) tarafından yapılan

araştırmada ise üniversite öğrencileri arasında yaşam boyu en az bir defa sigara kullanma oranı %61.5, yaşam boyu alkol deneme oranı ise %70.8 olarak bildirilmiştir. İlhan ve ark. (2008) ise üniversite öğrencilerinin %63.3' ünün hayatlarında en az bir kez alkol kullanmayı denemiş olduklarını, %48.5'inin önceki yıl içerisinde alkol kullanmış olduklarını, %65'inin ise ayda bir kez veya daha sık içmekte olduklarını bildirdikleri bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Keller ve ark. (2008) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri araştırmada; önceki iki hafta içinde öğrencilerin %24'ünün bir kez aşırı içtikleri (Sık olmayan aşırı içiciler), %28'inin iki veya daha fazla aşırı içtikleri (Sık aşırı içiciler) olmak üzere çoğu öğrencide ağır içicilik bildirmişlerdir.

Ögel ve ark.nın (2006) lise öğrencileriyle gerçekleştirdikleri bir başka araştırmada; yaşam boyu en az bir kez tütün ve alkol kullanım yaygınlığı sırasıyla; %34.3 ve %49.7, herhangi bir madde kullanımı ise %14.3 olarak bildirilmiştir. Tanrıku ve ark. (2009) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen araştırmada; öğrencilerin %32.3' ünün sigara kullandığı, %3,8'inin uyuşturucu madde denediği saptanmıştır. Boyacı ve ark. (2003) çalışmalarında; üniversite öğrencilerinin yaşam boyu en az bir kez sigara kullanma oranını %73.9, bağımlılık oranını %36.2 olarak belirlemiştir. Yalçın ve ark. (2009) ise üniversite öğrencilerinin %6.03'ünün hayatlarında en az bir defa madde kullandığını saptamıştır.

Dünya Sağlık Örgütü'nün 2000 yılı intihar istatistiklerine göre, son 45 yılda intihar hızının %60 oranında arttığı ve dünyada her yıl yaklaşık bir milyon kişinin intihar ederek yaşamına son verdiği bildirilmiştir. (WHO, 2000, akt. Gürkan, Dirik, 2009, s. 59). Gürkan ve Dirik (2009) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada; üniversite öğrencilerinin % 5.5' inin daha önce intihar girişiminde bulunduğu, % 11.69'unun intihar plan ve girişiminin olduğu, % 10.9'unun intihar düşüncesine sahip olduğu ve % 12.99'nin gelecekte intihar girişiminde bulunma olasılığının olduğu bildirilmiştir. Ceyhun'un (2003) lise ve üniversite öğrencilerinde intihar eğilimi ile ilgili yaptığı araştırmada ise lise öğrencilerinin %65.33'ünün, üniversite öğrencilerinin ise %59.51'inin intihar etme olasılığının olduğu belirtilmiştir. Zhang ve ark.nın (2012) üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmada; öğrencilerden %20'sinin intihar düşüncesi olduğu, %4'ünün sıklıkla veya her zaman intiharı düşündükleri bildirilmiştir. İlhan'ın (2013) üç farklı üniversitedeki 361 katılımcıyla

gerçekleştirdiği çalışmada; erkeklerin %27.8' inin ve kadınların %14.1'inin sigara kullandığı bildirilmiştir. İnandı ve ark. (2011) 396 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada; yaşam boyu sigara, alkol ve uyuşturucu madde kullanımı sırasıyla %73.2, %56.6 ve %9.6 olarak bildirilmiştir.

Şimşek ve ark.nın (2007) üniversitesi öğrencileri ile gerçekleştirdiği araştırmada; öğrencilerin %25,4'ü sigara, %10,6'sı alkol ve %2,5'i uyuşturucu madde kullandıkları bildirilmiştir. Yine bu çalışmada madde kullananların ise tümü erkek olarak saptanmıştır.

1.1.2. Riskli Davranışlara Neden Olan Etmenler

Literatürde risk alma davranışını farklı bakış açıları ile inceleyen birçok çalışma vardır. Geleneksel kişilik yaklaşımına göre risk arayışı bireysel farklılıklara göre belirlenmektedir. Bu yaklaşım, riskli davranışta bulunan çoğu kimsede, kronik olarak düşük uyarılma veya özellikle düşük davranışsal inhibisyon sisteminin etkin olduğu görüşünü savunur. Buna göre teorik olarak, riskli davranışlarda bulunan kişiler, istenmeyen duygulanıma neden olacak kadar riskli veya tehlikeli davranışlarda bulunarak, düşük olan uyarılma durumlarını daha uygun bir seviyeye yükseltmektedirler (Cooper, Agocha, Sheldon, 2000).

Risk almanın bilişsel düzenlemedeki yeri ise; bilişsel faktörler, ketleme, planlama ve dikkati sürdürmeyi içeren yürütücü işlevler temel alınarak ele alınabilir. Bu anlamda bireyin davranışlarını ketleme ile ilgili yaşadığı zorluklar, ileriye dönük plan yapmakta ki başarısızlığı, bir durumla karşılaştığında bu durumun tüm yönlerine odaklanamaması rasyonel karar alma ve riskli durumları değerlendirmeyi engelleyerek o bireyde risk alma davranışlarının görülmesinde önemli rol oynayabilir. (Magar, Phillips Hosie, 2008).

Jessor ve Jessor (1977) tarafından ortaya konulan problem davranış kuramına göre riskli davranışlarda bulunma durumu; kişilik, algılanan çevre, davranış sistemi olarak üç psikososyal sistem arasındaki ilişkiye dayandırılarak açıklanmaktadır. Buna göre; problem davranış, bireyin kişilik özelliklerine ve algıladığı çevreye göre

belirlenmektedir. Bireylerin kişilik sistemi içinde yaşadığı depresif duygu durumu, yabancılaşma hissi, günlük yaşamda algılanan stres, risk alma eğilimine sebep olmaktadır (Siyez, Aysan, 2007). Bu açıdan bireyler yaşadıkları bu türden sorunlara bir çözüm olarak riskli davranışlarda bulunmaktadır (Yektaş, Bildik, Özbaran, Köse, Erermiş, 2014).

Riskli davranışların ilişkili olduğu bir diğer unsur olan psikobiyolojik faktörler ise riskli davranışları; beyin bölgesi ve nörotransmitörler gibi risk almanın biyolojik özellikleriyle ilişkilendirerek açıklamaktadır (Boyer, 2006).

Aynı zamanda literatürde riskli davranışlarda bulunmanın; dürtüsellik, heyecan arayışı ve düşük kendine güven ile ilişkili olduğunu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Zukerman, Kuhlman, 2000; Auerbach, Gardiner, 2012).

Bu araştırmada; riskli davranışların görülmesinde risk etkeni olan dürtüsellik ve bireyi işlevsel olmayan başa çıkma stratejilerine yönlendirerek riskli davranışlarda bulunmasına yol açan üstbilişsel inançlar üzerinde durulacaktır.

1.2. RİSKLİ DAVRANIŞLAR VE DÜRTÜSELLİK

1.2.1. Dürtüsellik

Dürtüsellik genellikle; dikkatsizlik, risk alma davranışı, heyecan ve zevk arama, zarar görme ihtimalini düşük hesaplama davranışlarıyla kendini gösteren çoğunlukla ortama uygun olmayan, iyi planlanmamış ve çoğunlukla istenmeyen sonuçlara yol açabilecek çeşitli davranışlarla ortaya çıkmaktadır (Yazıcı, Yazıcı, 2010).

Dürtüsellığı; risk alma, plan yapmada yetersizlik ve zihni toplamakta zorluk ile ilişkilendiren Eysenck ve Eysenck (1985) : Dar dürtüsellik (narrow impulsiveness), risk alma, plan yapmama ve canlılık (liveliness) olmak üzere dürtüsellığı dört alt bölüme ayırmıştır.

Barratt ve Patton (1983) tarafından ise dürtüsellik; davranışın bağlam ve sonuçlarına uymada yetersizlik olarak tanımlanmaktadır. Patton ve ark. (1995) dürtüsellik farklı bileşenlerini yansıttığını savundukları; dikkat ile ilgili dürtüsellik (o andaki görevi üzerine odaklanabilme ve bilişsel instabilite), motor dürtüsellik (anlık hareket etmek, perseverans) ve plansızlık (kendini kontrol ve bilişsel karmaşıklık) olmak üzere üç üst düzey etken saptamışlardır.

Whiteside ve Lynam'ın (2001) dürtüsel davranışa yol açan kişiliği anlamak için önerdikleri modelde ise; 1) sıkışıklık: stres ve negatif duygulanım karşısında sıkıntıdan kurtulmak için dürtüsel davranışa eğilim, 2) tasarlama eksikliği: olası uzun vadeli sonuçları uygun şekilde hesap etmeden düşüncesizce davranma, 3) sebatsızlık: sıkıcı ya da zor görevlere odaklanmayı sürdürmede zorluk, 4) heyecan arayışı: riskli, heyecan verici ve tehlikeli deneyimlerden hoşlanma ve bunları arama olmak üzere dört kişilik boyutu olduğu savunulmuştur.

Dickman (1990) dürtüsel davranış; işlevsel olmayan dürtüsellik ve işlevsel dürtüsellik olarak iki boyutlu olarak ele almıştır. Buna göre; İşlevsel olmayan dürtüsellik; yetersiz olarak tasarlanmış, zamanından önce ortaya konulan, aşırı derecede riskli ya da duruma uygun olmayan ve çoğunlukla istenmeyen sonuçlar doğuran düzensizlik, karar alırken kesin gerçekleri görmezden gelme eğilimi, düşünmeden hareket etme eğilimi olarak tanımlanmaktadır. İşlevsel dürtüsellik ise; öyle yapmanın faydalı olduğu durumlarda hızlı karar verme eğilimi ile ilişkilendirmiştir (Dickman,1990; Whiteside, Lynam, 2001; Mobini, Grant, Kass, Yeomans, 2007).

Davranış bilimlerine göre ise dürtü kontrolü; yüksek derecede arzulanan kazançlar için içsel ve dışsal olarak güçlü bir isteğin harekete geçirilerek hızlı koşullanmış yanıtlar ve refleksleri geçici olarak baskılayarak daha yavaş bilişsel mekanizmalara yönlendirilmesiyle karakterizedir (Yazıcı, Yazıcı, 2010). Buna göre Gray'in (1987) kişilik teorisinde de bahsedildiği gibi yüksek dürtüsellik seviyesine sahip bireylerin bilişsel mekanizmaları, gecikmeli olarak gelecek ödüllere daha az toleranslıdır.

1.2.2. Dürtüsellik İle Riskli Davranışlar Arasındaki İlişki

Heyecan arayışı; çeşitli, yeni, karmaşık ve yoğun heyecanlar ve tecrübeleri arayışı ve böyle bir tecrübe uğruna fiziksel, sosyal, yasal ve finansal risk almaya gönüllülükle tanımlanan bir özelliktir. Dürtüsellik ise tehlikeli ödül arayışında inhibisyon kapasitesinde bir eksiklik nedeniyle üzerine düşünmeden ve potansiyel cezayı veya ödül kaybını göz önünde bulundurmaksızın potansiyel ödüle hızlıca karşılık verme eğilimidir. Bu tanımlar bağlamında heyecan arayışı ve dürtüsellik, dürtüsel heyecan arayışı olarak birleştirilmiştir (Zuckermen, 1994).

Dürtüsel davranışta bulunmaya bireyin kişilik özellikleri katkıda bulunmaktadır ve bu kişilik özellikleri dürtüsel davranışta bulunmak konusunda kişiye motivasyon sağlayarak davranışsal kontrollerin kullanımına müdahale edebilmektedir. Bu durum kişinin riskli davranışları destekleyen çevreleri ne kadar etkin bir şekilde aradığına göre değişmektedir. Bu anlamda kişilik özellikleri; ödüle duyarlılık veya cezaya duyarlılık gibi çeşitli durumlar için motivasyon sağlamaktadır. Ancak düşük kontrol veya düşüncesiz dürtüsellik (rash impulsivity) bu davranışsal fırsatı destekleyen sonuca götüren bir motivasyon sağlamasa bile, yine de bireylerin bu davranışlara girerken ne kadar risk aldıkları ile ilişkili olabilmektedir (Maher, Thomson, Carlson, 2015).

Birçok değişkeni barındırması açısından karmaşık bir özelliği olan dürtüsellik; acil ödüllendirme, riskli davranışlar, kısa tepki zamanı ile ilişki içindedir. Örneğin riskli davranışlardan biri olan sigara içme davranışını ele aldığımızda, nikotinin uyarıcı özelliğinden dolayı kolay hazza ulaşmayı sağlamasıyla görece acil ödülleri gecikmeli ödüllere tercih eden dürtüsel kişiler için özellikle cezbedici olduğu söylenebilir (Zincir, Zincir, Sünbül, Kaymak, 2012).

Yüksek dürtüsellik düzeyi; hemen hazza ulaşma, riskli davranışlar, kolay kendini tatmin arzusunun yanı sıra bir görevi devam ettirmekte güçlük çekme ile paraleldir. Çalışmalar, dürtüsellikle ilişkilendirilen; heyecan arayışı, risk alma gibi kişilik özelliklerinin, tütün kullanımı ve nikotin bağımlılığı için risk faktörü olarak göstermektedir (Mitchell, 1999; Skinner, Aubin, Berlin, 2004; Bickel, Odum, Madden, 1999; Zincir, Zincir, Sünbül, Kaymak, 2012).

Psikoaktif madde kullanımı ile dürtüsellik ilişkisinde yüksek dürtüsellik düzeyinin kişilerin işlevsel olmayan davranışlara yönelmesine sebebiyet vererek bu maddeleri denemenin ve belki düzenli kullanıcı olmanın daha yüksek ihtimalli olduğu düşünülmektedir (Mitchell, 1999). Moreno ve ark. nın (2012) esrar kullanımı ve aşırı alkol içme davranışı ile dürtüsellik arasındaki ilişkiyi incelemek üzere gerçekleştirdikleri araştırmada, esrar kullanan ve aşırı alkol içme davranışında bulunan bireylerin, yüksek düzeyde dürtüsel oldukları saptanmıştır.

Bir diğer riskli davranışlardan olan madde kullanmayı denemek için de yine risk faktörü olarak kabul edilen dürtüsellik seviyesi, madde kullanan kişilerde, kullanmayanlara göre tipik olarak daha yüksektir. Benzer şekilde dürtüsellik seviyesi ile alkol ve yasadışı madde kullanım sıklığı pozitif yönde ilişkilidir (Bernstein, McSheffrey, Berg, Vela, Stein, Roberts, Martin, Clarke, 2015).

Literatürde dürtüsellik, madde kullanıcılarının temel özelliklerinden biri olarak tanınmakla beraber kokain kullanımı ile de ilişkilendirilmiş, bozulmuş bilişsel kontrolün kokain kullanımında etkisinin olabileceği vurgulanmış; sürekli dürtüsellik, ketlemede bozukluk, yenilik arayışı gibi kavramlar üzerine odaklanılmıştır (Vonmoos, Hulkaa, Preller, Jenni, Schulz, Baumgartner, Quednow, 2013). Vonmoos ve ark. nın (2013) gerçekleştirdiği araştırmada eğlence amaçlı kokain kullanan ve bağımlı kokain kullanıcılarının, kontrol grubuyla karşılaştırıldıklarında daha yüksek düzeyde sürekli dürtüsellik ve yenilik arayışı gösterdikleri bildirilmiştir. Moeller ve ark. nın (2001) çalışmasında benzer şekilde yüksek derecede dürtüsellüğün kokain kullanımı ile ilişkili olduğu bildirilmiştir. Moreno ve ark. nın (2012) üniversite öğrencilerinde esrar kullanımı ve aşırı alkol içme davranışı ile dürtüsellik düzeyi arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmalarında esrar kullanan ve aşırı alkol içme davranışında bulunan öğrencilerin dürtüsellik düzeyinin ve heyecan arayışı özelliklerinin yüksek olduğu bildirilmiştir.

Riskli davranışlardan biri olarak kabul edilen intihar girişimi de sıklıkla dürtüselidir. Ve dürtüsellik, intihar davranışı için risk faktörüdür (Gvion, Apter, 2012). Akın ve Berkem'in (2012) intihar girişiminde bulunan ergen grubuyla gerçekleştirdiği çalışmada, intihar girişiminde bulunan grubun kontrol grubuna göre dürtüsellik düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Horesh (2001) tarafından gerçekleştirilmiş bir

başka çalışmada benzer şekilde intihar eğilimi olan hastaların, dürtüsellik düzeyleri araştırılmış ve intihar eğiliminin yüksek dürtüsellikle ilişkili olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Yine Horesh ve ark. nın (1997) çalışmasında dürtüsellğin anlamlı bir şekilde intihar riski ile ilişkili olduğu saptanmıştır.

Riskli davranışlardan olan antisosyal davranış problemleri olan çoğu bireyin yüksek dürtüsellik gösterdiği bilinmektedir (Loney, Frick, Clements, Ellis, Kerlin, 2003). Romero ve ark. nın (2001) bireylerin kişilik özellikleri ile antisosyal davranışlar arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmada; dürtüsellik düzeyi ve antisosyal davranışlar arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmış; bireylerin dürtüsellik seviyeleri yükseldikçe antisosyal davranışlarda bulunma oranlarının arttığı bildirilmiştir.

1.3. RİSKLİ DAVRANIŞLAR VE ÜSTBİLİŞSEL İNANÇLAR

1.3.1. Üstbilşsel İnançlar

Üstbilş kavramı ilk kez Flavell (1979) tarafından bilişleri kontrol eden, değerlendiren ve gözleyen üst düzey bir bilişsel yapı, bir bilgi olarak tanımlanmıştır. Bu yapıyı ise kişinin biliş ile ilgili tutumları ve inançları oluşturmaktır. Flavell'e (1979) göre; bilişsel süreçlerin gözlenmesi: üstbilşsel bilgi, üstbilşsel deneyimler, amaçlar (görevler) ve stratejilerden oluşmaktadır. Üstbilşsel bilgi, bir kişinin dünyaya ilişkin edindiği bilgilerin; bilişsel varlıklar olmaları açısından, insanlarla ve onların çeşitli bilişsel görevleri, amaçları, eylemleri ve deneyimleriyle ilişkili olan bölümü olarak tanımlanmaktadır. Bu anlamda bilişsel bilgi hangi etkenlerin ve hangi değişkenlerin bilişsel süreçleri ne şekilde etkilediğinin bilgisidir. Bu etken ve değişkenler: Kişi, görev ve stratejilerdir. Üstbilşsel deneyimler, herhangi bir entelektüel girişime dair bilinçli bilişsel veya duygusal deneyimlerdir. Örnek olarak, birinin söylediği bir şeyi anlamadığını aniden hissetmek verilebilir. Bu bağlamda amaçlar; bilişsel bir girişimin hedefleridir. Stratejiler ise bu amaçlara ulaşmak için kullanılan bilişler ve diğer davranışlardır (Flavell, 1979).

Üstbiliş kavramı için birbirleriyle ilişkili iki düzeyli bir yapı öneren Nelson ve Narens (1990) bu düzeyleri üst-düzey (meta-level) ve nesne düzeyi (object-level) olarak adlandırmışlardır. Bu görüşe göre nesne düzeyindeki süreçler üst düzey tarafından gözetlenmektedirler. Yani üstbilişsel gözetleme, nesne düzeyinden üst düzeye bilgi akışını içerir. Üst düzeyin görevi gözetlenen şeyi değerlendirmek ve bu değerlendirmeye dayanarak bir geribildirim bilgi akışı ile nesne düzeyi sürecini kontrol etmektir. Özellikle üst düzeyden nesne düzeyine akan bilgi ya nesne düzeyi sürecinin halini değiştirir ya da nesne düzeyi sürecinin kendisini değiştirir. Bu nesne düzeyinde bir çeşit hareket üretir. Bu hareket: bir hareketi başlatmak, bir hareketi sürdürmek, bir hareketi sonlandırmak olabilir (Nelson, Narens, 1990).

Brown'a (1985) göre üstbiliş, bireyin kendi bilişsel süreçlerini bir amaca yönelik olarak kontrol edebilme, tahmin etme, plan yapma, izleme ve değerlendirme gibi yeteneklerini kapsar. Buna göre üst bilişsel süreçler; birbirleriyle etkileşim halinde olan iki ayrı kategoriye ayrılmıştır. Bunlardan biri; kişinin bilişsel yetenek ve davranışları üzerine bilinçli bir şekilde düşünmesini ifade eden bilişin bilgisi, (bilinebilen ve bildirilebilir olan), diğeri ise kişinin bilişsel süreçlerini etkileyen etkinliklerin planlanması, değerlendirilmesi, gözetlenmesi, düzenlenmesi ve kontrol edilmesini içeren bilişin düzenlenmesidir (Brown, 1987).

Üstbiliş, kişinin bilişsel süreçlerine dair değerlendirme ve kontrolünü ifade eder. Bu şekilde üstbiliş sıklıkla düşünceler, hatıralar ve eylemlerin bilinçli veya iradi kontrolünü içerir. Üstbilişsel düzenleme; dikkat, çatışma çözümü, hata düzeltme, engelleyici kontrol ve duygusal düzenlemeyi içerir. (Shimamura, 2000). Üstbiliş, iradi eylem üretmek için gerekli olan bilgi işlemini gözetleme ve kontrol etme kabiliyetini içeren yönetici işlevlerle ilişkilidir.

1.3.1.1. Kendini Düzenleyici Yürütücü İşlevler Modeli (S-REF)

Üstbiliş; "kişinin kendi bilişsel sistemi hakkında stabil bilgi veya inançlar ve sistemin işleyişi hakkında bilgi; bilişin şimdiki durumunun düzenlenmesi ve farkındalığı,

düşünce ve hatıraların öneminin değerli görülmesi” olarak tanımlanabilir (akt. Spada, Nikcevic, Moneta, Wells, 2008).

Psikolojik bozuklukta üstbilişin rolü Wells ve Mathews (1994) tarafından öne sürülen bilgi işlem modeli ile öne çıkmıştır. Kendini düzenleyici yürütücü işlevler modeli, psikolojik bozukluklarda nasıl birden çok üstbilişsel faktörün içerildiğinin detaylı bir kavramsallaştırılmasını sunar. Bu teoriye göre; üstbilişsel bilgi (üstbilişler) bireyleri; yüksek kendi odaklı dikkat, geri dönüşümsel düşünce paternleri, düşünce baskılama ve tehdit gözetlemesi ile karakterize olan düşünceler ve içsel olaylara tepki geliştirmeye yol açar. Diğer bir deyişle üstbilişlerin uyumsuz başa çıkma stratejilerinin seçimini etkilemede temel bir rolü olduğuna inanılmaktadır (Spada, Nikcevic, Moneta, Wells, 2008). Psikolojik bozukluğa ve bozukluğun sürdürülmesine yatkınlık, yükselmiş kendi odaklı dikkat, tehdit gözetlemesi, ruminatif işleme, işlevsel olmayan inançların aktivasyonu ve uyumsuz kendine dair bilgiyi değiştirmekte başarısız olan kendini düzenleme stratejileri, özellikleri görünen bir bilişsel dikkat sendromu (CAS) ile ilişkilendirilmiştir. Bu sendrom, bireyin ruminatif işlemeyle belirten, dikkati yönelten ve bilişsel olayları yorumlama ve kontrol etmek için bir kaynak görevi gören üstbilişsel inançları tarafından sürdürülür. Bu model, psikopatolojiye yatkınlık ve psikopatolojinin sürdürülmesinde üstbilişsel inançların bir rol oynadığını öngörür. (Wells, Morrison, 2003; Wells, Matthews 1996).

Kendini düzenleyici yürütücü işlevler (SREF) modeline göre; psikolojik bozukluklar, sürdürülen düşünme (örn. endişe ve ruminasyon), dikkat gözetlenmesi, sakinim ve düşünce baskılaması gibi işlevsel olmayan kendine dair inançları değiştirmekte başarısız olan ve kendine dair olumsuz bilgilerin erişilebilirliğini arttıran uyumsuz başa çıkma stratejileriyle sürdürülür (Wells, 2000). Bu faktörleri teşkil eden bilişsel dikkat sendromu (CAS), bireyin problematik durumlarda etkinleştirilen ve işlemeyle sürdürülen üstbilişsel bilgisinden türetilir (Matthews, Wells, 2004).

Wells ve Matthews’ın (1994) psikolojik bozukluk teorisi üstbilişsel inançları, kişinin kendi bilişi ve iç durumlarına dair bilgi ve ikisini de etkileyebilecek başa çıkma stratejileri olarak tanımlar. Bu teoriye göre; uyumsuz üstbilişlerin, bilişsel dikkat sendromunu sürdürmekte ve kişinin problemleri durumlarla karşılaştığı zaman aktifleştirdiği öngörülmektedir.

Kendini düzenleyici yürütücü işlevler (SREF) modelinde iki tip kendine dair inanç tanımlanmıştır. Bunlardan biri; deklaratif inançlar (örn. “ben başarısızım; ciddi şekilde hastayım.”) , bir diğeri; prosedürel inançlar veya kontrol edilen işleme sistemini yönlendiren planlardır. Bu planlar seçici dikkat, hatıranın hatırlanması, değerli görme ve uyaranlara tepki olarak üstbilişsel işleme yönelir (Wells, Matthews 1996).

Wells ve Matthews’in (1996) önerdiği modelde kendini düzenleyici yürütücü işlevler etkinliği iradidir ve normal olarak iradi kontrolün farkındalığıyla ilişkilendirilmiştir. Ancak klinik durumlarda bu farkındalık azalabilir. Biliş üzerine öznel kontrol hissinde azalmaya neden olan etkenler için ise: İşgal eden düşüncenin olumsuz değerde görülmesi ve endişe temelli işleme stratejileri, aşırı kontrolün yıkıcı etkileri, kontrolün mümkün olduğu zamanlarda kontrolde başarısızlık, dikkat stratejileri olmak üzere dört işleme türü gösterilebilir (Wells, Matthews, 1996).

Kendini düzenleyici yürütücü işlevler (SREF) modeli; üstbilişlerin; genel anksiyete bozukluğu (Wells, King, 2006), obsesyonlar (Janeck, Calamari, Riemann, Heffelfinger, 2003), PTSD (Wells, Sembi, 2004), psikoz (Tas, Brown, Aydemir, Brüne, Lysaker, 2014) ve depresyon (Wells, Fisher, Myers, Wheatley, Patel, Brewin, 2012) ile ilgili farklı boyutlarına dair güncel araştırmaların yapılmasını sağlamıştır.

1.3.2. Riskli Davranışlar İle Üstbilişsel İnançlar Arasındaki İlişki

Üstbilişsel bilgi, bireylerin kendi bilişleri ve duygusal durumlarına dair inançları ve teorilerini ifade eder. Bunlar belirli tipteki düşüncelerin önemiyle ilgili inançları ve diğer bilişsel fenomenlere (hafıza ve yargı gibi) dair inançları içerebilir. Kendini düzenleyici yürütücü işlevler (SREF) teorisinin bir temel ilkesi, bu inançlar ve tecrübelerin (üstbilişlerin) kalıcı ve uyumsuz başa çıkma biçimlerine katkıda bulunduğudır (Spada, Nikcevic, 2008).

Daha özel olarak bireylerin düşüncelerini değerli görmelerini etkileyen pozitif ve negatif inançları vardır. (örn. “hazırlıklı olmak için endişelenmeliyim; düşüncelerimi kontrol edemem.”) aynı zamanda biliş ve eylemi yönlendirmek için plan veya programlar yapan örtük prosedürel üstbilişleri vardır. Üstbilişsel bileşen uyumsuz tepki

tarzlarına ve nihayetinde psikolojik bozukluğun gelişimi ve devamlılığına sebep olurlar. Üstbilişler bireyi bu bozukluğa uygun olan bilgiye, dikkatini odaklamaya, biliş ve eylemin temeli olarak uygunsuz hedefler ve içsel kriterler kullanmaya, endişe/ruminasyon gibi yardımcı olmayan başa çıkma stratejileri kullanmaya ve düşünce baskılama gibi inançları değiştirmekte başarısız olan başa çıkma stratejileri kullanmaya yönlendirir (Spada, Nikcevic, 2008; Spada, Nikcevic, Moneta, Wells, 2008).

Duygusal stresi düzenlemeyi sağlamasıyla kompulsif davranışlar bağımlılıkla ilişki içindedir. Anksiyete gibi yükselmiş olumsuz ruh hali ile ilişkilide olan tütün kullanımının sıklığı ve duygusal sıkıntının seviyesi, kompulsif semptomların şiddetiyle pozitif korelasyonludur. Kompulsif davranışlar, duygusal durumlardan kaçınmayı düzenlemeye hizmet eder. Tütün kullanımı, anksiyete bozuklukları arasında oldukça yaygındır. (Spinella, 2005). Spinella (2005) çalışmasında tütün kullanıcılarının kullanıcı olmayanlara göre yüksek derecede kompulsif davranışlar sergilediklerini saptamıştır. Benzer şekilde Grabe ve ark. (2001) nikotin kullanımı ile obsesif kompulsif bozukluk arasında ilişki saptamıştır.

Sigara içme kısa dönemde nikotin bırakmayla ilgili duygu düzenleme için uyumlu bir başa çıkma stratejisi gibi görünse de, uzun dönemde bağımlılık ve ilişkili olumsuz etki oluşturduğu için uyumsuzdur. Dolayısıyla duygu düzenlemede sigara bağımlılığının üstbilişlerce yordanması muhtemeldir (Spada, Nikcevic, Moneta, Wells, 2008).

Spada ve ark. nın (2007) duygu ve sigara bağımlılığı arasındaki ilişkide üstbilişsel inançların aracı rolünü araştırdıkları çalışmada; sigara bağımlılığı ile üstbilişsel inançlar (olumlu inançlar, olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven) arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu ve duygu düzenlemede aracı rol olarak üstbilişsel inançların bir etken olduğu bildirilmiştir.

Alkol kullanımına dair olumlu üstbilişler (örn. “alkol kullanmak düşüncelerimi kontrol etmeye yardımcı olur.”) biliş ve duyguyu kontrol etmenin bir yöntemi olarak alkol kullanımı ile ilgili özel bir tür alkol beklentisi olarak kavramsallaştırılabilir. Üstbilişsel bir bakış açısına göre böylesi inançların, bireyleri bilişsel-duygusal düzenleme aracı

olarak alkol kullanımına teşvik etmekte önemli bir rol oynadıkları düşünülmektedir (Spada, Wells, 2010).

Spada ve Wells' in (2006) alkol kullanımı ve üstbilişsel inançlar arasındaki ilişkiye dair gerçekleştirdikleri araştırmada; üstbilişin genel bir boyutuyla (düşünceleri kontrol ihtiyacına dair inançlar) ile alkol kullanımının pozitif yönde ilişkili olduğu bildirilmiştir. Spada ve Wells (2005) tarafından 40 İngiliz üniversite öğrencisi ve 57 İngiliz işçisinden oluşan karışık bir örneklem grubu ile gerçekleştirilen bir diğer araştırmada üstbilişsel inançların; alkol kullanımı, alkol bağımlılığı veya ikisiyle birden ilişkili olduğu saptanmıştır. Ve beş uyumsuz üstbilişsel özellikten (olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık) her birinin alkol bağımlılığıyla ilişkili olmasının muhtemel olduğu öngörülmüştür.

Moneta (2011) tarafından üstbilişlerin, duygu ve alkol bağımlılığı arasında moderatör etkisinin incelendiği araştırmada, patolojik tarzda üstbilişsel inançların; duygu ve alkol bağımlılığı arasındaki ilişkiye pozitif anlamda katkıda bulunduğu saptanmıştır.

1.4. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırma; 18-24 yaş arası üniversite öğrencilerinin riskli davranışlarının saptanması ve bu riskli davranışların yordayıcısı olarak, katılımcıların dürtüsellik düzeyleri ve üstbilişsel inançları arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlamaktadır.

1.4.1. Araştırma Soruları

Araştırmanın amacı riskli davranışlar ile dürtüsellik düzeyi ve üstbilişsel inançlar arasındaki ilişkinin irdelenmesidir.

Araştırma soruları aşağıdaki gibidir:

1. Üniversite öğrencilerinde riskli davranışlar cinsiyete göre farklılık gösteriyor mu?
2. Üniversite öğrencilerinde riskli davranışlar ile dürtüsellik arasında bir ilişki var mı?

- a. Antisozyal davranışlar ile dürtüsellik arasında ilişki var mı?
 - b. Madde kullanımı ile dürtüsellik arasında ilişki var mı?
 - c. İntihar eğilimi ile dürtüsellik arasında ilişki var mı?
 - d. Beslenme alışkanlıkları ile dürtüsellik arasında ilişki var mı?
 - e. Sigara kullanımı ile dürtüsellik arasında ilişki var mı?
 - f. Alkol kullanımı ile dürtüsellik arasında ilişki var mı?
3. Üniversite öğrencilerinde riskli davranışlar ile üstbilişsel inançlar arasında bir ilişki var mı?
- a. Madde kullanımı ile üstbilişsel inançlar arasında ilişki var mı?
 - b. İntihar eğilimi ile üstbilişsel inançlar arasında ilişki var mı?
 - c. Sigara kullanımı ile üstbilişsel inançlar arasında ilişki var mı?
 - d. Alkol kullanımı ile üstbilişsel inançlar arasında ilişki var mı?

1.5. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Türkiye’de yapılan araştırmalar incelendiğinde riskli davranışlar ile ilgili literatürde çoğunlukla lise öğrencileriyle gerçekleştirilen çalışmalar bulunmaktadır. Üniversite öğrencileriyle yapılmış çalışmaların ise araştırmacı tarafından geliştirilmiş anket vasıtasıyla elde edilen verilere dayandığı görülmüştür. Bu çalışma; diğer çalışmalardan farklı olarak üniversite öğrencilerinin riskli davranışlarını saptamak üzere Gençtanırım (2014) tarafından geliştirilen üniversite öğrencilerinde riskli davranışları tarayan ölçek yardımıyla gerçekleştirilmiştir.

Üniversite eğitiminin alındığı dönem, 18-25 yaş aralığını kapsayan genç yetişkinlik dönemine denk gelmektedir. Yetişkinliğe geçiş olarak tanımlanan bu süreç; bireyin kendiliğinin, kişisel değerlerinin, problem çözme ve karar verme becerilerinin, sosyal etkileşim becerilerinin, bağımsızlık kazanımının önemli olduğu gelişimsel aşamaları kapsamaktadır. Bu değişimlere çeşitli sebeplerle uyum sağlamada yaşanan güçlük, genç yetişkinlerde riskli davranışların ve ruhsal sorunların sıklıkla görülmesine neden olmaktadır.

Bu yönüyle genç yetişkini, yetişkinden ayıran önemli özelliklerden biri; genellikle bahsedilen aşamalarda zorlanmalarla karakterize stres verici durumlara çözüm olarak görülen riskli davranışlara yönelmesidir. Bu riskli davranışlar ise bireyin içinde bulunduğu gelişimsel dönemi sağlıklı geçirememesine ve sonraki dönemlerde buna bağlı olarak önemli sorunlarla karşılaşmasına neden olabilmektedir (Çamur, Üner, Çilingiroğlu, Özcebe, 2007; Şimşek, Koruk, Altındağ, 2007).

Bu anlamda riskli davranışlara yol açan faktörlerin belirlenmesi bu tür davranışların önüne geçmede yarar sağlayacaktır. Bu çalışma; riskli davranışların görülmesinde rol oynayan dürtüsellik ve üstbilişsel inançlar üzerine odaklanmış olup; dürtü kontrolünün ve bireyi işlevsel olmayan başa çıkma stratejilerince riskli davranışlara iten üstbilişsel inançların düzenlenmesinin öneminin anlaşılması açısından önem teşkil etmektedir.

2. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

2.1. EVREN VE ÖRNEKLEM

Bu çalışma, İstanbul ilinde çeşitli üniversitelerde öğrenim görmekte olan yaşları 18 ile 25 aralığında olan 361 öğrenci ile yapılmıştır. Örneklem yaş ortalaması 21,98 (SS:1,69)dir. Araştırma grubundaki katılımcıların 201'i (% 55,7) kız, 160'i (% 44,3) erkektir. Katılımcıların %20,8'i 1. Sınıf, %24,4 ü 2. Sınıf, %19,9'u 3. Sınıf, %31,9'u 4. Sınıf, %2,8'i 5. Sınıf, %0,3'ü ise 6. Sınıf üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Katılımcıların 310'unun (%85,9) anne ve babası evli ve birlikte yaşamakta, 10'unun (%2,8) anne ve babası evli fakat birlikte değil, 41'inin (%11,4) anne ve babası ise boşanmıştır. Katılımcıların 5'inin (%1,4) annesi, 1'inin (%0,3) babası okur-yazar değil, 19'unun (%5,3) annesi, 10'unun (%2,8) babası okur-yazar, 52'sinin (%14,4) annesi, 43'ünün (%11,9) babası ilkokul mezunu, 43'ünün (%11,9) annesi, 35'inin (%9,7) babası ortaokul mezunu, 125'inin (%34,6) annesi, 121'inin (%33,5) babası lise mezunu, 99'unun (%27,4) annesi, 122'sinin (%33,8) babası üniversite mezunu son olarak 18'inin (%5) annesi, 29'unun (%8) babası ise yüksek lisans mezunudur. Katılımcıların 16'sı (%4,4) alt, 309'u (%85,6) orta, 36'sı (%10) üst sosyo-ekonomik düzeyde kendilerini değerlendirmişlerdir. Katılımcılardan 342'sinin (%94,7) anne ve babasının her ikisi de sağ, 13'ünün (%3,6) yalnızca annesi sağ, 6'sının (%1,7) yalnızca babası sağ, anne ve babasının her ikisinde sağ olmayan katılımcı yoktur. Son olarak katılımcıların 155'i, (%42,9) ailesiyle, 148'i (%41) arkadaşlarıyla, 8'i (2,2) akrabalarıyla, 50'si (%13,9) ise yalnız yaşamaktadır.

Araştırmanın örneklemine ait yukarıda aktarılan bilgilere ait bilgiler Tablo 2.1., Tablo 2.2., Tablo 2.3., Tablo 2.4., Tablo 2.5., Tablo 2.6., Tablo 2.7., Tablo 2.8.'de sıklık (f) ve yüzdelik (%) değerler olarak ifade edilmiştir.

Tablo 2.1. Katılımcıların Cinsiyete Göre Sıklık Ve Yüzdeler Dağılımları

Cinsiyet	f(sıklık)	%(yüzde)
Kadın	201	55,7
Erkek	160	44,3
Toplam	361	100

Tablo 2.2. Katılımcıların Sınıf Düzeyine Göre Sıklık Ve Yüzdeler Dağılımları

Sınıf	f(sıklık)	%(yüzde)
1.Sınıf	75	20,8
2.Sınıf	88	24,4
3.Sınıf	72	19,9
4.Sınıf	115	31,9
5. Sınıf	10	2,8
6. Sınıf	1	0,3
Toplam	361	100

Tablo 2.3. Katılımcıların Aile Medeni Durumuna Göre Sıklık Ve Yüzdeler Dağılımları

Aile Medeni Durumu	f(sıklık)	%(yüzde)
Evli ve birlikte yaşıyorlar	310	85,9
Evli ama birlikte yaşamıyorlar	10	2,8
Boşandılar	41	11,4
Toplam	361	100

Tablo 2.4. Katılımcıların Anne Öğrenim Durumuna Göre Sıklık Ve Yüzdelerik Dağılımları

Anne Öğrenim	f(sıklık)	%(yüzde)
Okur-yazar değil	5	1,4
Okur-yazar	19	5,3
İlkokul mezunu	52	14,4
Ortaokul mezunu	43	11,9
Lise mezunu	125	34,6
Üniversite mezunu	99	27,4
Lisansüstü eğitim mezunu	18	5
Toplam	361	100

Tablo 2.5. Katılımcıların Baba Öğrenim Durumuna Göre Sıklık Ve Yüzdelerik Dağılımları

Baba Öğrenim	f(sıklık)	%(yüzde)
Okur-yazar değil	1	0,3
Okur-yazar	10	2,8
İlkokul mezunu	43	11,9
Ortaokul mezunu	35	9,7
Lise mezunu	121	33,5
Üniversite mezunu	122	33,8
Lisansüstü eğitim mezunu	29	8
Toplam	361	100

Tablo 2.6. Katılımcıların Kendilerini Değerlendirdikleri Sosyo-ekonomik Düzeye Göre Sıklık Ve Yüzdelerik Dağılımları

Sosyo-ekonomik düzey	f(sıklık)	%(yüzde)
Alt	16	4,4
Orta	309	85,6
Üst	36	10,0
Toplam	361	100

Tablo 2.7. Katılımcıların Anne Ve Babalarının Hayatta Kalma Durumuna Göre Sıklık Ve Yüzdeler Dağılımları

Anne ve baba	f(sıklık)	%(yüzde)
Her ikisi de sağ	341	94,7
Yalnızca anne sağ	13	3,6
Yalnızca baba sağ	6	1,7
Toplam	361	100

Tablo 2.8. Katılımcıların Kaldıkları Yere Göre Sıklık Ve Yüzdeler Dağılımları

Kiminle yaşadıkları	f(sıklık)	%(yüzde)
Ailemle	155	42,9
Arkadaşlarımla	148	41
Akrabalarımla	8	2,2
Yalnız	50	13,9
Toplam	361	100

2.2. GEREÇLER

Araştırmada katılımcıların kişisel bilgilerine ulaşmak üzere; Sosyo-Demografik Bilgi Formu, dürtüsellik düzeylerinin ölçülmesi amacıyla otuz soruluk Barrat Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11), üstbilişsel inançları ölçmek amacıyla Üstbiliş-30 (ÜBÖ) ölçeği ve son olarak riskli davranışlarda bulunma davranışlarını belirlemek amacıyla Riskli Davranışlar Üniversite Formu (RDÖÜF) kullanılmıştır. Veri toplama araçlarıyla ilgili detaylı bilgiler sonraki bölümde açıklanmıştır.

2.2.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Araştırmaya katılan katılımcılara araştırmayla ilgili ön bilgi ve katılımcıların kişisel bilgilerini belirlemek, örnekleme araştırmaya uygun hale getirebilmek için araştırmacı tarafından hazırlanan Sosyo-Demografik Bilgi Formu sunulmuştur. Bu formda; katılımcıların yaşını, cinsiyetini, anne ve babalarının medeni halini, anne ve babalarının çalışma durumunu, anne ve babalarının eğitim düzeylerini, sosyo-ekonomik düzeylerini belirlemek amacıyla sorulmuş sorular bulunmaktadır. Araştırmada kullanılan Aydınlatılmış Rıza Formu ve Sosyo-Demografik Bilgi formunun birer örneği sırasıyla Ek1 ve Ek2’de sunulmuştur.

2.2.2. Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11)

Barratt (1959) tarafından geliştirilmiş olan BDÖ, geçen 50 yıl içinde çok sayıda revizyona uğramıştır (Tamam, Güleç, Karataş, 2013). Yapılan bu araştırmada, katılımcıların dürtüsellik yapılarının değerlendirilmesinde Patton, Stanford ve Barratt tarafından 1995 yılında revize edilmiş 30 maddelik Barratt Dürtüsellik Ölçeği uygulanmıştır. BDÖ-11, dürtüsellik yapısının değerlendirilmesinde hem normal hem de klinik örneklerde en sık kullanılan ölçeklerden biridir. Ölçek, 30 maddeden oluşur ve “hiçbir zaman” , “bazen” , “sıklıkla” , “ her zaman” seçeneklerini bulduran 4’lü likert tipi ölçektir. Ölçekten alınan yüksek puan değerleri, daha yüksek düzeyde dürtüsellik düzeyinin göstergesidir (Patton, Stanford, Barratt, 1995).

Ölçeğin kendi içinde: dikkat (dikkatsizlik ve bilişsel düzensizlik), motor (motor dürtüsellik, sabırsızlık) ve plan yapmama (kontrolünü sağlayamama, bilişsel karışıklığa tahammülsüzlük) olmak üzere üç alt ölçeği vardır. BDÖ-11’den elde edilen bulgular, elektrofizyolojik ve nöropsikolojik parametrelerle ilişkisine bakıldığında özellikle orbitofrontal işlevlerle ilişkili olan prefrontal bölgeye duyarlılık göstermektedir. Fonksiyonel nörogörüntüleme çalışmalarından ölçeğin, prefrontal-subkortikal döngüyle de ilişkili olduğuna dair deliller bulunmaktadır (Tamam, Güleç, Karataş, 2013).

BDÖ-11'in Türk örneğine uyarlama güvenilirlik ve geçerlik çalışması Güleç ve ark. (2008) tarafından yapılmıştır. Geçerlik analizi için Frontal sistemler Davranış Ölçeği (FrSDa) ile korelasyonları değerlendirildiğinde; (toplam ölçek ve tüm alt ölçek) ile orta-iyi düzeyde (0,31-0,67) pozitif korelasyon gösterdiği bulunmuştur.

2.2.3. Üstbiliş Ölçeği -30 (ÜBÖ-30)

Yapılan bu araştırmada katılımcıların üstbilişsel süreçlerinin değerlendirilmesi için Cartwright-Hatton ve Wells (1997) tarafından geliştirilmiş olan ve daha sonra Wells ve Carthwright-Hatton (2004) tarafından 30 maddelik kısa formu yayımlanan Üstbiliş Ölçeği-30 (ÜBÖ-30) kullanılmıştır. Ölçek, üstbilişsel süreçleri olumlu ve olumsuz üst-bilişsel inançlar (yapılar) ile üst-bilişsel süreçler (seçici dikkat, içsel bilişsel süreçlerin gözlenmesi) şeklinde iki ortak bileşen altında 5 faktörü değerlendirmektedir.

Bu beş faktörden ilki olan olumlu inançlar; endişelenmenin, plan yapma ya da problem çözmeye yardımcı olduğuna dair, endişelenmeye yönelik olumlu inançları içerir. Aynı zamanda bu faktöre göre endişe, arzu edilir bir kişilik özelliğidir. İkinci faktör kontrol edilemezlik ve tehlike ise iki boyuttan oluşmaktadır. Birincisi, 'insanın işlevlerini yerine getirebilmesi ve güvende kalabilmesi için endişelerini kontrol etmesi gereklidir' şeklindeki inançtır. Diğeri, endişenin kontrol edilemeyeceğine dair inançtır. Üçüncü faktör olan bilişsel güven, kişinin kendi bellek ve dikkat yeteneklerine güveninin olmaması ile ilgilidir. Dördüncü faktör olan bilişsel farkındalık ise, kişinin kendi düşünce süreçleri üzerinde sürekli uğraşmasını ifade eder. Son olarak beşinci faktör olan düşünceleri kontrol ihtiyacı batıl inanç, cezalandırılma ve sorumlu olma temalarını içeren olumsuz inançları kontrol altına alma ihtiyacını içerir. Bu inançlar, kişi onları kontrol edemediği takdirde ortaya çıkacak zarar verici sonuçlardan kişinin sorumlu olacağına ve cezalandırılacağına ilişkindir. Katılımcıların kendisini her bir maddedeki ifadeleri okuduktan sonra kendilerine ne kadar uyduğunu "kesinlikle katılmıyorum" ile "kesinlikle katılıyorum" uçlarına sahip 4'lü likert tipi derecelendirme ölçeği üzerinden işaretlerler. Ölçek puanının yükselmesi işlevsel olmayan tarzda üstbilişsel faaliyetin arttığına işaret eder (Wells, Cartwright-Hatton, 2004).

Ölçekteki olumlu inançlara ilişkin maddeler:1, 7, 10, 20, 23 ve 28; kontrol edilemezlik ve tehlike faktörüne ilişkin maddeler: 6, 13, 15, 21, 25, 27; bilişsel güven faktörüne ilişkin maddeler: 8, 14, 18, 24, 26 ve 29; düşünceleri kontrol ihtiyacı faktörüne ilişkin maddeler :2, 4, 9, 11, 16, 22; bilişsel farkındalık faktörüne ilişkin maddeler ise 3, 5, 12, 17, 19 ve 30'dur.

Ölçeğin Türk örnekleme uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Tosun ve Irak (2008) tarafından gerçekleştirilmiştir. Test-tekrar test korelasyon analizi sonuçları ölçek maddeleri için elde edilen güvenirlik katsayılarının maddeler için .40 ile .94, alt ölçekler için .70 ile .85 arasında değiştiğini göstermiştir.

2.2.4. Riskli Davranışlar Ölçeği Üniversite Formu (RDÖÜF)

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin riskli davranışlarını belirlemek üzere Gençtanırım (2014) tarafından geliştirilmiş Riskli Davranışlar Ölçeği Üniversite Formu kullanılmıştır. RDÖÜF; antisosyal davranışlar, sigara kullanımı, alkol kullanımı, madde kullanımı, intihar eğilimi, beslenme alışkanlıkları ile okul terki olmak üzere yedi boyuttan oluşan 60 maddelik beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin maddelerinin hazırlanmasında lise öğrencileri için geliştirilmiş olan "Riskli Davranışlar Ölçeği" nin maddeleri ile ilgili alan yazın esas alınmıştır.

Ölçeğin geliştirilmesi, 2011-2012 yılında Ahi Evran Üniversitesi'ne devam eden üç farklı çalışma grubu ile gerçekleştirilmiş, ölçeğin geçerlik çalışmalarında ise uzman kanısı alınmış ve açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yöntemleri kullanılmıştır.

Yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda açıklanan toplam varyansın %52 olduğu belirlenmiştir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ise ölçekte yer alan maddelerin faktör yüklerinin .37 ile .91 arasında değiştiği ve ölçeğe ait modelin iyi uyum gösterdiği belirlenmiş olup ölçeğin iç tutarlılık güvenirliği (Cronbach alfa) .64 ile .92 arasında, test tekrar-test güvenirliği ise .74 ile .98 arasında olduğu bildirilmiştir (Gençtanırım, 2014).

2.3. İŞLEM

Araştırmaya katılan katılımcılara uygulanan ölçekler internet üzerinden ve elden dağıtılarak katılımcılara ulaştırılmıştır. Verilerin toplanması 2015 yılının Nisan ayında gerçekleştirilmiştir. Ölçekleri uygulamaya başlamadan önce katılımcılara araştırmanın amacı ve kapsamına dair bilgilendirme yapılmıştır.

Katılımcılara anketlerin değerlendirilmesi sonucunda elde edilecek verilerin sadece araştırma amaçlı kullanılacak olup yanıtların araştırmacı dışında kimse ile paylaşılmayacağı ve katılımcılardan kimlik bilgisi istenmediği belirtilmiştir.

Araştırmaya 400 öğrenci dahil edilmiştir ancak veri toplama aşamasının sonunda bataryadaki ölçeklerden bazılarını hiç cevaplandırmayan 39 katılımcının formu araştırmadan çıkarılmıştır.

Katılımcıların form ve ölçekleri doldurması yaklaşık olarak 20-25 dakika kadar sürmüştür. Ölçeklerden herhangi birinin %20'den fazlasının boş bırakılması durumunda o katılımcının formu değerlendirme dışı bırakılmıştır.

2.4. VERİ ÇÖZÜMLEME YÖNTEMLERİ

Bu çalışmada elde edilen verilerin analizi SPSS 15.0 istatistik programı kullanılarak yapılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçüm araçlarından Riskli Davranışlar Üniversite Formu ile katılımcıların riskli alkol kullanımı, madde kullanımı, sigara kullanımı, beslenme alışkanlıkları, okul terki, intihar eğilimi ve antisosyal davranışlar olmak üzere yedi alt ölçekten toplam yedi farklı puan elde edilmiştir. Barrat Dürtüsellik ölçeği ile katılımcıların dürtüsellik düzeyleri ile ilgili; motor dürtüsellik, plan yapamama ve dikkatte dürtüsellik olmak üzere üç alt ölçek ve toplam dürtüsellik puanı olmak üzere dört farklı puan elde edilmiştir. Üstbiliş-30 ölçeği ile olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven, bilişsel farkındalık ve düşünceleri kontrol ihtiyacına dair üstbilişsel inançlar olmak üzere beş alt ölçek ve toplam üstbiliş puanı olmak üzere altı farklı puan elde edilmiştir.

İlk olarak ölçeklere ilişkin betimleyici istatistik bilgileri verilmiştir. Daha sonra ölçeklerin, alt ölçeklerinin ve toplam puanlarının birbiriyle ilişkisine Pearson Korelasyon Testi ile bakılmıştır.

Riskli davranışları (antisosyal davranışlar, alkol kullanımı, sigara kullanımı, intihar eğilimi, beslenme alışkanlıkları, okul terki ve madde kullanımı) yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Katılımcıların ölçekler ve alt ölçeklerden aldıkları puanların cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacı ile parametrik olmayan düzlemde uygulanan Mann Whitney- U testi; ölçeklerden elde edilen puanların bazı sosyodemografik değişkenlere (aile medeni durum, sınıf düzeyi, kiminle yaşadıkları) göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine bakmak için ise parametrik olmayan düzlemde Kruskal Wallis – H testi uygulanmıştır.

3. BULGULAR

Bu bölümde açıklamalar araştırma sorularına yönelik olarak, katılımcılardan sosyo-demografik bilgi formu ve ölçekler yoluyla toplanan verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır. Öncelikle, ölçekler arası ilişkiyi değerlendirmek üzere korelasyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Daha sonra katılımcıların Riskli Davranışlarını yordayan değişkenlerin belirlenmesi amacıyla, riskli davranışların alt boyutları ile korelasyon analizi sonucunda ilişkili bulunan değişkenlerin Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizine ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Son olarak ise bu temel değişkenleri ölçen ölçme araçlarından elde edilen puanların cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini incelemek üzere Mann Whitney-U; aile medeni durum, sosyo-ekonomik düzey, beraber yaşadıkları kimselere göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini incelemek üzere ise Kruskal- Wallis H testi sonuçlarına yer verilmiştir. Katılımcıların Riskli Davranışlar alt ölçekleri, Toplam Dürtüsellik Ölçeği ve alt ölçekleri, Toplam Üstbiliş-30 Ölçeği ve alt ölçeklerinden aldıkları puanların ortalama ve standart sapmaları Tablo 3.1.'de yer almaktadır.

Tablo 3.1 Riskli Davranışlar Alt Ölçekleri, Toplam Dürtüsellik Ölçeği ve Alt ölçekleri, Toplam Üstbiliş-30 Ölçeği ve Alt Ölçeklerine İlişkin Puan Ortalamaları ve Standart Sapmalarına Dair Sonuçlar

Ölçekler	N	\bar{X}	Ss
Antisosyal Davranışlar	361	21,17	6,81
Alkol Kullanımı	361	22,40	9,31
Sigara Kullanımı	361	23,23	9,39
İntihar Eğilimi	361	27,60	11,15
Beslenme Alışkanlıkları	361	23,98	6,98
Okul Terki	361	8,56	3,72
Madde Kullanımı	361	16,05	9,19
Dikkatte Dürtüsellik	361	29,46	6,14
Motor Dürtüsellik	361	13,74	2,68
Plan yapamama	361	21,91	3,38
Toplam Dürtüsellik	361	65,11	10,29
Olumlu İnançlar	361	12,52	4,02
Kontrol Edilemezlik	361	14,68	3,86
Bilişsel Güven	361	12,33	4,20
Düşünceleri Kontrol	361	14,73	4,31
Bilişsel Farkındalık	361	17,35	3,29
Toplam Üstbiliş	361	71,63	11,96

Tablo3.1’de görüldüğü üzere Riskli Davranışlar Ölçeği’nin alt ölçekleri olan; Antisosyal Davranışlar Alt Ölçeği’nden alınan puanlar 10 ile 50 arasında değişirken; puan ortalaması 21,17, standart sapması 6,81’dir. Alkol Kullanımı Alt Ölçeği’nden alınan puanlar 9 ile 45 arasında değişirken; puan ortalaması 22,40, standart sapması 9,31’dir. Sigara Kullanımı Alt Ölçeği’nden alınan puanlar 8 ile 40 arasında değişirken; puan ortalaması 23,23, standart sapması 9,39 ‘dur. İntihar Eğilimi Alt Ölçeği’nden alınan puanlar 12 ile 71 arasında değişirken; puan ortalaması 27,60, standart sapması 11,15’dir. Beslenme Alışkanlıkları Alt Ölçeği’nden alınan puanlar 8 ile 40 arasında değişirken; puan ortalaması 23,98, standart sapması 6,98’dir. Okul Terki Alt Ölçeği’nden alınan puanlar 4 ile 20 arasında değişirken; puan ortalaması 8,56, standart sapması 3,72’dir. Madde Kullanımı Alt Ölçeği’nden alınan puanlar 9 ile 63 arasında değişirken; puan ortalaması 16,05, standart sapması 9,19’dur.

Dürtüsellik Ölçeği'nin alt ölçeklerinden olan Dikkatte Dürtüsellik Alt Ölçeği'nden alınan puanlar 15 ile 56 arasında değişirken; puan ortalaması 29,46, standart sapması 6,14'dir. Motor Dürtüsellik Alt Ölçeği'nden alınan puanlar 8 ile 24 arasında değişirken; puan ortalaması 13,74, standart sapması 2,68'dir. Plan Yapamama Alt Ölçeği'nden alınan puanlar 12 ile 32 arasında değişirken; puan ortalaması 21,91, standart sapması 3,38'dir. Dürtüsellik Ölçeği'nden alınan toplam puanlar 43 ile 106 arasında değişirken; puan ortalaması 65,11, standart sapması 10,29'dur.

Üstbiliş-30 Ölçeği'nin alt ölçeklerinden olan Olumlu İnançlar Alt Ölçeği'nden alınan puanlar 6 ile 24 arasında değişirken; puan ortalaması 12,52, standart sapması 4,02'dir. Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği'nden alınan puanlar 6 ile 44,53 arasında değişirken; puan ortalaması 14,68, standart sapması 3,86'dır. Bilişsel Güven Alt Ölçeği'nden alınan puanlar 6 ile 24 arasında değişirken; puan ortalaması 12,33, standart sapması 4,20'dir. Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği'nden alınan puanlar 6 ile 27 arasında değişirken; puan ortalaması 14,73, standart sapması 4,31'dir. Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği'nden alınan puanlar 6 ile 25 arasında değişirken; puan ortalaması 17,35, standart sapması 3,29'dur. Üstbiliş-30 Ölçeği toplam puanları ise 30 ile 111 arasında değişirken; puan ortalaması 71,63, standart sapması 11,96'dır.

Betimsel istatistiğe ilişkin bulguların ardından ve çeşitli sosyodemografik değişkenlerin öğrencilerin etkisinin analizleri ve sonuçları tablolar halinde sunulmuştur. Korelasyon ve regresyon analizine geçmeden önce bu işlemleri gerçekleştirebilmek için sosyodemografik değişkenler dummy (kukla) değişken haline getirilmiştir. Baron ve Kenny'nin (1986) istatistiksel sınırına göre, .15'in altında kalan değerler korelasyon dışı olarak kabul edilmiştir.

3.1. Riskli Davranışlar İle Ölçekler Arası İlişkinin İncelenmesi

Bu bölümde, araştırmanın bağımlı değişkenleri olan Riskli Davranışlar Alt Ölçekleri ile araştırmanın bağımsız değişkenleri olan Toplam Dürtüsellik Ölçeği ve alt ölçekleri, Toplam Üstbiliş-30 Ölçeği ve alt ölçekleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpımı korelasyon analizinin sonuçları Tablo 3.2. ve Tablo 3.3.'de yer almaktadır.

Tablo 3.2. Riskli Davranışlar Alt Ölçekleri İle Toplam Dürtüsellik ve Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkiye Dair Sonuçlar

Değişkenler	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)
(1) Antisosyal Davranışlar	1	,353**	,400**	,330**	,316**	,428**	,469**	,352**	,293**	,320**	,392**
(2) Alkol Kullanımı		1	,502**	,333**	,244**	,185**	,496**	,255**	,268**	,190**	,285**
(3) Sigara Kullanımı			1	,293**	,345**	,268**	,424**	,235**	,257**	,281**	,300**
(4) İntihar Eğilimi				1	,272**	,316**	,307**	,208**	,287**	,352**	,315**
(5) Beslenme Alışkanlıkları					1	,273**	,231**	,206**	,185**	,227**	,246**
(6) Okul Terki						1	,381**	,199**	,179**	,249**	,248**
(7) Madde Kullanımı							1	,309**	,287**	,249**	,342**
(8) Dikkatte Dürtüsellik								1	,526**	,535**	,910**
(9) Motor Dürtüsellik									1	,540**	,753**
(10) Plan Yapamama										1	,790**
(11)Toplam Dürtüsellik											1

*p<0.05 **p< 0.01 ***p< 0.01

Korelasyon analiz sonuçlarına göre; Antisosyal Davranışlar alt ölçeği ile; alkol kullanımı, sigara kullanımı, intihar eğilimi, beslenme alışkanlıkları, okul terki, madde kullanımı, dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama alt ölçekleri ve toplam dürtüsellik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. (sırasıyla r= .35, .40, .33, .32, .43, .47, .35, .29, .32, .39 p<0.01).

Alkol Kullanımı alt ölçeği ile; sigara kullanımı, intihar eğilimi, beslenme alışkanlıkları, okul terki, madde kullanımı, dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama alt ölçekleri ve toplam dürtüsellik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. (sırasıyla $r = .50, .33, .24, .19, .50, .26, .27, .19, .29$ $p < 0.01$).

Sigara Kullanımı alt ölçeği ile; intihar eğilimi, beslenme alışkanlıkları, okul terki, madde kullanımı, dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama alt ölçekleri ve toplam dürtüsellik ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. (sırasıyla $r = .29, .35, .27, .42, .24, .26, .28, .30$ $p < 0.01$).

İntihar Eğilimi alt ölçeği ile; beslenme alışkanlıkları, okul terki, madde kullanımı, dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama alt ölçekleri ve toplam dürtüsellik ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. (sırasıyla $r = .27, .32, .31, .21, .29, .35, .32$ $p < 0.01$).

Beslenme Alışkanlıkları alt ölçeği ile; okul terki, madde kullanımı, dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama alt ölçekleri ve toplam dürtüsellik ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. (sırasıyla $r = .27, .23, .21, .19, .23, .25$ $p < 0.01$).

Okul Terki alt ölçeği ile; madde kullanımı, dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama alt ölçekleri ve toplam dürtüsellik ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. (sırasıyla $r = .38, .20, .18, .25, .25$ $p < 0.01$).

Madde Kullanımı alt ölçeği ile; dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama alt ölçekleri ve toplam dürtüsellik ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. (sırasıyla $r = .31, .29, .25, .34$ $p < 0.01$).

Dikkatte Dürtüsellik alt ölçeği ile; motor dürtüsellik, plan yapamama alt ölçekleri ve toplam dürtüsellik ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. (sırasıyla $r = .53, .54, .91$ $p < 0.01$).

Motor Dürtüsellik alt ölçeği ile; plan yapamama alt ölçekleri ve toplam dürtüsellik ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. (sırasıyla $r = .54, .75$ $p < 0.01$).

Plan yapamama alt ölçeği ile; toplam dürtüsellik ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. ($r=.79$ $p<0.01$).

Tablo 3.3. Riskli Davranışlar Alt Ölçekleri İle Toplam Üstbiliş-30 Ölçeği ve Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkiye Dair Sonuçlar

Değişkenler	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	12	13
(1)Antisosyal Davranışlar	1	,353**	,400*	,330**	,316**	,428**	,469**	,031	,115*	,102	,037	-,038	,087
(2) Alkol Kullanımı		1	,502**	,333**	,244**	,185**	,496**	-,043	-,020	,113*	,040	,009	,036
(3) Sigara Kullanımı			1	,293**	,345**	,268**	,424**	,015	,074	,052	,090	,067	,098
(4) İntihar Eğilimi				1	,272**	,316**	,307**	,182**	,149**	,286**	,414**	,141**	,398**
(5) Beslenme Alışkanlıkları					1	,273**	,231**	-,024	,090	,066	,110*	-,006	,082
(6) Okul Terki						1	,381**	,137**	,202**	,217**	,143**	,004	,240**
(7) Madde Kullanımı							1	,013	-,031	,101	-,012	-,098	-,001
(8) Olumlu İnançlar								1	,212**	,116*	,294**	,163**	,597**
(9) Kontrol Edilemezlik ve Tehlike									1	,101	,371**	,379**	,669**
(10) Bilişsel Güven										1	,116*	-,027	,458**
(11)Düşüncel eri Kontrol İhtiyacı											1	,379**	,725**
(12) Bilişsel Farkındalık												1	,580**
(13) Toplam Üstbiliş													1

* $p<0.05$ ** $p<0.01$ *** $p<0.001$

Korelasyon analiz sonuçlarına göre; Antisosyal Davranışlar, Alkol Kullanımı, Sigara Kullanımı, Beslenme Alışkanlıkları, Madde Kullanımı alt ölçekleri ile; olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık alt ölçekleri ve toplam üstbiliş ölçeği arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

İntihar Eğilimi alt ölçeği ile; olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı alt ölçeklerinden ve toplam üstbiliş ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (sırasıyla $r=.18, .15, .29, .41, .40$ $p<0.01$); bilişsel farkındalık alt ölçeği arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Okul Terki alt ölçeği ile; kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven alt ölçeklerinden ve toplam üstbiliş ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (sırasıyla $r=.20, .22, .24$ $p<0.01$); olumlu inançlar, düşünceleri kontrol, bilişsel farkındalık alt ölçekleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

Olumlu İnançlar alt ölçeği ile; kontrol edilemezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık alt ölçekleri ve toplam üstbiliş ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (sırasıyla $r=.21, .29, .16, .60$ $p<0.01$); bilişsel güven alt ölçeği ile anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

Kontrol Edilemezlik ve Tehlike alt ölçeği ile; düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık alt ölçekleri ile toplam üstbiliş ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (sırasıyla $r=.37, .38, .67$ $p<0.01$); bilişsel güven alt ölçeği arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

Bilişsel Güven alt ölçeği ile; toplam üstbiliş ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($r=.46$); düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalık alt ölçekleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

Düşünceleri Kontrol İhtiyacı alt ölçeği ile; bilişsel farkındalık alt ölçeği ve toplam üstbiliş ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($r=.38, .73$ $p<0.01$).

Bilişsel Farkındalık alt ölçeği ile; toplam üstbiliş ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($r=.58$ $p<0.01$).

3.2. Riskli Davranışlar Alt Ölçeklerinden Alınan Puanlara Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi Bulguları

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde riskli davranışları yordamak üzere Riskli Davranışlar alt ölçeklerinin (Antisosyal Davranışlar, Alkol Kullanımı, Sigara Kullanımı, İntihar Eğilimi, Beslenme Alışkanlıkları, Okul Terki, Madde Kullanımı) ilişkili bulunduğu değişkenler belirlenerek regresyon analizi yapılarak sonuçlar bildirilmiştir.

3.2.1. Antisosyal Davranışlar Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerde antisosyal davranışlar ile anlamlı ilişkide olan yordayıcı değişkenlerin, (dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama) antisosyal davranışlarda bulunmayı hangi oranda yordadığını incelemek üzere hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.4’de yer almaktadır.

Tablo 3.4. Antisosyal Davranışlar Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	B	R ²	R ² Değişimi
Dikkatte Dürtüsellik	,390	,352	,124	
Dikkatte Dürtüsellik	,303	,273		
Motor Dürtüsellik	,378	,149	,140	,016
Dikatte Dürtüsellik	,245	,221		
Motor Dürtüsellik	,242	,096		
Plan Yapamama	,302	,150	,154	,014

*p<0.05 , **p<0.01, ***p<0.001

Analize göre; dikkatte dürtüsellik alt ölçeği, antisosyal davranışları tek başına %12,4 oranında açıklamaktadır ($F_{(1,359)} = 50,706$ $p<0.001$). Motor dürtüsellik alt ölçeği, antisosyal davranışları tek başına %1,6 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %14’e yükseltmektedir ($F_{(2,358)} = 29,111$ $p<0.001$). Plan yapamama alt ölçeği, antisosyal

davranışları tek başına %1,4 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %15,4'e yükseltmektedir ($F_{(3,357)} = 21,650$ $p < 0.001$).

3.2.2. Alkol Kullanımı Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerde alkol kullanımı ile anlamlı ilişkide olan yordayıcı değişkenlerin, (dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama) alkol kullanımını hangi oranda yordadığını incelemek üzere hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.5.'de yer almaktadır.

Tablo 3.5. Alkol Kullanımı Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	B	R ²	R ² Değişimi
Dikkatte Dürtüsellik	,386	,255	,065	
Dikkatte Dürtüsellik	,239	,157		
Motor Dürtüsellik	,641	,185	,090	,025
Dikkatte Dürtüsellik	,234	,154		
Motor Dürtüsellik	,629	,182		
Plan Yapamama	,026	,009	,090	

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

Analize göre; dikkatte dürtüsellik alt ölçeği, alkol kullanımını tek başına %6,5 oranında açıklamaktadır ($F_{(1,359)} = 24,908$ $p < 0.001$). Motor Dürtüsellik alt ölçeği, alkol kullanımını tek başına %2,5 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %0,09'a yükseltmektedir ($F_{(2,358)} = 17,627$ $p < 0.001$). Plan Yapamama alt ölçeğinin alkol kullanımına herhangi bir etkisi olmamıştır. ($F_{(3,357)} = 11,726$. ($p < 0,05$).

3.2.3. Sigara Kullanımı Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerde sigara kullanımı ile anlamlı ilişkide olan yordayıcı değişkenlerin, (dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama) sigara kullanımını hangi oranda yordadığını incelemek üzere hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.6.'da yer almaktadır.

Tablo 3.6. Sigara Kullanımı Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	B	R ²	R ² Değişimi
Dikkatte Dürtüsellik	,359	,235	,055	
Dikkatte Dürtüsellik	,210	,138		
Motor Dürtüsellik	,645	,185	,080	,025
Dikkatte Dürtüsellik	,118	,077		
Motor Dürtüsellik	,428	,122		
Plan Yapamama	,483	,174	,099	,019

*p<0.05 , **p<0.01, ***p<0.001

Analize göre; dikkatte dürtüsellik alt ölçeği, sigara kullanımını tek başına %5,5 oranında açıklamaktadır ($F_{(1,359)} = 83,671$ p<0.001). Motor Dürtüsellik alt ölçeği, sigara kullanımını tek başına %2,5 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %8'e yükseltmektedir ($F_{(2,358)} = 81,717$ p<0.001). Plan Yapamama alt ölçeği, sigara kullanımını tek başına %1,9 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %9,9'a yükseltmektedir ($F_{(3,357)} = 80,270$ p<0.001).

3.2.4. İntihar Eğilimi Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerde intihar eğilimi ile anlamlı ilişkide olan yordayıcı değişkenlerin, (dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama, olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı alt ölçeklerinden ve toplam üstbilmiş ölçeği) intihar eğilimini hangi oranda yordadığını incelemek üzere hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.7.'de yer almaktadır.

Tablo 3.7. İntihar Eğilimi Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyeraşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	B	R ²	R ² Değişimi
Dikkatte Dürtüsellik	,378	,208	,043	
Dikkatte Dürtüsellik	,143	,079	,087	,044
Motor Dürtüsellik	1,021	,246		
Dikkatte Dürtüsellik	-,037	-,020		
Motor Dürtüsellik	,599	,144		
Plan Yapamama	,938	,285	,138	,051
Dikkatte Dürtüsellik	,032	,018		
Motor Dürtüsellik	,581	,140		
Plan Yapamama	,851	,259		
Olumlu İnançlar	,480	,173	,166	,028
Dikkatte Dürtüsellik	,051	,028		
Motor Dürtüsellik	,572	,138		
Plan Yapamama	,815	,248		
Olumlu İnançlar	,429	,155		
Kontrol Edilemezlik	,274	,095	,175	,009
Dikkatte Dürtüsellik	-,010	-,006		
Motor Dürtüsellik	,502	,121		
Plan Yapamama	,786	,239		
Olumlu İnançlar	,365	,132		
Kontrol Edilemezlik	,229	,079		
Bilişsel Güven	,508	,192	,208	,033
Dikkatte Dürtüsellik	,063	,035		
Motor Dürtüsellik	,354	,085		
Plan Yapamama	,605	,184		
Olumlu İnançlar	,177	,064		
Kontrol Edilemezlik	-,061	-,021		
Bilişsel Güven	,477	,180		
Düşünceleri Kontrol	,862	,333	,294	,086
Dikkatte Dürtüsellik	,100	,055		
Motor Dürtüsellik	,357	,086		
Plan Yapamama	,591	,180		
Olumlu İnançlar	-,035	-,013		
Kontrol Edilemezlik	-,322	-,112		
Bilişsel Güven	,267	,101		
Düşünceleri Kontrol	,603	,233		
Toplam Üstbilis	,214	,230	,297	,003

*p<0.05 , **p<0.01, ***p<0.001

Analize göre; dikkatte dürtüsellik alt ölçeği, intihar eğilimini tek başına %4,3 oranında açıklamaktadır ($F_{(1,359)} = 16,261$ $p < 0.001$). Motor Dürtüsellik alt ölçeği, intihar eğilimini tek başına %4,4 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %8,7'ye yükseltmektedir ($F_{(2,358)} = 17,080$ $p < 0.001$). Plan Yapamama alt ölçeği, intihar eğilimini tek başına %5,1 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %13,8'e yükseltmektedir ($F_{(3,357)} = 18,974$ $p < 0.001$). Olumlu İnançlar alt ölçeği, intihar eğilimini tek başına %2,8 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %16,6'ya yükseltmektedir ($F_{(4,356)} = 17,774$ $p < 0.001$). Kontrol Edilemezlik ve Tehlike alt ölçeği, intihar eğilimini tek başına %0,9 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %17,5'e yükseltmektedir ($F_{(5,355)} = 15,057$ $p < 0.001$). Bilişsel Güven alt ölçeği, intihar eğilimini tek başına %3,3 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %20,8'e yükseltmektedir ($F_{(6,354)} = 15,530$ $p < 0.001$). Düşünceleri Kontrol alt ölçeği, intihar eğilimini tek başına %8,6 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %29,4'e yükseltmektedir ($F_{(7,353)} = 21,049$ $p < 0.001$). Toplam Üstbiliş ölçeği, intihar eğilimini tek başına %0,3 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %29,7'ye yükseltmektedir ($F_{(8,352)} = 18,615$ $p < 0.001$).

3.2.5. Beslenme Alışkanlıkları Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerde beslenme alışkanlıkları ile anlamlı ilişkide olan yordayıcı değişkenlerin, (dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama) beslenme alışkanlıklarını hangi oranda yordadığını incelemek üzere hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.8.'de yer almaktadır.

Tablo 3.8. Beslenme Alışkanlıkları Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	B	R ²	R ² Değişimi
Dikkatte Dürtüsellik	,235	,206	,043	
Dikkatte Dürtüsellik	,171	,150		
Motor Dürtüsellik	,276	,106	,051	,008
Dikkatte Dürtüsellik	,114	,101		
Motor Dürtüsellik	,143	,055		
Plan Yapamama	,295	,143	,063	,012

*p<0.05 , **p<0.01, ***p<0.001

Analize göre; dikkatte dürtüsellik alt ölçeği, beslenme alışkanlıkları tek başına %4,8 oranında açıklamaktadır ($F_{(1,359)} = 15,966$ p<0.001). Motor Dürtüsellik alt ölçeği, beslenme alışkanlıklarını tek başına %0,8 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %5,1'e yükseltmektedir ($F_{(2,358)} = 9,568$ p<0.001). Plan Yapamama alt ölçeği, beslenme alışkanlıklarını tek başına %1,2 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %6,3'e yükseltmektedir ($F_{(3,357)} = 8,068$ p<0.001).

3.2.6. Okul Terki Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerde okul terki ile anlamlı ilişkide olan yordayıcı değişkenlerin, (dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven alt ölçeklerinden ve toplam üstbilmiş ölçeği) okul terkini hangi oranda yordadığını incelemek üzere hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.9.'da yer almaktadır.

Tablo 3.9. Okul Terki Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyeraşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	B	R ²	R ² Değişimi
Dikkatte Dürtüsellik	,378	,208	,043	
Dikkatte Dürtüsellik	,143	,079	,087	,044
Motor Dürtüsellik	1,021	,246		
Dikkatte Dürtüsellik	-,037	-,020		
Motor Dürtüsellik	,599	,144		
Plan Yapamama	,938	,285	,138	,051
Dikkatte Dürtüsellik	,032	,018		
Motor Dürtüsellik	,581	,140		
Plan Yapamama	,851	,259		
Kontrol Edilemezlik ve Tehlike	,480	,173	,166	,028
Dikkatte Dürtüsellik	,051	,028		
Motor Dürtüsellik	,572	,138		
Plan Yapamama	,815	,248		
Kontrol Edilemezlik ve Tehlike	,429	,155		
Bilişsel Güven	,274	,095	,175	,009
Dikkatte Dürtüsellik	-,010	-,006		
Motor Dürtüsellik	,502	,121		
Plan Yapamama	,786	,239		
Kontrol Edilemezlik	,365	,132		
Bilişsel Güven	,229	,079		
Toplam Üstbiliş	,508	,192	,208	,033

*p<0.05 , **p<0.01, ***p<0.001

Analize göre; dikkatte dürtüsellik alt ölçeği, okul terkinin tek başına %4,8 oranında açıklamaktadır ($F_{(1,359)} = 14,866$ p<0.001). Motor Dürtüsellik alt ölçeği, okul terkinin tek başına %4,4 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %8,7'ye yükseltmektedir ($F_{(2,358)} = 8,911$ p<0.001). Plan Yapamama alt ölçeği, okul terkinin tek başına %5,1 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %13,8'e yükseltmektedir ($F_{(3,357)} = 8,806$ p<0.001). Kontrol edilemezlik ve Tehlike alt ölçeği, okul terkinin tek başına %2,8 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %16,6'ya yükseltmektedir ($F_{(4,356)} = 10,606$ p<0.001). Bilişsel Güven alt ölçeği, okul terkinin tek başına %0,9 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %17,5'e

yükseltmektedir ($F_{(5,355)} = 10,232$ $p < 0.001$). Toplam Üstbiliş ölçeği, okul terkini tek başına %0,3 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %20,8'e yükseltmektedir ($F_{(6,354)} = 8,720$ $p < 0.001$).

3.2.7. Madde Kullanımı Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerde madde kullanımı ile anlamlı ilişkide olan yordayıcı değişkenlerin, (dikkatte dürtüsellik, motor dürtüsellik, plan yapamama) madde kullanımını hangi oranda yordadığını incelemek üzere hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.10.'da yer almaktadır.

Tablo 3.10. Madde Kullanımı Alt Ölçeğinin Yordanmasına Dair Hiyerarşik Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	B	R ²	R ² Değişimi
Dikkatte Dürtüsellik	,463	,309	,096	
Dikkatte Dürtüsellik	,327	,218		
Motor Dürtüsellik	,590	,173	,117	,021
Dikkatte Dürtüsellik	,294	,196		
Motor Dürtüsellik	,513	,150		
Plan Yapamama	,172	,063	,120	,003

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

Analize göre; dikkatte dürtüsellik alt ölçeği, madde kullanımını tek başına %9,6 oranında açıklamaktadır ($F_{(1,359)} = 37,950$ $p < 0.001$). Motor Dürtüsellik alt ölçeği, madde kullanımını tek başına %2,1 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %11,7'ye yükseltmektedir ($F_{(2,358)} = 23,750$ $p < 0.001$). Plan Yapamama alt ölçeği, madde kullanımını tek başına %0,3 oranında açıklamakta; toplam etkiyi %12'ye yükseltmektedir ($F_{(3,357)} = 16,171$ $p < 0.001$).

3.3. Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi

3.3.1. Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi

Katılımcıların Riskli Davranışlar Ölçeği alt ölçeklerinden aldıkları puanlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek üzere parametrik olmayan düzlemde Mann Whitney-U testi uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.11.'de yer almaktadır.

Tablo 3.11. Cinsiyetin Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Ölçek Puanlarına Dair Ortalama ve İlgili Test İstatistiği Değerleri

Cinsiyet	Ortalama Kişi sayısı	Antisosyal Davranış	Alkol Kullanımı	Sigara Kullanımı	İntihar Eğilimi	Beslenme Alışkanlıkları	Okul Terki	Madde Kullanımı
Kız	\bar{X}	19,22	20,65	21,05	27,04	23,08	7,92	13,10
	N	201	201	201	201	201	201	201
Erkek	\bar{X}	23,65	24,61	25,99	28,32	25,12	9,38	19,76
	N	160	160	160	160	160	160	160
Toplam	\bar{X}	21,18	22,40	23,24	27,60	23,98	8,56	16,05
	N	361	361	361	361	361	361	361
		Z=-5,864***	Z=-4,034***	Z=-5,044***	Z=-,906	Z=-2,669**	Z=-	Z=-7,599
							3,397	

*p<0.05 , **p<0.01, ***p<0.001

Analize göre cinsiyete göre; antisosyal davranışlar ($z=-5,86$, $p<0,001$), alkol kullanımı ($z=-4,03$, $p<0,001$), sigara kullanımı ($z=-5,04$, $p<0,001$), beslenme alışkanlıkları ($z=-2,67$, $p<0,01$), okul terki ($z=-3,40$, $p<0,001$) ve madde kullanımı ($z=-7,60$, $p<0,001$) alt ölçeklerinden alınan puanlar farklılaşmaktadır. İntihar eğilimi alt ölçeğinden alınan puanlar ise cinsiyete göre farklılaşmamaktadır ($p\geq 0,05$).

3.3.2. Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Aile Medeni Duruma Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi

Katılımcıların Riskli Davranışlar Ölçeği alt ölçeklerinden aldıkları puanlarının aile medeni duruma göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek üzere parametrik olmayan düzlemde Kruskal Wallis- H testi uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.12.'de yer almaktadır.

Tablo 3.12. Aile Medeni Durumun Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Test Puanlarına Dair Ortalama ve İlgili Test İstatistiği Değerleri Tablosu

Aile Medeni Durum	Ortalama Kişi sayısı	Antisosyal Davranış	Alkol Kullanımı	Sigara Kullanımı	İntihar Eğilimi	Beslenme Alışkanlıkları	Okul Terki	Madde Kullanımı
Evli ve Beraber Yaşiyor	\bar{X}	21,02	22,35	23,34	27,45	24,04	8,52	15,56
	N	310	310	310	310	310	310	310
Evli ve Ayrı Yaşiyor	\bar{X}	21,30	22,20	23,67	27,06	21,42	7,90	18,30
	N	10	10	10	10	10	10	10
Boşanmış	\bar{X}	22,32	22,84	22,38	28,93	24,15	9,05	19,24
	N	41	41	41	41	41	41	41
Toplam	\bar{X}	21,18	22,40	23,24	27,60	23,98	8,56	16,05
	N	361	361	361	361	361	361	361
		H=,646	H=,113	H=,214	H=,121	H=1,328	H=,828	H=5,624

*p<0.05 , **p<0.01, ***p<0.001

Analize göre katılımcıların aile medeni durumlarına göre; Antisosyal Davranışlar, Alkol Kullanımı, Sigara Kullanımı, İntihar Eğilimi, Beslenme Alışkanlıkları, Okul Terki ve Madde Kullanımı alt ölçeklerinden alınan puanlar farklılaşmamaktadır ($p < 0,05$).

3.3.3. Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Sosyo-ekonomik Düzeye Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi

Katılımcıların Riskli Davranışlar Ölçeği alt ölçeklerinden aldıkları puanlarının sosyo-ekonomik düzeye göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek üzere parametrik olmayan düzlemde Kruskal Wallis-H testi uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.13.'de yer almaktadır.

Tablo 3.13: Sosyo-Ekonomik Durumun Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Test Puanlarına Dair Ortalama ve İlgili Test İstatistiği Değerleri Tablosu

Sosyo-ekonomik Durum	Ortalama Kişi sayısı	Antisosyal Davranış	Alkol Kullanımı	Sigara Kullanımı	İntihar Eğilimi	Beslenme Alışkanlıkları	Okul Terki	Madde Kullanımı
Alt	\bar{X}	21,55	23,63	24,13	35,63	26,39	10,50	16,50
	N	16	16	16	16	16	16	16
Orta	\bar{X}	21,24	22,50	23,40	27,22	23,84	8,43	15,77
	N	309	309	309	309	309	309	309
Üst	\bar{X}	20,47	20,97	21,50	27,36	24,17	8,80	18,28
	N	36	36	36	36	36	36	36
Toplam	\bar{X}	21,18	22,40	23,24	27,60	23,98	8,56	16,05
	N	361	361	361	361	361	361	361
		H=1,428	H=1,366	H=1,557	H=5,776	H=2,473	H=3,995	H=1,692

*p<0.05 , **p<0.01, ***p<0.001

Analize göre sosyo-ekonomik düzeye göre; Antisosyal Davranışlar, Alkol Kullanımı, Sigara Kullanımı, İntihar Eğilimi, Beslenme Alışkanlıkları, Okul Terki ve Madde Kullanımı alt ölçeklerinden alınan puanlar farklılaşmamaktadır ($p \geq 0,05$).

3.3.4. Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Beraber Yaşadıkları Kimselere Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi

Katılımcıların Riskli Davranışlar Ölçeği alt ölçeklerinden aldıkları puanlarının beraber yaşadıkları kimselere göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek üzere parametrik olmayan düzlemde Kruskal Wallis- H testi uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3.14.'de yer almaktadır.

Tablo 3.14: Beraber Yaşadıkları Kimselerin Riskli Davranışlar Ölçeği Alt Test Puanlarına Dair Ortalama ve İlgili Test İstatistiği Değerleri Tablosu

Beraber yaşadıkları kimse	Ortalama Kişi sayısı	Antisosyal Davranış	Alkol Kullanımı	Sigara Kullanımı	İntihar Eğilimi	Beslenme Alışkanlıkları	Okul Terki	Madde Kullanımı
Ailesiyle	\bar{X}	20,76	21,78	21,87	26,08	23,62	8,70	16,12
	N	155	155	155	155	16	16	16
Arkadaşlarıyla	\bar{X}	22,04	23,08	24,39	29,65	24,21	8,70	16,00
	N	148	148	148	148	309	309	309
Akrabalarıyla	\bar{X}	17,75	12,56	18,38	27,88	23,75	9,13	11,88
	N	8	8	8	8	8	36	36
Yalnız	\bar{X}	20,46	23,88	24,88	26,23	24,46	7,66	16,68
	N	50	50	50	50	50	50	50
Toplam	\bar{X}	21,18	22,40	23,24	27,60	23,98	8,56	16,05
	N	361	361	361	361	361	361	361
		H=7,275	H=12,593	H=9,301	H=11,925	H=1,174	H=3,874	H=2,913

*p<0.05 , **p<0.01, ***p<0.001

Analize göre katılımcıların beraber yaşadıkları kimselere göre; Alkol Kullanımı (H=12,593, p<0,05), Sigara Kullanımı (H=9,301, p<0,05) , İntihar Eğilimi (H=11,925, p<0,05) alt ölçeklerinden alınan puanlar farklılaşmaktadır. Antisosyal Davranışlar,

Beslenme Aġıřkanlıkları, Okul Terki ve Madde Kullanımı alt ölçeklerinden alınan puanlara ise farklılaşmamaktadır ($p \leq 0,05$).

4. TARTIŞMA

Bu bölümde araştırma sonuçlarına ilişkin bulguların literatür desteğiyle genel olarak özetine yer verilecektir. Giriş bölümünde yer alan araştırma soruları kapsamında ilk olarak üniversite öğrencilerinin birçok riskli davranışta bulunduğu saptanmıştır.

Araştırmanın ilk sorusu cevaplamak için cinsiyet ile riskli davranışlar arasındaki ilişki incelenmiştir. Buna göre; antisosyal davranışlar, alkol kullanımı, sigara kullanımı, beslenme alışkanlıkları, okul terki ve madde kullanımı alt ölçeklerinden alınan puanların cinsiyete göre farklılaştığı görülmüştür. Bu araştırma, literatürdeki diğer araştırmalarca ortaya konan erkeklerin, kadınlara göre daha fazla oranda riskli davranışlar sergilediği sonucu ile tutarlıdır (Uludağlı, Sayıl, 2009; Avcı, İlhan, Civil, Özdemirkan, Bumin, 2014). İntihar eğilimi alt ölçeğinden alınan puanlar incelendiğinde ise erkeklerin puan ortalamaları kadınların aldığı puanlara oranla daha yüksek olmakla beraber, cinsiyetin, intihar eğilimine etkisinin olmadığı saptanmıştır. Literatürde de bu bulguyu destekleyen araştırmalar mevcuttur (Ceyhun, Ceyhun, 2003).

Araştırmanın ikinci sorusu kapsamında riskli davranışlar (antisosyal davranışlar, madde kullanımı, sigara kullanımı, intihar eğilimi, beslenme alışkanlıkları, okul terki) ile dürtüsellik arasındaki ilişkiyi incelenmiştir. Bu incelemeden çıkan sonuç; riskli davranışlar alt ölçekleri (sigara kullanımı, alkol kullanımı, madde kullanımı, beslenme alışkanlıkları, antisosyal davranışlar, intihar eğilimi) ile dürtüsellik arasında pozitif yönde ilişki olduğudur. Buna göre riskli davranışların yordayıcısı olarak dürtüsellik seviyesi yükseldikçe katılımcıların riskli davranışta bulunma eğilimi artmaktadır.

Yüksek seviyede dürtüsellik; acil ödül ihtiyacı, riskli aktivitelerde bulunma, yeni duygu arayışında olma, kolay hazza ulaşma arzusu, kısa tepki zamanı ile karakterizedir. Yüksek dürtüsellik seviyesine sahip kimseler dürtüselliklerinin bir getirisi olarak riskli davranışlarda bulunma eğilimindedirler (Zincir, Zincir, Sünbül, Kaymak, 2012).

Literatürde de bu araştırmadaki bulgulara paralel olarak yüksek düzeyde dürtüsellik daha fazla riskli davranışlarda bulunma olasılığını arttırdığı yönünde araştırmalar

bulunmaktadır (Butler, Montgomery, 2004; Bornovalova, Marina, Daughters, Stacey, Hernandez, Gustavo Daniel, Richards, Jerry, Lejuez; Erel, Gölge, 2015).

Son olarak üstbilişsel inançların riskli davranışlar ile ilişkisine dair sorulan araştırma sorusuna ait bulgulara göre; işlevsel olmayan üstbilişler (olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven ve düşünceleri kontrol ihtiyacı) ile intihar eğilimi arasında ilişki saptanmıştır. Buna göre; öğrencilerin endişelerinin kontrol edilemeyeceğine dair inancının yüksek olmasının, intihar eğilimini arttırıcı bir etkidir. Aynı zamanda üstbilişsel inançlardan; kontrol edilemezlik ve tehlikeye dair inançların, öğrencilerin batıl inanç, cezalandırılma ve sorumlu olma temalarını içeren olumsuz inançları kontrol altına alma ihtiyacının, bellek ve dikkat yeteneklerine güveninin olmamasıyla karakterize olan bilişsel güven puanlarının arttıkça intihar eğilimi olasılıklarının arttığı saptanmıştır. Bu bulgular literatür çerçevesinde incelendiğinde, problem çözme becerilerindeki yetersizliğin ve dürtüsellüğün yoğunluğunun, intihar olasılığını yordamada önemli değişkenler olduğu bilinmektedir. Bu bağlamda bireylerin endişelerini kontrol edemeyeceğine dair inancının yüksek olması, patolojik tarzda anksiyete ile başa çıkma tarzı olarak intiharın bir çözüm olabileceğini düşünmelerine sebep olabilmektedir (Pollock, Williams, 2004). Aynı zamanda ruminatif düşüncelerin ve patolojik tarzda endişenin kontrol edilemeyeceğine dair inançla karakterize olan genel anksiyete bozukluğunun, intiharın bir diğer yordayıcısı olduğuna dair literatürde çalışmalar bulunmaktadır (Christensen, Batterham, Mackinnon, Donker, Soubelet, 2014).

Bilgi analizi sürecinde, duygusal ve üstbilişsel etkenlerin bilişe etkisi olduğu savunulur. Bu duygusal değişimler, biliş ve değerlendirmeyi değiştirerek, belli davranışların ve duyguların ortaya çıkmasına yol açabilir. Ancak, heyecan arayışı olan kişilerde yeni tecrübeleri aramanın belirtilerinden biri, bir süre sonra bağımlılık yapacak maddeleri denemektir (Kashefi, 2014).

Üstbilişsel inançların alkol, sigara ve madde kullanımını yordayıcısı olduğu yönünde literatürde pek çok araştırma bulunmaktadır (Yarış, 2010; Toneatto, 1999; Dragan, 2015; Kashefi, 2014). Bu çalışmada ise üstbilişsel inançların alkol, madde ve sigara kullanımını üzerinde herhangi bir etkisi olduğu gözlenmemiştir.

4.1. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Araştırmanın sınırlılıklarından biri örnekleme kadın ve erkek sayısı oranlarının birbirine yakın olmakla birlikte eşit olmasının daha sağlıklı sonuçlar vereceğidir.

Başka bir sınırlılık ise çalışmanın enlemesine araştırma olması dolayısıyla zamana bağlı değişimleri ve gelişmeleri ölçmediğidir.

Araştırma verilerinin bir kısmı direkt elden dağıtılırken bir kısmı da internet ortamında oluşturulan form aracılığıyla toplanmıştır. Birebir iletişim halinde ulaştırılan formları doldurmada, katılımcıların madde kullanımı, alkol kullanımı, antisosyal davranışlar gibi hassas konulara dair soruları cevaplarken dürüst olmama ihtimalleri araştırmanın sınırlılıklarındandır.

Bir diğer sınırlılık ise riskli davranışları belirlemek üzere kullanılan ölçekte özellikle üniversite döneminde riskli davranışların başında gelen cinsel davranışların yer almamasıdır.

Son olarak çalışmanın örneklem grubunun üniversite öğrencilerinden oluşması sebebiyle başka bir popülasyona genelleme yapılamayacağı ile ilgili sınırlılıktır.

4.2. ÖNERİLER

Gelecek çalışmalarda örnekleme kadın ve erkek sayısının eşit sayıda olması daha güvenilir sonuç verecektir. Bir diğer öneri riskli davranışlar dışında çalışmaya heyecan arama gibi kişilik özelliklerinin yanı sıra literatürde desteklenen risk alma davranışına sebep olan etmenlerden duygu düzenleme, risk algısı, aile tutumu vb. üzerinde durulabilir.

Kullanılan Üstbiliş-30 Ölçeği; yaygın kaygı bozukluğu, obsesif kompulsif bozukluk, hipokondriasis ve panik bozukluk hastalarının endişe (worry) ve girici düşüncelerinin (intrusive thoughts) sorularak ve bu türden bilişsel faaliyetlerle uğraşmalarının

nedenlerini ve yaşadıkları sorunları bildirmeleri istenerek oluşturulmuştur. (Tosun, Irak, 2008). Diğer çalışmalarda anksiyete ve obsesif kompulsif psikopatolojilerine odaklanılmıştır. Risk alma davranışı ile ilişki literatür tarafından desteklenen depresyon, yetişkinlikte hiperaktivite ve dikkat eksikliği bozukluğu gibi psikopatolojik durumlara odaklanılmasında fayda vardır.

KAYNAKÇA

- Akfert, S. K., Çakıcı, E. ve Çakıcı, M. (2009). Üniversite Öğrencilerinde Sigara-Alkol Kullanımı Ve Aile Sorunları İle İlişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 10. 40-47.
- Akın, E. ve Berkem, M. (2012). İntihar Girişiminde Bulunan Ergenlerde Psikiyatrik Tanıların, Demografik ve Klinik Özelliklerin Değerlendirilmesi. *Fırat Tıp Dergisi*. 17. 4, 228-232.
- Akvardar, Y., Demiral, Y., Ergör, G., Ergör, A., Bilici, M. ve Özer, Ö. A. (2003). Substance Use in a Sample of Turkish Medical Students. *Drug and Alcohol Dependence*. 72. 2, 117–121.
- Auerbach, R. P. ve Gardiner, C. K. (2012). Moving Beyond The Trait Conceptualization of Self-Esteem: The Prospective Effect of Impulsiveness, Coping, and Risky Behavior Engagement. *Behaviour Research and Therapy*. 50. 596-603.
- Avcı, E., İlhan, M. N., Civil, E. F., Özdemirkan, T. ve Bumin, M. A. (2014). Bir Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Tütün, Alkol ve Ürünlerini Kullanım Sıklığı ve Risk Etmenleri. *Bağımlılık Dergisi*. 15. 2, 48-55.
- Barratt, E. ve Patton, J. H. (1983). Impulsivity: Cognitive, Behavioral, and Psychophysiological Correlates. M. Zuckerman (Ed.). *The Biological basis of impulsivity and sensation seeking* içinde. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, 77-116.
- Bernstein, M. H., McSheffrey, S. N., van den Berg, J. J., Vela, J. E., Stein, L. A., Roberts, M. B., Martin, R. A. ve Clarke, J. G. (2015). The Association Between

- Impulsivity and Alcohol/Drug Use Among Prison Inmates. *Addictive Behaviors*. 42. 140-143.
- Bickel, W. K., Odum A. L., ve Madden, G. J. (1999). Impulsivity and Cigarette Smoking: Delay Discounting in Current, Never, and Ex-smokers. *Psychopharmacology*. 146. 4, 447-54.
- Bornovalova, M. A., Daughters, S. B., Hernandez, G. D., Richards, J. B. ve Lejuez, C. W. (2005). Differences in Impulsivity and Risk-taking Propensity between Primary Users of Crack Cocaine and Primary Users of Heroin in a Residential Substance-use Program. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*. 13.4, 311-18.
- Boyacı, H., Çorapçioğlu, A., Ilgazlı, A., Başyigit, İ. ve Yıldız, F. (2003). Kocaeli Üniversitesi Öğrencilerinin Sigara İçme Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi. *Solum Hastalıkları*. 14, 169-75.
- Boyer, T. W. (2006). The Development of Risk-Taking: A Multiperspective Review. *Developmental Review*. 26. 3, 291-345.
- Butler, G. K. L. ve Montgomery, A. M. J. (2004). Impulsivity, Risk Taking and Recreational 'ecstasy' (MDMA) Use. *Drug and Alcohol Dependence*. 76.1, 55-62.
- Brown, A. L. (1987). Metacognition, Executive Control, Self-Regulation, and Other More Mysterious Mechanisms. F.E. Weinert ve R. H. Kluwe (Ed.). *Metacognition, Motivation, And Understanding* içinde. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates. 65-116.
- Brown, A. L. (1985). Metacognition: The Development of Selective Attention Strategies For Learning From Texts. H. Singer ve R. B. Ruddell (Ed.). *Theoretical Models And Processes Of Reading* içinde. Delaware: International Reading Association. 501-526.

- Cartwright-Hatton, S. ve Wells, A. (1997). Beliefs About Worry and Intrusions: The Metacognitions Questionnaire and Its Correlates. *Journal of Anxiety Disorders*. 11. 3, 279–296.
- Ceyhun, A. G. ve Ceyhun, B. (2003). Lise ve Üniversite Öğrencilerinde İntihar Olasılığının Değerlendirilmesi. *Klinik Psikiyatri*. 6. 217-224.
- Christensen, H., Batterham, P. J., Mackinnon, A. J., Donker, T. ve Soubelet, A. (2014). Predictors of The Risk Factors for Suicide Identified by The Interpersonal-Psychological Theory of Suicidal Behaviour. *Psychiatry Research*. 219. 2, 290-297.
- Cooper, L. M., Agocha, B. V. ve Sheldon, S. M. (2000). A Motivational Perspective on Risky Behaviors: The Role of Personality and Affect Regulatory Processes. *Journal of Personality*. 68. 6, 1059-1088.
- Çamur, D., Üner, S., Çilingiroğlu, N. ve Özcebe, H. (2007). Bir Üniversitenin Bazı Fakülte ve Yüksek Okullarında Okuyan Gençlerde Bazı Risk Alma Davranışları. *Toplum Hekimliği Bülteni*. 26. 3, 32-38.
- Dickman, S. J. (1990). Functional and Dysfunctional Impulsivity: Personality and Cognitive Correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*. 58. 1, 95-102.
- Dragan, M. (2015). Difficulties in Emotion Regulation and Problem Drinking in Young Women: The Mediating Effect of Metacognitions About Alcohol Use. *Addictive Behaviors*. 48. 30-35.
- Eysenck, H. J. ve M. W. Eysenck (1985). *Personality And Individual Differences: A Natural Science Approach*. New york: Plenum Press.
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and Cognitive Monitoring: A New Area of Cognitive-Developmental Inquiry. *American Psychologist*. 34. 10, 906-911.

- Gençtanırım, D. (2014). Riskli Davranışlar Ölçeği Üniversite Dormu: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışmaları. *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*. 5. 1, 24-34.
- Grabe, H. J., Mayer, C., Hapke, U., Rumpf, H. J., Freyberger, H. J., Dilling, H. ve John, U. (2001). Lifetime-Comorbidity of Obsessive-Compulsive Disorder and Subclinical Obsessive-Compulsive Disorder in Northern Germany. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*. 251. 130-135.
- Gray, J. A. (1987). Perspectives on Anxiety and Impulsivity: A commentary. *Journal of Research in Personality*. 21. 4, 493-509.
- Güleç, H., Tamam, L., Güleç, M. Y., Turhan, M., Karakuş, G., Zengin, M. ve Stanford, M. S. (2008). Psychometric Properties of The Turkish Version Of Barrat Impulsiveness Scale-11. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*. 18. 4, 251-258.
- Gürkan, B. ve Dirik, G. (2009). Üniversite Öğrencilerinde İntihar Düşünce ve Davranışları ile İlişkili Faktörler: Yaşamı Sürdürme Nedenleri ve Baş Etme Yolları. *Türk Psikoloji Yazıları*. 12. 24, 58-69.
- Gvion, Y. ve Apter, A. (2012). Suicide and Suicidal Behavior. *Public Health Reviews*. 34. 2, 1-20.
- Horesh, N., Rolnick, T., Iancu, I., Dannon, P., Lepkifker, E., Apter, A. ve Kotler, M. (1997). Anger, Impulsivity and Suicide Risk. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 66. 2, 92-96.
- Horesh, N. (2001). Self-Report vs. Computerized Measures of Impulsivity as a Correlate of Suicidal Behavior. *Crisis*. 22. 1, 27-31.
- İlhan, İ. Ö., Yıldırım, F., Demirbaş, H. ve Doğan, Y. B. (2008). Alcohol Use Prevalence and Sociodemographic Correlates of Alcohol Use in a University Student Sample in Turkey. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. 43. 7, 575-583.

- İlhan, T. (2013). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Amaçları ve Madde Kullanımı. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 6. 2, 183-196.
- Janeck, A. S., Calamari, R. E., Riemann, B. C. ve Heffelfinger, S. K. (2003). Too Much Thinking About Thinking?: Metacognitive Differences In Obsessive-Compulsive Disorder. *Journal of Anxiety Disorders*. 17. 2, 181-195.
- Jessor, R. (Ed). (1998). *New Perspectives On Adolescence Risk Behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Jessor, R. ve Jessor, S.L. (1977). *Problem-Behavior and Psychosocial Development: A Longitudinal Study of Youth*. New York: Academic Press.
- Kashefi, T. (2014). Comparison of Metacognitive Beliefs and the Amount the Sensation Seeking in Addicted and Normal People. *Zahedan Journal of Research in Medical Science*. 16. 5, 79-82.
- Kazemi, D. M., Wagenfeld, M., Van Horn, K. R., Levine, M. J. ve Dmochowski, J. (2011). Binge Drinking Among Underage College Students: Role of Impulsivity and the Transtheoretical Model. *Journal of Addictions Nursing*. 22. 4, 193-199.
- Keller, S., Maddock, J. E., Hannöver, W., Thyrian, J. R. ve Basler, H. D. (2008). Multiple Health Risk Behaviors in German First-Year University Students. *Preventive Medicine*. 46. 3, 189–195.
- Koçak, Ö. (2010). Risk Taking Behaviors Among Turkish University Students: Perceived Risk, Perceived Benefit and Impulsivity. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi.
- Loney, B. R., Frick, P. J., Clements, C. B., Ellis, M. L. ve Kerlin, K.. J. (2003). Callous-Unemotional Traits, Impulsivity, and Emotional Processing in Adolescents with Antisocial Behavior Problems. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. 32. 1, 66-80.

- Magar, E. C. E., Phillips, L. H. ve Judith A. H. (2008). Self-Regulation and Risk-Taking. *Personality and Individual Differences*. 45. 2, 153-159.
- Maher, A. M., Thomson, C. J. ve Carslon, S. R. (2015). Risk-Taking and Impulsive Personality Traits in Proficient Downhill Sports Enthusiasts. *Personality and Individual Differences*. 79. 20–24.
- Mitchell, S. H. (1999). Measures of Impulsivity in Cigarette Smokers and Non-smokers. *Psychopharmacology*. 146. 455–464.
- Mobini, S., Grant, A., Kass, A. E. ve Yeomans, M. R. (2007). Relationships Between Functional and Dysfunctional Impulsivity, Delay Discounting, and Cognitive Distortions. *Personality and Individual Differences*. 43. 6, 1517-1528.
- Moeller F. G., Barratt E. S., Dougherty D. M., Schmitz J. M. ve Swann A. C. (2001). Psychiatric Aspects of Impulsivity. *American Journal of Psychiatry*. 158. 11, 1783-17931.
- Moneta, G. B. (2011). Metacognition, Emotion and Alcohol Dependence in College Students: A Moderated Mediation Model. *Addictive Behaviors*. 36. 7, 781-784.
- Moreno, M., Estevez, A. F., Zaldivar, F., Montes, J. M. G., Gutiérrez-Ferre, E. V., Esteban, L., Sánchez-Santed, F. ve Flores, P. (2012). Impulsivity Differences in Recreational Cannabis Users and Binge Drinkers in a University Population. *Drug and Alcohol Dependence*. 124. 3, 355-362.
- Nelson, T. O. ve Narens, L. (1990). Metamemory: A Theoretical Framework and Some New Findings. G. H. Bower (Ed.). *The Psychology Of Learning And Motivation* içinde. 125-173. New York: Academic Press
- Ögel, K., Erdem, G., Eke, C.Y., Taner, S., (2006). Lise Öğrencilerinde Arkadaş Özellikleri ve Madde Kullanımı. *Bağımlılık Dergisi*. 7. 3, 111-116
- Patton, J.H., Stanford, M. S. ve Barratt, E. S. (1995). Factor Structure of The Barratt Impulsiveness Scale. *Journal of Clinical Psychology*. 51. 6, 768-774.

- Pickard, M., Bates, L., Dorian, M., Greig, H. ve Saint, D. (2000). Alcohol and Drug Use in Second-Year Medical Students at The University of Leeds. *Medicine Education*. 34. 2, 148–50.
- Pollock, L. R. ve Williams, J. M. G. (2004). Problem-solving in Suicide Attempters. *Psychological Medicine Psychol. Med.* 34.1, 163-67.
- Romero, E., Luengo, M. A. ve Sobral, J. (2001). Personality and Antisocial Behaviour: Study of Temperamental Dimensions. *Personality and Individual Differences*. 31. 3, 329–348.
- Shimamura, A. P. (2000). Toward a Cognitive Neuroscience of Metacognition. *Consciousness and Cognition*. 9. 313-323.
- Siyez, D. ve Aysan, F. (2007). Ergenlerde Görülen Problem Davranışların Psikososyal Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler Açısından Yordanması. *Eğitim Fakültesi Dergisi*. 20. 1, 145 -171.
- Skinner, M., Aubin, H. ve Berlin, I. (2004). Impulsivity in Smoking, Nonsmoking, and Ex-smoking Alcoholics. *Addictive Behaviors*. 29. 5, 973-978.
- Spada, M. M. ve Wells, A. (2005). Metacognitions, Emotion and Alcohol Use. *Clinical Psychology and Psychotherapy*. 12. 2, 150-155.
- Spada, M. M. ve Wells, A. (2006). Metacognitions About Alcohol Use in Problem Drinkers. *Clinical Psychology & Psychotherapy*. 13. 2, 138-143.
- Spada, M. M. ve Wells, A. (2010). Metacognitions Among The Continuum of Drinking Behaviour. *Personality and Individual Differences*. 49. 5, 425-429.
- Spada, M. M., Nikčević, A. V., Moneta, G. B. ve Wells, A. (2007). Metacognition As A Mediator Of The Relationship Between Emotion and Smoking Dependence. *Addictive Behaviors*. 32. 10, 2120-2129.

- Spada, M. M., Nikčević, A. V., Moneta, G. B. ve Wells, A. (2008). Metacognition, Perceived Stress, and Negative Emotion. *Personality and Individual Differences*. 44. 5, 1172-1181.
- Spada, M. M. ve Nikčević, A. V. (2008). Metacognitions Across The Continuum of Smoking Dependence. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*. 36. 3, 333-339.
- Spinella, M. (2005). Compulsive Behaviour in Tobacco Users. *Addictive Behaviors*. 30. 1, 183-186.
- Şimşek, Z., Koruk, İ. ve Altındağ, A. (2007). Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi ve Fen Edebiyat Fakültesi Birinci Sınıf Öğrencilerinin Riskli Sağlık Davranışları. *Toplum Hekimliği Bülteni*. 26. 3, 19-24.
- Tamam, L., Güleç, H. ve Karataş, G. (2013). Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11-KF) Türkçe Uyarlama Çalışması. *Nöropsikiyatri Arşivi*. 50. 130-134.
- Tanrikulu Çetin, A., Çarman, B. K., Palancı, Y., Çetin, D. ve Karaca, M. (2009). Kars il Merkezinde Çeşitli Üniversite Öğrencileri Arasında Sigara Kullanım Sıklığı ve Risk Faktörleri. *Türk Toraks Dergisi*. 10, 101-6.
- Tas, C., Brown, E. C., Aydemir, O., Brüne, M. ve Lysaker, P. H. (2014). Metacognition In Psychosis: Comparison of Schizophrenia and Bipolar Disorder. *Psychiatry Research*. 219. 3, 464-469.
- Toneatto, T. (1999). Metacognition and Substance Use. *Addictive Behaviors*. 24. 2, 167-174.
- Tosun, A. ve Irak, M. (2008). Üstbiliş Ölçeği-30'un Türkçe Uyarlaması, Geçerliği, Güvenirliği, Kaygı ve Obsesif-Kompulsif Belirtilerle İlişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 19. 1, 67-80.
- Uludağlı, N. P. ve Sayıl, M. (2009). Orta ve İleri Ergenlik Döneminde Risk Alma Davranışı: Ebeveyn ve Akranların Rolü. *Türk Psikoloji Yazıları*. 12. 23, 14-24.

- Vonmoos M., Hulka L. M., Preller, K. H., Jenni, D., Schulz, C., Baumgartner, M. R. ve Quednowa, B. (2013). Differences in Self-Reported and Behavioral Measures of Impulsivity in Recreational and Dependent Cocaine Users. *Drug and Alcohol Dependence*. 133. 1, 61–70.
- Webb, E., Ashton, C. H., Kelly, P. ve Kamali, F. (1996). Alcohol and Drug Use in UK University Students. *Lancet*. 348. 922–925.
- Wells, A. ve Mathews, G. (1994). *Attention And Emotion: A Clinical Perspective*. Hove: Lawrence Erlbaum Associates.
- Wells, A. (2000). *Emotional Disorders and Metacognition: Innovative Cognitive Therapy*. Chichester: Wiley.
- Wells, A. ve Cartwright-Hatton, S. A. (2004). A Short Form of The Metacognitions Questionnaire: Properties of The MCQ-30. *Behaviour Research and Therapy*. 42. 385-396.
- Wells, A. ve King, P. (2006). Metacognitive Therapy For Generalized Anxiety Disorder: An Open Trial. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. 37. 206-212.
- Wells, A. ve Matthews, G. (1996). Modelling Cognition in Emotional Disorder: The S-REF Model. *Behaviour Research and Therapy*. 34. 11-12, 881-888.
- Wells, A. ve Morrison, A. P. (2003). A Comparison of Metacognitions in Patients with Hallucinations, Delusions, Panic Disorder, and Non-Patient Controls. *Behaviour Research and Therapy*. 41. 2, 251-256.
- Wells, A. ve Sembi, S. (2004). Metacognition Therapy For PTSD: A Preliminary Investigation of A New Brief Treatment. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. 35. 4, 307-318.

- Wells, A., Fisher, P., Myers, S., Wheatley, J., Patel, T. ve Brewin, C. R. (2012). Metacognitive Therapy In Treatment-Resistant Depression: A Platform Trial. *Behaviour Research and Therapy*. 50. 6, 367-373.
- Whiteside, S. P. ve Lynam, D. R. (2001). The Five Factor Model and Impulsivity: Using a Structural Model of Personality to Understand Impulsivity. *Personality and Individual Differences*. 30. 4, 669–689.
- Yalçın, M., Eşsizoğlu, A., Akkoç, H., Yaşan, A. ve Gürgen, F. (2009). Dicle Üniversitesi Öğrencilerinde Madde Kullanımını Belirleyen Risk Faktörleri. *Klinik Psikiyatri*. 12. 125-33.
- Yarış, S. (2010). The Mediating Role of Metacognition on The Relationship Among Depression/Anxiety/Negative Impact of Life Experiences and Smoking Dependence. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi.
- Yazıcı, K. ve Ertekin Yazıcı, A. (2010). Dürtüsellikğin Nöroanatomik ve Nörokimyasal Temelleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 2. 2, 254-280.
- Yektaş, Ç., Bildik, T., Özbaran, N. B, Köse, S. ve Erermiş, S. (2014). Clinical Characteristics of Suicidal Behavior in Depressive Adolescent Girls. *Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health*. 21. 1, 33-44.
- Zhang, X., Wang, H., Xia, Y. Liu, X. ve Jung, E. (2012). Stress, Coping and Suicide Ideation in Chinese College Students. *Journal of Adolescence*. 35. 3, 683-690.
- Zincir, S.B., Zincir, N., Sünbül, E.A. ve Kaymak, E. (2012). Relationship Between Nicotine Dependence and Temperament and Character Traits in Adults with Cigarette Smoking. *Journal of Mood Disorders*. 2. 4, 160-166.
- Zuckerman, M. (1994). *Behavioral Expressions And Biosocial Bases Of Sensation Seeking*. New York: Cambridge Press.

Zuckerman, M. ve Kuhlman, D. M. (2000). Personality and Risk-Taking: Common Biosocial Factors. *Journal of Personality*. 68. 6, 999-1029.

EK 1: AYDINLATILMIŞ RIZA FORMU

Merhaba,

Ben İstanbul Bilim Üniversitesi Uygulamalı (Klinik) Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisiyim. Yüksek lisans tezim olan bu çalışmanın başarısı, sizlerin vereceği cevapların samimiyetine bağlıdır. Ankette adınız, soyadınız ve diğer kimlik bilgileriniz sorulmayacaktır. Bu uygulamada vermiŐ olduğunuz cevaplar kesinlikle gizli tutularak sizin hangi cevabı verdiğinizi kimse bilmeyecektir. Sorulara vereceğiniz cevaplar araştırmanın güvenilirliğini doğrudan etkileyeceği için lütfen soruları dikkatle okuyup cevaplayınız.

Bilimsel bir çalışmaya katılarak yardımcı olduğunuz için çok teşekkür ederim.

Bu belgeyi okuyup araştırmanın içeriğini anlamıŐ bulunuyorum.

Katılmayı kabul ediyorum.

EK 2: SOSYO-DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Cinsiyetiniz:

Kadın:

Erkek:

Yaşınız:

Kiminle yaşıyorsunuz?

Ailemle

Arkadaşlarımla

Akrabalarımla

Yalnız

Anne ve Babanız:

Sağ

Yalnızca anne sağ

Yalnızca baba sağ

İkisi de sağ değil

Anne ve Babanızın medeni hali:

Evli ve birlikte yaşıyor

Evli ama birlikte yaşamıyor

Boşanmış

Annenizin eğitim durumu nedir?

Okur-yazar değil

Okur-yazar

İlkokul mezunu

Ortaokul mezunu

Lise mezunu

Üniversite mezunu

Lisansüstü eğitim mezunu

Babanızın eğitim durumu nedir?

Okur-yazar değil

Okur-yazar

İlkokul mezunu

Ortaokul mezunu

Lise mezunu

Üniversite mezunu

Lisansüstü eğitim mezunu

Annenizin çalışma durumu nedir?

Çalışıyor

Çalışmıyor

Emekli

Kendinizi hangi sosyo-ekonomik
Düzeyde görüyorsunuz?

- Alt
Orta
Üst

Babanızın çalışma durumu nedir?

- Çalışıyor
Çalışmıyor
Emekli

Çalışma durumunuz?

- Çalışmıyorum
Yarı zamanlı çalışıyorum
Tam zamanlı çalışıyorum
Şu an çalışmıyorum ama daha önce çalıştığım oldu

EK 3: BARRATT DÜRTÜSELLİK ÖLÇEĞİ-11 (BDÖ-11)

Yönerge: İnsanlar farklı durumlarda gösterdiği düşünce ve davranışları ile birbirlerinden ayrılırlar. Bu test bazı durumlarda nasıl düşündüğünüzü ve davrandığınızı ölçen bir testtir.

Lütfen her cümleyi okuyunuz ve bu sayfanın sağındaki, size en uygun daire içine X koyunuz.

Cevaplamak için çok zaman ayırmayınız. Hızlı ve dürüstçe cevap veriniz.

	Nadiren/Hiç bir zaman	Bazen	Sıklıkla	Hemen her zaman/ Her zaman
1.İşlerimi dikkatle yaparım.				
2.Düşünmeden iş yaparım				
3.Hızla karar veririm				
4.Hiçbir şeyi dert etmem				
5.Dikkat etmem				
6.Uçuşan düşüncelerim var				
7.Seyahatlerimi çok önceden planlarım.				
8.Kendimi kontrol edebilirim				
9.Kolayca konsantre olurum				
10. Düzenli para biriktiririm				
11.Derslerde veya oyunlarda				

yerimde duramam				
12.Dikkatli düşünen birisiyim.				
13.İş güvenliğine dikkat ederim				
14.Düşünmeden bir şeyler söylerim.				
15.Karmaşık problemler üzerinde düşünmeyi severim				
16.Sık sık iş değiştiririm				
17.Düşünmeden hareket ederim				
18.Zor problemler çözmeme gerektiğinde kolayca sıklırım				
19.Aklıma estiği gibi hareket ederim				
20.Düşünerek hareket ederim				
21.Sıklıkla evimi değiştiririm				
22.Düşünmeden alışveriş yaparım				
23.Aynı anda sadece bir tek şey düşünebilirim				
24.Hobilerimi değiştiririm				
25.Kazandığımdan daha fazla harcarım				
26.Düşünürken sıklıkla zihnimde konuyla ilgili düşünceler oluşur				
27.Şu an ile gelecekte daha fazla ilgilenirim				
28.Derslerde veya sinemada rahat oturamam				
29.Yap-boz/puzzle çözmeyi severim				
30.Geleceğini düşünen birisiyim				

EK 4: ÜSTBİLİŞ-30 ÖLÇEĞİ (ÜBÖ-30)

Yönerge: İnsanlar farklı durumlarda gösterdiği düşünce ve davranışları ile birbirlerinden ayrılırlar. Bu test bazı durumlarda nasıl düşündüğünüzü ve davrandığınızı ölçen bir testtir.

Lütfen her cümleyi okuyunuz ve bu sayfanın sağındaki, size en uygun daire içine X koyunuz.

Cevaplamak için çok zaman ayırmayınız. Hızlı ve dürüstçe cevap veriniz.

	Katılmıyorm	Biraz katılıyorum	Orta derecede katılıyorum	Çok katılıyorum
1.Endişelenmek gelecekteki problemlerden kaçınmama yardımcı olur				
2.Endişelenmem benim için tehlikelidir				
3.Aklımdan geçenlerle çok uğraşırım				
4.Endişe ede ede kendimi hasta edebilirim				
5.Bir problem üzerinde düşünürken zihnimin nasıl çalıştığının farkındayım				
6.Eğer beni endişelendiren bir düşünceyi kontrol edemezsem ve bu gerçekleşirse, benim hatam olur				
7.Düzenliliğimi sürdürebilmem için endişe atmaya ihtiyacım var				

8.Kelimeler ve isimler konusunda belleğime güvenim pek yoktur				
9.Ne kadar engellemeye çalışırsam çalışayım, endişe verici düşüncelerim devam eder				
10.Endişelenmek kafamdaki düşünceleri düzene sokmama yardım eder				
11.Endişe verici düşünceler aklıma geldiğinde onları görmezden gelemiyorum				
12.Düşüncelerimi izlerim				
13.Düşüncelerimi her zaman kontrol altında tutmalıyım				
14.Belleğim zaman zaman beni yanıltır				
15.Belirli düşüncelerimi kontrol etmediğim için cezalandırılacağım				
16.Endişelerim beni delirtebilir				
17.Düşündüğümün her an farkındayım				
18.Zayıf bir hafızam var				
19.Dikkatim zihnimin nasıl çalıştığıyla meşguldür				
20.Endişelenmek bir şeylerin üstesinden gelmeme yardım eder				
21.Düşüncelerimi kontrol edememek bir zayıflıktır				

22.Endişelenmeye başladığım zaman kendimi durduramam				
23.Endişelenmek problemleri çözmede bana yardımcı olur				
24.Bir yerleri hatırlama konusunda belleğime pek güvenmem				
25.Belirli şeyleri düşünmek kötüdür				
26.Belleğime güvenmem				
27.Eğer düşüncelerimi kontrol edemezsem işlerimi sürdüremem				
28.İyi çalışabilmek için endişelenmeye ihtiyacım vardır				
29. Olayları hatırlama konusunda belleğime pek güvenmem				
30. Düşüncelerimi sürekli gözden geçiririm				

EK5: RİSKLİ DAVRANIŞLAR ÜNİVERSİTE FORMU (RDÖÜF)

Yönerge: İnsanlar farklı durumlarda gösterdiği düşünce ve davranışları ile birbirlerinden ayrılırlar. Bu test bazı durumlarda nasıl düşündüğünüzü ve davrandığınızı ölçen bir testtir.

	Her zaman	Genellikle	Bazen	Nadiren	Hiçbir zaman
1.Ağız kavgası yaptığım olur					
2.Küfürlü konuştuğum olur					
3.Başkalarına ait eşyaları izinsiz olarak aldığım olur					
4.Eğlence olsun diye arkadaşlarımın canını acıtmaktan hoşlanırım					
5.Hakkımı kavga ederek savunurum					
6.Biriyle tartıştımda ağızma geleni söylerim					
7.Arkadaşlarıma kafeteryadan zorla bir şeyler ısmarlattırırım					
8.İnsanların kusurlarını yüzlerine vurmaktan çekinmem					
9.Etrafımdakilere verdiğim zararı umursamam					
10.İnsanları sinirlendirmek hoşuma gider					
11.Alkol kullandığımda rahatladığımı hissedirim					
12.Cesaretimi toplamak için alkol aldığım olur					

13.Eğlence mekanlarına gidip alkol alırım					
14.Bir kutlamada alkol almadan eğlenmeyeceğimi düşünürüm					
15.Çevremdeki kişiler onaylamasa da alkol kullanmaktan çekinmem					
16.Alkol almak için para bulurum					
17.Alkol teklif edildiğinde hayır diyemem					
18.Arkadaşlarıma uymak için alkol kullanırım					
19.Kontrolümü kaybedecek kadar alkol aldığım olur					
20.Sigara kullanıyorum					
21.Yakın arkadaşlarımin bir kısmı sigara içer					
22.Sigara içmek istediğimde kendime engel olamam					
23.Sigara almak için param vardır					
24.Bir sorunla karşılaştığımda hemen sigara içmek isterim					
25.Nargile içmekten keyif alırım					
26.Evde/yurtta sigara içebilirim					
27.Canım sıkıldığında sigara içerek rahatlarım					
28.Kendimi değersiz hissederim					
29.Kendime güvenim yoktur					
30.Sabahları mutsuz bir şekilde					

uyanırım					
31.Sorunlarım karşısında kendimi çaresiz hissedirim					
32.Yaptığım hiçbir şeyden keyif almam					
33.Kendimi yalnız hissedirim					
34.Hayattan bıkmış durumdayım					
35.Karamsar biri olduğumu düşünürüm					
36.Geleceğe ilişkin hedeflerimi gerçekleştiremeyeceğimi düşünüyorum					
37.Hayatın bana vereceği hiçbir şey olmadığını düşünürüm					
38.Beni hayatta tutmaya yetecek değerlere sahip değilim					
39.Kendimi bu dünyaya ait hissetmediğim olur					
40.Satın aldığım yiyeceklerin sağlıklı olmalarından çok lezzetli olmalarını önem veririm					
41.Gazlı içecekleri severim					
42.Fast-food yiyecekler tüketmeyi tercih ederim					
43.Abur cubur yemekten hoşlanırım					
44.Çoğunlukla ev dışında yemek yerim					
45.Yediklerimin bende oluşturabileceği sağlık sorunlarını önemsemem					

46.Sağlıklı beslenme konusunda yeterli bilgiye sahip değilim					
47.Yediklerimin besin ve sağlık değerlerini dikkate almam					
48.Okulu bırakıp bir an önce evlenmek istediğim olur					
49.Arkadaşlarımın birçoğu yükseköğretime devam etmezler					
50.Okuldan ayrılıp bir an önce bir işte çalışmaya başlamak istediğim olur					
51.İyi bir iş bulduğumda okulu bırakmaktan çekinmem					
52.Esrar ya da benzeri bir maddeyi kullanırım					
53.Rahatlamak için bağımlılık yapıcı maddeleri kullanırım					
54.Bugüne kadar bağımlılık yapan maddeleri kullandığım olur					
55.Yakın arkadaşlarım arasında uyuşturucu madde kullananlar var					
56.Uyuşturucu maddeler kullanılan ortamlara rahatlıkla girerim					
57.Yaşadığım olumsuzlukları unutmak için madde kullandığım olur					
58.Sadece heyecan yaşamak için uyuşturucu madde kullanırım					
59.Arkadaş grubum madde					

kullanmama karşı çıkmaz					
60.Merakımı gidermek için uyuşturucu madde kullandığım olur					