



Alkol Bağımlılığında Nüksü Yordayan Faktörler: Aile Ortamı ve Özyeterlilik

Factors Predicting Relapse in Alcohol Addiction: Family Environment and Self-Efficacy

ÖZET

Günümüzde alkol bağımlılığının pek çok sağlık sorununa neden olduğu bilinmektedir. Bağımlılıklar arasında en yaygın tür olan alkol bağımlılığında kişinin bırakma girişimi olduktan sonra aşerme durumu yaşayarak tekrar alkol kullanımının nüks etmesi sık görülen bir durumdur. Bu kapsamda aşerme durumu da çalışmaya dahil edilerek araştırmanın asıl amacı; alkol bağımlılığında nüks etmenin belirleyicileri olabileceği düşünülen öz yeterlilik ve aile ortamının ilişkisinin incelenmesidir. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma grubu Türkiye’de farklı illerde bulunan Adsız Alkolikler (AA) grubuna üye kişilerce oluşturulmuştur. Araştırmanın örneklemini ise amaçsal örnekleme yöntemiyle seçilen Türkiye’de farklı illerde bulunan Adsız Alkolikler (AA) grubuna üye olan Aydınlatılmış Onam Formu ve Bilgilendirilmiş Onam Formunu doldurmayı ve araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden 216 alkol bağımlısı birey oluşturmuştur. Veriler Google formlar aracılığı ile online olarak sosyo-demografik bilgi formu-Michigan Alkolizm Tarama Testi, Penn Alkol Aşerme Ölçeği, Genel Öz Yeterlilik Ölçeği ve Aile Ortamı Ölçeği olmak üzere 5 ayrı bölümden oluşan ölçek formlarıyla toplanmıştır. Araştırma sonucunda genel öz yeterliliğin nüks etme ile yüksek düzeyde negatif bir ilişkisinin olduğu görülürken, aile ortamının beraberlik alt boyutunun nüks etme ile orta düzeyde negatif; denetim alt boyutunun ise nüks etme ile düşük düzeyde negatif bir ilişkisinin olduğu ve aile ortamından beraberlik ve denetim alt boyutunun hem de öz yeterliliğin kişilerin tekrar alkol kullanımının nüks etmesi üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu bulunmuştur. Buna göre alkol bağımlılığında nüks etmesinin önlenmesi adına kişilerin öz yeterliklerini artırmaya yönelik faaliyetler düzenlenmesinin ve bu sürece aile üyelerinin de dahil edilmesinin faydalı olabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Alkol Bağımlılığı, Özyeterlilik, Aile Ortamı, Aşerme

ABSTRACT

Today, it is known that alcohol addiction causes many health problems. In alcohol addiction, which is the most common type of addiction, it is common for a person to experience craving and re-use alcohol after an attempt to quit. In this context, craving is also included in the study and the main purpose of the research is the aim of this study is to examine the relationship between self-efficacy and family environment, which are thought to be the determinants of relapse in alcohol dependence. Relational screening model was used in the research. The working group was formed by members of Alcoholics Anonymous (AA) group in different provinces in Turkey. The sample of the study, on the other hand, consisted of 216 alcohol dependent individuals who were members of Alcoholics Anonymous (AA) group in different provinces in Turkey, selected by purposive sampling method, and voluntarily agreed to fill in the Informed Consent Form and Informed Consent Form and participate in the research. Data were collected online via Google forms with socio-demographic information form-Michigan Alcoholism Screening Test, Penn Alcohol Craving Scale, General Self-Efficacy Scale and Family Environment Scale. As a result of the research, it was seen that general self-efficacy had a high negative relationship with relapse, while the sub-dimension of togetherness of family environment was moderately negative with relapse; On the other hand, it was found that the sub-dimension of control had a low negative relationship with relapse, and the sub-dimension of togetherness from the family environment and supervision, as well as self-efficacy had a significant effect on relapse of alcohol use. Accordingly, to prevent relapse in alcohol dependence, it is thought that it may be beneficial to organize activities to increase the self-efficacy of individuals and to include family members in this process.

Keywords: Alcohol Addiction, Self-Efficacy, Family Environment, Craving

GİRİŞ

Aşırı alkol kullanımının ölüm riskini artırdığı bilinmektedir. Sağlıklı bir yaşamın önünde en büyük engellerden birisi olan alkol bağımlılığı; davranış, aile ve iş ortamında olumsuz sonuçları çok fazla olmakla birlikte tedavi edilmesi gereken sosyal bir sorundur. Alkol veya diğer bağımlılıkların teşhisinde kişide bulunması gereken semptomlar; 12 ay içerisinde yüksek dozlara tolerans, yoksunluk, kontrolü kaybetme, maddeyi bırakmaya yönelik çaba, bağımlılık geliştirdiği aktiviteyle fazla zaman harcama, bu aktivitelerin dışında kalanlardan vazgeçme ve hem psikolojik hem de fiziksel zararlarına rağmen kullanmayı sürdürme olarak bildirilmektedir. Teşhisin konulabilmesi için kişinin bunlardan en az üçünü yaşamış olması gerekmektedir. Genellikle bu durumları karşılayan kişilerin ailelerinde de bağımlılık görülme olasılığı yüksektir (Nurnberger ve Bierut, 2007). Alkolizmin etkilerini anlayabilmek için tek bir değişkenden ziyade pek çok değişkenin etkisini göz önünde bulundurmak gerekmektedir çünkü hastalığın

Simge Ünal¹ 
Hande Çelıkay Söyler² 

How to Cite This Article

Ünal, S. & Çelıkay Söyler, H. (2023). “Alkol Bağımlılığında Nüksü Yordayan Faktörler: Aile Ortamı ve Özyeterlilik”, *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 9(67):3268-3281. DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/JOSH.AS.70759>

Arrival: 20 May 2023

Published: 31 August 2023

International Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

This journal is an open access, peer-reviewed international journal.

¹ Klinik Psikolog, Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Bölümü, Lefkoşa/KKTC

² Dr. Öğr. Üyesi., Yakın Doğu Üniversitesi Psikoloji Bölümü, Lefkoşa/KKTC,

kökenlerine bakıldığında her alkol bağımlısında farklı şekilde kendini gösterirken her birinin semptomları farklı şekilde olabilmektedir (Oscar-Berman ve Marinkovic, 2003).

Nüks alkol bağımlılığında kişinin içme döneminin ardından bırakma girişiminden sonra kontrolü kaybederek tekrar eski içme durumuna dönme halidir (Vengeliene vd., 2008). Alkol bağımlılığında kullanımı bıraktıktan sonra nüksün görülmesi beklenen bir durumdur ve hastaların ilk 6 ay içerisinde yaklaşık olarak %40-50' sinin tekrar kullandıkları bilinmektedir (Saatçioğlu vd., 2007). Bottlender ve Soyka (2004) yaptıkları araştırmalarında nükssetmenin, başlangıçta daha fazla alkol tüketimi olan kişilerde daha çok yaşandığını bildirmektedirler. Nükssetmenin çok yönlü bir süreç olduğu bilinmektedir. Buna göre kişinin uyum yeteneğini aşan yaşam zorlukları stres ve psikososyal alanlarda savunmasızlığa yol açarak nükssetmenin oluşumuna katkı sağlayıp hem ilk kullanımı hem de tedavi sonrasında kullanımını açıklamaktadır (Brown vd., 1995). Kalyoncu vd., (2001) alkol bağımlılarında nüks nedenlerine baktıkları çalışmalarında nüksün nedenlerini iki ana gruba ayırmışlardır. Bunlar; kişinin kendisine bağlı olanlar ve kişiler arası durumlardan kaynaklananlardır. Çalışmalarında en fazla nükse neden olan etmenin olumsuz duygu ve düşüncelerden oluştuğunu söylemektedirler. Nüks süreçlerini önleme açısından öncelikli olarak nüks belirleyicilerini de bilmek faydalı olacaktır. Negatif duygusal durumlar, kişiler arası çatışmalar ve sosyal baskının nüksün belirleyiciliğinden büyük öneme sahip olduğu bilinmektedir. Benzer özellikler taşıyan hastaların daha etkili olan tedavi içeriği ile nüks sürecinde olumlu katkısının olduğu ve grup etkileşimlerinin daha fazla olduğu terapilerde nüksü önleme açısından daha faydalı olduğu vurgulanmaktadır (Saatçioğlu vd., 2007). Savaşan vd. (2013) bağımlıların yaşam tarzı değişiklikleri ile nüks durumları arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmalarında, taburcu olan hastaların büyük bir kısmının yaşam tarzlarında değişiklik yaptığını ancak bu değişikliğin nüks geliştirmede etkisinin olmadığını söylemektedirler. Yaşam tarzındaki değişiklikten ziyade kişilerin bireysel ya da grup psikoterapileriyle yanlış düşüncelerinin değiştirilmesi ve yeni başa çıkma yolları oluşturulmasının daha yararlı olabileceği söylenmektedir.

Kişiden kişiye değişkenlik gösteren ve bağımlıkların genelinde yer alan aşerme durumu kişinin tekrardan alkol-madde kullanmasına neden olabilecek öznel bir dürtüdür. Hem kendiliğinden hem de dışsal uyarıcılar tarafından ortaya çıkabilir ve aşerme alkol-madde bağımlılıklarında nükssetmeye neden olabileceği bilinmektedir (aktaran Avcu Meriç, 2020). Aşerme durumu kendiliğinden ortaya çıkabilirken, içsel ve dışsal olmak üzere uyarıcılar aracılığı ile de kendini gösterebilmektedir (Tiffany vd., 2000). Aşerme durumunda İçsel uyarıcı olarak tanımlanan anksiyete gibi duygusal durumlar ve yoksunluk belirtileri aşermeye neden olabilirken, alkolle ilgili çevrenin ve nesnelere maruz kalmanın da dışsal uyarıcı olarak aşermeye neden olduğu söylenmektedir ve alkol bağımlılığında aşerme içten gelen bir dürtü olarak nükssetmenin güçlü bir yordayıcısı olduğu ve yüksek düzeyde aşermenin bağımlı kişilerde nükssetme için bir risk oluşturduğu söylenmektedir (Bottlender ve Soyka 2004).

Bir halk sağlığı problemi olan alkol bağımlılığı kişilerin fiziksel, sosyal, aile ilişkileri olarak yıpranmasına yol açmaktadır. Brezilya' da yapılan bir ankete göre kişiler %25 oranında eşlerinin sarhoş olmasından ve içerken ki davranışlarından rahatsız olduklarını, %12'si ise eşleriyle içki tüketirken tartışmaların başladığını dile getirmektedir. Bu durumda alkol kullanımı ailesel problemlere de yol açtığı için aile odaklı bir tedavinin yararlı olabileceği düşünülmektedir (Reinalda ve Pillon, 2008). Aile hayatı alkol ve madde kullanımında önemli bir etkiye sahiptir. Aile içerisindeki roller, iletişim tarzları, sosyal hayatları ve maddi durumları da dahil olmak üzere aile ortamında olumsuz olarak bireye yansıyan durumlar kişinin alkol ve madde kullanımına yönelmesine neden olabilmektedir. Bunun için aile üyelerinin de dahil edildiği tedavi yöntemleri alkol ve madde kullanımında etkili sonuçlar doğurabilir (Copello vd., 2005). Aile ilişkileri alkol bağımlılığında hem koruyucu hem risk faktörü olarak karşımıza çıkmaktadır. Aile ortamının ve aile ilişkisinin bağımlı kişi tarafından nasıl algılandığı bu sürecin başlaması ve ilerleyişi hakkında bilgi sağlamaktadır. Alkol bağımlısı olan kişilerin aile ortamında sıkıntılar yaşanması olası bir durumdur. Hem eşler hem de aile içerisindeki diğer üyeler bağımlı olan kişinin içki içmesinden dolayı stres ve sıkıntı içerisine girerler (Fals-Stewart vd., 2002). Aile ilişkileri iyi olan kişiler karşılaştıkları zorluklarla daha iyi başa çıkabilmekte ve bu zorluklarla başa çıkmakta ailenin destekleyici gücü sayesinde daha kolay atlatabilmektedirler. Ancak aile ilişkileri güçlü olmayan ve buldukları aile ortamında mutlu olmayan kişiler karşılaştıkları zorluklarla baş etme ve bunların üstesinden gelme noktasında güçlük yaşamaktadırlar. (Copello vd., 2005). Kişilerin gelişimine olumlu katkılar sağlaması beklenen aile kurumu bazı durumlar karşısında beklenen katkıları sağlayamamanın ötesinde tartışma ve çatışmalara da kaynaklık edebilmektedir. Bu durumların başında gelen alkol bağımlılığında aile içi çatışmalar, boşanmalar, ekonomik zorluklar gibi aileyi etkileyen pek çok olumsuz sonuçla karşılaşılabilir. Bunun için bağımlılığın tedavisinde ailenin etkileri göz ardı edilmemeli ve sürecin bir parçası haline gelmelidir (Erdim, 2019).

Öz-yeterlik zaman ve deneyime bağlı olarak değişen ve kişinin zor bir durum karşısında bunun üstesinden gelebilmesine dair kendine olan inancı ve kendine duymuş olduğu güven olarak tanımlanabilmektedir. (Luszczynska vd., 2005). Kişilerin öz yeterlik inançları hem düşüncelerini hem hissettiklerini hem de kendilerini nasıl motive edeceklerini ve buna bağlı olarak da nasıl hareket edeceklerini belirlemelerinde rol oynamaktadır (Zulkosky, 2009).

Öz yeterlikleri yüksek olan kişiler zorluklarla karşılaştıklarında bunları bir tehdit olarak görmekten ziyade çözme yolunda adımlar atarlar ve hedeflerini daha zorlayıcı seçerek bu hedeflere bağlı kalırlar. Bu kişiler hayatlarını daha yoğun olarak yaşayıp bundan dolayı da hayattan zevk almaları artmaktadır, stresli bir olay yaşadıklarında ise kendilerine olan güven ve inançları sayesinde kolaylıkla üstesinden gelebilirler (Siddiqui, 2015). Sağlıklı bir yaşam içerisinde etkisi olduğu bilinen öz yeterlilik kavramı kişinin başarı elde edebilmesi için bu başarıyı elde edecek güçte olduğuna ilişkin güvenidir. Öz yeterlilik kişilerin sağlıklı bir yaşam sürmelerini de etkilemektedir, yüksek düzeyde öz yeterliliğe sahip bireylerin düşük düzeyde öz yeterliliğe sahip bireylere göre daha sağlıklı bir yaşam biçimi içerisinde oldukları bilinmektedir (Özpuolat, 2016; Morgenstern vd., 1997). Bağımlılıkta özyeterlilik, kişinin çok içmemek için kendinden emin olmasından ziyade çok içmemek için kendine olan güvenine karşılık gelmektedir (Best ve Lubman, 2012). Müdahalelerin etkili olabilmesi, bağımlılıkta ilk olarak kimin başarılı olacağını bilmeye ve bununla birlikte risk altında olan bireyleri de fark edebilmeye bağlıdır. Özyeterliliği sürdürme konusunda alkolle ilgili sorun yaşadığını ilk önce bildiren kişiler yüksek özyeterlilik göstermekte daha zorluk yaşamaktadırlar. En çok iyileşen grubun ise, en çok sorun yaşayan kişiler olduğu ve bağımlılığın nüksetmesinde daha çok risk altında oldukları söylenmektedir (McKeller vd., 2008).

Alkol bağımlılığı pek çok sağlık sorununa neden olmakla beraber suça yönelme, trafik kazaları, ekonomik sorunlar, kişilerarası ilişkilerin bozulması gibi faktörlere de olumsuz yönde etki etmektedir. Bağımlılıklar arasında en yaygın tür olan alkol bağımlılığında kişinin bırakma girişimi olduktan sonra alkol kullanımının nüks etmesi görülebilmektedir. Araştırmalara göre nüksün nedenleri arasında aşırma, çökkün duygudurum ve sosyal çevrenin etkisinin fazla olduğu görülmektedir. Bunun yanı sıra öfke, kaygı, depresyon gibi durumlar da bağımlılığın nüks etmesinde rol oynamaktadır (Strowig, 2000; Bottlender ve Soyka, 2004). Ancak Türkçe literatürde aile ortamı ve özyeterliliğin nüks ile ilişkisinin incelendiği bir çalışma olmadığı için bu çalışmada temel amaç olarak alkol bağımlılığı olan bireylerde alkol kullanımının nüks etmesinin sebepleri arasında ilişkileri bulunabileceği düşünüldüğü aile ortamı ve özyeterlilik değişkenlerinin incelenmesidir. Bu doğrultuda kişilerin özyeterliliğinin yüksek olması alkol bağımlılığında nüksetme riskini azalttığı varsayılmaktadır. Kişilerin algıladığı aile ortamının ailedeki birlik beraberlik ve denetim düzeylerine göre yüksek olmasının nüksetme riskini azalttığı varsayılmaktadır. Aynı zamanda literatürde alkol bağımlılığında aşırmanın de bağımlılığın nüksetmesinde etkili olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda kişilerinin alkol aşırma durumlarına göre özyeterlilik, aile ortamı ve nüksetme arasında ilişki olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın Amaçları

1. Alkol bağımlısı bireylerde aşırma, öz yeterlilik, aile ortamı ve nüksetme arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Alkol bağımlıları aile ortamı ve özyeterlilik düzeyleri bazı sosyodemografik değişkenler açısından anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
3. Alkol bağımlısı bireylerde aile ortamı ve öz yeterlilik nüksü yordamakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Yapılan bu araştırma betimsel ve nicel bir çalışmadır. Araştırmada, alkol bağımlılığı olan bireylerde alkol kullanımının tekrar nüks etmesinin sebepleri arasında ilişkileri bulunabileceği düşünüldüğü aile ortamı ve öz yeterlilik değişkenlerinin incelenmesi amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni Türkiye’de bulunan Adsız Alkolikler (AA) grubuna üye olan alkol bağımlısı bireylerden oluşturulmuştur. Araştırmanın örneklemini ise Türkiye’de farklı illerde bulunan Adsız Alkolikler (AA) gruplarına üye olan 216 alkol bağımlısı bireyden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini amaçsal örnekleme seçme yöntemiyle seçilmiştir.

Katılımcılara Ait Bilgiler

Tablo 1: Katılımcıların tanımlayıcı özelliklere göre dağılımı

Değişken	Gruplar	F	%
Cinsiyet	Kadın	81	37.3
	Erkek	135	62.2
Yaş	20-35 yaş	52	24
	36-49 yaş	105	48.4
	50 ve üzeri	59	27.2
Eğitim durumu	Okur yazar değil	4	1.8
	İlkokul	12	5.5
	Ortaokul	12	5.5
	Lise	62	28.6
	Üniversite	99	45.6
	Lisansüstü	27	12.4
Medeni durum	Evli	88	40.6
	Bekar	68	31.3
	Ayrı yaşıyor	11	5.1
	Boşanmış	37	17.1
	Dul	12	5.5
Kiminle yaşıyorsunuz	Aile	129	59.4
	Yakın akraba	5	2.3
	Tek	62	28.6
	Arkadaş	20	9.2
Nerede yaşıyorsunuz	Köy	9	4.1
	Şehir	108	49.8
	Büyükşehir	99	45.6
İş durumu	Düzenli iş	107	49.3
	Düzensiz iş	43	9.8
	Emekli	31	14.3
	Çalışmıyor	35	16.1
Gelir düzeyi	0-8506	67	30.9
	8506-15.000	51	23.5
	15.000-22.000	59	27.2
	22.000 ve üzeri	39	18.0
İçki türü	Rakı	51	23.5
	Bira	59	27.2
	Vodka	21	9.7
	Şarap	36	16.1
	Viski	40	18.4
Günlük kadeh	Hiç	11	5.1
	1-2	33	15.2
	3-4	71	32.7
	5-6	101	46.5
Alkol kullanılan Saat	Sabah	14	6.5
	Öğle	16	7.4
	Akşam	120	55.3
	Tüm gün	66	30.4
Ailede alkol Bağımlılığı	Var	99	45.6
	Yok	117	53.9
Nüksetme	Hiç	83	38.2
	1-5 defa	77	35.5
	5-10 defa	29	13.4
	10'dan fazla	27	12.4
MATT	<10	1	.5
	>10	215	99.1

MATT: Michigan Alkol Tarama Testi

Tablo 1'de görüldüğü üzere katılımcıların 81'ini kadın (%37.3), 135'ini erkek (%62.2) bireyler oluşturmaktadır. Katılımcıların 52'si 20-35 yaş (%24.3) aralığında bulunurken, 105'i 36-49 yaş (%27.2) aralığında, 59'u 50 yaş ve üzeri (%27.2) aralığında bulunmaktadır. Katılımcıların eğitim durumlarına bakıldığında 4'ü okur yazar değil (%1.8), 12'si ilköğretim mezunu (%5.5), 12'si ortaokul mezunu (%5.5), 62'si lise mezunu (%28.6), 99'u üniversite mezunu (%45.6) ve 27'si lisansüstü eğitim seviyesine sahip (%12.4) olarak bulunmuştur. Katılımcılardan 88'i evli (%40.6), 68'i bekar (%31.3), 11'i ayrı yaşıyor (%5.1), 37'si boşanmış (%17.1) ve 12'si dul (%5.5) olarak bulunmuştur. Katılımcıların 129'u aileleriyle yaşadıklarını (%59.4) belirtirken, 5'i yakın akrabalarıyla (%2.3), 62'si tek başlarına (%28.6) ve 20'si arkadaşlarıyla yaşadıklarını (%9.2) belirtmiştir. Katılımcıların 9'u köyde (%4.1), 108'i şehirde (%49.8) ve 99'u büyükşehirde yaşamaktadır (%45.6). Katılımcıların 107'sinin düzenli bir işi bulunurken (%49.3), 43'ünün düzenli bir işi bulunmamakta (%9.8), 31'i emekli (%14.3) ve 35'i ise çalışmamaktadır (%16.1).

Katılımcıların gelir düzeylerine bakıldığında 67'sinin 0-8506 tl maaş aralığında olduğu (%30.9), 51'inin 8506-15.000 tl maaş aralığında olduğu (%23.5), 59'unun 15.000-22.000 tl maaş aralığında olduğu (%27.2) ve 39'unun 22.000 tl ve üzeri maaş aralığında olduğu (%18) bulunmuştur. Katılımcıların kullandıkları alkolün türüne bakıldığında 51'inin rakı (%32.5), 59'unun bira (%27.2), 21'inin vodka (%9.7), 36'sının şarap (%16.1) ve 40'ının viski (%18.4) tükettiği bulunmuştur. Katılımcıların 11'i günlük içki tüketmediklerini (%5.1), 33'ü günde 1-2 kadeh tükettiğini (%15.2), 71'i günde 3-4 kadeh tükettiğini (%32.7) ve 101'i günde 5-6 kadeh tükettiğini (%46.5) belirtmiştir. Katılımcıların gün içerisinde alkol kullanma saatlerine bakıldığında 14'ünün sabah saatlerinde (%6.5), 16'sının öğle saatlerinde (%7.4), 120'sinin akşam saatlerinde (%55.3) ve 66'sının tüm gün boyunca (%30.4) alkol tükettikleri bulunmuştur. Katılımcıların 99'u ailelerinde alkol bağımlısı bireylerin bulunduğunu belirtirken (%45.6), 117'si ailelerinde alkol bağımlısı bireylerin bulunmadığını (%53.9) belirtmiştir. Katılımcıların 83'ü alkoli bıraktıktan sonra tekrar başlamadıklarını (%38.2), 77'si 1-5 kez tekrar başladıklarını (%35.5), 39'u 5-10 kez tekrar başladıklarını (%13.4) ve 27'si 10'dan fazla kez tekrar başladıklarını (%12.4) belirtmişlerdir. Katılımcıların Michigan Alkol Tarama Testinden aldıkları puanlar değerlendirildiğinde katılımcıların 1 tanesinin kesme noktası olan 10 puanın altında kaldığı (%.5) ve 215 tanesinin ise kesme noktası olan 10 puanın üzerinde kaldığı (%99.5) bulunmuştur.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu

Araştırmada katılımcıların kişisel bilgilerine ulaşmak amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan içerisinde; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum, yaşanılan kişi ve yer, iş durumu, gelir düzeyi ve alkol kullanımı ile ilgili sorulardan oluşan 13 maddelik bir bireysel bilgi edinme aracıdır.

Michigan Alkolizm Tarama Testi (MATT)

Alkol bağımlılığı geliştirme riski altında olan bireylerin veya alkol bağımlısı olan bireylerin saptanması amacıyla Gibbs tarafından 1983 yılında geliştirilmiştir. Ölçek kendini bildirim türünde olup "evet" ve "hayır" olmak üzere ikili likert değerlendirmesinden oluşmaktadır. Ölçekte toplamda 25 madde bulunmaktadır. Ölçek genel olarak kişilerin alkolle ilişkili kayıplarını, içme sorunlarını ve yardım arama davranışlarını değerlendirmektedir. Ölçekte her bir soru farklı puan değerine sahiptir. 1., 4., 6., 7. sorulara alkol kullanımı sorunu olan kişilerin yanıtı olumsuzdur. 3., 5., 9., 16. sorular 1 puan, 1., 2., 4., 6., 7., 10., 11., 12., 13., 14., 15., 17., 18., 21., 22., 23., 24. sorular 2 puan, 8., 19., 20. sorular 5 puan olarak kodlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar kişilerdeki alkolizm düzeyinin yükseldiğini, ölçekten alınan düşük puanlar ise kişilerin alkolizm düzeylerinin azaldığını göstermektedir.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Coşkun ve arkadaşları tarafından 1995 yılında yapılmıştır. Ölçeğin uyarlama çalışmasında ölçek kesme puanı 5 ile 9 arasında alındığında MATT'nin alkol kullanımı sorunu olanlarla olmayanları en iyi olarak ayırdığı belirlenmiştir. Ölçeğin geçerlik güvenilirlik çalışmasında ölçekten alınan puanlar için kesme noktaları 0-4 sorunsuz içici, 5-9 alkol kötüye kullanımı, 10 ve üzeri alkol bağımlılığı olarak bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliğini incelemek amacıyla yapılan geçerlik ve güvenilirlik analizi sonucunda geçerlilik değeri .99 ve Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ise .76 olarak bulunmuştur.

Penn Alkol Aşerme Ölçeği (PAAÖ)

Penn Alkol Aşerme Ölçeği, alkol kullanım bozukluğu tanısı almış kişilerde aşermeyi değerlendirmek için amacıyla Flannery, Volpicelli ve Pettinati tarafından 1999 yılında geliştirilmiştir. Ölçek öz bildirim dayalı ve yedili likert türündedir. Ölçek toplamda beş maddeden ve tek alt boyuttan oluşmaktadır ölçekten alınabilecek minimum puan 0, maksimum puan ise 30 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınan puanlar arttıkça kişilerin alkol aşerme düzeylerinin de artmakta, ölçekten alınan puanlar azaldıkça kişilerin aşerme düzeylerinin de azalmakta olduğu belirtilmiştir.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Evren ve arkadaşları tarafından 2008 yılında yapılmıştır. Ölçek orijinaline benzer olarak beş maddeden oluşmaktadır. Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi Alkol Madde Araştırma ve Tedavi Merkezi'nde yatarak tedavi gören 122 erkek alkol bağımlısı hasta üzerinde yapılmış ve çalışmada ölçek geçerli ve güvenilir olarak bulunmuştur. Ölçeğe ait Cronbach alfa değeri .92 olarak bulunmuştur.

Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ)

Genel Öz Yeterlik Değerlendirme Ölçeği, değişik çevrelerin yeni ve zor görevlerle başa çıkma yeterliği inancını değerlendirmek amacıyla Schwarzer ve Jarusalem tarafından 1979 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğin ilk hali 20 madde olarak oluşturulmuştur ancak daha sonra 1981 yılında yapılan bir revizyonla ölçek 10 madde ve tek boyutlu bir yapı olarak güncel halini almıştır. Ölçek öz bildirim ve dörtlü likert türündedir. Ölçeğin güvenilirliğini incelemek amacıyla yapılan güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınabilecek minimum puan 10 maksimum puan ise 40 olarak hesaplanmıştır.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Aypay tarafından 2010 yılında yapılmıştır. Ölçek, 711 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilen uyarlama çalışmasında orijinal formunda benzer olarak 10 maddeden oluşmaktadır. Ancak ölçeğe uygulanan faktör analizi sonucunda ölçeğin “çaba direnç” ve “yetenek ve güven” olmak üzere iki alt boyuttan oluştuğu bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliğini incelemek amacıyla yapılan güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ölçeğin tümü için .83, çaba ve direnç alt boyutu için .79 ve yetenek ve güven alt boyutu için .63 olarak bulunmuştur.

Aile Ortamı Ölçeği (AOÖ)

Aile Ortamı Ölçeği ilk olarak Most tarafından 1974 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğin ilk hali 90 maddeden oluşmaktadır. Daha sonra Fowler 1980 ölçeğin bu versiyonunu güncelleyerek 30 maddelik yeni versiyonunu geliştirmiştir. Ölçek öz bildirim ve dörtlü likert türündedir. Ölçek “birlik beraberlik” ve “denetim” olmak üzere iki alt boyuttan oluşmakta ve her alt boyutta 15 madde yer almaktadır. Ölçekten toplam puan alınmamaktadır. Birlik beraberlik alt boyutundan alınan puanlar azaldıkça ailedeki beraberlik de azalmaktadır, denetim boyutundan alınan puanlar azaldıkça ailedeki denetim de azalmaktadır.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Öner ve Usluer tarafından 1989 yılında 535 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ölçeğe uygulanan geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları sonucunda ölçeğin orijinal formundan farklı olarak 26 maddeden oluştuğu bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutları orijinal formuna benzer şekilde oluşturulmuştur ancak alt boyutlardaki madde sayıları farklılaşmıştır. Birlik beraberlik alt boyutunda 16, denetim alt boyutunda ise 10 madde yer almaktadır. Ölçeğin güvenilirliğini incelemek amacıyla yapılan güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı birlik beraberlik alt boyutu için .82 ve denetim alt boyutu için .74 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Bu çalışmada toplanan veriler bilgisayar ortamında, Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 25 paket programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Öğrencilerin kişisel bilgi formunda yer alan özelliklerini değerlendirmek amacıyla frekans ve yüzde değerlere ilişkin analizler yorumlamalar yapılmıştır. Değişkenlerin ve ölçek puanlarının normal dağılıp dağılmadığını değerlendirmek amacıyla değişkenlerin ve ölçek puanlarının Skewness ve Kurtosis değerlerine bakılmıştır. Ölçeklere ait toplam puanların ve alt boyutlarına ait toplam puanların -3, +3 değer aralığında kaldığı ve normal olarak dağılım gösterdiği bulunmuştur.

Araştırmanın değişkenleri ile ilgili normallik koşulu sağlandıktan sonra alkol bağımlısı bireylerde nüksü yordayan faktörlerden aile ortamı ve öz yeterlilik değişkenleri demografik değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmalarını değerlendirmek amacıyla gruplar arasında t testi ve ANOVA analizi uygulanmıştır. Alkol bağımlısı bireylerde nüksü yordayan faktörlerden aile ortamı ve öz yeterlilik düzeylerinin cinsiyet, ailede alkol bağımlısı kişilerin varlığı, katılımcıların kiminle yaşadıkları, nerede yaşadıkları ve alkol kullanılan saat değişkenlerine göre farklılaşp farklılaşmadığını test etmek amacıyla bağımsız gruplar t-testi analizi uygulanmıştır.

Alkol bağımlısı bireylerde nüksü yordayan faktörlerden aile ortamı ve öz yeterlilik düzeylerinin katılımcıların yaşları, eğitim durumları, medeni durumları, gelir düzeyleri, günde ortalama içtikleri kadeh sayıları değişkenlerine göre farklılaşp farklılaşmadığını test etmek amacıyla ANOVA analizi uygulanmıştır. ANOVA analizini uygulayabilmek için bir alt grupta minimum 25 katılımcı bulunması gerekmektedir (Can, 2017). Bu nedenle katılımcıların yaşadıkları kişileri belirten demografik değişkende “yakın akraba” grubunda 5 ve “arkadaş” grubunda 20 kişi yer aldığı için bu gruplar arasında ANOVA analizi uygulanamamıştır. Belirtilen iki grup analizden çıkarılınca kalan “ailemle” ve “tek başıma” grupları arasında da bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır. Benzer şekilde kişilerin yaşadıkları yeri belirten demografik değişkende “köy” grubunda 9 kişi yer aldığı için ANOVA analizi uygulanamamıştır. Belirtilen grup analizden çıkarılınca kalan “şehir” ve “büyükşehir” grupları arasında bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır. Son olarak kişilerin günün hangi saatinde alkol kullandıklarını belirten demografik değişkende “sabah” grubunda 11 ve “öğle” grubunda 13 kişi yer aldığı için bu iki grup çıkarılmıştır ve kalan “akşam” ve “tüm gün” grupları arasında bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır. Bu işlemlerden sonra tüm katılımcılar üzerinden ölçeklerin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Analize ait sonuçlar tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2: Ölçeklerin toplam puanlarının iç tutarlılık katsayıları

Ölçekler	Cronbach Alfa Katsayıları
MATT Toplam	.71
PAAÖ Toplam	.94
GÖYÖ Toplam	.94
BERABERLİK	.89
DENETİM	.83

MATT: Michigan Alkol Tarama Testi, PAAÖ: Penn Alkol Aşırma Testi

GÖYÖ: Genel Öz Yeterlik Ölçeği

Tablo 3.2’de görüldüğü üzere ölçeklere ait cronbach alfa katsayıları Michigan Alkol Tarama Testi için .71, Penn Alkol Aşerme Ölçeği için .94, Genel Öz Yeterlik Ölçeği için .94, Aile Ortamı Ölçeği alt boyutu olan Beraberlik alt boyutu için .89 ve Aile Ortamı alt boyutu olan Denetim alt boyutu için .83 olarak bulunmuştur.

Verilerin normal olarak dağılım gösterdiği değişkenlerin karşılaştırmalı değerlendirilmesi için parametrik testler olan T-testi ve ANOVA analizi kullanılmıştır. Aynı zamanda alkol bağımlısı bireylerde aile ortamı ve öz yeterlik değişkenlerinin birlikte nüks üzerindeki etkisini değerlendirmek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizinden yararlanılmıştır.

BULGULAR

Araştırmada bulunan değişkenlerin birbirleriyle ilişkilerini değerlendirmek amacıyla korelasyon yöntemlerinden “pearson moment çarpım korelasyonu” kullanılmıştır. Analize ait sonuçlar tablo 3’te sunulmuştur

Tablo 3: Değişkenler Arasındaki Pearson Moment Çarpım Korelasyon Analizi

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
1. MATT	-					
2. PAAÖ	.06	-				
3. GÖYÖ	-.03	-.69**	-			
4. BERABERLİK	-.18**	-.34**	.50**	-		
5. DENETİM	-.11	-.23**	.36**	.80**	-	
6. NÜKS	.06	.80**	-.72**	-.32**	-.24**	-

MATT: Michigan Alkol Tarama Testi, PAAÖ: Penn Alkol Aşerme Ölçeği, GÖYÖ: Genel Öz Yeterlik Ölçeği, AOO: Aile Ortamı Ölçeği
* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

MATT: Michigan Alkol Tarama Testi, PAAÖ: Penn Alkol Aşerme Ölçeği, GÖYÖ: Genel Öz Yeterlik Ölçeği, AOO: Aile Ortamı Ölçeği
* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

Tablo 3’te görüldüğü üzere Michigan Alkol Tarama Testi ile Aile Ortamı Ölçeği alt boyutu olan beraberlik alt boyutu arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. ($r = -.18$, $p < .01$), Penn Alkol Aşerme Ölçeği ile Genel Öz Yeterlik Ölçeği arasında orta düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki ($r = -.69$, $p < .01$), Aile Ortamı Ölçeği alt boyutu olan beraberlik alt boyutu arasında orta düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunurken ($r = -.34$, $p < .01$), Aile Ortamı Ölçeği alt boyutu olan denetim arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuş ($r = -.23$, $p < .01$) ve alkol kullanmanın yeniden nüks etmesi ile yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .80$, $p < .01$). Genel Öz Yeterlik Ölçeği ile alkol kullanmanın yeniden nüks etmesi arasında yüksek düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.72$, $p < .01$). Aile Ortamı Ölçeğinin alt boyutu olan beraberlik alt boyutu ile alkol kullanmanın yeniden nüks etmesi arasında ise orta düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.32$, $p < .01$). Aile Ortamı Ölçeğinin alt boyutu olan denetim alt boyutu ile alkol kullanmanın yeniden nüks etmesi arasında ise düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.24$, $p < .01$).

Buna göre kişilerin aşerme durumu arttıkça nüksetme oranları artarken, öz yeterlik düzeyleri arttıkça nüksetme yaşama oranları azalmaktadır. Kişilerin aile ortamı alt boyutlarında ise beraberlik ve denetim alt boyutlarını yüksek algılayanların nüksetme yaşamasının azaldığı görülmektedir.

Tablo 4: Genel Öz Yeterlik düzeylerinin (GÖYÖ) bazı değişkenlere göre karşılaştırılmasına ilişkin T-testi analizleri

Değişkenler	Gruplar	N	\bar{X}	SS	t	p
GÖYÖ	Kadın	81	28.41	7.11	-1.56	.12
Cinsiyet	Erkek	135	29.97	7.12		
GÖYÖ	Var	99	28.29	7.09	-2.08	.04
Ailede Alkol bağımlılığı	Yok	117	30.31	7.08		
GÖYÖ	Aileyle	129	29.75	7.18	.20	.84
Yaşanılan kişi	Tek	62	29.53	7.05		

Tablo 4’te görüldüğü üzere Genel Öz Yeterlik kişilerin cinsiyetine ($t = -1.56$, $p > .05$) ve yaşadıkları kişiye göre ($t = .20$, $p > .05$) anlamlı olarak farklılık göstermezken; aile alkol bağımlılığı olma durumuna göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir. Ailelerinde alkol bağımlısı olan alkol bağımlısı bireylerin genel öz yeterlik puan ortalamaları ($\bar{X} = 28.29$; $SS = 7.09$), ailesinde alkol bağımlısı olmayan bireylerin puan ortalamalarından ($\bar{X} = 30.31$; $SS = 7.08$) daha düşük olarak bulunmuştur. Genel Öz Yeterlik düzeyleri arasında ailesinde alkol bağımlısı bulunmayan bireylerin lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($t = -2.08$, $p < .05$).

Tablo 5: Aile Ortamı alt boyutlarından Beraberlik boyutunun bazı değişkenlere göre karşılaştırılmasına ilişkin T-Testi analizleri

Değişkenler	Gruplar	N	\bar{X}	SS	t	p
Beraberlik Cinsiyet	Kadın	81	39.01	10.07	-1.61	.11
	Erkek	135	41.08	8.53		
Beraberlik Ailede Alkol bağımlılığı	Evet	99	40.24	8.32	-.09	.93
	Hayır	117	40.36	9.27		
Beraberlik Yaşanılan kişi	Aileyle	129	42.29	9.06	4.15	.00
	Tek	62	36.68	8.05		

Tablo 5'te görüldüğü üzere Aile ortamı ölçeğinin alt boyutlarından olan beraberlik alt boyutu cinsiyet ($t = -1.61$, $p > .05$) ve ailede alkol bağımlılığı durumu açısından ($t = -.09$, $p > .05$) anlamlı olarak farklılık göstermezken; yaşanılan kişi açısından ailesiyle birlikte yaşayan alkol bağımlısı bireylerin aile ortamı ölçeğinin alt boyutu olan beraberlik alt boyutu puan ortalamaları ($\bar{X} = 42.29$; $SS = 9.06$), tek başına yaşayan bireylerin puan ortalamalarından ($\bar{X} = 36.68$; $SS = 8.05$) daha yüksek olarak bulunmuştur.

Tablo 6: Aile Ortamı alt boyutlarından Denetim boyutunun bazı değişkenlere göre karşılaştırılmasına ilişkin T-Testi analizleri

Değişkenler	Gruplar	N	\bar{X}	SS	t	p
Denetim Cinsiyet	Kadın	81	22.68	5.90	-2.32	.02
	Erkek	135	24.50	5.39		
Denetim Ailede Alkol bağımlılığı	Evet	99	23.46	5.44	-.85	.40
	Hayır	117	24.12	5.82		
Denetim Yaşanılan kişi	Aileyle	129	27.74	5.77	3.42	.00
	Tek	62	21.82	4.95		

Tablo 6'da görüldüğü üzere aile ortamı ölçeğinin alt boyutlarından olan denetim alt boyutu, ailede alkol bağımlılığı olma durumuna göre ($t = -.85$, $p > .05$) anlamlı olarak farklılık göstermezken; cinsiyet ve yaşanılan kişi açısından anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Ortalamalar arasında bulunan bu farkın anlamlı fark olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan bağımsız gruplar t testi sonucunda alkol bağımlısı bireylerin cinsiyetine göre Alkol bağımlısı kadın bireylerin aile ortamı ölçeğinin alt boyutu olan denetim alt boyutu puan ortalamaları ($\bar{X} = 22.68$; $SS = 5.90$), erkek bireylerin puan ortalamalarından ($\bar{X} = 24.50$; $SS = 5.39$) daha düşük olarak bulunmuştur. Ailesiyle birlikte yaşayan alkol bağımlısı bireylerin aile ortamı ölçeğinin alt boyutu olan denetim alt boyutu puan ortalamaları ($\bar{X} = 27.74$; $SS = 5.77$), tek başına yaşayan bireylerin puan ortalamalarından ($\bar{X} = 21.82$; $SS = 4.95$) daha yüksek olarak bulunmuştur.

Tablo 7: Aile ortamı alt boyutlarından beraberlik ve denetim alt boyutlarının bazı değişkenlere göre karşılaştırılmasına ilişkin ANOVA analizine ait bulgular

Değişkenler	Gruplar	N	\bar{X}	SS	F	p
Beraberlik Yaş	20-35 yaş	52	40.71	8.71	.48	.62
	36-49 yaş	105	40.67	9.94		
	50 ve üzeri	59	39.50	8.37		
Beraberlik Eğitim durumu	Lise	62	42.74	10.19	2.00	.08
	Üniversite	99	39.60	8.75		
	Lisansüstü	27	40.63	8.00		
Beraberlik Medeni durum	Evli	88	42.54	9.13	3.76	.01
	Bekar	68	40.34	8.89		
	Boşanmış	37	36.00	8.28		
Denetim Yaş	20-35 yaş	52	23.77	5.66	.55	.58
	36-49 yaş	105	24.18	5.93		
	50 ve üzeri	59	23.22	5.15		
Denetim Eğitim durumu	Lise	62	25.43	6.35	1.73	.13
	Üniversite	99	23.17	5.53		
	Lisansüstü	27	23.44	4.96		
Denetim Medeni durum	Evli	88	24.66	5.43	1.94	.10
	Bekar	68	23.69	5.79		
	Boşanmış	37	21.68	5.42		

Tablo 7'de görüldüğü üzere aile ortamı alt boyutlarından olan beraberlik boyutu yaş ($F = .48$, $p > .05$), eğitim durumu ($F = 2.00$, $p > .05$) açısından anlamlı olarak farklılık göstermezken; medeni durum açısından anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur ($F = 3.76$, $p < .05$). Yapılan Tukey çoklu test karşılaştırma sonucuna göre anlamlı farkın evli bireyler ile boşanmış bireyler arasında olduğu ve bu farkın evli bireylerin lehine olduğu bulunmuştur.

Denetim boyutunun ise yaş ($F = .55$, $p > .05$), eğitim durumu ($F = 1.73$, $p > .05$) ve medeni durum açısından ($F = 1.94$, $p > .05$) anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir.

Tablo 6: Aile ortamı ve genel öz yeterliğinin nüks üzerindeki etkisine ilişkin çoklu regresyon analizine ait bulgular

Değişken	B	s.h.	β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	3.89	.25	-	15.55	.00	-	-
GÖYÖ	-.11	.01	-.75	-13.60	.00	-.72	-.68
Berberlik	.01	.01	.10	1.12	.26	-.32	.08
Denetim	-.01	.01	-.05	-.58	.56	-.24	-.04
R= .72	R ² = .52						
F(4-212)= 76.38	p= .00						

GÖYÖ: Genel Öz Yeterlik Ölçeği

Tablo 4.8’de görüldüğü üzere alkol bağımlısı bireylerde tekrar alkol kullanımının nüksmesi üzerinde etkili olduğu düşünülen aile ortamı ve genel öz yeterlik değişkenlerinin nüksleme üzerindeki etkisini ortaya koymak amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda aile ortamı ölçeğinin alt boyutları olan beraberlik ve denetim alt boyutları ve genel öz yeterlik değişkenlerinin birlikte alkol bağımlılığı olan bireylerin alkol kullanımının nüksmesi üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu bulunmuştur (R= .72; R²= .52 F(4-212)= 76.38; p= .00). Söz konusu değişkenler birlikte alkol kullanımının nüksmesinin %52’sini açıklamaktadır. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına göre, bağımsız değişkenlerin alkol kullanımının nüksmesi üzerindeki göreceli önem sırası; genel öz yeterlik (β = -.75), beraberlik (β = .10) ve denetim (β = -.05) olarak sıralanmıştır.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada alkol bağımlısı bireylerin aşerme, aile ortamı, özyeterlilik ve nüksleme ilişkileri incelenerek aile ortamı ve özyeterliliğin nüksleme üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır.

Araştırma bulgusunda kişilerde alkol bağımlılığının yüksek olmasının aile ortamında beraberlik düzeyinin azalması ile düşük düzeyde ilişkili olabileceği bulgulanmıştır. Bu durum aile ortamında beraberlik duygusunun alkol bağımlılığını azaltmada, denetim duygusuna göre daha önemli olduğu şeklinde yorumlanabilir. Literatürde bu bulguyla tutarlı olarak Kaptanoğlu ve arkadaşları (1997) Anadolu Üniversitesi AMATEM kliniğinde yatarak tedavi gören 35 alkol bağımlısı hastadan veri topladıkları araştırmalarında kişilerin ruhsal belirti, evlilik sorunları ile aile tutumlarını incelemişler ve buna göre; aile yapısının ve aile ilişkilerinin alkol bağımlılığının başlama ve ilerlemesinde önemli bir yeri olduğunu, alkol bağımlıların aile değerlendirme ölçeğine göre genel işlev ve roller alt ölçeklerinde bozulmalar olduğunu ve evli olanların ise bu durumdan dolayı evliliklerinde sorunlarla karşılaştıklarını bildirmektedirler. Başka bir çalışmada Schaefer ve Lecturer (2011) Yeni Zelanda’da alkol bağımlılığında aile işlevlerini araştırmışlar ve görüşülen kişilerin çoğunluğu hem geçmiş aile ilişkilerinde hem de buldukları aile içerisinde ilişkilerinin işlevsel olmadığını ve bunun da kendi bağımlılıklarıyla ilişkili olduğunu söylemektedirler.

Çalışma bulguları kişilerin öz yeterliliğinin arttıkça alkol aşermesinin daha az olacağını göstermektedir. Literatür incelendiğinde Ateş Çöl ve arkadaşları., (2016) alkol bağımlısı kişilerde içsel farkındalığı değerlendirdikleri çalışmalarında alkol bağımlılığı olan kişilerde içsel farkındalığının daha düşük olduğunu ve bunun aşerme ile ilişkili olabileceğini söylemektedirler. Avcu Meriç (2020) alkol kullanım bozukluğu olan kişilerde içsel ve bilinçli farkındalığın azaldığını ve bunların azalmasının aşerme düzeyini artırdığını gözlemleyerek İçsel farkındalık ve aşerme arasında ters yönlü bir ilişki saptamıştır. McKellar ve arkadaşları (2008) kişilerin alkol bağımlılığı için yardım aranmasının ilk bir yılında özyeterlilik algılarının arttığını ve 15 yıl boyunca da yüksek kaldığını söylemektedirler. Aynı zamanda yüksek özyeterliliği olanların aşırı içme davranışlarındaki iyileşmelerin daha iyi olduğunu söylemektedirler. Buna göre kişilerin özyeterliliklerini artırmaya yönelik faaliyetlerin alkol bağımlılığında aşermenin önüne geçilebilmesine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Alkol bağımlısı bireylerin aile ortamında beraberlik algılanmasının alkol aşermesini daha çok azalttığı görülürken, denetim algılanmasının da beraberlik kadar olmasa da aşermeyi azalttığı görülmektedir. Eryılmaz (2011) ergenler üzerinde yaptığı bir çalışmada aile ortamının birlik-beraberlik alt boyutunun öznel iyi oluş ile ilişkili olduğunu ancak denetim alt boyutunun ilişkili olmadığını bulgulanmıştır. Gümüş ve arkadaşları (2002) alkol bağımlıların ailelerine uygulanan bir ölçekte ailelerin bağımlı kişiye karşı daha az eleştirel olduğu ve daha az tartışma yaşadıkları söylenmektedir. Buna etki eden faktörün ise alkol bağımlıların ailelerinin bu durumu kabullenip, çabalarının çözümsüz kalacağını düşünerek duygularını daha az yansıttıkları şeklinde yorumlamışlardır. Bilici, Ünübol ve arkadaşları (2022) Aile içerisinde birliğin olmaması, ailenin birbirine uzak olmasının bağımlılık açısından risk oluşturduğunu söylemektedirler. Bu durum alkol aşermesinin bağımlı kişinin ailesinin denetim düzeyini yüksek algılamaktan ziyade beraberlik düzeyini yüksek olarak algılamalarının alkol aşermelerinin önüne geçmesinde daha önemli olduğu ve bu doğrultuda tedavi aşamasında ailede birlik ve beraberliğin sağlanmasının kişilere faydalı olabileceği düşünülmektedir.

Çalışmanın bulgularına göre aşermenin nüksleme riskini artırdığı görülmektedir. Bottlender ve Soyka (2004) ayakta tedavi sırasında ve sonrasında 103 bağımlı hasta ile 12 aylık süreçte aşermenin nüksleme üzerindeki etkisini

inceledikleri çalışmalarında; 12 aylık bir tedavi programı planlamışlar ve programı tamamlayan 74 hastanın daha olumlu sonuçlar elde ettiğini bildirmişlerdir. Aynı zamanda aşermenin 12 aylık süreçte nüksetme için belirleyici bir faktör olduğunu söylemektedirler. Başka bir çalışmada da benzer olarak, Evren ve arkadaşları (2010) yatarak tedavi sonrasında erkek alkol bağımlısı bireylerin 6 ay içerisinde relaps ile ilişkili olan faktörleri araştırmak için 107 hastadan topladıkları veriler doğrultusunda; yaş, alkol kullanımına başlama yaşı, eğitim, evlilik ve iş durumlarından bağımsız olarak %53.3'nün nüks yaşadığını, depresyon, anksiyete, aşerme puanlarının da nüks yaşayanlarda daha fazla olduğunu ve bu grubun riskleri azaltmak için yapılan aktivitelerden uzak durup, terapi programlarına katılımın ve aşerme için ilaç kullanımının daha az olduğunu bildirmektedirler ve çalışmalarının sonucuna göre 6. Ayda aşermenin relaps ile yakından ilişkili olduğu söylenmektedir. Nüksetmenin önüne geçilebilmesi için kişilerin aşerme durumunun da kontrol altına alınması gerektiği ve bu doğrultuda ilaç destekleriyle tedavinin daha olumlu sonuçlanabileceği düşünülmektedir.

Alkol bağımlılığında nüks oldukça karşılaşılan bir durumdur. Nüksetmenin nedenleri arasında hem kişisel özellikler hem çevresel özelliklerin yer alması bakımından çok yönlü bir kavram olduğu bilinmektedir. Kişisel faktörlerden olan özyeterlilik bireyin olumsuz ruh haline, bilişsel zayıflığına ve çevresel baskılarla baş edebilmesine katkıda bulunmaktadır (Kadam vd., 2017).

Çalışmada genel öz yeterliğin nüksetme ile yüksek düzeyde negatif bir ilişkisinin olduğu görülmektedir. Pek çok çalışma da öz yeterliğin sigara içme, madde kullanımı gibi riskli davranışlar ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Hasking ve Oei (2007) öz yeterliğin fazla olmasının kişinin içme davranışını reddetmesini kolaylaştıracağını söylemektedir ve bu kapsamda kişilerin öz yeterliklerini artırmak adına reddetme becerilerinin kazandırılmasının faydalı olacağını söylemektedirler. Siddiqui (2015) lisans öğrencileri ile yaptığı bir çalışmada öz yeterliğin psikolojik iyi oluş ile ilgili olduğu ve öz yeterliğin psikolojik iyi oluşu etkilediğini yani öz yeterlik arttıkça psikolojik iyi oluşun da arttığını söylemektedir. Bu bulgu doğrultusunda bu çalışmada da psikolojik iyi oluşun öz yeterlik düzeyini artırabileceği ve nüks etmenin engellenebileceği düşünülmektedir. Bulgularla tutarlı olarak yapılan başka bir çalışmada Brown ve arkadaşları (1995) psikososyal faktörlerden olan özyeterliliğin ve sosyal desteğin nüksetme ile ilişkili olduğunu ve psikososyal alanlarda başa çıkma ve tolere etme yeteneği gibi faktörlerin yüksek olduğu kişilerde nüksetmenin önlenmesinin daha fazla olduğunu bulgulamışlardır. Romo ve arkadaşları (2009) motivasyonel müdahalenin nüksetme üzerindeki etkisini anlayabilmek amacıyla çalışmalarında kısa motivasyonel müdahalenin özyeterlilik ile ilişkisini incelemişler ve buna göre özyeterliliğin özellikle prognozda önemli bir faktör olduğunu ve yüksek özyeterliliğin daha uzun yoksunluk dönemiyle ilişkili olduğunu bildirmişlerdir. Buna göre; öz yeterliği yüksek olan kişilerin nüks durumu yaşamasının düşük olacağı ve öz yeterliğin yüksek olmasının bağımlılığın nüks etmesinde koruyucu bir faktör olduğu görülmektedir.

Çalışmaya göre; ailesini beraberlik açısından yüksek algılayanların denetim açısından yüksek algılayanlara göre nüks yaşamasının daha düşük olduğu görülmektedir. Bu bulguyla tutarlı olarak Acar ve arkadaşları (2022) alkol bağımlısı kişilerin tedaviyi kabul etme ve sürdürmesinde sosyal destek sistemlerinin ilişkili olduğunu, tedavi sürecinde ailenin, arkadaşların, kendine yardım gruplarının kişilerin tedavisinde başarılı olabileceğini söylemektedirler. Choate (2015) Ergen Alkolizmi ve Uyuşturucu Bağımlılığında ebeveynlerin deneyimlerini araştırdıkları çalışmasında ebeveynlerin çocuklarının bağımlılıklarıyla mücadele etmesinde tüm aile sistemlerinin etkilendiğini ve düzenlerinin bozulduğunu, çocuklarının davranışlarının daha riskli bir hale bürünerek bu durumun aile bağlarını da zayıflattığını dile getirmişlerdir. Başka bir çalışmada alkol ve madde bağımlılığı geliştirmede aile dinamikleri ve çözüme kavuşturulamayan sorunların ilişkili olduğu söylenmektedir. Madde bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırma göstermektedir ki madde kullananların %29.5 oranla parçalanmış ailede yetişen bireylerden oluşmaktadır (Derin vd., 2021). Savaşan ve arkadaşları (2013) çalışmalarında alkol bağımlısı bireylerin 1 yıl içerisinde %81'nin nüks yaşadığını ve bu duruma neden olan etmenlerin daha çok aile içi sorunlar ve kişilerarası çatışmalardan kaynaklandığını söylemektedirler. Kaptanoğlu ve arkadaşları (1997) alkol bağımlıları ile yaptıkları çalışmalarında bireylerin, ailelerini değerlendirirken genel işlev ve rollerde bozulmalar olduğunu belirtmektedirler. Literatürde ve bu çalışmada da görülen sonuçlara göre aile bağlarının güçlü olması, kişilerin aile ortamlarını olumlu algılamaları bağımlılık konusunda hem bağımlılığı önlemede hem de nüksetme riskini azaltmada önemli bir yere sahiptir. Aileleri ile daha iyi iletişim kurabilmesi için psikoeğitim verilerek kişilerarası çatışmaları çözmeye yönelik destek verilmesi nüksetmenin önüne geçilmesine yardımcı olacaktır (Kadam, 2017).

Araştırma kapsamında alkol bağımlısı kişilerin öz yeterlikleri cinsiyet ve yaşanan kişiye göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır. Çalışmayla tutarlı olarak Yıldırım ve İlhan (2010) Genel Öz Yeterlik Formunun geçerlik ve güvenilirliğini araştırdıklarında Genel Öz Yeterliğin cinsiyet ile anlamlı ilişkisinin olmadığını söylemektedirler. Bu çalışmayla paralel olarak Turan ve arkadaşları (2016)'da çalışmalarında cinsiyet açısından öz yeterlik düzeylerinde bir fark bulamamışlardır. Ancak Aydın (2011) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmasında genel öz yeterliğin erkeklerde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı şekilde Parlar ve Gençal Yazıcı (2017)' da

yaptıkları çalışmalarında erkek bireylerin genel öz yeterlik düzeylerinin daha fazla olduğunu söylemektedirler. Literatürde görülen farklılıklar çalışılan örneklemin özelliklerinden ve büyüklüğünden kaynaklandığı düşünülmektedir Yaşanılan kişi açısından Saka (2017) ergenler ile yaptığı çalışmasında geniş aileye sahip olan erkek ergenlerin duygusal öz yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğunu bildirmektedir. Anneler ile yapılan bir çalışmada ise Kılıçgün (2017) çekirdek aile içerisinde yaşayan annelerin öz yeterliklerinin daha yüksek olduğu bildirmektedir. Bu çalışmada ailesiyle veya tek yaşayan bireylerde anlamlı bir fark görülmemiştir.

Araştırma kapsamında alkol bağımlısı kişilerin öz yeterliğinin sadece ailesinde alkol bağımlılığı olup olmamasına göre farklılaştığı bulunmuştur. Buna göre; ailesinde alkol bağımlılığı olan kişilerin genel öz yeterlik düzeylerinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ünal (1991) bağımlı kişilerin olgularını incelediği araştırmasında bağımlıların anlattıkları hikayelerine göre ailelerinde bağımlılığa karşı bir yatkınlık olduğunu, ebeveynlerden annelerin sözünün daha çok geçtiği ve kendilerine bağımlı olarak yetiştirdiklerini, babaların ise daha ilgisiz ya hiç ilgilenmeyen ya da saldırgan tutumlar içerisinde olduklarını ve benlik gelişimlerinin daha düşük olduğunu söylemektedir. Arıcı ve Yaman (2021) Alkol kullanan bireylerle yaptıkları bir çalışmada aile üyelerinin alkol tüketip tüketmedikleri sorulduğunda çoğunluğun annelerinin kullanmayıp babalarının kullandığı söylenmektedir ve kendilerinin alkol kullandığını aile üyeleri tarafından bilinip bilinmediği sorulduğunda ise aileden en az bir kişinin bildiğini belirtmektedirler. Evren ve Ögel (2003) alkol bağımlısı kişilerin birinci derece akrabalarında da alkol kullanımının madde kullanımı olan kişilere göre daha fazla olduğunu saptamışlardır. Ailede bağımlılığın olması ile tutarlı bu sonuca göre de alkol bağımlısı bireylerin ailelerinde alkol bağımlılığı olmasının aile içerisinde olumsuzluklara yol açtığı ve bundan dolayı kişilerin algıladıkları öz yeterliklerinin daha düşük olabileceğini düşündürmektedir.

Bulgulara göre aile ortamında beraberlik boyutu cinsiyete göre fark yaratmazken denetim boyutunun kadınlarda daha düşük olduğu görülmektedir. Öğrencilerle yapılan yeme bozukluğu üzerine bir çalışmada İskender ve arkadaşları (2014) aile ortamının ilişkisine baktıklarında kızların birlik-beraberliği daha yüksek algıladıkları ve bu çalışmayla tutarlı olarak kızların denetim boyutunu daha düşük algıladıkları görülmektedir. Evren ve arkadaşları (2003) cinsiyet açısından kadınların ailelerinden daha fazla etkilendiğini ve rol model aldıklarını ve özellikle eşleri alkol kullanıyorsa kendilerinin de kullanma olasılıklarının fazla olduğunu söylemektedirler. Literatürde yapılan başka bir çalışmada Çeçen (2008) kişilerin cinsiyet açısından algılanan ana-baba tutumlarının farklılaşmadığını söylemektedir. Çalışmadan elde edilen sonuca göre beraberlik düzeyini algılamanın cinsiyete göre fark yaratmadığı ancak kadınların aile içerisindeki denetim düzeyini algılamalarını yükseltecek faaliyetlerin yapılmasının faydalı olabileceğini düşündürmektedir.

Katılımcıların yaşadıkları kişiye göre; ailesiyle birlikte yaşayanların tek yaşayanlara kıyasla hem beraberlik hem de denetim boyutunu daha yüksek algıladıkları görülmektedir. Ailesi ile yaşayan kişilerin aile ile daha çok vakit geçirebileceğinden ve iletişimin daha fazla olacağından dolayı tek yaşayan kişilere kıyasla beraberlik ve denetimi daha yüksek algılamalarının olası bir durum olduğu düşünülmektedir. Alkol bağımlılığında bağımlı kişilerin ailelerine vermiş olduğu iki mesaj vardır. Bunlar; alkol bağımlılığının sorunlu ve normal olmayan bir durum olduğu ve bu durumun kendi kontrollerinde olmadan alkol nedeniyle olduğu mesajıdır. Bu şekilde bağımlı kişiler ailelerinin onlardan uzaklaşmasını engellemek isterler (Samancı ve Ekici, 1998). Acar ve arkadaşları (2022) alkol bağımlısı kişilerin tedaviyi kabul etme ve sürdürmesinde sosyal destek sistemlerinin ilişkili olduğunu, tedavi sürecinde ailenin, arkadaşların, kendine yardım gruplarının kişilerin tedavisinde başarılı olabileceğini söylemektedirler. Ancak Kolay Akfert vd., (2009) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarında alkol deneyen gençlerin aile ortamını otoriter baskıcı, anne baba ilişkilerini uyumsuz ve ilişkilerini sınırsız olarak algıladığını bildirmektedirler. Bu sonuca göre önemli olan, kişilerin kiminle yaşadıkları değil, yaşanılan kişinin nasıl algılandığı ve kişilerin beraber yaşadıkları bireylerin davranış şekillerinden nasıl etkilendiğidir.

Kişilerin medeni durumuna göre ise denetim boyutunda fark olmazken; evli olan bireylerin ailelerinin beraberlik açısından daha yüksek algılandığı görülmektedir. Yüncü ve arkadaşları (2005) alkol kullanım bozukluğu olan bireylerde sosyal destek sistemlerinin farklı klinik özelliklere göre inceledikleri çalışma kapsamında evli olan bireylerin bekarlara kıyasla daha çok aile desteği aldıklarını bildirmektedirler. Savaşan ve arkadaşları (2013) alkol bağımlılığında nüksü araştırdığı çalışmalarında evli olan erkeklerin daha çok nüks yaşadığını ve bunun sebebi olarak aile içi sorun, kişilerarası çatışmaların etkisinin fazla olduğunu bulgulamışlardır. Buna göre evli olan kişilerin aile sorunlarının olmasının alkol bağımlılığında risk oluşturduğu şeklinde yorumlanabilir. Ancak Walitzer ve Dearing (2006) evli olmanın erkeklerde koruyucu görev üstlendiğini söylemektedir. Sau ve arkadaşları (2013) çalışmalarında boşanmış kişilere kıyasla evli kişilerin nüks yaşama oranlarının daha düşük olduğunu ve bundan dolayı da nüks etmenin tedavisinde aile üyelerinin desteği ile tedavinin daha olumlu sonuçlanabileceğini belirtmişlerdir. Literatürde oluşan bu farklılık kişinin evlilik içerisinde kendini nasıl hissettiği ve evli olduğu kişinin olumlu veya olumsuz etkisine göre değişebileceğini düşündürmektedir.

Aile ortamı ve öz yeterlilik değişkenlerinin aile ortamının hem beraberlik hem denetim alt boyutlarının ve genel öz yeterliğin bireylerin alkol kullanımının nüksetmesi üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu bulunmuştur. Nüks etme üzerindeki etkinin önem sırasına bakıldığında ise en çok genel öz yeterlik daha sonra beraberlik ve son olarak denetimin ilişkisi olduğu görülmektedir. Çalışmanın bulgularıyla tutarlı olarak Mutlu (2021) Bağımlı kişilerde değişimin olabilmesinin öz yeterlik inançları ile ilişkili olduğunu eğer kişi kendisinin değişmeyeceğe dair bir inancı ve değişebileceği konusunda bir umudu yoksa tedavinin istenilen başarıya ulaşamayacağını, öz yeterliğin hem bağımlılık alışkanlıklarının gelişiminde hem de bırakma aşamasında nüks durumunda bununla baş edebilmek için önemli olduğunu bildirmektedir. Demmel ve arkadaşları (2004) kişilerin motivasyonlarının alkol kullanım, özyeterlilik ve tedavi sonucu ile ilişkisini inceledikleri çalışmalarında özyeterliliğin değişime hazır olma ile ilişkili olduğunu bildirmişlerdir. Buna göre davranış değişikliği başlatmak için adım atmanın riskli durumlar karşısında başarılı şekilde başa çıkma ile ilişkili olduğu söylenmektedir. Buna göre öz yeterlik, kişilerin tedavi aşamasında olumlu bir etki yaratacağı ve nüks yaşama riskini de azaltacağı öngörülmektedir. Reinalda ve Pillon (2008) alkolizmin aile ilişkileri üzerindeki etkilerini incelemek adına 2 farklı aile ile 6 ay boyunca birebir görüşme yaptıkları vaka sunumunda her bireyin hikayesinin farklı ve biricik olduğunu fakat yaşanan zorluklar bakımından benzer olduklarını söylemektedirler. Kişilerin hastalıktan kurtulma motivasyonlarını sağlama konusunda ise aile desteğinin ve sosyal çevrenin önemli olduğunu belirtmektedirler. Altundağ (2021) ergenlerde madde kullanımı ile ilgili yaptığı araştırmasında aile ilişkilerine ve bağımlılıktan korunma öz-yeterlik düzeyine baktığında; güçlü ebeveyn-çocuk ilişkisinin koruyucu faktör olduğu bu doğrultuda ergenlerin ailelerini demokratik ebeveyn olarak algılamalarının madde bağımlılığında korunmada etkili olduğu ve öz-yeterliğin fazla olmasının ergenlerde riskli davranışların azalmasında etkili olduğunu söylemektedir. Görülmektedir ki hem aile ilişkileri hem de öz-yeterlik düzeyleri sadece yetişkinlerde ve sadece alkol bağımlılığında değil, ergenlikten başlayıp tüm bağımlılıkları kapsamaktadır.

Alkol bağımlılığında nüksetmenin önüne geçilebilmek adına aşermenin de önüne geçilmesi gerektiği ve bunun için ilaç destekleriyle ailede daha çok birlikte vakit geçirmelerini sağlayıp beraberlik düzeyini artırarak, kişilerin öz yeterliklerini artırmaya yönelik faaliyetlerinin eklenmesinin ve tedaviye aile üyelerinin katılımının daha faydalı olacağı düşünülmektedir.

Araştırma bulgularına göre nüksetmenin azalmasının kişilerin öz yeterlik düzeyleri ile daha çok ilişkisinin olduğu görülmektedir. Bunun için nüksetmenin önlenmesi adına tedavi sırasında kişilerin özyeterliliklerini artıracak düzenlemelerin yapılması önerilmektedir.

Türkçe literatürde çalışılan ilk konu olmasından dolayı örneklemin büyütülerek daha çok çalışılmasının genellenebilirliği artıracacağı düşünülmekte ve nüksetmenin bağımlılıkta önemli bir yeri olduğu görülmektedir, bunun için hastalığın seyrinin daha iyiye gidebilmesi adına nüksetmeye neden olan etmenlerin daha çok çalışılıp önlenmesi adına daha fazla bilimsel araştırmalara yer açılması gerektiği düşünülmektedir

KAYNAKÇA

Acar, B., Çakır, G., Karaköse, Ş., & Yaman, Ö. M. (2022) Alkol/Madde Bağımlısı Bireylerin Tedavi Süreçlerinde ve Motivasyonlarında Sosyal Destek Sistemlerinin Etkisi. *Bağımlılık Dergisi* 23(4):452-463.

Akfert, K. S., Çakıcı, E., & Çakıcı, M. (2009). Üniversite öğrencilerinde sigara-alkol kullanımı ve aile sorunları ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10, 40.

Altundağ, F. (2021). Ergenlerde madde kullanım bozukluğunun madde bağımlılığında korunmada ergenlerde öz-yeterlilik ölçeği ve anne-baba tutum ölçeği ile değerlendirilmesi (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).

Arıcı, A., & Yaman, Ö. M. (2021). Gençlerde Alkol Kullanımı ve Kültürel Yapının Bağımlılığa Etkisi. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 5(2), 71-89.

Ateş Çöl, I., Sönmez, M. B., & Vardar, M. E. (2016). Alkol Bağımlısı Olan Hastalarda İçsel Farkındalığın Değerlendirilmesi. *Nöropsikiyatri Arşivi*. 53: 17-22 <https://doi.org/10.5152/npa.2015.9898>

Avcu Meriç, I. (2020). Alkol bağımlılarında içsel farkındalık ve bilinçli farkındalık düzeylerinin alkol aşermesi ve karar verme davranışı ile ilişkisi. (Uzmanlık Tezi, Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı).

Aydiner, B. B. (2011). Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz-yeterlilik yaşam doyumu ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (Doctoral dissertation, Sakarya Üniversitesi (Turkey)).

Best, D. W., & Lubman, D. I. (2012). The recovery paradigm: A model of hope and change for alcohol and drug addiction. *Australian Family Physician*, 41(8), 593-597.

Bottlender, M., & Soyka, M. (2004). Impact of craving on alcohol relapse during, and 12 months following, outpatient treatment. *Alcohol and Alcoholism*, 39(4), 357-361.

- Brown, S. A., Vik, P. W., Patterson, T. L., Grant, I., & Schuckit, M. A. (1995). Stress, vulnerability and adult alcohol relapse. *Journal of Studies on Alcohol*, 56(5), 538-545.
- Choate, P. W. (2015). Adolescent alcoholism and drug addiction: The experience of parents. *Behavioral Sciences*, 5(4), 461-476.
- Copello, A. G., Velleman, R. D., & Templeton, L. J. (2005). Family interventions in the treatment of alcohol and drug problems. *Drug and Alcohol Review*, 24(4), 369-385.
- Çeçen, A. R. (2008). Öğrencilerinin cinsiyetlerine ve anababa tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-431.
- Demmel, R., Beck, B., Richter, D., & Reker, T. (2004). Readiness to change in a clinical sample of problem drinkers: Relation to alcohol use, self-efficacy, and treatment outcome. *European Addiction Research*, 10(3), 133-138. <https://doi.org/10.1159/000077702>
- Derin G, Okudan M, Aşıcıoğlu F. (2021). Alkol ve madde kullanım bozukluklarında ailevi risk faktörleri. Öztürk E, editör. *Aile Psikopatolojisi. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; p.118-26.*
- Erdim, L. (2019). Alkolizmin aile ve çocuk üzerine etkisi. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 6(1), 193-200.
- Eryılmaz, A. (2011). Ergenlerin öznel iyi oluşlarıyla aile ortamları arasındaki ilişki. *Aile ve Toplum Dergisi*, 7(24), 93-100.
- Evren, C., & Ögel, K. (2003). Alkol/madde bağımlılarında dissosiyatif belirtiler ve çocukluk çağı travması, depresyon, anksiyete ve alkol/madde kullanımı ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 4(1), 30-37.
- Evren, C., Cetin, R., Durkaya, M., & Dalbudak, E. (2010). Clinical factors associated with relapse in male alcohol dependents during six-month follow-up. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni-Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 20(1), 14-22.
- Fals-Stewart, W., Kashdan, T. B., O'Farrell, T. J., & Birchler, G. R. (2002). Behavioral couples therapy for drug-abusing patients: Effects on partner violence. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 22(2), 87-96.
- Gümüş, Ö., Şahin, E., & Top, M. Ş. (2002). Alkol ve eroin bağımlılarının ailelerindeki psikososyal ve ekonomik zorlukların araştırılması. *Bağımlılık Dergisi*, 3(3), 146-154.
- Hasking, P. A., & Oei, T. P. (2007). Alcohol expectancies, self-efficacy and coping in an alcohol-dependent sample. *Addictive Behaviors*, 32(1), 99-113. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2006.03.024>
- İskender, M., Akgül, O., Tura, G., & Turtulla, S. (2014). Orta okul öğrencilerinde aile ortamı, yeme tutumu ve obezite durumları arasındaki ilişki.
- Kadam, M., Sinha, A., Nimkar, S., Matcheswalla, Y., & De Sousa, A. (2017). A comparative study of factors associated with relapse in alcohol dependence and opioid dependence. *Indian Journal of Psychological medicine*, 39(5), 627-633.
- Kalyoncu, A., Mırsal, H., Pektaş, O., & Yazıcı, H. (2001). Alkol bağımlılığında nüks nedenleri: Kesitsel bir çalışma. *Bağımlılık Dergisi*, 2, 61-3.
- Kaptanoğlu, C., Yenilmez, Ç., Seber, G., & Tekin, D. (1997). Alkol bağımlılarında ruhsal belirtiler evlilik sorunları ve aile tutumları. *Düşünen Adam*, 10(1), 57-60.
- Kılıçgün, M. Y. (2017). Okul Öncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden Çocukların Annelerinin Öz Yeterlilik Durumlarının İncelenmesi *Eyuder Yayınları*
- Luszczynska, A., Scholz, U., & Schwarzer, R. (2005). The general self-efficacy scale: multicultural validation studies. *The Journal of Psychology*, 139(5), 439-457.
- McKellar, J., Ilgen, M., Moos, B. S., & Moos, R. (2008). Predictors of changes in alcohol-related self-efficacy over 16 years. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 35(2), 148-155.
- Morgenstern, J., Labouvie, E., McCrady, B. S., Kahler, C. W., & Frey, R. M. (1997). Affiliation with Alcoholics Anonymous after treatment: a study of its therapeutic effects and mechanisms of action. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65(5), 768.
- Mutlu, E. (2021). Motivasyonel görüşmeye dayalı grupla sosyal hizmet müdahalesinin alkol kullanım bozukluğu olan bireylerin tedavi motivasyonu, öz yeterlilik ve remisyona etkisi. (Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Nurnberger, J. I., & Bierut, L. J. (2007). Seeking the connections: alcoholism and our genes. *Scientific American*, 296(4), 46-53.

- Oscar-Berman, M., & Marinkovic, K. (2003). Alcoholism and the brain: an overview. *Alcohol Research & Health*, 27(2), 125.
- Özpuolat, F. (2016). Öz yeterlilik düzeyi ile sağlıklı yaşam biçimi arasındaki ilişki. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(4), 37-44.
- Parlar, H., Gençal Yazıcı, S. (2017). Evli ve bekar yetişkinlerin genel öz-yeterlik ve benlik saygılarının incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(31), 207-247.
- Reinaldo, A. M. D. S., & Pillon, S. C. (2008). Alcohol effects on family relations: a case study. *Revista Latino-americana de Enfermagem*, 16, 529-534.
- Romo, L., Strat, Y. L., Aubry, C., Marquez, S., Houdeyer, K., Batel, P., ... & Gorwood, P. (2009). The role of brief motivational intervention on self-efficacy and abstinence in a cohort of patients with alcohol dependence. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 39(3), 313-323.
- Saatçioğlu, Ö., Yapıcı, A., Ciğerli, G., Üney, R., & Çakmak, D. (2007). Yatarak tedavi gören bağımlı hastalarda nüksün değerlendirilmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 8(3), 133-137.
- Saka, A. (2017). *Farklı aile yapısına sahip ergenlerin öz-yeterlilik ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi* (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Samancı, A. Y., & Ekici, G. (1998). Aile terapisi. *Düşünen Adam*, 11(3), 45-51.
- Sau, M., Mukherjee, A., Manna, N., & Sanyal, S. (2013). Sociodemographic and substance use correlates of repeated relapse among patients presenting for relapse treatment at an addiction treatment center in Kolkata, India. *African Health Sciences*, 13(3), 791-799.
- Savaşan, A., Engin, E., & Ayakdaş, D. (2013). Bir AMATEM kliniğinden taburcu olan bağımlı hastaların yaşam tarzı değişiklikleri ve nüks durumları. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 4(2), 75-79.
- Schäfer, G., & Lecturer, S. (2011). Family functioning in families with alcohol and other drug addiction. *Social Policy Journal of New Zealand*, 37(1), 1-17.
- Siddiqui, S. (2015). Impact of self-efficacy on psychological well-being among undergraduate students. *The International Journal of Indian Psychology*, 2(3), 5-16.
- Strowig, A. B. (2000). Relapse determinants reported by men treated for alcohol addiction: the prominence of depressed mood. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 19(4), 469-474.
- Tiffany, S. T., Carter, B. L., & Singleton, E. G. (2000). Challenges in the manipulation, assessment and interpretation of craving relevant variables. *Addiction*, 95(8s2), 177-187.
- Turan, M. B., Karaoğlu, B., Kaynak, K., & Osman, P. E. P. E. (2016). Özel yetenek sınavlarına giren adayların genel öz yeterlilik düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 17-26.
- Ünal, M. (1991). Madde bağımlılığı ve alkolizmde aile. *Aile ve Toplum Dergisi*, 1(2), 80-85.
- Ünüböl, B., Çinka, E., Bilici, R., & Hıdıroğlu, S. (2019). Bağımlı kadınların ruhsal, ailesel ve çevresel sorunlarının incelenmesi. *KADEM Kadın Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 99-131.
- Vengeliene, V., Bilbao, A., Molander, A., & Spanagel, R. (2008). Neuropharmacology of alcohol addiction. *British Journal of Pharmacology*, 154(2), 299-315.
- Walitzer, K. S., & Dearing, R. L. (2006). Gender differences in alcohol and substance use relapse. *Clinical Psychology Review*, 26(2), 128-148.
- Yıldırım, F., & İlhan, İ. Ö. (2010). Genel öz yeterlilik ölçeği Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 301-308.
- Yüncü, Z., Yıldız, U., Kesebir, S., Altıntoprak, E., & Coşkunol, H. (2005). Alkol kullanım bozukluğu olan olguların sosyal destek sistemlerinin değerlendirilmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 6(3), 129-135.
- Zulkosky, K. (2009) Self-efficacy: a concept analysis. *In Nursing Forum* (Vol. 44, No. 2, pp. 93-102). Malden, USA: Blackwell Publishing Inc.