

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE RAMAZAN DÖNEMİ ORUÇ TUTMA DAVRANIŞININ BENLİK SAYGISI, SİGARA VE ALKOL KULLANIMINA ETKİLERİ

Effects of Ramadan Fasting on Self Esteem, Cigarette and Alcohol Use in College Students

Dr. Okan Çaliyurt¹, Psk. Sebahat Molla², Dr. Erdal Vardar¹, Dr. Ercan Abay³

ÖZET

Amaç: Ramazan döneminde oruç tutma Müslümanlar için bir görevdir. Oruç tutma sırasında güneşin doğuşu ve batışı arasındaki dönemde Müslümanlar yemez, içmez, sigara kullanmaz ve cinsel ilişkiye girmezler. Oruç tutmanın birçok olumlu ve olumsuz tıbbi ve psikolojik etkileri bildirilmiştir. Bu çalışmada üniversite öğrencileri arasında Ramazan dönemi oruç tutmanın sigara ve alkol kullanımına olan etkileri araştırılmıştır. Ayrıca Ramazan döneminde oruç tutmanın benlik saygısına olası yansımaları ve bu durumun sigara ve alkol kullanımına etkileri değerlendirilmiştir.

Yöntem: Toplam 198 Sağlık Meslek Yüksekokulu öğrencisine sosyodemografik bilgi formu ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanılarak tarama yapılmıştır.

Bulgular: Ramazan döneminde sigara kullanımının hem kız hem de erkek öğrencilerde azaldığı gözlenmiştir. Sigara kullanımının benlik saygısı üzerine olumsuz etkileri oruç tutan öğrencilerde gösterilmiştir. Diğer yandan benlik saygısı ile Ramazan'da oruç tutma arasında bir ilişki saptanamamıştır.

Sonuç: Ramazan döneminde oruç tutma davranışının sigara kullanımını azaltması ve diğer yandan da benlik saygısının sigara kullanımı ile olumsuz yönde etkilenmesi, Ramazan döneminde bu maddeye bağımlılığı olanları değerlendirmede oruç tutma davranışının sorgulanması ve göz önüne alınmasının önemini ortaya çıkartmaktadır.

Anahtar kelimeler: Ramazan, benlik saygısı, sigara, alkol, ergen.

ABSTRACT

Objective: Fasting during Ramadan is a religious duty for Muslims. Muslims do not eat, drink, smoke, and have sex from dawn to sunset. Many positive or negative medical and psychological effects of Ramadan fasting have been reported. These benefits and adverse effects of Ramadan fasting to the general health of an individual may impact on self-esteem or mood state. Effects of Ramadan fasting on cigarette and alcohol use is studied in college students. Self esteem was also evaluated to show possible association between self esteem and Ramadan fasting or self esteem and alcohol use or smoking in Ramadan.

Methods: In this study we investigated the effects of fasting during Ramadan on cigarette and alcohol use in 198 college students. Possible effects of self-esteem on cigarette or alcohol use and effects of regular abstinence of smoking or alcohol on self-esteem during Ramadan were also evaluated.

Results: It was observed that cigarette smoking amongst male and female students was reduced during the month of Ramadan. Cigarette smoking showed to have negative effects on self-esteem of fasting subjects. There was no association between self-esteem and fasting in month of Ramadan.

Conclusions: This study demonstrates Ramadan fasting could effect smoking behavior of the fasting students and self esteem is negatively effected by cigarette smoking. These results show the importance of the evaluating of the fasting behavior during the month of Ramadan in dependent patients.

Key words: Ramadan, self esteem, cigarette, alcohol, adolescent.

¹ Yrd. Doç. Dr. Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri A.D.

² Psk. Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri A.D.

³ Prof. Dr. Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri A.D.

GİRİŞ

Ramazan İslami ay takvimine göre dokuzuncu aydır. Müslümanlar için Ramazan döneminde oruç tutmak mecburidir. Sadece hastalar ve bazı seyahat edenler bu zorunluluk dışında kalmaktadır. Oruç tutma güneş doğumundan batımına kadar olan dönemde yemek yememe, içmeme, sigara kullanmama ve cinsel ilişkiye girmeme şeklinde uygulanır. Ramazan'da oruç tutma apolipoprotein metabolizmasını etkileyerek kardiyovasküler hastalıklardan korunma (1) gibi tıbbi yararlar sağlayabilmektedir. Ramazan dönemi oruç tutmanın uyku, endokrin sistem ve gastrointestinal sistem üzerine önemli yan etkileri bulunmaktadır. Gece uykusuna etkileri olan uyku latensinde artma ve yavaş dalga uykusu ile REM uykusunda azalma yemek öğünlerindeki değişiklik ile ilişkilendirilmiştir (2). Diyabet hastalarının ve bu hastaların tedavilerinin kötüleşmesi oruç tutanlarda sık olarak karşımıza gelmektedir (3). Bir çalışmada oruç tutanlarda gün içi vücut ısı düşüklüğü, subjektif uyarılmada azalma ve duygudurumda bozulma bildirilmiştir (4). Ayrıca sık olarak peptik ülser komplikasyonları ve gastrik asidite sorunları bildirilmektedir (5,6).

Ramazan döneminde oruç tutmanın sağlık ve ruhsal durum üzerine olumlu ve olumsuz etkileri bireyin benlik saygısını ve duygudurumunu etkileyebilir. Sigara ve alkol kullanımı gün içindeki davranışları belirleyebilmekte ve oruç tutma eylemini gerçekleştirebilmeyi etkileyen önemli faktörlerden olmaktadır. Bir çalışmada sigara kullanan ve kullanmayanlarda huzursuzluğun benzer bir şekilde ortaya çıktığı fakat Ramazan döneminde huzursuzluğun sigara içenlerde içmeyenlerden daha fazla arttığı bildirilmiştir (7).

Bu çalışmada, Ramazan dönemindeki oruç tutma davranışının 1) bu eylemini gerçekleştirme becerisindeki başarı ile benlik saygısı üzerine olan olası etkileri ve 2) inançlar doğrultusunda oruç tutma döneminde alımının kısıtlanması baskısı oluşan ve fiziksel olarak oruç tutanlarda günün içerisindeki belli bir dönemde kullanımı mümkün olmayan sigara ve alkolün kullanıma düzeylerine olan etkilerinin araştırılması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Çalışmaya Trakya Üniversitesi Sağlık Meslek Yüksek Okulu öğrencileri arasında 198 öğrenci rasgele olarak dahil edilmiştir. Çalışma Ramazan dönemi içerisinde gerçekleştirilmiştir. Öğrenciler araştırma hakkında bilgilendirilmiş, katılım gönüllülük esasına göre ve anonim olarak sağlanmıştır. Çalışmaya katılanların tümü ölçekleri tamamlamış ve bu katılımları için öğrencilere herhangi bir ücret ödenmemiştir.

Değerlendirmede sosyodemografik soru formu ve benlik saygısı ölçeği kullanılmıştır. Ölçekler gün içi ders saatleri içerisinde uygulanmış ve tüm öğrenciler Ramazanın 2. ve 3. haftası içerisinde değerlendirilmiştir. Görüşmeler, tüm öğrencilerle bir klinik psikolog veya psikiyatrist tarafından yapılmıştır.

Benlik saygısı Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin Türkçe versiyonu ile değerlendirilmiştir. Bu ölçek 6 noktalı skala ile benlik saygısını değerlendirmekte ve düşük, orta ve yüksek olarak sınıflandırmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır ve 12 alt testten oluşmaktadır (8,9).

Sosyodemografik soru formu Ramazan dönemindeki oruç tutma özelliklerini yani Ramazan süresince devamlı oruç tutan ve tutmayan öğrenciler ile oruç tutmayı düzensiz olarak gerçekleştirenleri belirleyerek, Ramazandan önce ve sonraki alkol ve sigara kullanımını değerlendirmektedir. Çalışmaya katılanların demografik özellikleri, yaş, cins ve aylık harçlık gibi bilgileri ayrıca toplanmıştır.

Veriler SPSS 9.0 istatistik programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Ki Kare testi, Mann-Whitney U testi, Student t testi ve Kruskal Wallis testleri değerlendirmelerde kullanılmıştır. İstatistiki anlamlılık sınırı olarak 0.05 belirlenmiştir.

BULGULAR

Tüm öğrenciler Müslümandı, 167 (%84) öğrenci oruç tutuyordu ve bunların 140'ı her gün sürekli olarak oruç tutuyordu. Tablo 1. öğrencilerin sosyodemografik bulgularını özetlemektedir. Öğrencilerin ortalama yaşı

19.17 ± 1.34, yıl olup, 128 (%64.6) öğrenci erkek ve 70 (%35.4) öğrenci kızdı. Hemşirelik meslek yüksek okulunun baskın olması cinsiyet dağılımının belirlenmesini sağlamıştır ve aynı zamanda fakülteninde cinsiyet dağılımını yansıtıyordu. Ramazanda oruç tutma ile cinsiyet arasında veya oruç tutma ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki saptanamadı ($X^2=0.15$, $p=0.83$; $X^2=2.06$, $p=0.35$ sırasıyla). Öğrenciler başlıca Marmara bölgesi olmak üzere tüm bölgelerden gelmekteydiler. Öğrencilerin aileleri ise başlıca şehir merkezlerinde ikamet etmekte idiler.

Tablo 1: Oruç Tutan ve Tutmayan Öğrencilerin Sosyodemografik Dağılımları

	Oruç tutma		Toplam
	Hayır	Evet	
Cinsiyet			
Erkek	10	60	70
Kadın	21	107	128
Ailenin oturduğu yer			
Köy	3	18	21
İlçe	7	66	73
İl	21	83	104
Öğrencinin kaldığı yer			
Yurt	17	124	141
Ev veya aile yanı	14	43	57
Yakınların oruç tutma davranışı			
Oruç tutan birinci derece yakınlar	19	79	98
Oruç tutan ikinci derece yakınlar	7	86	93
Oruç tutmayan yakınlar	5	2	7
Sigara kullanımı			
Kullanmıyor	15	108	123
Kullanıyor	16	59	75
Alkol kullanımı			
Kullanmıyor	25	153	178
Kullanıyor	6	14	20
Ebeveyn eğitim düzeyi (Baba)			
Eğitimsiz	2	3	5
İlk okul	14	78	92
Orta okul	10	68	78
Üniversite veya üstü	5	17	22
Ebeveyn eğitim düzeyi (Anne)			
Eğitimsiz	3	17	20
İlk okul	18	113	131
Orta okul	10	32	42
Üniversite veya üstü	-	5	5

Öğrencilerin sadece 20'si kendini alkol kullanıcısı olarak bildirirken 75 öğrenci (%37.9) sigara kullanıyordu. Oruç tutmayanlarda sigara kullanma oranı (%51.6) tutanlardan (%35.3) daha fazlaydı fakat bu farklılık istatistiki olarak anlamlı değildi ($X^2=2.94$, $p=0.08$). Tablo 2. kız ve erkek öğrenciler arasında alkol kullanımı açısından istatistiki olarak

Tablo 2: Kız ve Erkek Öğrencilerde Oruç Tutma, Sigara ve Alkol Kullanımı

	Kız				Erkek					
	Hayır		Evet		Hayır		Evet			
	n	%	n	%	n	%	n	%	X ²	p
Oruç tutma	21	16.4	107	83.6	10	14.3	60	85.7	0.15	0.83
Sigara kullanımı	82	64.1	46	35.9	41	58.6	29	41.4	0.58	0.44
Alkol kullanımı	120	93.8	8	6.3	58	82.9	12	17.1	5.91	0.01

anlamlı farklılık gösterirken sigara kullanımı veya oruç tutma açısından böyle bir fark bulunmamaktadır.

Öğrenciler arasında haftalık ortalama sigara kullanımı 5.18 ± 2.24 sigara/hafta olarak saptandı. Erkekler kızlardan daha fazla sigara tüketiyordu fakat bu fark istatistiki olarak anlamlı değildi (erkekler: 5.72 ± 2.91, kızlar: 4.82 ± 2.76; $t=1.34$, $p=0.18$). 51 sigara kullanan öğrenci Ramazan döneminde sigara kullanımında azalma bildirmiştir. Tablo 3. Hem kız hem de erkek öğrencilerdeki sigara kullanımındaki azalmayı göstermektedir. Azalma erkeklerde daha fazla olmuştur ve istatistiki olarak da anlamlıdır. Her ne kadar sadece 20 alkol kullanan bulunmasına rağmen, 17'si (%85) alkol kullanma alışkanlıklarında azalma göstermiştir. Diğer yandan oruç tutma davranışı öğrencilerin sigara içme durumları ile bir ilişki göstermemektedir ($X^2=2.94$, $p=0.10$).

Tablo 3: Ramazanda Sigara Kullanımındaki Değişme

	Erkek		Kız		X^2	p
	n	%	N	%		
Azaldı	24	82.8	27	60.0	4.26	0.04
Aynı veya Arttı	5	17.2	18	40.0		
Toplam	29	100.0	45	100.0		

Ara ara ve düzensiz oruç tutan öğrenciler düzenli oruç tutanlardan daha yüksek sigara kullanma (%55.6' ya karşı %32.1) ve alkol kullanma (%18.5' karşı %6.4) oranları göstermektedir ($X^2=5.39$, $p=0.02$; $X^2=4.30$, $p=0.03$ sırasıyla).

Tablo 4: Benlik Saygısı ve Oruç Tutma Davranışı İlişkisi

	Oruç tutma					
Benlik Saygısı	Hayır		Evet		Toplam	
	n	%	n	%	n	%
Yüksek	17	54.8	84	50.3	101	515.0
Orta	12	38.7	77	46.1	89	44.9
Düşük	2	6.5	6	3.6	8	4.0
Toplam	31	100.0	167	100.0	198	100.0

Öğrencilerin çoğunluğu yüksek ve orta düzeyde benlik saygısı gösterirken sadece 8 öğrencide düşük benlik saygısı saptanmıştır (Tablo 4). Oruç tutma ile benlik saygısı arasında bir ilişki saptanamamıştır ($X^2=0.95$, $p=0.62$). Oruç tutan ve sigara kullanan öğrencilerin oruç tutan sigara kullanmayan öğrencilerden daha düşük benlik saygısı gösterdikleri bulunmuştur ($X^2=7.94$, $p=0.01$) (Tablo 5).

Tablo 5: Oruç Tutanlarda Benlik Saygısı ve Sigara İçme Davranışı

	Sigara kullanımı					
Benlik Saygısı	Hayır		Evet		Toplam	
	n	%	n	%	n	%
Yüksek	63	58.3	21	35.6	84	50.3
Orta	42	38.9	35	59.3	77	46.1
Düşük	3	2.8	3	5.1	6	3.6
Toplam	108	100.0	59	100.0	167	100.0

Öğrencilerin ortalama haftalık harçlıkları 62.57 ± 23.51 milyon TL idi ve 20 ile 150 milyon TL arasında değişiyordu (Tablo 6). Oruç tutan öğrencilerin harçlıkları tutmayanlardan daha düşüktü ($t=2.54$, $p=0.03$). Diğer yandan ekonomik durumun bir diğer göstergesi de yurtlarda ikamet etme olarak değerlendirilebilir. Benzer şekilde yurttan kalan öğrenciler evlerde ya da aile yanında kalan öğrencilerden daha fazla oranda oruç tutuyorlardı ($X^2=4.80$, $p=0.02$). Yurttan kalma sigara kullanımını etkilemezken ($X^2=1.21$, $p=0.27$), alkol kullanımı yurttan kalanlarda daha düşüktü ($X^2=7.45$, $p=0.00$).

Öğrencilerin haftalık harçlıkları ile benlik saygısı arasındaki korelasyonlar Tablo 6'da gösterilmiştir. Her ne kadar harçlıklar düşük benlik saygısı grubunda yüksek olarak saptansa da istatistiksel bir anlamlılık bulunamadı (Kruskal Wallis test=0.45, $p=0.79$). Diğer yandan sigara kullanan öğrencilerin harçlıkları sigara kullanmayanlardan daha fazlaydı ($t=3.37$, $p=0.00$). Düşük benlik saygısı grubunun sayı olarak azlığı nedeni ile istatistiksel değerlendirmede düşük ve orta benlik saygısı olan gruplar birleştirilmiştir. Sigara kullanımı düşük ve orta benlik saygısı grubunda (%45.4) yüksek benlik saygısı grubuna göre (%30.7) daha yüksekti ($X^2=0.14$, $p=0.70$).

Tablo 6. Öğrencilerin Haftalık Harçlıkları ile Oruç Tutma, Benlik Saygısı ve Sigara Kullanma Davranışları İlişkisi (Milyon TL)

	n	Ortalama	SS
Oruç tutma			
Hayır	31	72.90	28.75
Evet	167	60.65	21.98
Benlik saygısı			
Yüksek	101	61.53	22.28
Orta	89	63.42	24.64
Düşük	8	66.25	28.13
Sigara kullanımı			
Hayır	123	58.28	22.02
Evet	75	69.60	24.33

TARTIŞMA

Ramazan döneminde yapılan bu çalışmada, sigara kullanma alışkanlığının benlik saygısı üzerine önemli bir etken olduğu ortaya konmuştur. Oruç tutan sigara kullanıcılarının daha düşük bir benlik saygısı gösterdiği ve sigara kullanma davranışının oruç tutulan Ramazan ayı içerisinde azaldığı gözlenmektedir. Yapılan çalışmalarda benlik saygısının erken ergenlik döneminde her iki cins için de sigaraya başlama ile ilişkili bir faktör olabileceği ve bu gençler arasında herhangi bir düzeyde sigara kullananların hiç kullanmayanlara göre daha düşük benlik saygısı düzeyleri olduğu bildirilmiştir (10). Diğer bir çalışmada ise kızların sigaraya başlama ve sigara içme davranışını sürdürmelerinin altında farklı motivasyonların yer alabileceği ortaya konmuştur, fakat bizim çalışmamızda kız ve erkek öğrenciler arasında sigara içme davranışı açısından fark gözlenememiştir (11). Diğer yandan başka çalışmalar gençlerde benlik saygısı ve sigara içme arasında basit ve doğrudan bir ilişkinin bulunamayacağını ve sosyal olarak izole gençlerin hem düşük benlik saygısı gösterdiklerinin hem de daha az sigara kullandıklarını ortaya koymuştur (12).

Ramazan döneminde oruç tutma ile benlik saygısı arasında bir ilişki saptanamamıştır. Sonuçlara göre öğrenciler büyük çoğunlukla orta ve yüksek benlik saygısı düzeyleri göstermiştir. Bu pozitif yüksek benlik saygısı sonuçlarını açıklayacak bir veri bulunmamakla beraber öğrencilerin kendilerinde negatif değerlendirme yapmak istememe eğilimlerinin bu sonuçları oluşturduğu düşünülebilir.

Sonuçlar göstermektedir ki, düzensiz ola-

rak oruç tutanlar daha yüksek sigara ve alkol kullanma oranları sergilemektedir. Bu durum alkol veya sigara bağımlısı olan öğrencilerin bu bağımlılıkları nedeniyle oruç tutma davranışlarını başarı ile yerine getirememelerine ve bu nedenle de aralıklı oruç tutma yaklaşımı ile telafi etmelerine bağlı olabilir. Diğer yandan bu hipotezin başka çalışmalarla doğrulanması halinde, bu özellik bağımlı kişileri Ramazanda daha kolay saptamamıza ve onlara yardım etmek için fırsat elde etmemize olanak sağlayabilir.

Haftalık harçlıklar sigara içen grupta daha yüksek olarak bulundu. Benzer şekilde oruç tutmayan öğrencilerin de harçlıkları oruç tutanlardan daha yüksekti. Her ne kadar öğrencilerin harçlıkları her zaman ailelerinin ekonomik durumları ile ilişkili doğrudan bilgiler vermese de bu bilgi güvenilir olarak değerlendirmeye alınabilir. Bazı çalışmalarda ekonomik zorlukların ergenlerin benlik saygısı üzerine olumsuz etkileri olduğu bildirilmiştir (13,14). Düşük ekonomik düzeydeki öğrencilerin bir kısmının manevi etkenlerle oruç tutmada artış göstermeleri ekonomik sorunların benlik saygısı üzerindeki olumsuz etkilerini gidermeye yönelik olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Benzer şekilde ve ekonomik düzeyleri de yansıtan diğer bir özellik yurttan ikamet etmedir. Yurttan kalan öğrencilerde daha yüksek oruç tutma oranları saptanmıştır. Oruç tutmayan öğrencilerdeki yüksek harçlık düzeylerinin bulunması yerleşim, kültür ve sosyoekonomik durumun etkilerini ortaya koymakta ve değerlendirmelerin daha geniş bir perspektiften yapılmasını gerektirmektedir.

Çalışmamızda göreceli olarak düşük öğrenci sayısının bulunması ve tek merkezde yapılması elde edilen sonuçların genelleştirilebilmesini zorlaştırmaktadır. Diğer yandan öğrencilerin sosyal ve dini kültür olarak başka bölgelerden farklılıklar gösterebileceği Trakya bölgesindeki bir okuldan seçilmesi, bölgesel etkilerin sonuçları etkileyebilmesi gerçeği yanında öğrencilerin Ülke'nin tüm 7 bölgesinden gelen bir popülasyonu oluşturması nedeni ile bu sorun daha az düzeye inmektedir. Ayrıca elde edilen verilerin beyana dayalı ol-

ması ve karbondioksit, nikotin veya kan düzeyi ölçümleri ile desteklenmemesi çalışmanın başka bir limitasyonudur.

Sonuç olarak, bu çalışmanın klinik pratikte ve uygulamada kullanılabilecek sonuçları bulunmaktadır. Ramazan döneminde oruç tutmanın sigara ve alkol kullanımı ile ilişkili ve karşılıklı etkileşim içinde olduğu, benlik saygısının oruç tutma davranışı ile doğrudan ilişkili olmadığı fakat benlik saygısının sigara kullanımı ile etkilenebildiği ortaya konmuştur. Transkültürel bakış açısı ile bağımlı hastaların değerlendirilmesinde, inançlı ve oruç tutan bireylerin bu sonuçlar ışığında izlenmesi avantajlı olacaktır.

KAYNAKLAR

- 1- Adlouni A, Ghalim N, Saile R, et al. Beneficial effect on serum apo AI, apo B and Lp AI levels of Ramadan fasting. Clin Chim Acta 1998; 71:179-189.
- 2- Roky R, Chapotot F, Hakkou F, et al. Sleep during Ramadan intermittent fasting. J Sleep Res 2001; 10:319-327.
- 3- Burden M. Culturally sensitive care: managing diabetes during Ramadan. Br J Community Nurs 2001; 6:581-585.
- 4- Roky R, Iraki L, HajKhlifa R, et al. Daytime alertness, mood, psychomotor performances, and oral temperature during Ramadan intermittent fasting. Ann Nutr Metab 2000; 44:101-107.
- 5- Iraki L, Abkari A, Vallot T, et al. Effect of Ramadan fasting on intragastric pH recorded during 24 hours in healthy subjects. Gastroenterol Clin Biol 1997; 21:813-819.
- 6- Donderici O, Temizhan A, Kucukbas T, et al. Effect of Ramadan on peptic ulcer complications. Scand J Gastroenterol 1994; 29:603-606.
- 7- Kadri N, Tilane A, El Batal M, et al. Irritability during the month of Ramadan. Psychosom Med 2000; 62:280-285.
- 8- Çuhadaroğlu F. Adolesanlarda benlik saygısı. Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara. 1986.

- 9- Çuhadaroğlu F. Gençlerde benlik saygısı ile ilgili bir araştırma. XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bilimsel Çalışmaları. 1985; 107-108.
- 10- Kawabata T, Cross D, Nishioka N, et al. Relationship between self-esteem and smoking behavior among Japanese early adolescents: initial results from a three-year study. J Sch Health 1999; 69:280-284.
- 11- Abernathy TJ, Massad L, Romano-Dwyer L. The relationship between smoking and self-esteem. Adolescence 1995; 30:899-907.
- 12- Glendinning A, Inglis D. Smoking behaviour in youth: the problem of low self-esteem? J Adolesc 1999; 22:673-682.
- 13- Ho CS, Lempers JD, Clark-Lempers D.S. Effects of economic hardship on adolescent self-esteem: a family mediation model. Adolescence 1995; 30:117-131.
- 14- Housley K, Martin S, McCoy H, et al. Self-esteem of adolescent females as related to race, economic status, and area of residence. Percept Mot Skills 1987; 64:559-566.