



T.C.  
UFUK ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
PSİKOLOJİ PROGRAMI

**ÖFKE İFADESİNDE ALGILANAN ANNE PSİKOLOJİK VE  
DAVRANIŞSAL KONTROLÜ İLE DENETİM ODAĞININ  
YORDAYICI ROLÜ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Saliha Kübra KALKAN

TEZ DANIŞMANI  
Dr. Öğr. Üyesi Meltem ANAFARTA ŞENDAĞ

ANKARA

2018



T.C.  
UFUK ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
PSİKOLOJİ PROGRAMI

**ÖFKE İFADESİNDE ALGILANAN ANNE PSİKOLOJİK VE  
DAVRANIŞSAL KONTROLÜ İLE DENETİM ODAĞININ  
YORDAYICI ROLÜ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Saliha Kübra KALKAN

TEZ DANIŞMANI  
Dr. Öğr. Üyesi Meltem ANAFARTA ŞENDAĞ

ANKARA

2018

KABUL VE ONAY

Saliha Kübra Kalkan tarafından hazırlanan 'Öfke İfadesinde Algılanan Anne Psikolojik Ve Davranışsal Kontrolü İle Denetim Odağının Yordayıcı Rolü' başlıklı bu çalışma , 14.09.18 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Orhan AYDIN – Başkan

Dr. Öğr. Üyesi Meltem ANAFARTA ŞENDAĞ -Danışman

Doç. Dr. Sait ULUÇ- Üye

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylım.

Prof. Dr. Mehmet TOMANBAY

Enstitü Müdürü



## BİLDİRİM

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

- Tezimin / Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim / Raporum sadece Ufuk Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- Tezimin / Raporumun 2 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin / raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

Saliha Kübra KALKAN



## TEŞEKKÜR

Öncelikle tezimin başından sonuna kadar titizlikle ve değerli bilgileriyle bana yön veren, ihtiyaç duyduğum her konuda ve zamanda desteğini sunan, önemli katkılarıyla çalışmamı daha iyi bir şekilde tamamlamamı sağlayan danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Meltem Anafarta Şendağ'a merak ettiğim her soruya açıklayıcı ve içten yanıtları ve yol gösterici yaklaşımları için en kalbi teşekkürlerimi sunarım. Güler yüzlü ve motive edici olmasıyla da bu zorlu çalışma sürecini başarıyla geçirmemi kolaylaştırdı.

Bosnalı üniversite yıllarımda tanıdığım, sevgileriyle, samimiyetleriyle ve fedakarlıklarıyla her zaman bendeki özel yerlerini koruyan canım dostlarım Amina Selimoviç'e ve Merve Arıkan'a tez sürecimin her aşamasındaki destekleyici ve motive edici yaklaşımları için çok teşekkür ederim. Benzer süreçleri atlatmış olmaları, çalışmamı başarıyla tamamlamam konusunda güzel bir model oluşturmakla birlikte, beni daha iyi anladıklarını da görmemi sağlayarak gayretimi arttırdı.

Mutlu olacağımı bildikleri hangi konu olursa olsun her zaman yanımda olduklarını gösteren, şu güne kadar hedeflerime ulaşabilmem adına ne gerekiyorsa yapan ve tez sürecimde de bana olan güvenlerini hissettiren ve motivasyon kaynaklarım canım annem Hatice Yıldız ve canım babam Bekir Yıldız'a sonsuz teşekkürler.

Hayatıma eşlik ettiği ilk günden beri beni yalnız bırakmayan, kaygı ve üzüntüye düştüğümü gördüğünde beni harekete geçirerek çalışma sürecimi başarıyla tamamlamamda çok büyük emeği olan sevgili eşim Muhammed Asım Kalkan'a, sorumluluklarımı kolaylaştırmasının yanı sıra gösterdiği hoşgörü ve ilgisiyle iyi kötü her anımda ellerimden tuttuğu için en içten teşekkürlerimi sunarım. Son olarak bu sürece eşlik etmeye başladığını öğrendiğimde bana yaşattığı tarifsiz mutlulukla tezimi birlikte yazdığım canımdan öte ve motivasyon kaynağım sevgili kızıma, daha doğmadan birlikte neler yapabileceğimizi de gösterdiği için ayrıca teşekkür etmek istiyorum.

## ÖZET

KALKAN, Saliha Kübra. Öfke İfadesinde Annenin Psikolojik ve Davranışsal Kontrolü ile Denetim Odağının Yordayıcı Rolü. Yüksek Lisans Tezi. Ankara, 2018.

Bu araştırmada anneden algılanan psikolojik ve davranışsal kontrolün ve bireyin denetim odağının öfkenin ifade tarzları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Buna göre, öfke duygusunun ortaya çıkışında olayları ve kişileri algılama biçiminin önemini gösteren denetim odağı; çocukluk döneminde anneden algılanan psikolojik-davranışsal kontrol ve çocukluk dönemi hiperaktivite, dürtüsellik ve dikkat dağınıklığı değerlendirmeye alınmıştır. Bu kapsamda araştırmaya 18-28 yaş aralığında toplam 405 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcılar Demografik Bilgi Formu, Algılanan Ebeveyn Psikolojik Kontrolü Ölçeği, Algılanan Ebeveyn Davranışsal Kontrolü Ölçeği, Rotter Denetim Odağı Ölçeği, Wender Utah Derecelendirme Ölçeği ve Sürekli Öfke ve Öfke ifade Tarz Ölçeği'ni tamamlamışlardır. Katılımcılarda grup etkisinin ve cinsiyet farklılıklarının belirgin olarak ortaya çıktığı araştırmada, sürekli öfke düzeyleri ve ifade tarzlarını yordamak amacıyla biyo-psiko-sosyal yaklaşım kapsamında bir model oluşturularak analiz yapılmıştır. Buna göre hem kadın hem de erkek katılımcılarda sürekli öfke düzeyleri ve ifade tarzlarının farklılaştığı; çocukluk dönemi yaşantılarına yönelik algının da bugünkü öfke yaşantısını yordadığı görülmektedir. Bu kapsamda en kritik faktör de katılımcıların çocukluk dönemine yönelik belirttikleri hiperaktivite, dürtüsellik ve dikkat dağınıklığı düzeyi olarak bulunmuştur. Sonuçlar hem öfke ifadesinde ebeveyn psikolojik-davranışsal kontrolü ve denetim odağının yordayıcı rolü açısından hem de uygulamaya katkıları açısından tartışılmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Denetim Odağı, Algılanan Ebeveyn Psikolojik-Davranışsal Kontrolü, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları.

## ABSTRACT

KALKAN, Saliha Kübra. The Predictive Role of Perceived The Psychological and Behavioral Control of the Parent and Internal-External Locus of Control in Anger Expression. Master Thesis. Ankara, 2018.

In this research, it was aimed to investigate the perceived psychological and behavioral control of the mother and the influence of the individual's locus of control on the expression styles of the anger. Accordingly, in the emergence of anger, the locus of control, which shows the importance of the way how events and other people are perceived; psychological-behavioral control perceived from the mother during childhood and childhood hyperactivity, impulsivity and distractibility were evaluated. Within this scope, a total of 405 university students participated in the study between the ages of 18-28. Participants completed the Demographic Information Form, Perceived Parental Psychological Control Scale, Perceived Parental Behavioral Control Scale, Rotter's Internal-External Locus of Control Scale, Wender Utah Rating Scale, and Trait Anger and Anger Expression Scale. In the study of the group effect and gender differences in the participants, a model within the bio-psycho-social approach was developed to predict the levels of State anger and expression styles. According to this, in both male and female participants, state anger levels and expression styles differed; it seems that the childhood experiences are predicting the current anger experience. In this context, the most critical factor was the level of hyperactivity, impulsivity and distractibility that participants indicated for childhood. The results have been discussed both in terms of their predictive role of parental psychological-behavioral control and locus of control in anger expression, as well as their contribution to literature and implications of the study were presented.

Key words: Control Parent, Perceived Parent Psychological-Behavioral Control, Trait Anger and Anger Expression Styles.



## İÇİNDEKİLER

<b>TEŞEKKÜR</b> .....	<b>i</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>iii</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>iv</b>
<b>TABLULARIN LİSTESİ</b> .....	<b>vii</b>
<b>ŞEKİLLERİN LİSTESİ</b> .....	<b>viii</b>
<b>1. BÖLÜM</b> .....	<b>1</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. DUYGU.....	1
1.2. ÖFKE.....	4
1.3. ÖFKE İFADESİ .....	6
1.4. ÖFKEYLE İLİŞKİLİ BİYOLOJİK FAKTÖRLER .....	10
1.5. ÖFKEYE İLİŞKİN DÜRTÜ KURAMLARI.....	11
1.6. ÖFKEYE İLİŞKİN DAVRANIŞSAL YAKLAŞIMLAR .....	13
1.6.1. Öfke ve Klasik Koşullama .....	13
1.6.2. Öfke ve Edimsel Koşullama.....	13
1.7. ÖFKEYE İLİŞKİN BİLİŞSEL YAKLAŞIMLAR.....	14
1.7.1. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım - BDT .....	14
1.7.2. Akılcı Duygusal Davranışçı Yaklaşım - ADDT.....	15
1.7.3. Bilişsel Yeni Çağrışım Modeli .....	16
1.7.4. Bilişsel - Klinik Model .....	17
1.7.5. Bilişsel Değerlendirme Modeli.....	19
1.7.6. Yükleme Kuramları .....	21
1.7.6.1. İç- Dış Denetim Odağı .....	21
1.7.6.2. Yükleme Kuramı .....	23
1.8. ÖFKEYE İLİŞKİN SOSYO KÜLTÜREL AÇIKLAMALAR .....	24
1.8.1. Kültür.....	25
1.8.2. Sosyo-Ekonomik Düzey.....	26
1.8.3. Toplumsal Cinsiyet.....	27
1.9. ÖFKEYE İLİŞKİN GELİŞİMSEL AÇIKLAMALAR .....	27
1.9.1. Ebeveyn Tutumu (Psikolojik - Davranışsal Kontrol).....	27
1.9.2. Ebeveyn Kontrolü ve Öfke İfadesi İlişkisi .....	31

1.10. ÖFKE İFADESİNDE BİYO-PSİKO-SOSYAL KONTROL FAKTÖRLERİNİN İLİŞKİSİ: HİPERAKTİVİTE, DENETİM ODAĞI VE EBEVEYN KONTROLÜ .....	32
1.11. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	34
1.11.1. Araştırma Soruları.....	35
1.11.2. Araştırma Hipotezleri.....	35
<b>2. BÖLÜM.....</b>	<b>38</b>
<b>YÖNTEM.....</b>	<b>38</b>
2.1. KATILIMCILAR .....	38
2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	40
2.2.1. Demografik Bilgi Formu .....	40
2.2.2. Wender Utah Derecelendirme Ölçeği .....	40
2.2.3. Algılanan Ebeveyn Psikolojik Kontrol Ölçeği.....	41
2.2.4. Algılanan Ebeveyn Davranışsal Kontrol Ölçeği .....	41
2.2.5. Rotter İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği.....	42
2.2.6. Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği.....	42
2.3. İŞLEM.....	43
<b>3. BÖLÜM.....</b>	<b>45</b>
<b>BULGULAR.....</b>	<b>45</b>
3.1. VERİ TOPLAMA YÖNTEMİNE BAĞLI FARKLILIKLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ (ELDEN VE ÇEVİRİMİÇİ) .....	45
3.2. CİNSİYET FARKINA YÖNELİK TEK YÖNLÜ ANCOVA BULGULARI ...	47
3.3. ARAŞTIRMA DEĞİŞKENLERİNE YÖNELİK KISMİ KORELASYON BULGULARI .....	48
3.4. ÖFKENİN YORDANMASINA YÖNELİK HİYERARŞİK REGRESYON BULGULARI (Tablo 5) .....	49
3.4.1 STAIX-SÖ.....	49
3.4.2. STAIX-Öİ.....	49
3.4.3. STAIX-ÖD .....	51
3.4.4. STAIX-ÖK .....	51
<b>4. BÖLÜM.....</b>	<b>52</b>
<b>TARTIŞMA .....</b>	<b>52</b>
4.1. VERİ TOPLAMA YÖNTEMİNE DAYALI FARKLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ .....	52

4.2. CİNSİYETE DAYALI FARKLILIKLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ .....	53
4.3. ÖFKEYİ YORDAYAN DEĞİŞKENLER .....	54
4.3.1. Hareketli Mizaç ve Öfke .....	55
4.3.2. Çocukluk Döneminde Anneden Algılanan Psikolojik Kontrol ve Öfke.....	56
4.3.3. Çocukluk Döneminde Anneden Algılanan Davranışsal Kontrol ve Öfke.....	57
4.3.4. Denetim Odağı ve Öfke.....	58
4.4. EBEVEYN KONTROLÜ ve HİPERAKTİF MİZAÇ İLİŞKİSİ .....	59
4.5. ARAŞTIRMANIN UYGULAMAYA KATKILARI .....	60
4.6. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI VE ÖNERİLER .....	61
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>63</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>84</b>
EK 1: Bilgilendirilmiş Onam Formu .....	84
EK 2: Demografik Bilgi Formu.....	86
EK 3: Wender Utah Derecelendirme Ölçeği (Örnek Maddeler) .....	87
EK 4: Algılanan Ebeveyn Psikolojik Kontrolü Ölçeği (Örnek Maddeler) .....	88
EK 5: Algılanan Ebeveyn Davanış Kontrolü Ölçeği (Örnek Maddeler).....	89
EK 6: Rotter İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği (Örnek Maddeler) .....	90
EK 7: Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeği (Örnek Maddeler).....	91

## TABLULARIN LİSTESİ

<b>Tablo 1a.</b> Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler-1 .....	39
<b>Tablo 1b.</b> Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler-2 .....	39
<b>Tablo 2.</b> Veri Toplama Yöntemi (Elden ve Çevrimiçi) Farklarına Yönelik <i>t</i> -test Bulguları .....	46
<b>Tablo 3.</b> Cinsiyet Farklarına Yönelik Tek Yönlü ANCOVA Bulguları .....	47
<b>Tablo 4.</b> Araştırma Değişkenlerinin Kısmi Korelasyon Katsayıları .....	48
<b>Tablo 5.</b> Öfkenin Yordanmasında Hiyerarşik Regresyon Bulguları.....	50

## ŞEKİLLERİN LİSTESİ

<b>Şekil 1.</b> Ellis ABC Modeli .....	15
<b>Şekil 2.</b> Bilişsel Yeni Çağırışım Modeli .....	17
<b>Şekil 3.</b> Bilişsel-Klinik Model .....	18
<b>Şekil 4.</b> Bilişsel Değerlendirme Modeli.....	20
<b>Şekil 5.</b> Yükleme Kuramı .....	24
<b>Şekil 6.</b> Öfke ile ilişkili biyo-psiko-sosyal faktörler.....	33
<b>Şekil 7.</b> Öfkenin Yordanmasına Yönelik Biyo-Psiko-Sosyal Model .....	37

# 1. BÖLÜM

## GİRİŞ

### 1.1. DUYGU

Psikoloji alan yazında “duygu” sayısız araştırmanın konusu olmuş, yapısı, işleyişi, işlevi ve gelişimi birçok farklı perspektiften ele alınarak değerlendirilmiştir. Genel anlamda *duygu*; öznel ve nesnel faktörlerin iç içe geçtiği, sinirsel-hormonal sistemler ile dengelenen, uyarılma, haz veya hoşnutsuzluk hissiyatı gibi duygusal deneyimleri ortaya çıkaran, uyarı algılama, süreci adlandırma gibi bilişsel işleyişi sağlayan, fizyolojik değişimi meydana getiren ve genellikle hedef yönelimli ve uyumlu davranışlarla kendini gösteren karmaşık bir sistem olarak tanımlanmaktadır (Kleinginna, 1981).

Uzun yıllardır ‘duygu’ ile ilgili alan yazındaki en belirgin tartışma, duyguların evrensel ve temel öğeleri bulunup bulunmadığı yönündedir (Ekman, 1992a; Ortony ve Turner, 1990). Bu alanda Ekman’ın çalışmaları öncü niteliğindedir ve birbirlerinden belirgin olarak ayrıştırılabilecek temel duyguların olduğunu destekler yöndedir (1973; 1984; 1992a; 1992b; 2003; 2011). Ekman’ a göre (2003; 2011) temel duyguların;

- 1) Birbirinden farklı evrensel tetikleyicileri, fizyolojileri ve evrensel ifadeleri vardır,
  - 2) Birbirinden farklı düşünce, hatıra ve imajlar ile ilişkilidir,
  - 3) Birbirinden farklı öznel deneyimler ile ilişkilidir.
- Ayrıca temel duygular;
- 4) Tüm insanlarda olduğu gibi tüm primatlarda da gözlemlenir.
  - 5) Otomatik, ani ve spontan (davetsiz) ortaya çıkar,
  - 6) Kısa sürelidir,
  - 7) Tetikleyicileri duygusal olarak filtrelenir (otomatik süreçler nedeniyle bilinçli olarak algılanmaz)
  - 8) Hedefi sınırlandırılmamıştır,
  - 9) Yapıcı veya yıkıcı olarak ortaya konabilir.

Yukarıdaki temel ayrıştırıcı özelliklere göre Ekman (2011) evrensel olan ve birbirinden belirgin olarak ayrıştırılabilen 7 temel duygunun olduğunu belirtmektedir. Bunlar;

1. Öfke: Belirlenen hedefe doğru ilerlerken karşıya çıkan engele yönelik olduğu gibi gerek fiziksel gerekse psikolojik olarak kişinin kendisine veya önemseydiği birine zarar vermek istendiğinde ortaya çıkar. Bir engeli ortadan kaldırmak veya zararı durdurmak amacına yönelik olan öfke duygusu, genellikle duyguyu tetikleyen hedefe zarar verme isteğini (saldırganlığı) içerir. Ayrıca, öfke ile birlikte el ve kollara kan akışının hızlanması da bu temel duygunun fiziksel olarak savaşıma hazırlanmayla ilişkili olduğunu desteklemektedir (Levenson, Ekman ve Friesen, 1990).

2. Korku: Fiziksel veya psikolojik tehditler karşısında ortaya çıkar. Bu temel duygu, donma veya kaçma davranışlarını tetikler. Ayrıca, sıklıkla öfkeyi de tetikler. Ancak, öfkeden farklı olarak korku sırasında kan akışı el ve kollarda değil, kaçmayı mümkün kılacak şekilde bacak ve ayaklara doğru yönelir. Korku sırasındaki hızlı nefes alıp verme, kalp atışı hızının artması gibi fiziksel değişimler ile tehlikeden uzak kalabilmek kolaylaşmaktadır (Ekman, 2003).

3. Şaşkınlık: Aniden gerçekleşen ve beklenmedik olaylara verilen tepkidir. Şaşkınlık sırasında kaşlar kalkar ve hızla nefes alınır. Hızlı nefes alma fizyolojik olarak tetiklenen ve en kısa sürede sönen duygudur. Beklenmedik olan uyarının hızla değerlendirilmesinin ardından duruma uygun olabilecek diğer duygunun tetiklenmesini de kolaylaştırır (Ekman ve Friesen, 1975).

4. Üzüntü: Sevilen kişi, ebeveyn veya eşin kaybı gibi bağlanılan nesne veya kişinin kaybı sonucu verilen tepkidir. Üzüntü duygusunun işlevi ise, iyilik halini olumsuz etkileyen bir durumdan sonra, gelecekte böyle bir durumun tekrarını engellemek üzere harekete geçmeyi sağlamaktır.

5. Tiksinti: Görme, koklama veya tatma yoluyla duyumsanan bir uyarana verilen itme tepkisidir. Bu duygu öğürme refleksini tetikleyerek hava yolunu tıkar ve olası zararlı, mikrobik veya zehirli uyarıların vücuttan uzaklaştırılmasına olanak sağlar (Koerner ve Antony, 2010).

6. Küçümseme: Bir başka insana görece daha üstün hissedildiğinde tetiklenen bir duygudur.

7. Mutluluk: Keyif verici bir hedefe yaklaşıldığında ortaya çıkan duygudur. Bu duygunun tetiklenmesiyle salınan Oksitosin ve Serotonin kişinin enerjisinin artmasına ve olumsuz duyguların etkisinin azaltılmasına olanak sağlayarak keyif verici hedefe ulaşılmasını daha mümkün hale getirir.

Benzer şekilde Izard da (1992), doğumdan itibaren evrensel olarak gözlemlenebilen temel duygular olduğunu belirtmektedir. Izard (2007) gelişimin erken dönemlerinde; bebeğin keşif yapma, öğrenme, bağlılık ve bağlanma davranışlarını kolaylaştıran merak, sevinç, memnuniyet gibi temel pozitif duyguların ortaya çıkmakta olduğunu söylemektedir. Örneğin, yenilik, değişim, yeni bilgi ve beceriler kazanma fırsatı karşısında, merak temel duygusunun yaşam boyu görülmeye devam ettiğini ifade etmektedir. Ayrıca, Izard (2007) normal şartlarda üzüntü, öfke, tiksinti ve korku gibi temel negatif duyguların daha düşük oranda ve kısa süreli gerçekleştiğini, bebeğin rahatsız edici bir maddeye temas etmesi sırasında olduğu gibi hızlı ve otomatik tepkiler vermek üzere kritik işlevler gördüklerini belirtmektedir.

Gelişimsel, bireysel ve kültürel değişkenlerin etkisiyle deneyimlenen duyguların farklılaşmaya başladığını ifade eden Griffiths (2010), deneyimlerin karmaşıklığına uygun olarak daha komplike duyguların ortaya çıkmakta olduğunu belirtmektedir. Buna göre, komplike duygular, kalıtsal olan temel duyguların bazılarının birleşimiyle ortaya çıkmaktadır. Örneğin, bilişsel gelişim basamaklarında, üzüntü ve sevinç duygularının bir boyutu olan utanma ve gurur, daha karmaşık duygular olarak ortaya çıkmakta ve bu duygular sosyalleşme sürecinde bireyin daha etkili ve işlevsel iletişim kurabilmesinde belirleyici olmaktadır (Harter ve Whitesell, 1990).

Sonuçta; evrensel olarak tüm insan ve primatlarda gözlemlenen ve yaşamsal işlevi olan temel duygular bulunduğu (öfke, korku, üzüntü, tiksinti, küçük görme, şaşırma ve mutluluk) belirtilmekte ancak, bu duyguların sosyalleşme sürecinde çevresel etkenlerle karmaşıklaşıp farklılaştığı da vurgulanmaktadır. Keyif verici hedefe yaklaştıkça tetiklenen mutluluk için hangi hedefin keyif verici olduğu, engellenme yaşadıkça tetiklenen öfke için nelerin engellenme olduğu, kayıp karşısında yaşanan üzüntü için neyin kayıp kabul edildiği veya tehdit yaşadıkça tetiklenen kaygı için neyin tehdit edici olduğu; cinsiyete, yaşa, zamana, kültüre göre değişiklik gösterebilmektedir. Örneğin; bir kişi için iş başarısı ilişkilerinden daha kritik bir hedef ise, iş yerinde uzun süredir beklediği önemli bir terfi almak mutluluk, terfi beklediği pozisyon için dışarıdan başvuran başka biri ile rekabet etmek zorunda kalmak öfke, rekabet ettiği kişiye karşı



başarılı bulunmayarak beklediği terfiyi alamaması ise üzüntüyü tetikleyecektir. Öte yandan, aynı kişinin iş yerinde daha iyi bir pozisyon için farklı bir şehre tayin olması ve bu nedenle ilişkisini sonlandırmak durumunda kalması da beklenen düzeyde üzüntüyü tetiklemeyecektir. Oysa ilişkilerindeki başarıya önem veren bir kişinin daha iyi pozisyona terfi ettirilmesi, daha uzun saatler çalışarak ilişkisine zaman ayırmayacağı için öfkeyi tetikleyebilecektir. Hangi duygunun, hangi ortamda ve hangi koşullarda tetiklenebileceğiyle birlikte tetiklenmiş olan duygunun nasıl ifade edileceği de cinsiyete, yaşa, zamana ve kültüre göre değişiklik göstermektedir. Örneğin; bazı kültürlerde yas, ağtlar yakarak ağlayarak ifade edilirken diğer kültürlerde sessizlikle ifade edilmesi beklenebilir. Çocukların mutlu olduklarında buldukları yer fark etmeksizin yüksek sesle gülmeleri veya mutsuz olduklarında yüksek sesle ağlamaları anlayışla karşılanırken bir yetişkinin benzer davranışları farklı kültürlerde hoş karşılanmayabilir. Erkeklerin öfkelerini fiziksel olarak ifade etmeleri ya da öfkelerini kontrol edememeleri yadrganmazken, kadınların aynı şekilde fiziksel öfke ifadeleri ya da öfke kontrolünde zorlanmaları yadrganabilir, toplumsal olarak onaylanmayabilir.

Bu bulgular doğrultusunda planlanmış olan araştırmanın amacı, temel duyguların özel olarak da öfkenin, sosyalleşme süreci içerisinde deneyimlenmesi ve ifade edilmesi ile ilişkili faktörlerin incelenmesidir.

## 1.2. ÖFKE

Öfke genel olarak hayal kırıklığı, yeterlilik ve güvenliği tehdit eden olaylar, beklentiler ile davranışların uyumsuzluğu ve kişisel değerlendirmeler sonucunda deneyimlenen bir duygu olarak tanımlanabilir (Eisenberg ve Delaney, 1998).

Öfke duygusu, yüksek sempatik otonomik uyarılma ile öznel olarak deneyimlenir. Başlangıçta, bir tehdidin algılanması (kişinin fiziksel refahı, mülkiyeti, şimdiki veya gelecekteki kaynakları, kendi imajı, sosyal statüsü veya çevresine yansıttığı imajı, gündelik hayatını düzenleyen sosyal kuralların veya konforun sağlanmasına yönelik tehdit vb.) ile ortaya çıkmakta; tehdit geçtikten sonra da devam edebilmektedir. Öfke, algılanan tehdidin kaynağını engellemek, uzaklaştırmak, misillemede bulunmak veya saldırıya karşı saldırmak için düşmanlık karşıtı tepkiyi motive eden tutum, bilgilendirme ve yönlendirme içeren bilişsel değerlendirmeler ile ilişkilidir. Öfke, yüz ifadeleri veya bedensel hareketlerle, saldırgan sözel ifadeler ve davranışlar aracılığıyla

ortaya konulmakta ve kişinin öfkeyi ifade etme tarzı, sosyal rollere, öğrenme geçmişine ve çevresel koşullara bağlı olarak değişmektedir.

Öfke duygusunu diğer duygulardan ayıran birçok özellik şu şekilde belirtilmektedir:

1. Öfke, diğerlerine kıyasla sık yaşanan bir duygudur (Scherer ve Wallbott, 1994).
2. Öfke, olumsuz ya da hoş olmayan bir duygudur (MacKinnon ve Keating, 1989).
3. Öfke korku kadar yoğundur, ama üzüntü kadar yoğun değildir (Scherer ve Wallbott, 1994).
4. Öfke, diğer duygulardan daha uzun sürer (Scherer ve Wallbott, 1994).
5. Öfke, korku kadar olmasa da çoğu duygudan daha yüksek sempatik uyarılma içerir (Scherer ve Wallbott, 1994; Sinha, Lovallo ve Parsons, 1992).
6. Öfke, diğer tüm duygulardan daha düşük parasempatik uyarılma içerir (Scherer ve Wallbott, 1994).
7. Öfke “anlık” olarak deneyimlenir (Scherer & Wallbott, 1994).
8. Öfkeyi ifade etmek için çok çeşitli davranışlar olabilir ve diğer duygulardan daha fazla davranışsal ifade çeşitliliği ile ilişkilidir (Deffenbacher, 1997; Deffenbacher ve ark., 1996).
9. Öfke, sözlü ifadeyi sevinç dışındaki diğer tüm duygulardan daha fazla ortaya çıkarır (Scherer ve Wallbott, 1994).
10. Öfke ses tonunda, diğer duygulardan daha fazla değişime neden olur (Scherer ve Wallbott, 1994).
11. Öfke, değiştirmek veya kontrol etmek için en az istekli olunan duygulardandır. Öfkeden daha fazla, değişmesi veya kontrol edilmesi istenmeyen duygu ise neşedir (Scherer ve Wallbott, 1994).
12. Öfke uyarandan uzaklaşmak yerine yakınlaşma eğilimine neden olur (Scherer ve Wallbott, 1994).
13. Öfke, tehdit ya da öfke nesnesinin neden olabileceğinden daha büyük bir güç veya güç potansiyeli ortaya çıkarır (MacKinnon ve Keating, 1989).
14. İnsanlar diğer duygulara kıyasla öfkeyi, daha fazla kişiler arası ilişkilerde olumsuzluğa neden olacak şekilde algılar (Scherer ve Wallbott, 1994).

15. Öfke, onu tetikleyen kişiler dışındaki diğer kişilere yönlendirilerek yer değiştirebilir.

Yukarıda belirtilen tanımlara bakıldığında (DiGiuseppe, Tafrate ve Eckhardt, 1994; Kassinove ve Sukhodolsky, 1995; Kennedy, 1992; Novaco, 1994; Spielberger, 1988), öfkenin anlık olarak tetiklenen ve süreklilik göstermeyen bir duygulanım olarak tanımlandığı dikkat çekmektedir. Bununla birlikte Spielberger (1972) duyguların anlık (durumluk) olduğu kadar süreklilik de gösterebileceğini belirterek, alan yazında önemli bir farka vurgu yapmıştır. Buna göre süreklilik, bir duyguyu daha sık ve yoğun olarak deneyimleme eğilimine atıfta bulunmaktadır. Dolayısıyla sürekli öfke kişilerin; (a) hem daha sık hem de daha yoğun öfke deneyimlediklerine, (b) daha fazla uyarana karşı öfke duygusunun tetiklendiğine, (c) öfkeyi daha olumsuz bir şekilde ifade edip, bu duyguyla başa çıkmakta zorlandıklarına ve (d) yaşamlarında daha işlevsiz ve olumsuz sonuçları olacak şekilde öfke hissettiklerine işaret etmektedir (Spielberger, 1988).

Öfke zarar verici olaylara karşı kişinin hayatta kalabilmesi ve kendisini koruyabilmesi için doğuştan gelen temel bir duygu olduğu gibi, olumsuzluklar karşısında amaca ulaşmakta motive edici bir işlevi olduğu da ifade edilmektedir (Bilodeau ve McKay, 1989). Buna rağmen, araştırmacıların sıklıkla öfke ve saldırganlık kavramlarını birbirini yerine kullandığı dikkat çekmektedir. Oysa birçok ampirik bulgu öfke ve saldırganlığın tahmin edilenin tersine, çok daha düşük düzeyde ilişkili olduğuna işaret etmektedir (Averill, 1983; Kassinove ve ark., 1997 ve Meltzer, 1933).

### 1.3. ÖFKE İFADESİ

Öfkenin, hem uyumlu hem de uyumsuz sonuçlarından bahsetmek mümkündür (Novaco, 1976). Buna göre öfke saldırganlığı harekete geçirebilir, ancak saldırgan davranış öfkenin otomatik bir sonucu değildir, çünkü saldırganlık iç ve dış faktörlerle ilgili engelleyici mekanizmalar tarafından düzenlenir. Bununla birlikte, saldırgan davranışlar, engelleyici faktörler (dış kısıtlamalarla, cezalandırma beklentileriyle, empati ile veya sonuçların kabul edilmesiyle) tarafından geçersiz kılınabilmektedir. Bu bağlamda saldırganlığın yüksek uyarılma, saldırganı modelleme, ceza olasılığını azaltma ve biyokimyasal maddeler gibi faktörlerle tetiklenmesi de kolaylaşmaktadır. (Bandura, 1973, 1983). Ayrıca, saldırganlığın ortaya çıkışında tek faktörün öfke olmadığı da vurgulanmaktadır (Novaco, 1986). Bu görüş, öfkenin saldırganlığa sebep olduğunu

savunan Berkowitz (1993) dışındaki kuramcılar arasında yaygın olarak kabul görmektedir (Bandura, 1973; Konecni, 1975b; Zillmann, 1979).

Berkowitz (1993), öfkenin saldırganlığa paralel olarak gerçekleştiğini; her ikisinin de olumsuz olaylar tarafından ortaya çıkan "olumsuz etki" ile oluştuğunu ifade etmektedir. Öfke ve saldırganlık arasındaki karşılıklı etkiler ise Konecni (1975a) tarafından ampirik olarak kanıtlanmıştır. Buna göre, öfke duygusunun güçlenerek yoğunlaşması ve saldırganlığa dönüşmesi, anılar, düşünceler, motor ve fizyolojik tepkilerin birbirlerini karşılıklı olarak harekete geçirmesiyle mümkün olmaktadır (Berkowitz,1990). Bu bağlamda Zillmann (1971) *uyaranı aktarım* kavramını kullanarak, nötr halinde olan fiziksel bir uyarılmanın devam etmesi durumunda bu uyarılmışlığın başka bir olaya transfer edilerek saldırganlığı tetiklediğini ifade etmektedir. Örneğin, yeni spor yapmış kişinin yüksek kan basıncı ve hızlı kalp atışları devam ederken, arabası için son park alanını kaçırmaması gibi bir olay saldırganlığa sebep olabilmektedir. Zillmann'ın (2006) belirttiği gibi, herhangi bir uyarılmış duygusal tepki, diğer herhangi bir heyecanlı duygusal tepkiyi yoğunlaştırabilmekte; yoğunlaşma derecesi ise o sırada geçerli olan kalıntıların büyüklüğüne bağlıdır (Zillmann, 2006). Bu nedenle, uyarım aktarım teorisi, duygusal uyarılma (yani, korkunun rahatlamaya, öfkenin hoşlanmaya vb) aktarımının nasıl mümkün olduğu ve bir uyarının tepkisinin bir diğerine tepkisini nasıl yoğunlaştırabileceğini açıklamaya yardımcı olmaktadır (Zillmann, 2006).

Ayrıca Berkowitz'e (1993) göre, saldırganlık, başka bir kişiye veya nesneye zarar vermek, incitmek veya yaralamak amacıyla kasıtlı bir niyete sahip olan motor davranışları ile ilgilidir. Saldırganlık böylece hedefe yöneliktir ancak, birtakım hedefe yönelik davranışlar, zarar verme niyeti taşımadığı için birtakım zararlar meydana gelse bile, saldırganlık örneği değildir. Bir çocuğu, yaklaşmakta olan bir aracın dışına zorlayarak itmek çocuğun acı çekmesine, vücudunda çeşitli morluklara ya da sıyrıklara yol açabilir. Ancak, niyet yardım etmektir ve bu nedenle davranış saldırganlık olarak nitelendirilmemektir.

Berkowitz (1993) saldırganlığı *fiziksel* veya *sözel* olarak ve *doğrudan* ya da *dolaylı* olmak üzere sınıflandırmıştır: Buna göre, hakarete tepki olarak başka bir kişiye vurmak, *fiziksel* ve *doğrudan saldırganlık* gösterilmesidir. *Fiziksel* ve *dolaylı saldırganlık* ise, hakaret eden birinin benzin deposu içine su ve şeker koyarak gösterebilir. Bunlara ek olarak, hakaret eden bir kişiye bağırarak karşılık vermek *sözlü* ve *doğrudan öfke* iken, kişi hakkında söylentiler ve/veya dedikodular çıkarmak ise *sözlü* ve *dolaylı öfke* olarak

örneklendirilebilir. Son iki kategori için bu yaklaşımda, fiziksel davranışları içermediğinden ‘saldırganlık’ terimi yerine ‘öfke’ terimi tanımlayıcı olarak kullanılmıştır.

Berkowitz’in (1993) dörtlü sınıflandırmasına ek olarak birçok farklı yaklaşımın zaman içerisinde öfkenin ifade edilme biçimlerine göre farklı sınıflandırma ve açıklamaları olmuştur. Örneğin, Harburg ve arkadaşları (1991) öfke ifadesini, *yansıtıcı (reflective)* ve *dürtüsel (impulsive)* öfke olarak sınıflandırmışlardır. Buna göre, öfkeyi yansıtan bireyler, tehditkâr bir unsura karşı ilk olarak tepkilerini kontrol altında tutarak problem odaklı bir çözüm arayışına girerken, öfkesini dürtüsel ifade eden bireyler ise tehditkâr bir duruma karşı ani ve otomatik olarak tepki göstermektedirler. Dolayısıyla, dürtüsel tepkiler, bağırma, vurma gibi fiziksel saldırganlık ile aniden kızma, terk etme ve pasif agresyon vb. davranışlarla ortaya çıkan ve işlevsel çözüme ulaşmayı engelleyen tepkilerdir (Pennebaker, 1991).

Birçok araştırma sonucunu bir araya getirerek kapsamlı bir sınıflandırmaya giden Deffenbacher ve arkadaşları (1996; 1997), öfkenin 14 farklı şekilde ifade edilebileceğini öne sürmüşlerdir. Bunlar şu şekildedir:

1. Öfke kontrolü: Kişinin hissettiği öfkenin davranışa dökülmesini engellemek için gösterdiği sakin ve sabırlı tavırları içerir.
2. Öfkenin doğrudan ifadesi: Kişinin nasıl hissettiğinin açık ve doğrudan ifadesidir.
3. Karşılıklı iletişim: Kişinin öfke kaynağına, sorunu çözmek amacıyla kendini açık ve doğrudan ifade etmesidir.
4. Sonuçları değerlendirmek: Herhangi bir tepki vermeden tüm olası sonuçların bilişsel olarak değerlendirilmesini içerir.
5. Zaman aşımı: Sakinleşene kadar uzak kalmak anlamına gelir.
6. İnsana yönelik fiziksel şiddet: Öfkenin doğrudan hedefe yönelik vurma, itme, yumruk atma vb. gibi şiddet içeren davranışlarla gösterilmesidir.
7. Nesneye yönelik fiziksel şiddet: Öfkenin eşyaya zarar vererek gösterilmesidir.
8. Sözel öfke-Gürültülü tartışma: Kişinin öfkenin hedefiyle yüksek sesle bağırarak tartışmasıdır.
9. Sözel öfke-Sözel saldırı: Kişinin öfkesini, hedefe yönelik sözlü hakaret veya tehditlerle ifade etmesidir.

10. Sözel öfke-Sözel baskı: Kişinin öfkesini, hedefe karşı alaycı, küçük düşürücü sözlerle ifade etmesidir.
11. Pis bakışlar: Kişinin öfke veya aşağılamasını ifade eden yüz mimikleri kullanmasıdır.
12. Beden dili: Kişinin öfke veya aşağılamasını ifade eden beden hareketleri şeklindedir.
13. İçe yöneltilen öfke/Baskılama: Kişinin yaşadığı öfkeyi ifade etmemek ya da başkasından kaçınmak için kendi içinde deneyimlemesidir.
14. İçe yöneltilen öfke/Eleştirel: Kişinin öfkesini ifade etmeksizin başkasına yönelik eleştirel ve olumsuz yargılara varmasıdır.
15. Beddua (Malediction): Kişinin, öfke hedefiyle ilgili düşüncelerini 3. kişilerle paylaşarak kötülemek.
16. Düzeltici eylem: Kişi öfkesinin kaynağı ile sorununu çözebilmek için davranışını değiştirmesidir.
17. Dikkat dağıtma: Kişinin, sorunla yüzleşmek zorunda kalmamak için dikkatini dağıtacak aktiviteler yaparak öfkesini yatıştırmasıdır.
18. Pasif-agresif sabotaj: Kişinin öfke hedefine yardım etmeyerek, işbirliği yapmayarak veya işlerini sabote ederek, amacına ulaşmasını engelleyecek şekilde zarar vermektir.
19. Hedefi kurbanlaştırma ya da dışlama: Kişinin, öfkesinin kaynağını sosyal olarak dışlamak amacıyla başkalarını cesaretlendirmesi, kışkırtması veya öfke kaynağını ötekileştirmesidir.
20. Yer değiştirme: Kişinin öfkesini göstermek yerine, bu duygusunu başka kaynaklara veya kişilere yöneltmesidir.

Öfke ifadesiyle ilgili alan yazında yaygın olarak kabul görmüş ve ampirik olarak da desteklenmiş olan bir yaklaşım da Spielberger'e (1991) aittir. Bu kapsamda, öfke *durumluk (state)* ve *sürekli (trait)* olmak üzere iki farklı bileşenden oluşmaktadır. *Durumluk öfke*, otonom sinir sisteminin uyarımı ve kas gerginliği ile deneyimlenen öznel bir duygu olmakla beraber; yoğunluğu, kişinin algıladığı saldırının fonksiyonuna veya haksızlığın veya hayal kırıklığın yoğunluğuna göre hafiften şiddetli düzeye kadar değişebilmektedir. *Sürekli öfke* ise, birey için birçok durumun genel olarak bir hoşnutsuzluk veya hayal kırıklığına uğraticı olarak algılanması ve dolayısıyla da öfkenin mizaci bir özellik gibi süreklilik göstermesidir. Ayrıca Spielberger (1991), durumluk ya da sürekli fark etmeksizin öfkenin 3 farklı şekilde ifade edildiğini de savunmuştur.

Bunlar; *dışa dönük öfke*, *içe dönük öfke* ve *öfke kontrolü* boyutlarıdır. *Dışa dönük öfke*, kişinin öfke duygusunu sözel veya davranışsal olarak dışarı yansıtmasıdır. *İçe dönük öfke* ise, kişinin öfke duygusunu dışarıdan gizlemeye, kamufle etmeye çalışmasıyla ilişkilidir. *Öfke kontrolü ise*, kişinin bu duyguyu düzenleme veya kontrol alma yollarıyla ilgilidir.

#### 1.4. ÖFKEYLE İLİŞKİLİ BİYOLOJİK FAKTÖRLER

Daha önceki bölümlerde öfkenin, evrensel ve yaşamsal temel bir duygu olduğundan ve canlıların biyolojik/fizyolojik donanımında öfkeye özgün mekanizmalar olduğundan bahsedilmiştir (Levenson ve ark., 1990). Bu bağlamda öfkenin deneyimlenmesi ve ifadesinde biyolojik yatkınlıkların etkisini göz ardı etmek mümkün olmadığı gibi, araştırmalarda etkisi kontrol edilmesi gereken kritik bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır.

Öfkenin biyolojik temeli bağlamında en sık vurgulanan faktör olarak mizaç; kişilik gelişimi ve psikolojik uyumun sağlanmasında önemli etkenlerden biri olarak vurgulanmaktadır (Ortiz ve Gandara, 2006). Nöral ağlarla ilişkili olarak davranışlarda bireysel farklılıklara neden olan mizacın, çevresel faktörlerle etkileşimi sonucunda bireyin, kendilik kavramını, diğerlerini, fizyolojik ve sosyal dünyayı, değerlerini, tutumlarını ve baş etme stratejilerini içeren bir kişilik geliştirdiği ifade edilmektedir (Rothbart, 2007).

Mizaç, bireyin kendine has davranış stilini belirleyen ve doğuştan gelen kişisel özellikler olarak tanımlanmaktadır. Doğumdan kısa bir süre sonra bebeğin aktivite düzeyi, ruh hali, uyum yeteneği, ilk tepkileri ve tepkilerinin şiddeti, dikkat süresi ve günlük ritmindeki farklılıklar, mizacı hakkında bilgi verebilmektedir. Rothbart ve Derryberry (1981), mizacın değerlendirilmesinde dikkate alınması gereken temel özellikler olarak; aktivite düzeyi, kızgınlık/düş kırıklığı, dikkati odaklama, rahatsız olma, sakinleşme hızı, korku, dürtüsellik, engellenme toleransı, mutsuzluk, algısal hassasiyet vb. faktörlere işaret etmektedir. İfade edilen bu özellikler kapsamında, yüksek düzeyde hareketlilik (hiperaktivite), dürtüsellik ve olumsuz duygulanım ile karakterize olan zor mizacın, uzun vadede öfke ve saldırgan davranışlara bir yatkınlık oluşturduğu belirtilmektedir. Araştırmalar zor mizacın, özellikle de hiperaktivite ve dürtüsellik boyutunun kardeşler arasında yaşanan problemlerin sıklığı, sorun çözümlemede zorluklar, öz düzenleme ve kontrolde zorlanma (Brody ve ark., 1994) ve saldırganlık düzeyi ile (Olweus, 1984; Windle,1991) ilişkili olduğu göstermektedir.

Ayrıca mizacın bir boyutu olarak dürtüsellik, davranım bozuklukları, akademik başarısızlık, sosyal becerilerde zayıflık, öfke ve saldırganlıkla ilişkili olduğu da ampirik olarak sunulmuştur (Farver ve Bransetter, 1994).

## 1.5. ÖFKEYE İLİŞKİN DÜRTÜ KURAMLARI

*“...Taş yerine hakaret savuran ilk insan, medeniyetin kurucusuydu...”*

*Freud (1893)*

*“...Saldırganlıklarını yönlendirebilecekleri başka bir topluluk olduğu sürece, sayısız insanı birbirine sevgi bağı ile bağlamak her zaman mümkündür...”*

*Freud (1930)*

İlk olarak James (1890), duyguların deneyimlenmesinde biyolojik olarak belirlenen fiziksel duyumların öncelikli gerçekleştiğini ve bilişsel süreçlerin sonrasında devreye girdiğini öne sürmüştür. Buna göre, öfke ve saldırganlık birbiriyle ilişkili ve içgüdüselidir. Öfke, saldırganlığı körüklemekte ve davranışa dönüşmesi gereken bir enerji ortaya çıkmaktadır. Bireyin bu enerjisi boşaltabilmesinin tek yolunun ise, saldırganlık olduğu öne sürülmüştür (James, 1890).

Freud’ da (1917/1963) öfkenin içgüdüsel olduğunu ve serbest bırakılması gereken bir enerji ürettiğini, boşaltılmadığında saldırganlık ile sonuçlandığını iddia etmiştir. Buna göre; saldırganlık, suyun boşalması veya salıverilmesi gereken bir hidrolik enerji birikimi gibi, gelen bir tehdit ile uyarılmaktadır (Freud, 1915/1963). Öte yandan Freud (1940), psikoanalitik kuramın gelişimi sürecinde, öfke ve saldırganlık hakkında farklı bakış açıları da sunmuş ve bu kapsamda bireye enerji sağlayan yaşam (Eros) ve ölüm/saldırganlık (Tanatos) içgüdülerinin duyguları tetiklediğini ifade etmiştir. Öfke, bireyin hazzı ulaşmasına engel teşkil eden etkenlerle mücadele edebilmesi ve acıdan kaçınabilmesi için saldırganlık/ölüm içgüdüünün tetiklediği bir duygu olarak tanımlanmıştır (Mayne ve Ambrose, 1999). Buna göre ölüm içgüdüünden tetiklenen öfkenin yarattığı gerilim ancak, kişinin kendine veya başkalarına yönelik sergilediği saldırganlıkla diğer bir deyişle, katarsis ile sonuca ulaşabilmektedir.

Konechi’nin (1975) Katarsis Modeli’ne göre; öfke seviyesi saldırganlık düzeyini belirlemekte, saldırganlık ise öfke seviyesinin ve devamında saldırgan davranışların azalmasına yol açmaktadır. Konechni ve Doob’un (1972) bu modeli destekleyen araştırma bulguları, saldırganlığa uğrayan bir kişinin bu duruma karşılık vermesinden



sonra bu kişinin bir kez daha aynı saldırgan tarafından aynı düzeyde kızdırılma olasılığının düştüğünü göstermiştir. Ayrıca, rahatsızlık veren kişiye öfkesini ifade etme fırsatına sahip olan kişilerin, saldırganlığını ifade etmek için önceden kendilerine hiçbir fırsat sunulmayanlara kıyasla suçlulara daha az şok verdiği de belirtilmiştir (Konecni ve Doob, 1972).

Özetle, psikodinamik yaklaşıma göre öfke duygusunun deneyimi sırasında katarsis gerçekleşmektedir. Organizma, deneyimlediği herhangi bir eksiklik ile ortaya çıkan gerilimi yok edebilmek için harekete geçer; gerginlik öncesi normal haline dönebilmek için ise organizma, biriken enerjiyi boşaltma isteği duyar. Bu bağlamda, öfke ifadesi bireye boşalım yaparak biriken enerjinin sebep olduğu gerilimi azaltabilmesine yardımcı olmakta ve bu durum ise bireyde bir rahatlama sağlamaktadır (Lulofs ve Chan, 2000).

Tsai (2000), öfkenin ifade edilmemesi (bastırılması) sırasında içsel gerilimin arttığını, bireyin bir denge kurabilmek için de fazla miktarda enerji tükettiğini ifade eder. Buna göre, öfkenin ifade edilmesi yerine baskılanması, bir takım psikolojik ve bedensel sorunlara sebep olmaktadır. Bundan dolayı, öfkenin ifade edilmesi son derece gerekli ve önemli olmakla beraber, eğer içsel enerji belli bir seviyeyi aşarsa, herhangi bir sebep olmadan bu enerjinin ani, beklenmedik ve şiddetli bir şekilde boşalabilme ihtimali olduğu da belirtilmektedir (Tsai, 2000).

James ve Freud'un yaklaşımlarıyla paralel olarak Lorenz' de (1966), hayvanlarla yaptığı gözlemlere dayanarak, saldırganlığın bütün türler için ve özellikle türler arasında yaşamsal bir işlevi olduğu sonucuna varmıştır. Hayvan türlerinde gözlemlenen saldırganlığın işlevine işaret eden Lorenz, saldırganlığın hayatta kalmayı sağlamak için var olduğuna dair ampirik kanıtlar sunmuştur. Dolayısıyla Lorenz' de dürtü modelini öfke ve saldırganlığı açıklamak için temel almıştır.

Psikoloji tarihindeki en etkili figürler olarak James, Freud ve Lorenz'in, içgüdüsel olan öfkenin yalnızca saldırganlıkla ifade edildiğini ve sadece saldırganlık aracılığıyla kontrol edilebileceğini öne sürmesiyle, dönemin öfke ve saldırganlığa yönelik hakim görüşü, dürtü kuramı olmuştur. Birçok araştırma aksi yönde bulgular sunsa da (Averill, 1983; Tafrate, Kassinove ve Dundin, 2002), yaygın olarak kabul görmeye devam eden dürtü modeli, ilk davranışsal modellerin de öfke ve saldırganlık ilişkisini açıklamada kanıksadığı bir model olmuştur (Dollard ve ark., 1939; Salzinger, 1995). Bu

bağlamda Engellenme-Saldırganlık Hipotezi, öfke ve saldırganlığın bir engellenme karşısında tetiklenen otomatik bir tepki olduğunu öne sürmüştür. Engellenmenin her zaman öfke ve saldırganlığa neden olacağı, öfke ve saldırganlığın da engellenme olmadan gözlemlenmeyeceğini iddia eden bu model ayrıca, saldırganlığın cezalandırılması söz konusu olursa bu davranışın başka bir kaynağa yönlendirilebileceğini de öne sürmüştür.

## **1.6. ÖFKEYE İLİŞKİN DAVRANIŞSAL YAKLAŞIMLAR**

### **1.6.1. Öfke ve Klasik Koşullama**

İnsanlardaki yüksek düzeyde ödül beklentisinin az miktarda veya hiç karşılanmamasıyla ortaya çıkan yüksek düzeyli engellenmişlik duygusunun, öfke ve saldırganlığa neden olabileceği görülmektedir (Corr, 2002). Saldırgan bir davranışın ortaya çıkması ve sürdürülmesi, klasik koşullanma prosedürlerine uygun olarak yapılan deneyler sırasında da incelenmiştir. Örneğin saldırgan davranışlı resimler, olumsuz değerlendirilen sözcüklerin sunumu ile eşleştirilmiş ve bu koşullandırma prosedürünün bir sonucu olarak, koşullandırılmış çocukların, kontrol grubuna göre daha az saldırgan davranış gösterdikleri ortaya çıkmıştır (Parish, Maly ve Shirazi, 1975).

Pavlov (1960, akt. Berkowitz, 1983; Ulrich ve Wolfe, 1969); organizmaların doğuştan gelen koşulsuz tepkilerle koşullu uyaran arasındaki ilişkiyi öğrendiklerinde hayatta kalabilme ve uyum gösterebilme potansiyellerinin de artacağını belirtmiştir. Buna göre Pavlov (1960, akt. Windhoz, 1987), koşullanabilecek 13 doğal tepki önermekte ve bunlar arasında öfke/ saldırganlık olduğu da görülmektedir. Öfkenin klasik olarak koşullanmasının mümkün olduğunu farklı araştırmacılar da iddia etse de (Berkowitz, 1983; Ulrich ve Wolfe, 1969), bu iddiayı test eden çok az sayıda araştırma bulunmaktadır. Bu araştırmalar da öfke değil, saldırgan davranışların koşullanmasına yöneliktir ve sonuçlar da tutarlı bir karara varmak için yeterli değildir. Seward (1945), saldırganlığın klasik olarak koşullanabildiğine dair hiçbir kanıtın olmadığını ifade etmiştir ve takip eden yıllar da bu kanıt sunulamamıştır.

### **1.6.2. Öfke ve Edimsel Koşullama**

Öfke ifadesinin farklı yollarından biri olan saldırgan davranışlar, öfkeyi anlamak için tek kaynak olarak ele alındığında, öfke ile davranış arasındaki ilişkinin anlaşılması zorlaşmaktadır. Bu bağlamda güncel olan edimsel saldırganlık modelleri, araçsal

saldırganlığın açıklanmasında etkili olmakta ancak, öfkeyle ilgili bilgi vermemektedir. Buna göre, birey saldırgan davranışlarda bulunarak hedefine ulaşırsa ya da gözlemlerse, bu davranışların pekişeceği ve gelecekte görülme olasılığının artacağı tahmin edilebilir. Ancak, bu davranışların altında yatan duygunun öfke olduğu iddia edilemez. Bu nedenle, öfke ve saldırganlığın kavramsal olarak ayrıştırılarak test edilebilmesi gerekmektedir.

Klasik koşullamanın aksine, öfkenin edimsel yollarla koşullanabileceğini destekleyen amirik bulgular mevcuttur (Connor, 2002). Hatta klasik yollardan ziyade, edimsel yollarla koşullanabileceği ifade edilen öfkenin, birçok pekiştirici özelliği olduğu belirtilmektedir (DiGiuseppe ve Tafrate, 2007). Öncelikle öfke, hakkının yendiğini düşünen ve engellenmişlik hisseden bireyin, haklarını korumasını teşvik eden bir duygudur. Ayrıca öfke, başkaları üzerinde kontrol ve güç hissi sağlamakta, diğerlerinde korkuya neden olmakta ve bu durum çoğu zaman, öfkeli kişinin kısa vadede istediğini elde etmesi ile sonuçlanmaktadır. Benzer şekilde öfke, başkalarıyla yaşanan tatsız, dikkat dağıtıcı veya can sıkıcı yaşantılara son vermede başarılı olabilmektedir. Örneğin; öfke patlamalarının bir çok ailede, eşin veya çocukların öfkeli kişiyi kızdıracak davranışlarda bulunmalarını engelleyebildiği görülmektedir.

## **1.7. ÖFKEYE İLİŞKİN BİLİŞSEL YAKLAŞIMLAR**

Bilişsel yaklaşım genel olarak tüm tepkilerin bireyin özgün algılama, yorumlama ve değerlendirme filtrelerinden geçtikten sonra ortaya çıktığını ifade etmektedir (Morris, 2002). Bu doğrultuda öfkenin kökeninde de düşünce biçiminin olduğu vurgulanmaktadır (Mayne ve Ambrose, 1999). Bilişsel kuramlar düşünce, değerlendirme ve yorumlama biçimlerinin sınıflandırılması ve açıklanması açılarından çeşitlilik göstermektedir.

### **1.7.1. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım - BDT, (Beck, 1979)**

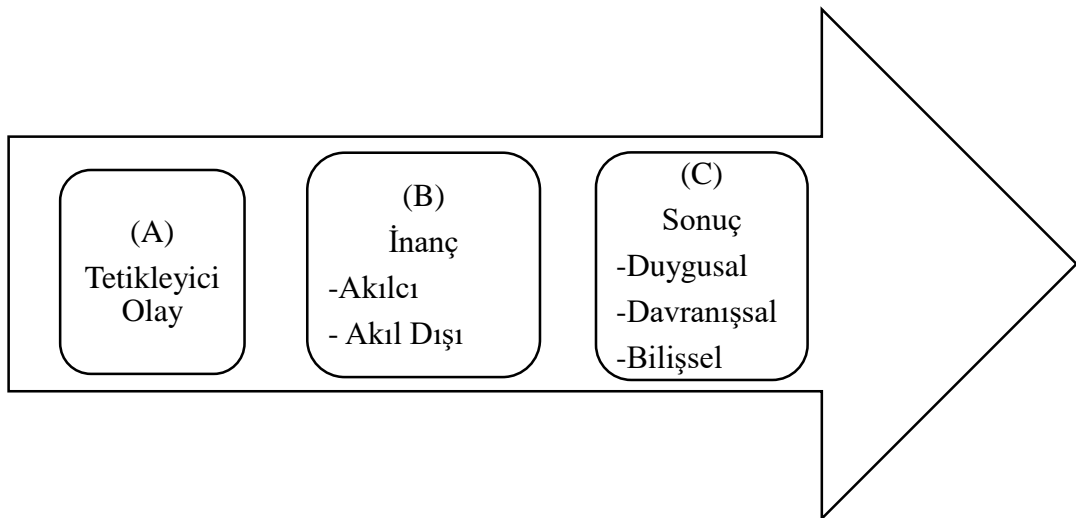
Bilişsel davranışçı yaklaşımda Beck (1976), kaygı, depresyon ve öfkenin belirli bilişsel şemalarla ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Sonrasında ortaya atılan özgün bilişsel içerik hipotezine göre (*cognitive content specificity*), her duygu modunu tetikleyen özgün bir bilişsel profil tanımlanmıştır (Clark ve Beck, 1999). Buna göre depresif duyguların, kişisel kayıp, yoksunluk veya başarısızlığa bağlı bilişsel temalarla, kaygının tehlike ve savunmasız olmaya yönelik bilişsel temalarla öfkenin ise, kişisel haklara tecavüz ve mağdur edilmeye yönelik bilişsel temalarla tetiklendiği belirtilmiştir. Bu hipotez BDT kapsamında ağırlıklı olarak depresif duygulanım ve kaygıyla ilişkili olarak test edilmiş

olsa da öfkenin haksızlık algısına bağlı olarak tetiklendiğini destekleyen ampirik bulgular da sunulmuştur (Beck ve Perkins, 2001; Clark ve ark., 1994; Jolly ve Dykman, 1994; Wickless ve Kirsch, 1988).

### 1.7.2. Akılcı Duygusal Davranışçı Yaklaşım - ADDT, (Ellis, 1958)

Bir başka bilişsel yaklaşım olan ADDT’ de Ellis (1958, 1962, 1994) bilişsel, duygusal, davranışsal ve belirli fizyolojik açıdan karmaşık olan insan tepkilerinin düzenleyicisi ve belirleyicisi olarak ABC modelini sunmaktadır. Söz konusu ABC (Antecedents-Beliefs-Consequences) modelinde , 'A'; bireyin hayatı boyunca karşılaşabileceği, kişisel alanını tehdit altında bırakan birçok olayların veya zorlukların aktif olmasını, 'C' ise bilişsel, duygusal, davranışsal ve fizyolojik sonuçlara işaret etmektedir (Ellis, 1994). ABC Modeli’nde Tetikleyici olay (A) ve sonuç (C) arasındaki belirleyiciler ise 'B' olarak temsil edilir ve bu da bireyin olayın değerlendirme biçimine işaret eder. (Bkz. Ellis, 1994, Şekil 1).

Ellis (1994), bireyin hedonistik bir canlı olduğunu ancak yaşamdan haz almayı mümkün kılan akılcı inançların aksine, bireyin yaşamdan haz almasını sabote eden akıl dışı inançlarının da olduğunu belirtir. Akılcı inançlar ampirik olarak sağlam, mantıksal olarak tutarlı ve işlevsel olan inançlardır ve akılcı inançların karakteristik doğası esnek ve aşırılıktan uzak olmalarıdır. Öte yandan akılcı olmayan inançlar, ampirik gerçekliğe dayanmayan, mantıksal olarak tutarsız, işlevsel olmayan sonuçları ortaya çıkaran ve uç noktada yıkıcı duygulanıma neden olan inançlardır.



Şekil 1. Ellis ABC Modeli (Ellis, 1994)

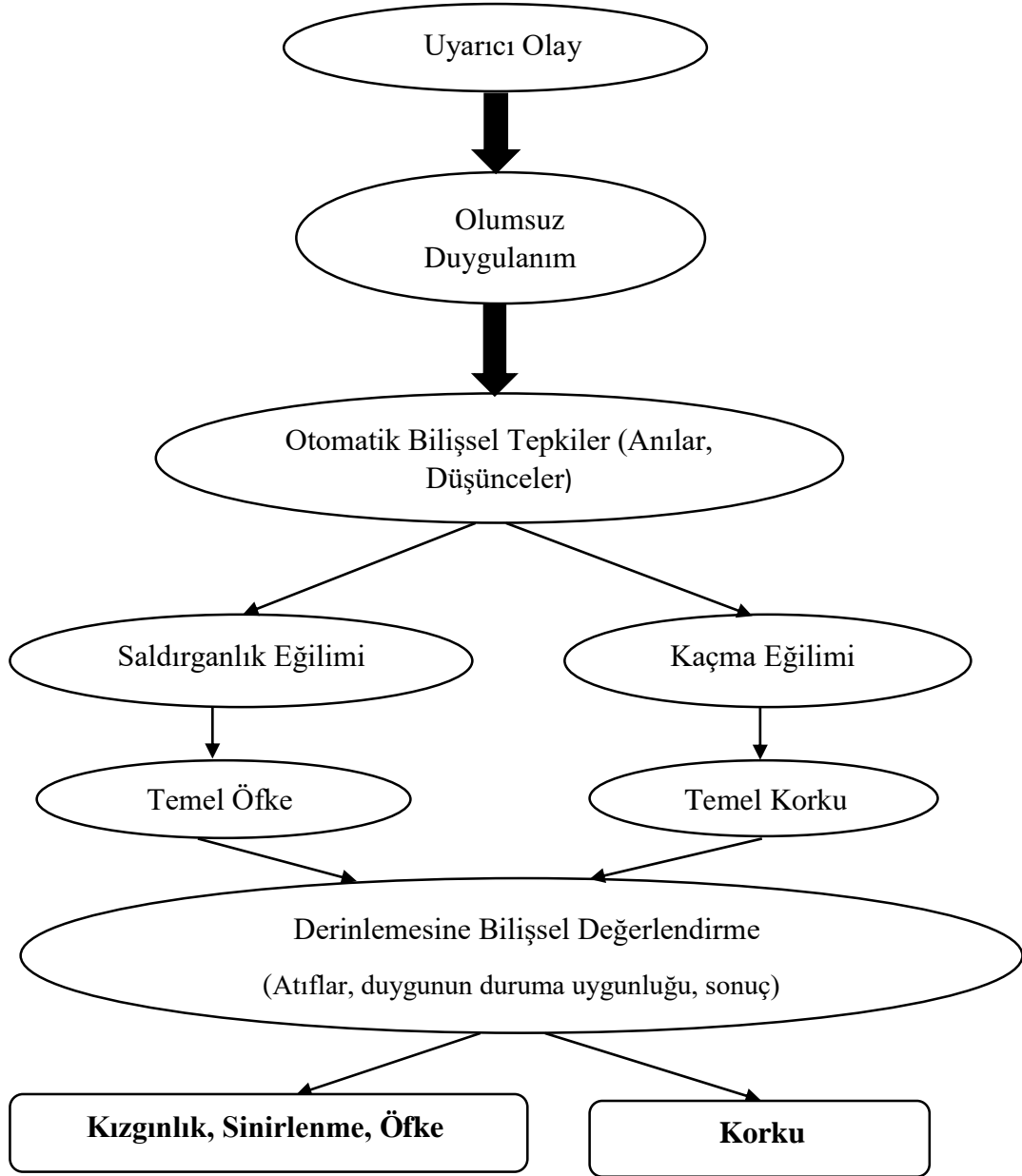
Sonuç olarak bir duygunun ne yoğunlukta ve yıkıcılıkta deneyimleneceği bir olayın açıklanmasındaki inançların akılcılık düzeyiyle birebir ilişkili görünmektedir. Ellis (1994) öfkenin deneyimlenmesinde 4 temel inancın etkili olduğunu belirtmektedir: Felaketleştirme, dayanılmazlık, zorunluluk/gereklilik ve genelleme/damgalama. Buna göre bir ebeveyn çocuğunun üniversite sınavında başarısız olması sonucunda “Onun bu sınavı geçememesi bir felaket (felaketleştirme), buna tahammül etmem mümkün değil (dayanılmazlık), onun başarılı olması ve sınavı için en iyi şekilde ve zamanında çalışması gerekiyordu (zorunluluk). Bence o tembel, sorumsuz (damgalama/genelleme)” şeklinde bir açıklama getirirse uç noktadaki bu açıklamanın duygusal çıktıları da uç noktada olacaktır. Bu açıklama tarzı ile ebeveynin hiddet hissedeceği ve işlevsel olmayan yıkıcı davranışlar göstereceği tahmin edilebilir. Oysa ebeveynin “Bu sınavda başarısız olması kötü oldu. Bunu kabullenmek biraz zaman alacak. Daha etkili çalışabilmiş olmasını tercih ederdim. Bu sene sınavla ilgili sorumsuzca davrandı ama aslında sorumsuz bir çocuk değildir.” şeklinde daha akılcı bir açıklama yapması sonucu da daha işlevsel kılacaktır. Bu yorum hafif düzeyde kızgınlık (sinirlilik, can sıkıntısı vb.) tetikleyeceği gibi daha işlevsel ve sorun çözümünü teşvik eder davranışların ortaya çıkmasını da kolaylaştıracaktır.

### **1.7.3. Bilişsel Yeni Çağrışım Modeli (Berkowitz, 1989)**

Bu kurama göre duygular düşünceler, anılar, fizyolojik ve motor tepkileri ilişkisel bir ağ içerisinde birbirlerini karşılıklı olarak harekete geçirebilmektedir (Berkowitz, 1990). Diğer bir ifadeyle olumsuz duygulanım (affect); nedensel atıflar ve bilişsel değerlendirmeler yoluyla öfkeyi veya öfkeyle ilişkili diğer duyguları harekete geçirmektedir (Berkowitz, 1990). Böylece, güçlü ve olumsuz duygulanım, bilişsel yeni çağrışım ağının bileşenlerini harekete geçirir ve yorumlayıcı şemalar, sosyal kurallar ve beklentiler, kazanç ve kayıp değerlendirmesi gibi üst düzey bilişsel işleyiş devreye girerek, davranışlara son şeklini vermektedir (Berkowitz ve Jones, 2004). Buna göre, korku ve öfke duyguları kendiliğinden ortaya çıkmamakta, yalnızca birbirlerine paralel veya birbirlerini harekete geçirmekte; olumsuz içsel durumlar (acı veya stres gibi), öfkeyi ve öfkenin saldırganlığa sebep olma ihtimalini arttırmaktadır (Berkowitz, 1990).

Özetle yeni çağrışım modeline göre kişinin istemediği uyarıcı bir olay, olumsuz duygulanıma yol açmaktadır (Berkowitz, 1990). Bu olumsuz duygulanımla çeşitli düşünce ve anılardan oluşan basit düzeyde bilişsel değerlendirme sonucu kişi ya saldırganlık ya da kaçma eğilimi göstermektedir (Berkowitz,1990). Kişi eğer

saldırganlığa eğilimli ise temel öfke; eğer kaçıma eğilimli ise temel korkuyu hissetmektedir (Berkowitz, 1990) Hissedilen öfke ve korku duyguları ise, derinlemesine bilişsel değerlendirmeler ve nedensel atıflar süzgecinden geçerek sinirlenme, öfkelenme, rahatlama, kızgınlık; ya da korku yoluyla temel duygunun ifade biçimi şekillenmektedir (Bkz. Şekil 2).

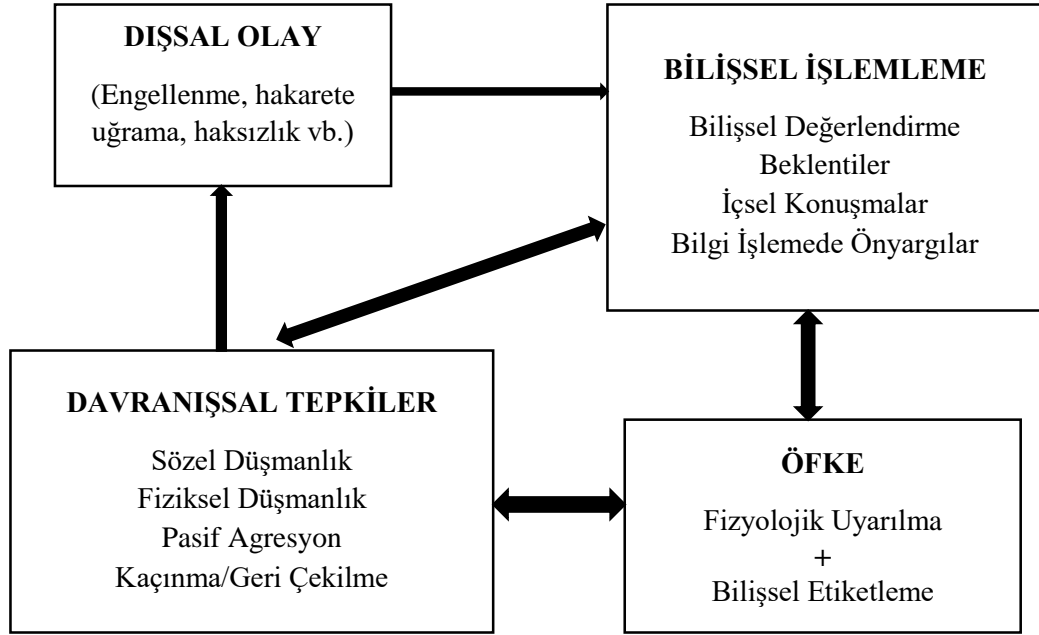


Şekil 2. Bilişsel Yeni Çağırışım Modeli (Berkowitz, 1990)

#### 1.7.4. Bilişsel - Klinik Model (Novaco, 1978)

Öfke ve saldırganlığın psikopatolojik düzeyine yönelik çalışan Novaco (1978), öfke duygusunun ortaya çıkışını *dışsal olaylar*, *içsel süreçler* ve *davranışsal tepkilerin* karşılıklı ilişkisine bağlamaktadır. Buna göre, engellenme, hakarete ve haksızlığa uğrama

gibi dışsal bir olay bilişsel olarak yorumlar, beklentiler ve içsel konuşmaları tetiklemektedir. Bilişsel süreçteki değerlendirmeler, bireyin olayı bir provokasyon olarak yorumlaması (Örn; “Sen sadece bana çarpmadın, sen bana vurmak istedin”) ile sonuçlanabilir. Kişinin olayı nasıl değerlendirdiği, nihayetinde vereceği davranışsal tepkiler üzerinde büyük bir etkiye sahip olabilmektedir. Olay, biliş ve tepkiler bireyin belirli bir fiziksel uyarılma yaşamasına neden olmakta ve uyarılmanın isimlendirilmesiyle öfke deneyimlenebilmektedir.



Şekil 3. Bilişsel-Klinik Model (Novaco, 1978)

Novaco'ya (1979) göre beklentiler (expectations), öfkenin ortaya çıkışını çeşitli şekillerde etkileyebilecek bilişsel süreçler olarak görülmektedir. Bir beklenti gerçekleşmezse, ortaya çıkan fizyolojik uyarılma bağlamla ilişkili olarak isimlendirilmektedir. Aynı şekilde dışsal olaylara yönelik yapılan içsel konuşmalar da (private speech) davranışsal tepkileri ve duygulanımı şekillendirecektir. Dolayısıyla bilişsel süreçler hem davranışsal hem de duygusal tepkilere neden olabilmektedir ve bu tepkiler de bilişsel süreçleri karşılıklı olarak etkilemektedir. Bu karmaşık yapıda yaşanan fizyolojik bir uyarılmanın “öfke” olarak isimlendirilmesi de yine bilişsel ve davranışsal tepkilerde (Örn; Öfkelenildiğini fark eden kişinin kapıyı çarparak toplantıyı terk etmesi) değişime neden olabilecektir (Bkz. Şekil 3).

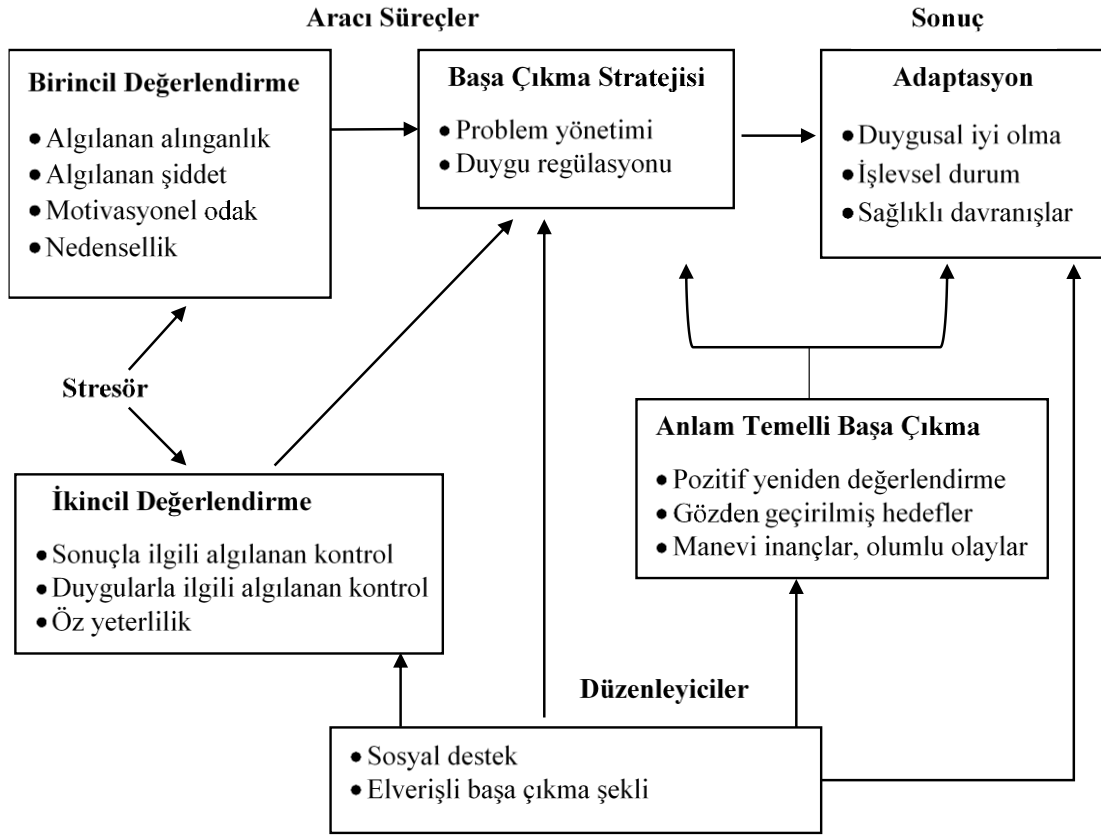
### **1.7.5. Bilişsel Değerlendirme Modeli (Lazarus ve Folkman, 1984; Folkman ve Lazarus, 1988)**

Lazarus (1991) öfkenin asıl temasının; benlik kavramının tehdidi ve benlik saygısının ihlal edilmesi olduğunu öne sürmüştür. Bilişsel değerlendirme modeline göre kişi olumsuz bir olayı, şahsına kast edilen bir zorluk olarak veya benlik saygısı ve sosyal imajını koruma ve geliştirme amacına ulaşmada bir engel olarak algıladığında öfke duygusu ortaya çıkmaktadır.

Ayrıca, bilişsel değerlendirme modeli, duygunun bilişsel ve sembolik etkilerini ve bu etkiye neden olan stres ve baş etme olmak üzere iki temel süreci de vurgulamaktadır (Scherer, Schorr ve Johnstone, 2001). Buna göre, stres bir kişinin yalnızca mevcut koşulları değil, bu duruma yol açan olayları da içeren çevre ile olan ilişkilerini değerlendirmesini sağlayan süreçtir ve olayların kendisi değil; kişinin inançları, arzuları, geçmiş olayları ve niyeti bağlamındaki yorumlamaları önemlidir. Başa çıkma stratejileri, olayların baş edilebilirlik düzeyine göre bireyin ortaya koyabileceği duygusal ve davranışsal savunmaları repertuarında barındırır (Peacock ve Wong, 1990). Buna göre; olumsuz ancak kontrol edilebilir olarak değerlendirilen olaylar için birey problem odaklı davranışsal tepkilere motive olurken, kontrol edilemez olarak algılanan olaylar için ise birey inkar veya kaçınma gibi duygusal savunmalara yönlenecektir (Peacock ve Wong, 1990).

Bilişsel değerlendirme modelinde, kişilerin stres ve başa çıkma konusundaki karşılaşmalarına ilişkin değerlendirmeleri ise birincil ve ikincil değerlendirmeler olarak kabul edilmektedir (Folkman, Lazarus, Gruen, ve DeLongis, 1986). Bu bağlamda, ilk değerlendirmede kişi, içinde bulunduğu durumda bir şeyin olup olmadığını değerlendirir ve durumun onun sağlığıyla ilişkili olduğuna inanıyorsa, durum stresli olarak tanımlanır (Folkman ve ark., 1986). Birincil değerlendirmede hem durumun kendisi hem de durumu ortaya çıkaran temel unsurlar, düşünce biçimi ve buna bağlılık gibi kişisel faktörler tarafından şekillendirilmiştir (Folkman, 1984).





**Şekil 4.** Bilişsel Değerlendirme Modeli (Lazarus ve Folkman, 1987)

Birincil değerlendirme sürecindeki değerlendirmeyi etkileyebilecek genelleştirilmiş inançlardan biri, bir kişinin sonucu kontrol edebileceğini varsaydığı inancına dayanır. Dolayısıyla birincil değerlendirmede durum stresli görülüyorsa, kişi ek değerlendirme yapar ve buna *ikincil değerlendirme* denir. İkincil değerlendirmede, kişisel kaynak ve seçeneklerin yeterliliği göz önünde bulundurularak, kişi üç çeşit stresli değerlendirme yapmaktadır: Zarar veya kayıp, tehdit ve zorluk (challenge) (Lazarus, 1993). Bir hasar olduğunda, zarar veya kayıp hissedilmekteyken; tehdit algısıyla da yine zarar veya kayıp hissi olasılığı vardır. Ancak, ilk iki değerlendirmede korku ve öfke gibi olumsuz duygular tetiklenirken, zorluk sırasında heyecan ya da ilgi gibi olumlu duygular tetiklenmektedir (Lazarus, 1993). Zarar veya kayıp, tehdit ve zorluk değerlendirmelerine ek olarak, kişi ikincil değerlendirmede zorlukların üstesinden gelmek veya fayda artırabilmek için ne yapılabileceğini değerlendirmekte; fiziksel, sosyal ve psikolojik iyilik gibi mevcut kaynaklar ışığında çeşitli başa çıkma seçenekleri bu süreç boyunca dikkate alınmaktadır (Folkman ve Lazarus, 1985). Bu kaynaklar; bilişsel beceriler, duygusal gereksinimleri karşılamak için sosyal destek, yüksek enerji seviyesini ve gücünü karşılamak için fiziksel uygunluk (Folkman, 1984), stresle baş etmede bir önceki başarılı

deneyim, iyimserlik, kontrol hissi ve benlik saygısıdır (Sarason, Levine, Basham ve Sarason, 1983). Bilişsel değerlendirmeler dinamik bir süreç olduğundan, iki değerlendirme türü (birincil ve ikincil değerlendirme) de birbirine bağımlı olarak çalışır. Örneğin kişinin başa çıkma kapasitesi, zorlukların üstesinden gelmek için yeterli ise ve bir tehdit hissederse, durumu tehdit olarak değerlendirme derecesi azalabilmektedir (Bkz. Şekil 4).

### **1.7.6. Yükleme Kuramları (Heider, 1958; Rotter, 1966; Weiner, 1985)**

Heider (1958) tüm insanların davranışlarının sebeplerini ve sonuçlarını anlamaya yönelik içsel arzuları olan “naif psikologlar” olduğunu ifade etmektedir. Diğer bir deyişle insanların, tüm deneyimlediklerinin nedenlerini anlamaya ve açıklamaya yönelik doğal bir eğilimleri olduğunu belirtmiştir. Bu eğilimin ise çevreye uyum sağlayabilme ve günlük yaşamda karşı karşıya gelinen zorluklarla mücadele konusunda önemli olduğu vurgulanmaktadır (Harvey ve Martinko, 2010).

#### **1.7.6.1. İç- Dış Denetim Odağı (Rotter, 1966)**

Olaylara verilen duygusal ve davranışsal tepkilerin, bu olayların nedenlerine yönelik yapılan bilişsel yüklemeler olduğunun öne sürülmesiyle ilk olarak Rotter (1966), denetim odağı (*locus of control*) kavramını öne sürmüştü ve bu kavramı iç ve dış denetim odağı olarak iki uçlu tanımlamıştır. Denetim odağı, çevrenin üzerinde uygulanabilen kişisel kontrol derecesine ilişkin bireyin inançlarını tanımlamaktadır. Rotter (1966) bireyin olayları şans, kader, güçlü olan diğerlerinin kontrolü altında veya onu çevreleyen güçlerin büyük karmaşıklığı yüzünden öngörülemeyen olarak yorumlamasını dış denetim; bireyin olayları kendi davranışlarına veya kalıtsal özelliklerine bağlı olarak algılamasının ise iç denetim olarak tanımlamaktadır. Diğer bir deyişle, bir durumun ortaya çıkışında kendilerini sorumlu hisseden insanların *iç denetim odaklı*; başkalarını sorumlu görenlerin ise *dış denetim odaklı* oldukları söylenebilir.

Rotter (1954) davranışsal ve bilişsel yaklaşımı birleştirerek, denetim odağına yönelik bilişsel yüklemelerin pekiştiriciler yoluyla kazanıldığını ifade etmiştir. Genel anlamda denetim odağı, bir kişinin ne tür pekiştiriciler alarak kendi davranış, beceri ya da içsel (internal) eğilimini belirlediğine inanma ile ilgili bir durumdur ve burada bahsedilen pekiştiriciler etkisi kişinin kendi davranışıyla ödül arasında nedensel bir ilişki kurup kurmadığına bağlıdır (Rotter, 1966).

Denetim odağı bir kişilik özelliği olarak vurgulansa da zaman içerisinde yaşam deneyimlerine göre değişkenlik gösterdiği de belirtilmektedir (Wolfe ve Robertshaw, 1982). Yaşla beraber bireyin olaylardaki rolü konusunda daha fazla sorumluluk hissetmeye başlayabileceği ve dolayısıyla iç denetim odağının artabileceği ifade edilmektedir. İç ve dış denetim odaklı kişilerin farklarına yönelik araştırma bulguları, dış denetim odağının onay ihtiyacı ve boyun eğme davranışı ile pozitif, kişilerarası güven duygusu ile negatif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (Phares, 1976). Öte yandan, iç denetim odağı yüksek olan bireylerin sosyal olarak daha girişken oldukları ve kendilerini daha etkili ortaya koyabildikleri de belirtilmiştir (Bledsoe ve Baber, 1978; Lefcourt, 1976).

İç - dış denetim odağının davranışsal sonuçları kadar duygusal sonuçları da alan yazında sıklıkla ele alınan bir konu olmuştur. Denetim odağının kaygı ve üzüntü, çaresizlik ile ilişkili olduğunu ortaya koyan birçok çalışma mevcuttur (Abramson, Seligman ve Teasdal, 1978; Archer, 2010; Baucom, 1982; Beck, 1967; Biaggio, 1984; Brooks, 2009; Butler, 2013; Faslia ve Faslıb, 2017; Watson, 1967). Kaygı ve denetim odağı ilişkisine odaklanan araştırmaların çoğunlukla akademik ortamlarda çalışıldığı görülmektedir. Bu araştırmalar tutarlı olarak dış denetim odağının sınav kaygısı (Butler, 2013; Faslia ve Faslıb, 2017; Watson, 1967) ve sürekli kaygı (Archer, 2010) ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Benzer şekilde dış kontrol odağının depresyon düzeyi ile (Abdolmanafi ve ark., 2011; Aiken ve Baucom, 1982; Brooks, 2009; Lidja, 2016; Traub, 1982; Zawawi ve Hamaideh, 2009) ve hatta doğum öncesi depresif duygulanımla (Richardson ve ark., 2012) ilişkili olduğu da birçok araştırmada desteklenmiştir. Abramson ve Seligman (1978) depresif yapıdaki kişilerin sıklıkla yaşamlarındaki olaylar ve durumlar üzerinde denetimlerinin olmadığı yönünde düşünceler ifade ettiklerine işaret etmiştir.

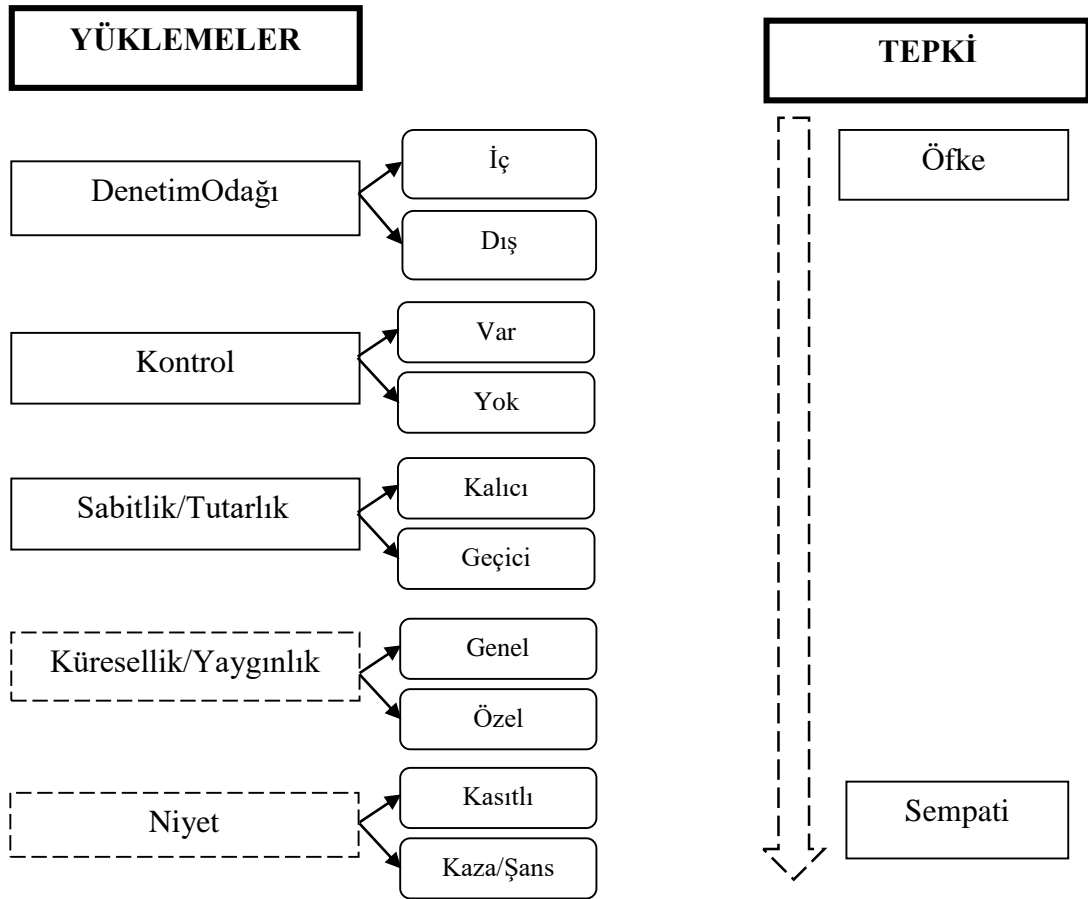
Depresif duygulanım ve kaygıya kıyasla denetim odağının öfke ve öfke ifadesiyle ilişkisine yönelik daha az araştırma bulunmakta ve bazı tutarsızlıklar rapor edilmektedir. Öncelikle; iç denetim odağının okul öğrencilerinde daha az saldırgan davranışlarla (Deming ve Locman, 2008), trafikteki sürücülerde daha az öfke, riskli sürücü davranışları (Gidron, Gal ve Desevilya, 2003) ve daha az ölümcül kaza oranıyla (Montag ve Comrey, 1987) ve depresyon hastalarında daha az öfke ruminasyonu ile (Abdolmanafi ve ark., 2011) ilişkili olduğu ampirik olarak desteklenmiştir. Bununla birlikte bazı araştırmalar denetim odağı ile öfke ve öfke ifadesi arasında anlamlı bir ilişki

görülmeyişi (Alkış ve Özkardeş, 2016) ya da seçici bir ilişki bulunduğunu (Hahn, 2000; Muhtaba, Malik ve İftikhar, 2015) ifade etmişlerdir. Örneğin, Muhtaba ve arkadaşları (2015) sigara ve uyuşturucu kullanıcılarıyla yaptıkları bir araştırmada, madde kullanımına yönelik denetim odağı ile öfke arasındaki ilişkiyi değerlendirmişler ve yalnızca sigara bağımlıları için bu ilişkinin anlamlı, ancak uyuşturucu bağımlıları için anlamlı olmadığını bulmuşlardır. Hahn (2000) ise stresli işlerde görev alanların duygusal yaşantıları ve başa çıkma yollarını günlükler aracılığıyla incelediği araştırmasında dış denetim odaklı çalışanların günlüklerinde daha fazla depresif duygulanım ifade ettiklerini, iç denetim odaklı çalışanların ise daha yoğun öfke duyguları raporladıklarını bulmuştur.

Bu araştırmalar denetim odağının öfke hissetmekten daha güçlü olarak öfke ifadesi ile ilişkili olduğu ve daha önemlisi deneyimlenen olay ya da durumun farklı özelliklerine göre değişebileceği vurgusunu yapmaktadırlar.

#### **1.7.6.2. Yükleme Kuramı (Weiner, 1985)**

Rotter'in (1966) denetim odağı kavramına yönelik alan yazındaki tutarsız bulgular, duyguları şekillendiren yüklemelerin sadece denetim odağıyla sınırlı olmadığı, olayların nedenselliğine yönelik farklı yüklemelerin olduğu görüşünü ortaya çıkarmıştır. Weiner (1985, 2001) denetim odağı dışında, olayların nedenlerine yönelik 2 temel yüklemeye daha işaret etmiştir: Kontrol Edilebilirlik ve Sabitlik/Tutarlık) bahsetmektedir (Bkz. Şekil 5). *Kontrol edilebilirlik* olumsuz durumun objektif kriterlere göre kontrol edilip edilemeyeceğinin, *sabitlik/tutarlık* ise olayın zaman içerisinde süreklilik gösterip göstermeyeceğinin değerlendirilmesini içermektedir. Ayrıca Weiner (1985) ek olarak *Niyet* (durumun kasten veya yanlışlıkla olup olmadığı) ve *Küresellik/Yaygınlık* (olayın olumsuz sonuçlarının bireyin yaşantısını genel olarak etkileyip etkilemeyeceği) yüklemelerini de ifade etmektedir ancak, bu boyutların ampirik çalışmalarla desteklenmesi gerekliliğini de vurgulamaktadır.



Şekil 5. Yükleme Kuramı (Weiner, 1985)

Sonuç olarak bireylerin olay nedenlerine yönelik yaptıkları farklı yüklemeler deneyimlenecek duyguyu ve bu duygunun şiddetini belirlemektedir. Örneğin; arkadaşınız ödünç verdiğiniz arabanız ile kaza yaptığında, bu kaza onun telefonda konuşurken dikkatinin dağılması nedeniyle oluştuysa (içsel odak ve kontrol edilebilir) ve arabanız bu kaza neticesinde hurdaya çıktıysa (süreklilik) yoğun bir öfke hissetmek olasıdır. Oysa arkadaşınız kırmızı ışıkta dururken bir araç arkadan çarptıysa (dışsal ve kontrol edilemez) ve arabanızda sadece ufak bir çizik oluştuysa bu durumda daha hafif bir kızgınlık, belki hayal kırıklığı hatta ilk defa kaza yapmış olan arkadaşınız için endişe hissetmeniz mümkündür. .

### 1.8. ÖFKEYE İLİŞKİN SOSYO KÜLTÜREL AÇIKLAMALAR

Bu noktaya kadar temel, doğal ve uygun düzenlenebilmesi durumunda işlevsel bir duygu olan öfkenin deneyimlenmesinde biyolojik ve bilişsel süreçlerin kaçınılmaz rolü aktarılmıştır. Ancak, birey her ne kadar biyolojik bir organizma olsa da sosyal bağlamın dışında anlamlı bir değerlendirme yapmanın mümkün olmadığı özellikle de

Sosyal Yapısalcı Yaklaşım (Averill, 1982, 1983) ve Kişilerarası Kuramlar (Sullivan, 1953) tarafından en başından beri vurgulanmaktadır. Özellikle Averill'in (1982, 1983) öfke yaşantılarını sosyal bağlamında değerlendirebilmek için yapmış olduğu niteliksel, günlük inceleme çalışmaları bireylerin günlük yaşantılarında hissettikleri öfkenin doğası hakkında çok detaylı bilgiler sunmuştur. Averill'in (1982, 1983) araştırma sonuçları bireylerin gün içerisinde oldukça sık öfkelenedikleri (ortalama 7 kez), öfkelenedikleri zaman çoğunlukla (%60) herhangi bir saldırgan tutum sergilemedikleri, saldırgan tutumların ise çoğunlukla sözel veya sembolik (%50), nadiren (%10) fiziksel olduğu ve bu davranışların ise fiziksel zarar verme niyetinden çok istenmeyen davranışı engellemeye yönelik (kolundan çekme, şaplak vb.) olduğu belirtilmiştir. Hatta öfkenin, saldırgan tutumlardan iki kat daha fazla oranda yatıştırıcı ve arkadaşça davranışlara neden olduğu da ifade edilmiştir. Ayrıca Averill (1982, 1983), beklenenin aksine bireylerin yabancı veya sevmediklerine karşı değil sıklıkla (%75) tanıdıkları ve sevdiklerine karşı öfke hissettiklerine dikkat çekmektedir. En önemlisi de bu çalışma, öfkenin ve ilişkili tutumların neden devam ettiği sorusuna da ışık tutmuştur. Buna göre; öfkelenen ve tepki gösteren birey ve hatta öfkenin hedefi olan birey dahi bu yaşantının zarardan çok fayda sağladığını belirtmiştir. Öfke deneyiminin sosyal yaşantıdaki faydalarını vurgulayan araştırmalar öfke ifadesinin bir sindirme veya göz korkutma stratejisi olduğundan bahsetmektedir. Buna göre, öfkeli kişi güçlüdür ve başkalarını itaate ikna eder (Clark, Pataki ve Carver, 1996). Bu yüzden ebeveynler de çocuklarını kontrol altında tutabilmek için, öfkeyi kullanırlar (Bugental, Johnston, Silvester, 1998). Ayrıca, duyguların ifadeleri, sosyal statünün algılanma biçimini de etkilemektedir. Mesela, öfkeli yüz ifadesine sahip kişilerin, üzgün yüz ifadeli kişilere göre sosyal açıdan daha yüksek veya güçlü bir pozisyonda olduklarına inanılmaktadır (Kiegnal, 1993).

Averill'in (1982, 1983) bu öncü çalışması duyguların özellikle de öfkenin sosyo kültürel bağlamı içerisinde anlamlandırılmasının gerekliliğini açıkça ortaya koymaktadır. Bu noktada öfkenin deneyimlenmesi ve ifade edilmesinde kültürün, toplumsal cinsiyet rollerinin ve bireyin yetiştiği aile ortamının da etkileri göz önüne çıkmaktadır.

### **1.8.1. Kültür**

Benlik; biyolojik (Ledoux, 1996) ve sosyokültürel (Markus ve Kitayama, 1991) temellere dayanarak şekillenen bir yapıdır ve bireyin örtük ve açık tüm duygu, düşünce, davranış, dikkat, algı, motivasyon, ilişkiler ve grup süreçlerinde çerçeve oluşturur

(Markus ve Kitayama, 2010). Bu doğrultuda Batı ve Doğu diğerk bir deyişle, özerk ve ilişkişel toplumlardaki benlik kavramının duygu deneyimi ve ifadesi ile ilişkişini vurgulayan araştırmalar özerkliğın teşvik edildiğiki kültürlerde duyguların ego-odaklı, ilişkişelliğın teşvik edildiğiki kültürlerde ise duyguların diğerk-odaklı deneyimlendiğiki ve ifade edildiğikine dikkat çekmektedir (Markus ve Kitayama, 1991). Markus ve Kitayama (1991) öfke, engellenmişlik ve gurur gibi duyguların ego-odaklı duygular olduğunu, bireysel kayıp (Örn; “Bana haksızlık yapıldı”) ve kazanç (Örn; “Ben diğerklerinden daha başarılı oldum”) algısına bağılı olarak deneyimlendiğikini ve bireyin özerkliğiki için bu duyguları açıkça ifade edebilme konusunda ustalaşması gerektiğikini ifade etmişlerdir. Bu nedenle de öfke, gurur gibi ego-odaklı duyguların özerk Batı kültürlerinde açıkça ifade edilmesinin teşvik edildiğikini ancak, ilişkişel Doğu kültürlerinde olumsuz karşılandığıını vurgulanmıştır.

Öfke duygusunun deneyimlenmesinde ve ifade edilmesindeki kültürlerarası farklılara vurgu yapan araştırmalar özerk kültürlerde yakın tanıdıklara, ilişkişel kültürlerde ise yabancılara karşı daha fazla (Matsumoto ve ark., 1988) ve özerk kültürlerde kendine yönelik (“Bana verdiğiki sözü tutmadı”), ilişkişel kültürlerde ise diğerkine yönelik (“Ona haksızlık yapılıyor”) engellenmeler karşısında daha fazla öfke deneyimlendiğikini (Stipek, Weiner ve Li, 1989) belirtmiştir. Ayrıca ilişkişel kültürlerin öfke ile davranışa dökülmeden bastırarak (*supression*) başa çıktıkları, özerk kültürlerin ise yaşanılan öfkeyi yeniden değıerlendirerek (*reappraisal*) başa çıkmayı tercih ettikleri de ifade edilmiştir (Matsumoto, Yoo ve Nakagawa, 2008).

### 1.8.2. Sosyo-Ekonomik Düzey

Doğu ve Batı kültürleri arasındaki farklar kadar bir kültürün kendi içerisinde de din, sosyo ekonomik düzey, cinsiyet, ırk gibi birçok özelliğike bağılı olarak oluşun alt kültürler arasında da önemli farklılıklar bulunmaktadır (İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün, 2006). Dolayısıyla öfke deneyimi ve ifadesinde kültürler arasındaki farklar kadar bir kültürün kendi içerisinde de eğitim seviyesine, cinsiyete ve aile kökenine ilişkin farklar dikkat çekmektedir.

Sosyo-ekonomik düzeye alındığıında özerkliğın teşvik edildiğiki kültürlerde yapılan çalışmalar, düşük gelir düzeyinin insanlarda daha fazla engellenmişlik ve hayal kırıklığına neden olduğunu ifade etmektedir (Markus ve Kitayama, 2003). Bu nedenle Batı kültürlerinde sosyo-ekonomik düzey ile öfke ve saldırgan davranışları arasında

negatif yönde bir ilişki olduğu gösterilmektedir (Brownfield, 1986; Elliot, Ageton ve Canter, 1979; Ross ve Willigen, 1996). Öte yandan; ilişkisel kültürlerde bireysel hedeflerin engellenmesi öfkeye neden olmadığı gibi öfke, otoriteyi sağlamak ve karar alma yetkisini korumak adına işlev gören bir duygu olarak belirtilmektedir. Bu nedenle de Doğu kültürlerinde sosyo ekonomik düzey ile öfkenin pozitif yönde ilişkili olduğu gösterilmektedir (Kitayama ve ark., 2013).

### **1.8.3. Toplumsal Cinsiyet**

Öfke deneyimi ve ifadesinde kadın ve erkek arasındaki farklar da sıklıkla kültürler arası farklılıklardan daha belirgin olabilmektedir.

Averill (1983) öfke hissi açısından kadın ve erkek arasında fark olmadığını, aynı olayların aynı sıklıkta öfkeyi tetiklediğini ifade etmiş ancak, kadınlarda öfkenin erkeklere kıyasla 4 kat daha fazla ağlamayı tetiklediğini belirtmiştir.

Duyguların deneyimlenmesindeki cinsiyet farklarının sosyalizasyon sürecinin bir sonucu olduğu yaygın olarak ifade edilen bir görüştür. Araştırmalar da kadın için öfkenin açıkça ifade edilmesinin hoş görülmediğini (Lerner ve Galambus, 1985), ebeveynlerin erkek çocuklarda öfkeyi onaylarken kız çocuklarında onaylamadıklarını (Birnbaum ve Croll, 1984) ve kadınların öfkeyi erkeklere kıyasla daha fazla bastırmaya meyilli olduklarını göstermektedir (Haynes, Follingstad ve Sullivan, 1979). Buna ek olarak, öfke ifade tarzlarına yönelik yapılan araştırmalarda erkeklerin öfkelerini hem içe hem de dışa, kadınlara kıyasla daha fazla ifade ettikleri (Elkin ve Karadağlı, 2015; Kaya ve ark., 2012; Yöndem ve Bıçak, 2008), kadınların ise öfke kontrolünün daha fazla olduğu bulunmuştur (McKinnie-Burney, 2006).

## **1.9. ÖFKEYE İLİŞKİN GELİŞİMSEL AÇIKLAMALAR**

### **1.9.1. Ebeveyn Tutumu (Psikolojik - Davranışsal Kontrol)**

Önemli ebeveynlik boyutlarından biri olan ebeveyn kontrolü, belli bir kültür veya toplum ile tutarlı olacak şekilde anne ve babanın kendi inanç ve tutumlarıyla ihtiyaçlarını yansıtarak çocuklarını yönlendirmek ve denetlemek zorunda olduklarını gösteren davranıştır (Barber, Olsen ve Shagle, 1994). Barber, Stolz ve Olsen (2005), çocukların ebeveynleri tarafından kendi duygu ve düşüncelerini deneyimleyip ifade



etmeye ve onlara değer vermeye izin vermelerine; çocukların aynı zamanda hem psikolojik özerkliğe, hem de kontrollü olmaya; ayrıca davranışları üzerinde dengeli sınırların koyulmasına ihtiyaç duyduklarını iddia etmiştir.

Ebeveyn kontrolü, çocuğun davranışsal durumlarını etkileyen psikolojik ve davranışsal kontrol gibi farklı boyutlara sahiptir (Barber, Olsen ve Shagle, 1994). Araştırmacılara göre, özerklik ve kontrollü olma ihtiyacıyla ilişkili olan psikolojik ve davranışsal kontrolün, özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde önemli etkilere sahip olduğunu ifade etmektedirler (Barber, Olsen ve Shagle, 1994). Barber, Olsen ve Shagle (1994), ebeveynlerin hem psikolojik kontrolünün, hem de davranışsal kontrolünün çocuğun gelişimi üzerinde farklı etkileri olduğunu göstermiştir.

Psikolojik olarak kontrol sağlayan ebeveynlik, ilk kez Schaefer (1965) tarafından; müdahaleci, aşırı korumacı, direktif ve suçluluk hissettirme yoluyla kontrol sağlama olarak tanımlanmıştır. Barber (1996) ise, Schaefer'in (1965) ilk çalışmalarına dayanarak bu kavramı, suçluluk hissettirme, şartlı sevgi ya da sevgiyi geri çekme, endişe uyandırma ve çocuğun bakış açısını geçersiz kılma olmak üzere dört ebeveyn taktiği tanımlayarak psikolojik kontrol kavramını revize etmiştir. Dolayısıyla psikolojik kontrol düzeyi yüksek olan ebeveynler, çocuklarını yukarıda ifade edilen tutumlar aracılığıyla belirli bir şekilde düşünmeye, hissetmeye veya davranmaya zorlamaktadırlar (Joussemet, Landry ve Koestner, 2008).

Ebeveynler çocuklarını psikolojik olarak kontrol ettikleri zaman, itaat ve uyumluluğa önem verir, kendi taleplerini karşılamaları için çocuklarını zorlar, onların sorunlarını çözer, iletişimde liderliği kendileri alır, çocuklarından ziyade kendi bakış açılarına göre hareket ederler (Grolnick ve Ryan, 1989; Pomerantz ve Grolnick, 2009). Ayrıca, psikolojik kontrol altındaki çocuklar başka seçeneklerinin olmadığını, sosyal çevre tarafından kendilerine dikte edildiği gibi düşünüp hissetmeleri gerektiği duygusu içindedirler (Vansteen ve ark., 2009). Özetle, psikolojik kontrol, ebeveynleri tarafından psikolojik özerkliklerini engelleyen çocuk ve ergenlerin duyguları, düşünceleri ve içsel (intrinsic) değerlerinin ebeveynleri tarafından düzenlenmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Barber, 1996).

Davranışsal kontrol ise, çocuğu takip etme, olgunluğunu isteme ve sınırları düzenleme ile ilgilidir ve ebeveynin çocuklarına yüklediği kurallar, düzenlemeler ve kısıtlamaların yanı sıra, çocukların yaptıklarının ve nerede bulduklarının aktif olarak

izlenmesi anlamına gelmektedir (Li, Li ve Newman, 2012). Barber'e (1996) göre, eğer davranışsal kontrol optimum düzeyde ise, çocuğun davranışlarının sağlam ve tutarlı bir disiplin yoluyla düzenlenmesi açısından en uygun yöntemdir. Ancak, yüksek düzeyde davranışsal kontrollü ebeveynler, çocuklarına çok az sevgi, sıcaklık, destek ve nezaket göstermekte; onları kontrol etmeye, şekillendirmeye ve kısıtlamaya çalışarak sıkı itaat ve tam saygı beklemekte; kendi istedikleri gibi güç ve otorite uygulamaktadırlar (Barber, 1996). Buna göre, uygun olmayan düzeydeki davranışsal kontrol, genellikle çocuğun kendilik kontrolündeki sıkıntılardan kaynaklanan kurallara uymama, uyuşturucu kullanımı, anti-sosyal davranışlar gibi dışsallaştırıcı problemlerle ilişkili bulunmuştur (Stattin ve Kerr, 2000).

Ebeveyn kontrolünde, ebeveynler arasında da farklılıklar bildirilmektedir (Smetana ve ark., 2006; Youniss ve Smollar, 1985). Örneğin ergenlik döneminde, anne ve babanın kontrole yönelik tutumlarının belirgin olarak farklılaştığı gösterilmiştir (Collins ve Russell, 1991; Holmbeck, Paikoff ve Brooks-Gunn., 1995). Buna göre ergenlerin, destek veya rehberlik için (arkadaşlıklar hakkında tavsiye istemek gibi) annelerine, somut ihtiyaçlar için (ev ödevi için yardım istemek gibi) babalarına danışmayı tercih ettikleri gösterilmektedir (Bikhazi, 2006). Ancak annelerin, babalara kıyasla çocuklarıyla meşgul olma, sorumluluğu üstlenme, bakım verme bakma disiplin konularında daha etkin oldukları da belirtilmektedir (Collins ve Russell, 1991; Hart ve Risley, 1992). Hem kızlar hem de erkekler annelerine daha yakın olmaya, onlarla daha fazla baş başa vakit geçirmeye, yaşamlarındaki problemleri ve diğer duygusal sorunlarını konuşma konusunda kendilerini daha rahat hissetme eğilimindedir. Bu nedenle, anne-çocuk ilişkisinin, baba-çocuk ilişkisinden duygusal olarak daha yoğun olduğu görülmektedir (Apter ve ark., 1990; Larson ve Richards, 1994). Anne-çocuk ilişkileri genellikle sıcak ve duyarlı olarak gösterilirken, baba-çocuk ilişkileri genellikle sertlik ve kısıtlayıcılık ile karakterize edilmektedir (Collins ve Russell, 1991; Hart ve ark., 1992). Buna bağlı olarak annelerin kontrol etme konusunda çocuklar üzerindeki etkisi babalara göre daha fazladır (Updegraff ve ark., 2001). Örneğin Finkelstein, Donenberg ve Martinovich (2001) çalışmasında annenin davranışsal kontrolü ile çocuğun depresyonu arasında pozitif bir ilişki olduğunu bulmuştur. Roman, Human ve Hiss (2012) yaptıkları çalışmada ise annelerin babalara göre psikolojik olarak daha kontrolcü olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

Ayrıca araştırmalar anne-baba kontrolünün kız ve erkek çocukları farklı düzeyde etkilediğini göstermektedir. Örneğin, psikolojik kontrol ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişki sadece kız çocuklarında görölmektedir (Casas ve ark. 2006, Nelson ve Crick, 2002; Nelson ve ark., 2006, ve ark. 2004). Bu bulgular, erkeklerdeki fiziksel ve sözel saldırganlıkla kıyaslandığında Yang, ilişkisel saldırganlığın kızların etkileşimleri için nispeten kız çocuklarında daha yaygın olan normatif öfkeli davranış olduğunu göstermektedir (Crick, Bigbee ve Howes, 1996; Crick ve Grotmeter, 1995).

Ebeveyn kontrolünü etkileyen bir başka faktör de sosyoekonomik durum olarak belirtilmektedir. Buna göre, sosyo ekonomik düzey düştükçe otoriteye itaat etmenin daha kabul gören ve beklenen bir özellik olduğu gösterilmiştir (Kohn, 1959; Kohn ve Schooler, 1969). Bu doğrultuda, düşük sosyo- ekonomik düzeye sahip ailelerde, ebeveynlerin itaat etmeye yönelik değerlerin gelişimine önem verdikleri, bunun da ebeveyn tutumlarını şekillendirdiği ifade edilmektedir (Kohn, 1959). Brooks (1996) düşük sosyal sınıflardaki ebeveynlik tarzının ebeveyn merkezli olduğunu ve ebeveynlerin kendilerini çocukları tarafından boyun eğilmesi gereken bir otorite olarak gördüklerini ifade etmektedir. Bu ilişki birçok araştırma tarafından doğrulanmaktadır (Geças, 1979; Gecas ve Nye, 1974; Sears, Maccoby ve Levin, 1976). Örneğin, Hoff, Laursen ve Tardif (2002) sosyo-ekonomik düzeyi düşük ailelerde çocukların daha fazla ebeveyn kontrolü yaşadığını bulmuşlardır. Benzer şekilde Floyd ve Saitzyk (1992), daha yüksek sosyoekonomik düzeyin bağımsızlığı güçlendirmekle ilişkili olduğunu ve daha düşük sosyoekonomik statünün daha fazla ebeveyn kontrolü ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Brezilyalı anne ve kızları ile yapılan bir araştırmada Lins-Dyer ve Nucci (2007), düşük sosyo - ekonomik düzeyin yüksek anne kontrolü ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Ayrıca yapılan çalışmalar, kültürel değerlerin de ebeveyn kontrolünü etkilediğini ortaya koymaktadır. Örneğin batı kültürlerindeki ebeveynler daha fazla demokratik çocuk yetiştirme tarzını tercih ederken (Steinberg, 2001), Meksikalı, (Varela ve ark., 2004), Afrika kökenli Amerikalı (Pittman ve Lansdale, 2001) ve Asya kökenli Amerikalı ailelerin ise (Leung, Lam ve Lau, 1998) daha fazla otoriter çocuk yetiştirme tarzlarını tercih ettikleri belirtilmektedir. Ancak, bu ebeveynlik tarzlarının ilişkili olduğu sonuçların da kültürel bağlama göre farklılaştığı vurgulanmıştır. Örneğin, belirli bir düzeyde fiziksel cezadan (küçük düşürücü olmadan) Avrupa kökenli Amerikalıların Afrika kökenli Amerikalılara kıyasla daha olumsuz etkilendikleri gösterilmiştir (Deckard ve Dodge, 1997; Polaha ve ark., 2004). Benzer şekilde Çinli öğrencilerle yapılmış olan

bir çalışmada, ebeveynlerin otoriter tutumlarının ve davranış kontrolünün, yüksek akademik başarıyla ilişkili olduğunun gösterilmesi, ebeveynliğin kültürel değerlerden etkilendiğini ortaya koyan örneklerden biri olmaktadır (Chao, 2001).

### 1.9.2. Ebeveyn Kontrolü ve Öfke İfadesi İlişkisi

Algılanan ebeveyn (psikolojik ve davranışsal) kontrolünün, bireyin öfke ifadesiyle ilişkili olduğunu gösteren pek çok araştırma bulunmaktadır. Örneğin, anneden algılanan yüksek düzey davranışsal kontrolün (örn. Arkadaş seçimi, yardım ve denetim) ergenlerin öfke ile karakterize depresif belirtileriyle ilişkili olduğu bulunmuştur (Pomerantz ve Eaton, 2000).

Ebeveynlerin çocuklarıyla olan ilişkilerinin öneminden dolayı güçlü bir model olduğu ileri sürülmektedir (Grych ve Fincham, 1990). Bu görüş ise, çocukların ebeveynlerinin tutumlarını içselleştirerek diğer ilişkilerine ve kendilik tanımına genellediklerini ifade etmektedir (Bandura, 1973). Özellikle çocukların akran ilişkilerindeki öfke ve saldırgan davranışların, ebeveynlerin özellikle zorlayıcı veya disiplinli kontrol stilleriyle ilişkili olduğu ifade edilmektedir.

Çocuklarına psikolojik kontrol uygulayan ebeveynler, örneğin “İyi bir eğitim alabilmeniz için her şeyi size feda ettim” ifadesini kullanabilmekte (Kuppens ve ark., 2013); bu ebeveynlik biçimi ise genç bir bireyin psikososyal gelişimine, bağımsız olmasına, sağlıklı bir kişilik ve benlik duygusu geliştirmesine engel olabilmektedir (Barber ve Harmon, 2002). Dolayısıyla yüksek düzeydeki ebeveyn psikolojik kontrolü genel anlamda, anksiyete, depresyon, yalnızlık, duygusal işlev bozukluğu ve öfke ile ilişkilendirilmiştir (Barber, 1996; Bean ve ark., 2003; Manzeske ve Stright, 2009).

Aşırı davranışsal kontrolün (fiziksel baskı), özellikle fiziksel saldırganlığa neden olduğu varsayılırken; psikolojik kontrolün ilişkisel saldırganlığa sebep olduğu düşünülmektedir (Nelson ve Crick, 2002; Nelson ve ark., 2006; Yang ve ark., 2004). Bu görüş, öfke ifadesi olarak fiziksel saldırganlığın davranışsal kontrol ile, ilişkisel saldırganlığın ise sevginin çekilmesi gibi psikolojik kontrol ile ilişkili olduğunu iddia etmektedir (Bikhazi, 2006) ve bu ilişki ampirik olarak da desteklenmektedir (Nelson ve ark., 2006).

Ebeveyn psikolojik kontrolü, çocuğun psikolojik dünyasına, ebeveyn-çocuk bağının manipüle edilmesi ve sömürülmesi yoluyla, duygu yüklü ifadeler ve eleştiriler

yoluyla gerçekleşen bir ebeveynlik davranışını ifade eder (Barber, 1996). Dolayısıyla kavramsal düzeyde de psikolojik kontrol agresif davranışlar içeren özellikler içermektedir. Örneğin, beklentilerini karşılayamadığı sürece, çocuğu sevmeyi bırakacağını bildiren ebeveynin bu tutumu, bir çocuğun arkadaşına bir isteğini kabul etmediği sürece arkadaşlığını bitireceğini ifade eden davranışına benzetilmektedir (Kuppens ve ark., 2013).

### **1.10. ÖFKE İFADESİNDE BİYO-PSİKO-SOSYAL KONTROL FAKTÖRLERİNİN İLİŞKİSİ: HİPERAKTİVİTE, DENETİM ODAĞI VE EBEVEYN KONTROLÜ**

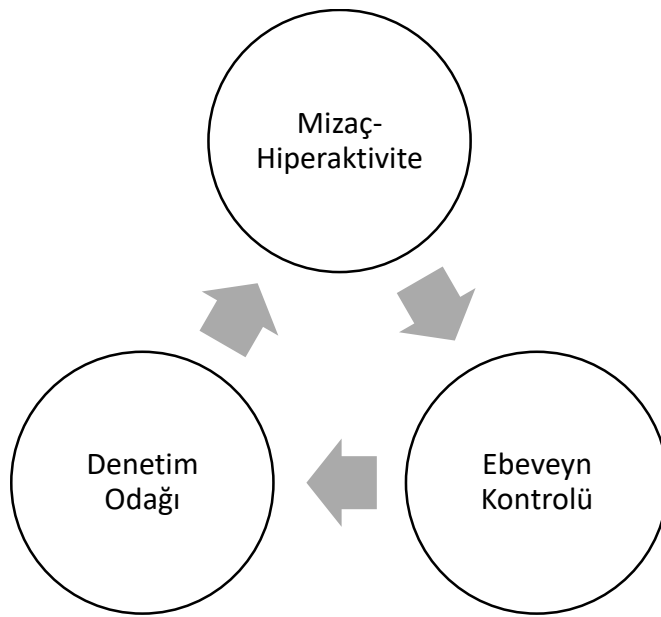
Temel bir duygu olarak öfkenin, saldırganlıktan ayrıştırılması ve saldırgan davranışlarla ilişkisinin anlaşılmasına yönelik alan yazında birçok kritik faktör ifade edilmiş ve bu konuda sayısız araştırma yapılmıştır. Bu araştırmalar kapsamındaki temel yaklaşımlar, önceki bölümlerde detaylı olarak aktarılmıştır. Sonuç olarak biyolojik, psikolojik ve sosyo-gelişimsel faktörlerin, öfkenin deneyimlenmesinde ve ifade edilmesinde ortak etkileşiminin dikkate alınması gerekliliği görülmektedir.

Buna göre öncelikle, bireyin doğuştan sahip olduğu mizaç özelliklerinin öfkenin hissedilmesi ve ifade edilmesinde kritik bir etken olduğu görülmektedir. Farklı dürtüsellik, uyarılma eşiği ve hiperkativite düzeylerinin mizaca bağlı olarak değişebileceği ve bazı bireylerin öfke hissine daha yatkın olabilecekleri ve ifade tarzlarının da bu yatkınlıktan etkilenebileceği görülmektedir.

İkinci önemli etken ise, duygunun sosyalleşmesi sürecindeki kritik rolü alan ebeveyn tutumları olarak belirtilmektedir. Öfkenin hangi durumlarda hissedilmesinin uygun olduğu, hissedildiğinde nasıl ifade edilmesi gerektiği gelişimsel süreç içerisinde şekillenmektedir. Bu noktada ebeveynin çocuğuna yönelik davranışsal ve psikolojik kontrolünün, olumlu ve olumsuz birçok sonuçlar ilişkili olduğu da ampirik olarak desteklenmiştir.

Son olarak, birçok bilişsel kuramın da vurguladığı gibi bireyin şimdi ve burada karşılaştığı olayları değerlendirme biçiminin, öfkenin hissedilmesi ve bu duyguyla başa çıkılmasında kritik rolü olduğu dikkat çekmektedir. Buna göre, bireyin hedeflerinin önünde engel olarak ortaya çıkan bir durumun kaynağına ve çözüm yollarına yönelik yapacağı bir değerlendirme öfkenin düzeyini ve ifadesini belirlemektedir.

Yukarıda belirtilmiş olan tüm bu faktörlerin alan yazınla da paralel şekilde, öfkeyi yordayacağı tahmin edilmekle birlikte, bu faktörlerin birbirleriyle ilişkili oldukları da alan yazında sıklıkla vurgulanmaktadır (Şekil 6). Bu doğrultuda çocuğun mizacı ile ebeveyn kontrolünün ilişkili olduğu belirtilmekte ve bu ilişkinin iki yönlü doğası da vurgulanmaktadır. Ebeveyn tutumlarının, çocukların öz düzenleme gelişimini olumsuz etkileyerek dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirtilerini tetikleyebileceği belirtilmektedir. Diğer yandan mizaç olarak dikkat dağınıklığı, dürtüsellik ve tepkisellik düzeyi yüksek olan bir çocukla da başa çıkabilmek için ebeveynlerinin daha öfkeli ve kontrolcü tutumlar sergiledikleri de belirtilmektedir (Dottan, Manor ve Tyano, 2006).



**Şekil 6.** Öfke ile ilişkili biyo-psiko-sosyal faktörler

Bu kapsamda çocukluk döneminde uyum problemlerinin, yüksek düzey ebeveyn kontrolü ve düşük düzey ilgi/sıcaklık ile ilişkili olduğu (Lengua, 2008), zor mizaçlı çocukların ebeveynlerinin ilgi ve sıcaklık düzeylerinin düşük, kontrol düzeylerinin yüksek olduğu (Sanson, Hemphill ve Smart, 2004); olumlu duygulanım düzeyi yüksek kolay mizaçlı çocukların ise ebeveynlerinin de daha ödüllendirici tutumlar sergiledikleri belirtilmiştir (Kryios ve Prior, 1990). Bornstein (2005) uyumlu ve kolay idare edilebilen çocukların, ebeveynlerinde ılımlı, tutarlı ve duygusal ihtiyaçları karşılayabilen davranışlara neden olurken, daha sinirli, hareketli, dikkat düzeyi düşük ve bakımı zor çocukların ise, ebeveynlerinde daha öfkeli ve ilgisiz davranışlara neden olabildiğini ifade etmektedir. Öte yandan ılımlı ve ilgili ebeveynin, çocuğun olumsuz duygusal tepkilerini azaltırken; tam tersi bir ebeveynliğin ise arttırabileceği de belirtilmektedir (Bornstein.

2005). Bu noktada ebeveynlik tutumlarının çocuklardan alınan cevaplar ışığında değerlendirildiği araştırmalara yönelik olarak Yahav (2006), ebeveyn ve kardeşleri dahil ederek yaptığı geniş kapsamlı çalışmasında, duygusal problemler yaşayan çocukların ebeveynlerinin tutumlarını algılamakta yanlı olabileceklerine de dikkat çekmiştir.

Buna ek olarak algılanan ebeveyn kontrolünün, bireyin olaylarla ilgili açıklamalarını/ yüklemelerini de etkileyebileceği ampirik olarak desteklenmiştir (Davis ve Phares, 1969; Krampen, 1989; Man, Leduc ve Gauthier, 1992; McClun ve Merrell, 1998). Algılanan ebeveyn kabulü ve çocuk merkezli olmanın, hem çocuklarda hem de ergenlerde daha fazla iç kontrol odağı ile ilişkili olduğu bulunmuştur (McClun ve Merrel, 1998). Bu araştırmada, çocukluk döneminde algılanan ebeveyn kontrolünün iç kontrol, ergenlik döneminde algılanan ebeveyn kontrolünün ise dış kontrol odağı ile ilişkili olduğu vurgulanmaktadır. Ayrıca, ebeveynlerini daha demokratik olarak algılayan ergenlerin, ebeveynlerini otoriter ve izin verici algılayan ergenlere kıyasla daha yüksek düzeyde iç kontrol odaklı oldukları da bulunmuştur.

Davis ve Phares (1969), yüksek düzeyde kontrol davranışları gösteren kısıtlayıcı ebeveynlerin, çocuklarında dış denetim odağının; aile ortamında özerkliğe izin veren, çocuğun kendi davranışlarının sonuçlarını test etme ve deneyimleme olanağına fırsat sunan ebeveynlerin çocuklarında ise iç denetim odağının geliştiğini göstermiştir. Krampen'in (1989) çalışmasında iç kontrol odağının, çocuğun onaylanması ve olumlu davranışlarının pekiştirilmesiyle ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca, ebeveynlerin çocuğu ve başarılarını başkalarıyla kıyaslayarak ödüllendirmesinin, çocukta güçlü diğerlerinin kontrolüne yapılan dış yükleme ile; görmezden gelme ve davranışların küçümsenmesinin ise çocukta şans faktörüne dayalı yükleme yapması ile ilişkili olduğu da gösterilmiştir.

Son olarak Baumrind (1978), otoriter ebeveynlik ile antisosyal saldırganlık, dış denetim odağı, uyumsuzluk ve yabancılaşma duyguları arasındaki ilişkiyi destekleyen bulgular sunmuştur.

## **1.11. ARAŞTIRMANIN AMACI**

Bu araştırmanın amacı öfkenin deneyimlenmesi ve ifade edilmesinde biyolojik, psikolojik, gelişimsel ve sosyokültürel faktörlerin bir arada ele alındığı bir modelin test edilmesidir (Şekil 7).

Öfke ve ifadesine yönelik yaklaşımların çeşitliliği dikkate alındığında bazı yaklaşımların öfkenin biyolojik yapısını (Örn; Sosyal Yapısalcılık Yaklaşımları), bazılarının kültürler boyutlarını (Örn; Brain ve Susman, 1997; Raine ve Liu, 1998), bazılarının ise bilişsel boyutlarını (Örn; Salzinger, 1995) dışarıda bıraktıkları görülmektedir. Bununla birlikte, bütünleştirici bir yaklaşım olarak biyo-psiko-sosyal modellerin duygunun, spesifik olarak da öfkenin, psikopatolojik boyutlarına odaklandıkları da dikkat çekmektedir (Dodge ve Pettit, 2003; Steinart ve Whittington, 2013). Bu modellerin özellikle de son yıllarda duygu düzenlemenin gelişimsel süreçlerine odaklanmaya başladıkları görülmektedir (Perry ve Calkins, 2018; Olson ve Sameroff, 2009).

Bu araştırmada da öfkenin çeşitli boyutlarının anlaşılmasında biyolojik, gelişimsel ve bilişsel boyutların bir arada değerlendirilmesi planlanmıştır. Alan yazın kapsamında cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey gibi sosyo-kültürel boyutlarla birlikte öfkenin deneyimlenmesi ve ifadesinde ilişkili olabilecek bilişsel (iç-kontrol odağı), gelişimsel (ebeveyn kontrolü) ve biyolojik (dikkat dağınıklığı hiperaktivite ve dürtüsellik) boyutlar hem birbirleriyle ilişkileri hem de öfke duygusunu yordama düzeyleri açısından ele alınmıştır. Kapsamlı bir model test etmesi açısından bu çalışmanın ulusal alan yazın için de katkıları olabileceği düşünülmüştür.

### **1.11.1. Araştırma Soruları**

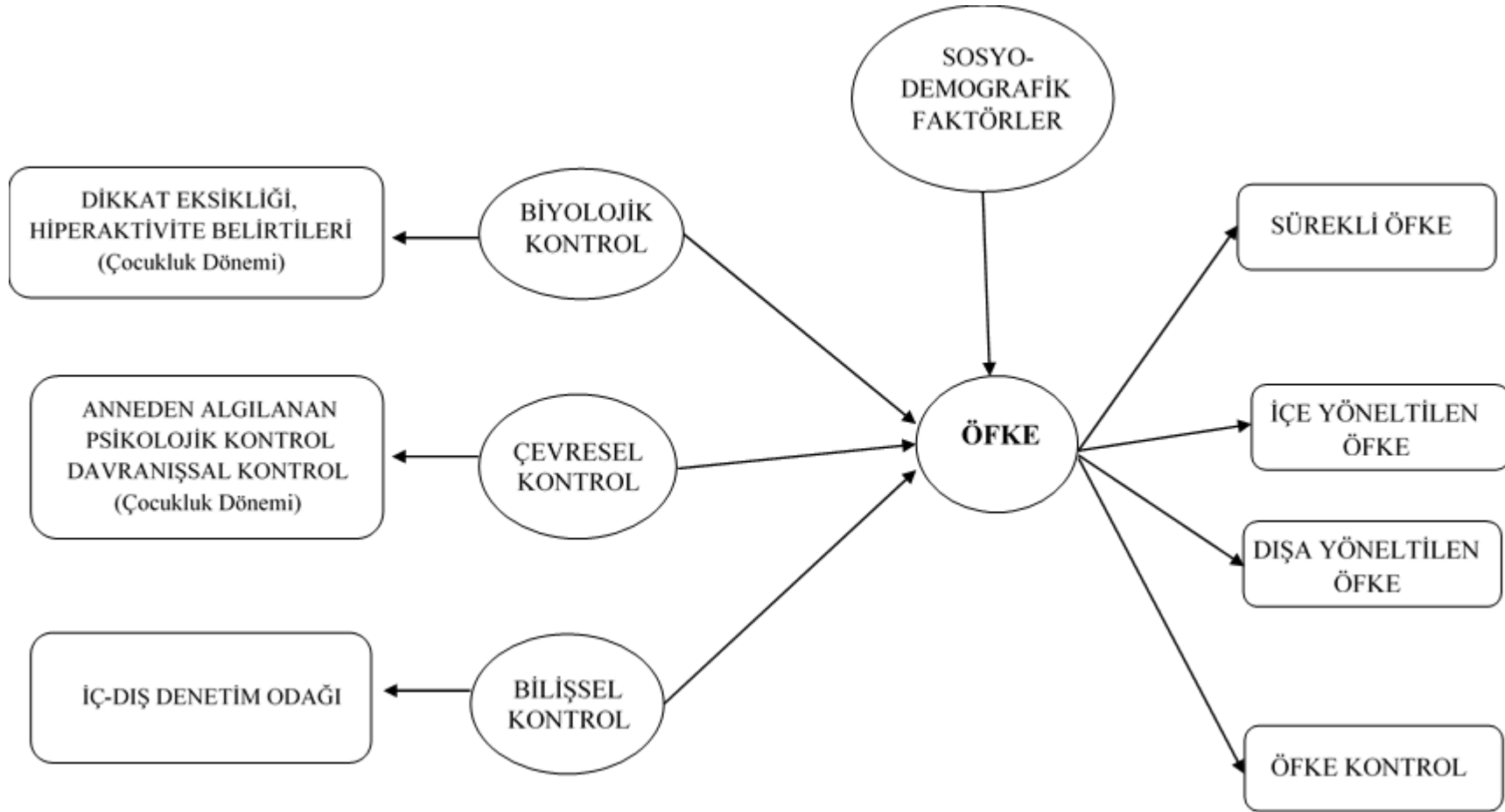
1. Çalışma değişkenleri (çocukluk döneminde anneden algılanan psikolojik ve davranışsal kontrol, çocukluk döneminde dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirtileri, denetim odağı, sürekli öfke ve öfke ifadesi) cinsiyete göre farklılık gösterir mi?
2. Yordayıcı değişkenlerin (çocukluk döneminde anneden algılanan psikolojik ve davranışsal kontrol, çocukluk döneminde dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirtileri ve denetim odağı) birbiriyle ilişki düzeyi ve yönü nedir?

### **1.11.2. Araştırma Hipotezleri**

1. Çocukluk döneminde anneden algılanan psikolojik kontrol sürekli öfke ve öfke ifade tarzını yordar. Buna göre çocukluk döneminde anneden algılanan psikolojik kontrol arttıkça, sürekli öfke, öfkeyi içe ve dışa yönlendirme düzeyi artar ve öfke kontrol düzeyi düşer.



2. Çocukluk döneminde algılanan davranışsal kontrol sürekli öfke ve öfke ifade tarzını yordar. Buna göre çocukluk döneminde anneden algılanan davranışsal kontrol arttıkça, sürekli öfke, öfke içe ve öfke dışı yönlendirme düzeyi artar ve öfke kontrol düzeyi düşer.
3. Çocukluk döneminde görülen dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirtileri sürekli öfke ve öfke ifade tarzını yordar. Buna göre dikkat eksikliği ve hiperaktivite arttıkça sürekli öfke, öfke içe ve öfke dışı yönlendirme düzeyi artar ve öfke kontrolü azalır.
4. Denetim odağı sürekli öfke ve öfke ifade tarzını yordar. Buna göre dış denetim odağı arttıkça sürekli öfke, öfke içe ve öfke dışı yönlendirme düzeyi artar ve öfke kontrolü azalır.



Şekil 7. Öfkenin Yordanmasına Yönelik Biyo-Psiko-Sosyal Model

## 2. BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 2.1. KATILIMCILAR

Araştırmaya 18-28 yaş arasında toplam 405 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların % 67.4'ü kadın (N= 273, Yaş Ort=22.0 , SS=2.2 ), %32.5'u ise erkektir (N= 132, Yaş Ort= 22.7, SS=2.5) (Tablo 1a). Katılımcıların yaklaşık %63'ü (N= 254) Ufuk Üniversitesi öğrencisidir ve bu grupta elden veri toplanmıştır. Ancak geriye kalan katılımcılar (%37, N=151) çevrimiçi olarak katılım göstermişlerdir Elden veri toplanan gruptaki katılımcıların %85'i kadın (N=217), %14.6'sı erkek (N=37) iken; çevrimiçi veri toplanan gruptaki katılımcıların %37.1'i kadın (N=56), %62.9'u erkektir (N=95).

Tüm katılımcıların annelerinin %51.1'i (N= 207) lise öncesi, %22.9 'u (N= 93) lise, %25.9'u (N= 105) ise lise üstü eğitim düzeyindedir. Ancak elden katılımcıların annelerinin % 30.3'ü lise öncesi (N=77), %32.7'si lise (N=83), %37'si lise sonrası (N=94) düzeyindeyken; çevrimiçi katılımcıların annelerinin %87.1'i lise öncesi (N=130), %6.6'sı lise (N=10), %7.3'ü lise sonrası (N=11) eğitim düzeyindedir (Tablo 1b).

Tüm katılımcıların babalarının %32.5'i (N= 132) lise öncesi, %28.8'i (N=117) lise, %38.5'i (N= 156) ise lise üstü eğitim düzeyindedir. Ancak elden veri toplanan gruptaki babaların %17.3'ü lise öncesi (N=44), %32.7'si lise (N=83), %50.1'i lise sonrası (N=127) eğitim düzeyinde iken; çevrimiçi veri toplanan gruptaki babaların %49'u lise öncesi (N=88), %22.5 lise (N=34), %19.2'si lise sonrası (N=29) eğitim düzeyindedir (Tablo 1b).

Araştırmada sosyoekonomik düzey ailenin aylık geliri esas alınarak değerlendirilmiştir. Buna göre tüm katılımcıların %1.7'si çok yüksek (N= 7), %31.3'ü (N= 127) yüksek, %60.7'si (N= 246) orta, % 4.9'u (N= 20) ise düşük gelir düzeyine sahip olduğunu belirtmiştir. Elden ve çevrimiçi veri toplanan grupta orta gelir düzeyi en fazla belirtilen düzey olmakla birlikte, elden veri toplanan gruptaki katılımcıların %41'ine (N= 103) kıyasla çevrimiçi veri toplanan gruptaki katılımcıları %16'sı (N= 24) yüksek gelir düzeyine sahip olduklarını ifade etmiştir.

**Tablo 1a**  
**Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler-1**

	Elden Toplanan Grup			Çevrimiçi Toplanan Grup			Tüm Grup		
	Ort	SS	Min-Max	Ort	SS	Min-Max	Ort	SS	Min-Max
Yaş-Kadın	21.6	1.9	18-31	23.5	2.8	18-28	22.0	2.2	18-31
Yaş-Erkek	22.3	2.6	18-28	22.9	2.4	18-2	22.7	2.5	18-29
Kardeş sayısı	2.63	1.19	1-7	4.32	2.23	1-16	3.25	1.8	1-16

**Tablo 1b**  
**Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler-2**

		Elden Toplanan Grup		Çevrimiçi Toplanan Grup		Tüm Grup	
		N	%	N	%	N	%
Cinsiyet	Kadın	217	85.4	56	37.1	273	67.4
	Erkek	37	14.6	95	62.19	132	32.5
Anne Eğitim	Lise öncesi	77	30.3	130	87.1	207	51.1
	Lise dönemi	83	32.7	10	6.6	93	22.9
	Lise sonrası	94	37	11	7.3	105	25.9
Baba Eğitim	Lise öncesi	44	17.3	88	49	132	32.5
	Lise	83	32.7	34	22.5	117	28.8
	Lise sonrası	127	50.1	29	19.2	156	38.5
Gelir Düzeyi	Düşük	4	1.6	16	10.6	20	4.9
	Orta	138	54.3	108	71.5	246	60.7
	Yüksek	103	40.6	24	15.9	127	31.3
	Çok yüksek	7	2.8	-	-	7	1.7

## 2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada veri toplama araçları olarak Demografik Bilgi Formu (EK 1), Wender Utah Derecelendirme Ölçeği (EK 2), Algılanan Ebeveyn Psikolojik Kontrol Ölçeği (EK 3), Algılanan Ebeveyn Davranışsal Kontrol Ölçeği (EK 4), Rotter İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği (EK 5), Sürekli Öfke – Öfke İfade Tarz Ölçeği uygulanmıştır (EK 6).

### 2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmanın değişkenleriyle ilişkili olarak, katılımcılardan yaş, cinsiyet, ailenin gelir düzeyi, anne ve babanın eğitim düzeyleri, kardeş sayısı, doğum sırası, aileyle birlikte veya ayrı yaşama ve yaşanılan yere ilişkin bilgileri içeren bir form oluşturulmuştur.

### 2.2.2. Wender Utah Derecelendirme Ölçeği (WUDÖ; Ward, Wender ve Reimherr, 1993)

WUDÖ, erişkinlerin çocukluk dönemindeki dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirtilerini değerlendirmek için yaygın olarak kullanılan bir tanı aracıdır (Wender, 1985). Ölçeğin orijinal hali 5’li likert tipi 61 maddeden oluşuyorken; Ward, Wender ve Reimherr (1993) ise bu ölçekte geriye dönük olarak yetişkin DEHB hastaları ile normal erişkin kontrolleri arasındaki en belirgin farkı gösteren 25 madde tanımlamaktadır. Ölçek, irritabilite, depresyon, okul sorunları, davranış sorunları ve dikkat eksikliği olmak üzere toplam 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Toplam puan olarak değerlendirilen ölçekten alınan puanın artması dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirtilerinde artışa işaret etmektedir. Ölçekte kesme noktası 46 puan olarak belirtilmiştir. Belirlenen bu kesme noktası ile WUDÖ’nün DEHB hastalarının %86’sını ve normal kontrollerin %99’unu doğru bir şekilde tanımladığını tespit etmişlerdir (Ward, Wender ve Reimherr, 1993).

WUDÖ’nün Türkçe uyarlaması Öncü, Ölmez ve Şentürk (2005) tarafından yapılmıştır. Türkçe formunda iç tutarlık katsayıları İrritabilite için .88, Depresyon için .78, Okul Sorunları için .57, Davranış Sorunları/Dürtüsellik için .79 ve Dikkat Eksikliği için .80 ve tüm test için .93 olarak belirtilmiştir (Öncü, Ölmez ve Şentürk, 2005). WUDÖ’nün 1 ay arayla yapılan test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise .81 olarak rapor edilmiştir (Öncü, Ölmez ve Şentürk, 2005).

### 2.2.3. Algılanan Ebeveyn Psikolojik Kontrol Ölçeği (PKÖ; Barber, 1996)

Algılanan ebeveyn (anne-baba) psikolojik kontrolünü incelemek amacıyla ilk olarak Barber (1996) tarafından geliştirilmiştir. Çocukluk dönemine yönelik olarak algılanan ebeveyn kontrolünü ölçmek amacıyla geliştirilen 16 maddelik ölçek anne veya baba tarafından sergilenen; sözel ifadeleri sınırlandırma (örn. annem, ben konuşurken sözümü keserdi), duyguları geçersiz kılma (örn. annem ne hissettiğimi ya da düşündüğümü biliyormuş gibi davranırdı), kişisel saldırı (örn. annem ailedeki diğer kişilerin sorunları için beni suçlardı), suçlama (örn. annem yaptığı her şeyi benim için yaptığını hatırlatıp dururdu), sevgiyi geri çekme (örn. annem onunla aynı fikirde olmadığımında bana karşı soğuk ve daha az samimi davranırdı) ve tutarsız duygusal davranış (örn. annem bana karşı bazen sıcak davranırken bazen de şikayet edip dururdu) boyutlarını içermektedir. Bu ölçek, Kındap, Sayıl ve Kumru (2008) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ancak Türk kültürüne daha uygun hale getirebilmek için karşılaştırma (madde 18-19) ve utandırma içeren bazı maddeler eklenerek ikinci kez uyarlanmıştır (Harma, 2008). Geçerliliği test edilen ölçeğin iç tutarlılık katsayıları anne formu için .85, baba formu için .89 olarak bulunmuştur (Sayıl ve Kındap, 2010). Buna göre, yetişkinlerin geriye dönük algılanan psikolojik kontrolünü anlamak üzere 1'den (hiç) 6'ya (her zaman) kadar toplam 6 aşamalı derecelendirme yapılmıştır. Ölçekten elde edilen puan arttıkça anne ya da babanın psikolojik kontrolü de yükselmektedir.

### 2.2.4. Algılanan Ebeveyn Davranışsal Kontrol Ölçeği (DKÖ; Kerr ve Stattin, 2000)

Kerr ve Stattin (2000) tarafından algılanan ebeveyn (anne-baba) davranışsal kontrolünü test etmek üzere toplam 22 maddeden ve 4 alt boyuttan oluşmak üzere geliştirilmiştir. İlk alt ölçek ebeveyn gözetimi ile ilgili olup, ebeveynin çocuğunun nereye gittiği, aktiviteleri ve ilişkileri hakkındaki bilgiyi kapsamaktadır. Diğer üç alt ölçekler çocuğun içini dökmesi, ebeveyn talepleri ve çocuğun yaptıklarıyla ilgili bilgi üzerinden ebeveynin kontrolünü içermektedir. Doğruyol (2008) ve Harma (2008) bu ölçeği 20 maddelik olarak Türkçeye uyarlamışlardır. Ölçeğin geçerliliği test edilmiş ve buna göre iç tutarlılık katsayıları anne formu için .80, baba formu için ise .83 olarak bulunmuştur (Sayıl ve ark., 2012). Test likert tipinde olmakla beraber, 6 farklı dereceden oluşmaktadır. Ölçekten elde edilen puan yükseldikçe anne ya da babadan algılanan davranışsal kontrol de artmaktadır.

### 2.2.5. Rotter İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği (I-E; Rotter, 1966)

Rotter (1966)'ın İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği, bireylerin genel anlamda içsellik dışsallık boyutlarına göre olay veya durumların kendi kontrolünde veya dış faktörler (kader, şans) tarafından kontrol edildiğine dair sahip olduğu genel beklenti ya da inancı ölçmektedir (Rotter, 1966). Bu ölçek birçok araştırmada iç-dış kontrol eğilimlerini değerlendirmek amacıyla önemli bir kişilik değişkeni olarak kullanılmaktadır (Lefcourt, 1976). İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği, aşk ve duygu, otorite, sosyal-politik olaylar, sosyal kabul, akademik tanınma ve genel hayat felsefesi gibi çeşitli yaşam alanlarından seçilen davranış örnekleriyle oluşturulmuştur.

29 maddelik olan ölçekte, zorunlu seçmeli cevap şeklinde ikişer seçenek yer almaktadır. Ayrıca, ölçeğin asıl amacını gizlemek için altı dolgu madde bulunmakta; dolayısıyla diğer maddelerin dışsallık yönünde olan seçenekleri 1'er puan şeklinde hesaplanan ölçeğin puanları 0-23 arasında değişmektedir. Ölçekten elde edilen puanın artması ise dış denetim odağı inancının da arttığını ifade etmektedir. Buna göre ölçekten 0-10 arası puan alanlar içten denetimli iken, 11 ve üzeri puan alanlar ise dıştan denetimli olarak değerlendirilmektedir. Rotter İç-Dış Denetim Odağı ölçeğinin Türkçe'ye uyarlaması ise Dağ (1991) tarafından yapılmıştır. Test-tekrar test güvenilirliği ölçülen ölçeğin güvenilirlik katsayı .83; iç tutarlılık katsayı ise .71 olarak bulunmuştur.

### 2.2.6. Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği (STAIX; Spielberger, 1988)

Ölçeğin orijinal versiyonu (Spielberger, 1988), durumluluk ve sürekli öfke ile öfke ifade tarzı olmak üzere iki temel ölçekten oluşmaktadır. Buna göre; Durumluluk Öfke, öfkeye neden olan bir durum ile kişinin hissettiği öfkenin derecesini; Sürekli Öfke ise kişinin öfke duygusuna meyilini ve ne aralıklarla yaşadığını incelemektedir. Öfke İfade Tarzı Ölçeğinin üç alt boyutları ise; öfke içe, öfke dışa ve öfke kontrolüdür. Dolayısıyla öfke içte olduğu zaman kişinin bu duygusunu bastırmasına; öfke dışa olduğunda kişinin öfke duygusunu dışarı (kendisine veya çevresine) yöneltmesine; öfke kontrolü ise öfkenin ne aralıklarla kontrolü sağlandığını ifade etmektedir. Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği 4'lü likert tipinde toplam 44 maddeden oluşmaktadır.

Ölçeğin Türkçe'ye uygun hale getirme çalışmaları Özer (1994) tarafından gerçekleştirilmiştir. Durumluluk Öfke alt ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması hazır hale gelmemiş olduğundan, Türkçe form Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı olmak üzere 2

temel alt testten ve orijinal versiyonuna benzer olarak Öfke İfade Tarzı Ölçeği ise Öfke İçte, Öfke Dışa ve Öfke Kontrol olmak üzere 3 alt boyuttan meydana gelmektedir. Ölçeğin Türkçe versiyonu SL- Öfke alt ölçeği ilk 10 madde ve Öfke İfade Tarz alt ölçeği 24 madde olmak üzere toplamda 34 maddedir. Öfke İfade Tarz Ölçeği'nin ise öfke içte (13,15,16,20,23,26,27 ve 31. madde), öfke dışta (12,17,19,22,24,29,32 ve33 madde) ve öfke kontrol (11,14,18,21,25,28,30, ve 34. madde) alt boyutlarından her biri 8'er maddedir. Ölçeğin toplam alt test ve alt boyutlarının puanı hesaplanmakta ve puan yükseldikçe o alt boyut için bireyin sahip olduğu yüksek öfke eğilim düzeyi görülmektedir. Alt ölçeklerden her birinden elde edilen en düşük puan 8, en yüksek puan ise 32 dir. Ayrıca, öfke içte ve öfke dışa alt ölçeklerinden alınan puanlar arttıkça bu durum olumsuz olarak değerlendirilirken; öfke kontrol alt ölçeğinden alınan yüksek puan ise olumlu olarak dikkate alınır.

Ölçeğin Türkçe'ye uygunluk çalışmalarında psikometrik özelliklerine yönelik araştırma üniversite, lise, hemşirelik öğrencileri, yöneticiler ve nörotik gruplar üzerinde gerçekleştirilmiştir (Özer, 1994). Dolayısıyla SL- Öfke Ölçeği'nin iç tutarlılık incelemesinde çeşitli örneklem gruplarından elde edilen alfa değerleri SL-Öfke için .67 ila .92 arasında; Öfke İçte için .58 ila .76 arasında; Öfke Dışa .69 ila .91 arasında; Öfke Kontrol içinse ise alfa .80 ila .90 arasında olduğu görülmektedir.

### 2.3. İŞLEM

Araştırmanın yürütülmesinde herhangi bir engelin olmadığı ve içerik olarak uygun görüldüğüne dair etik kurul tarafından onay alındıktan sonra çalışmalara başlanmıştır. Gönüllü olarak çalışmaya dahil olan araştırma katılımcılarına iki farklı kanaldan (elden ve çevrimiçi) ulaşılmıştır. Buna göre, elden katılımcılar (254), ufuk üniversitesi öğrencilerinden oluşmaktayken; çevrimiçi katılımcılar (151) ise online olarak Google Anket programı üzerinden bir sosyal medya iletişim aracı olan twitter ile katılımlarını gerçekleştirmiştir. Araştırmada kullanılan anketler elden katılımcı öğrencilere ders saatleri içerisinde; çevrimiçi üniversiteli katılımcılara ise herhangi bir saat sınırlaması konulmamıştır. Uygulamaya başlamadan önce elden katılımcılara hem sözlü olarak hem de Onam Formları yoluyla yazılı bir şekilde; çevrimiçi katılımcılarına ise yazılı olarak Onam Formları yoluyla araştırmaya yönelik bilgilendirme yapılmıştır. Onam formları ile katılımcılara çalışmanın adı, amacı, verdikleri bilgilerinin gizli tutulacağı, kimlik bilgilerinin alınmayacağı, uygulamanın ne kadar süreceği (20 ila 40



dakika) hakkında bilgi verilmiştir. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalı olarak yapılmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılara Demografik Bilgi Formu, Rotter İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği, Ebeveyn Psikolojik ve Davranışsal Kontrol Ölçeği, Sürekli Öfke – Öfke İfade Tarz Ölçeği uygulanmıştır. Anketlerde, demografik bilgi formu hep başta olmak üzere, sıralama etkisini ortadan kaldırmak amacıyla karşıt dengeleme (counter-balancing) yapılmıştır.

### 3. BÖLÜM

#### BULGULAR

Veriler "SPSS for Windows 20.0" paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz öncesinde veride %5'in altındaki eksiklikler grup ortalamaları ile tamamlanmış, daha fazla eksikliği olan ve uç puan alan 14 katılımcı analizlerden çıkarılmıştır. Normallik ve doğrusallık sayıltılarının onaylanması sonrası analize devam edilmiştir.

İlk olarak elden ve çevrimiçi olarak iki farklı şekilde toplanmış olan verideki katılımcıların sosyoekonomik profillerinin farklı olması nedeniyle bu iki grubun araştırma değişkenleri açısından da farklılıkları Bağımsız Gruplar *t*-testi ile değerlendirilmiş ve sonrasında grup etkisi kontrol değişkeni olarak diğer analizlere dahil edilmiştir. İkinci olarak, cinsiyet farkları Tek Yönlü ANCOVA ile grup etkisi kontrol edilerek test edilmiştir. Üçüncü olarak, araştırma değişkenleri arasındaki ilişki, cinsiyet ve grup etkisi kontrol edilerek, Kısmi Korelasyon Analizi ile değerlendirilmiştir. Cinsiyet ve grup faktörleri kukla değişken olarak analize dahil edilmiştir. Son olarak kısmi korelasyon analizinde bağımlı değişken (Öfke: sürekli öfke, öfke içe, öfke dışa ve öfke kontrol) anlamlı düzeyde kısmi korelasyon görülen araştırma değişkenleri ile Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır.

#### 3.1. VERİ TOPLAMA YÖNTEMİNE BAĞLI FARKLILIKLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ (ELDEN VE ÇEVİRİMİÇİ)

Araştırma değişkenlerinden (WUDÖ, I-E ROTTER, PKÖ, DKÖ ve STAI-X) elde edilen puanların veri toplama yöntemine göre farklılaşıp farklılaşmadığının değerlendirilmesi için Bağımsız Gruplar *t*-testi uygulanmıştır (Tablo 2).

Veri toplama yöntemine göre, araştırma değişkenlerinin önemli bir çoğunluğundaki puanların anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Bu nedenle sonraki analizlerde Grup (1: Elden Toplanan Veri, 0: Çevrimiçi Toplanan Veri) etkisi kukla değişkene çevrilerek kontrol edilmiştir.

Araştırma bulgularında ilk olarak demografik özellikler açısından bir farklılaşma olup olmadığına bakılmıştır. Buna göre yaş değişkeninin veri toplama yöntemi ile anlamlı

bir farklılık göstermektedir ve çevrimiçi toplanan verilerin yaş ortalaması elden toplananlara kıyasla daha yüksek bulunmuştur ( $t=-6.523, p<.01$ ).

**Tablo 2**

**Veri Toplama Yöntemi (Elden ve Çevrimiçi) Farklarına Yönelik *t*-test Bulguları**

	Grup	N	$\bar{X}$	SS	<i>T</i>	P
Yaş	1	254	21.67	1.9	-6.523**	.000
	0	151	23.13	2.5		
I-E Rotter	1	253	13.15	2.2	3.947**	.000
	0	151	12.20	2.3		
WUDÖ-Toplam	1	253	30.40	15.9	5.040**	.000
	0	151	22.33	15.0		
DKÖ	1	254	4.47	1.0	9.125**	.000
	0	151	3.40	1.3		
PKÖ	1	254	2.15	.91	.310	.757
	0	151	2.12	.98		
STAXI-SÖ	1	254	2.20	.56	2.413*	.016
	0	151	2.05	.59		
STAXI-Öİ	1	254	2.17	.50	-.396	.692
	0	151	2.19	.49		
STAXI-ÖD	1	254	2.06	.50	.591	.555
	0	151	2.03	.49		
STAXI-ÖK	1	254	2.61	.52	-.622	.534
	0	151	2.64	.57		

\* $p<.05$  , \*\* $p<.01$

I-E Rotter'in veri toplama yöntemi açısından farklılaştığı; elden katılımcıların I-E Rotter'den aldıkları puanın çevrimiçi katılımcılardan daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $t=3.947, p<.01$ ).

Araştırma analizinde WUDÖ'nin toplam puanı ve alt boyutları olan irritabilite, depresyon, okul sorunları, davranış sorunları ve dikkat eksikliği puanlarının veri toplama yöntemi açısından anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Buna göre WUDÖ-toplam puanı elden katılımcıların puanı çevrimiçi katılımcılardan daha yüksektir ( $t=5.040, p<.01$ ).

Algılanan ebeveyn davranışsal kontrolünün veri toplama yöntemi açısından farklılığı incelendiğinde, davranışsal kontrol puanının elden katılımcılarda daha yüksek olduğu görülmektedir ( $t=9.125, p<.01$ ).

Son olarak, sürekli öfke ölçeğinden alınan puanın anlamlı bir biçimde veri toplama yöntemi açısından farklılaştığı görülmektedir. Buna göre sürekli öfke düzeyi elden katılımcılarda çevrimiçi katılımcılara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $t=2.413, p<.05$ ).

### 3.2. CİNSİYET FARKINA YÖNELİK TEK YÖNLÜ ANCOVA BULGULARI

Araştırma değişkenlerinin (WUDÖ, I-E ROTTER, PKÖ, DKÖ ve STAIX) cinsiyete göre farklılığını değerlendirmek amacıyla, veri toplama yönteminin etkisi kontrol edilerek, Tek Yönlü ANCOVA uygulanmıştır (Tablo 3).

Sonuçlar WUDÖ açısından değerlendirildiğinde, cinsiyete göre farkların anlamlı düzeyde olduğu görülmektedir. Buna göre; WUDÖ-Toplam ( $F=4.13, p<.05$ ) puanlarında cinsiyetler arasında anlamlı fark bulunmaktadır.

Araştırma bulgularında algılanan ebeveyn kontrol puanlarının cinsiyet farklılığı açısından bakıldığında; DKÖ'den elde edilen puanın ( $F=31.20, p<.01$ ) kadın ve erkek katılımcılarda anlamlı düzeyde farklı olduğu bulunmuştur.

**Tablo 3**  
**Cinsiyet Farklarına Yönelik Tek Yönlü ANCOVA Bulguları**

	Kadın (N =282)		Erkek (N =137)		F	P
	$\bar{X}$	SH	$\bar{X}$	SH		
I-E Rotter	12.80	.15	12.80	.22	.00	.96
WUDÖ-Toplam	26.13	.99	30.00	1.50	4.13*	.04
DKÖ	4.32	.70	3.57	.11	31.20**	.00
PKÖ	2.19	.06	2.04	.09	1.73	.19
STAXI-SÖ	2.12	.04	2.27	.06	4.77*	.03
STAXI-Öİ	2.17	.03	2.26	.05	2.21	.14
STAXI-ÖD	2.02	.03	2.20	.05	8.37**	.00
STAXI-ÖK	2.62	.03	2.61	.05	.01	.94

CV: Grup (1: Elden T., 0: Çevrimiçi T.)

\* $p<.05$  , \*\* $p<.01$

Son olarak, öfke boyutlarından sürekli öfke ve öfke dışı puanlarında cinsiyet farkı görülmektedir. Buna göre; STAIX-SÖ ( $F=4.77, p<.05$ ) ve STAIX-ÖD ( $F=8.37, p<.05$ ) puanları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklıdır.

### 3.3. ARAŞTIRMA DEĞİŞKENLERİNE YÖNELİK KISMİ KORELASYON BULGULARI

Veri toplama yöntemi ve cinsiyet değişkenlerinin etkisi kontrol edilerek yapılan kısmi korelasyon bulgularına göre; WUDÖ-Toplam puan ve yaş arasında zayıf ancak anlamlı, negatif yönde bir kısmi korelasyon tespit edilmiştir ( $r= -.12, p<.05$ ) (Tablo 4).

**Tablo 4**

**Araştırma Değişkenlerinin Kısmi Korelasyon Katsayıları**

	01	02	03	04	05	06	07	08
01. Yaş								
02. WUDÖ-Toplam	<b>-.12*</b>							
03. DKÖ	-.02	<b>-.12*</b>						
04. PKÖ	-.00	<b>.39**</b>	-.24**					
05. I-E ROTTER	-.02	<b>.13**</b>	.04	.03				
06. STAIX-SÖ	.03	<b>.47**</b>	-.07	<b>.28**</b>	<b>.11*</b>			
07. STAIX-Öİ	.03	<b>.45**</b>	-.09	<b>.28**</b>	.09	.48**		
08. STAIX-ÖD	.01	<b>.37**</b>	-.04	<b>.25**</b>	.07	.64**	.42**	
09. STAIX-ÖK	.04	<b>-.22**</b>	<b>.15**</b>	<b>-.10*</b>	-.04	-.36**	.01	-.30**

CV: Grup (1: Elden T., 0: Çevrimiçi T.), Cinsiyet (1: Kadın, 0: Erkek)

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$

WUDÖ-Toplam puan ile DKÖ ile negatif ( $r= -.12, p<.05$ ); PKÖ ( $r= .39, p<.01$ ), I-E Rotter ( $r= .13, p<.01$ ) STAIX-SÖ ( $r= .47, p<.01$ ); STAIX- Öİ ( $r= .45, p<.01$ ) ve STAIX-ÖD ( $r= .37, p<.01$ ) ile pozitif ve STAIX- ÖK ( $r= -.22, p<.01$ ) ile negatif ve anlamlı kısmi korelasyon bulunmuştur.

DKÖ yalnızca, STAIX-ÖK ile pozitif yönde kısmi ilişkili ( $r= .15, p<.01$ ) iken, PKÖ, STAIX-SÖ ( $r= .28, p<.01$ ); STAIX- Öİ ( $r= .28, p<.01$ ) ve STAIX-ÖD ( $r= .25, p<.01$ ) ile pozitif ve STAIX-ÖK ( $r= -.10, p<.05$ ) ile de negatif yönde kısmi ilişkili bulunmuştur.

Son olarak da I-E ROTTER ile WUDÖ-Toplam Puan ( $r=.13$ ,  $p<.01$ ) ve STAIX-SÖ ( $r= .11$ ,  $p<.05$ ) arasında pozitif yönde anlamlı bir kısmi korelasyon tespit edilmiştir (Tablo 4).

### **3.4. ÖFKENİN YORDANMASINA YÖNELİK HİYERARŞİK REGRESYON BULGULARI (Tablo 5)**

#### **3.4.1 STAIX-SÖ**

STAIX-SÖ bağımlı değişken olmak üzere 2 aşamalı Hiyerarşik Regresyon analizi yapılmıştır. Cinsiyet ve grup değişkenlerinin kontrol amacıyla ilk aşamada girildiği birinci modelin istatistiki olarak anlamlı olduğu ( $F(2,415)= 5.98$ ),  $p<.01$ ) ve varyansın %3'ünü açıkladığı belirlenmiştir. İkinci aşamada WUDÖ-Toplam, I-E ROTTER ve PKÖ' nün eklenmesiyle 2. Modelin STAIX-SÖ'deki varyansın %26'sını anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ( $F(5,411)= 28.08$ ,  $p<.01$ ). 2. Modelde PKÖ'nün varyansın %1'ini ( $t= 2.40$ ,  $p<.05$ ) WUDÖ-Toplam puanın ise varyansın %14'ünü ( $t= 9.06$ ,  $p<.01$ ) anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur.

#### **3.4.2. STAIX-Öİ**

STAIX-Öİ bağımlı değişken olmak üzere yapılan 2 aşamalı Hiyerarşik Regresyon analizinde; cinsiyet ve grup değişkenlerinin kontrol amacıyla ilk aşamada girildiği birinci modelin istatistiki olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir. İkinci aşamada WUDÖ-Toplam ve PKÖ' nün eklenmesiyle 2. Modelin STAIX-Öİ'deki varyansın %22'sini anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ( $F(4,411)= 29.33$ ,  $p<.01$ ). 2. Modelde PKÖ'nün varyansın %1'ini ( $t= 2.58$ ,  $p<.05$ ) WUDÖ-Toplam puanın ise varyansın %14'ünü ( $t= 8.52$ ,  $p<.01$ ) anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur.

**Tablo 5**  
**Öfkenin Yordanmasında Hiyerarşik Regresyon Bulguları**

		<i>B</i>	<i>T</i>	Sr	sr <sup>2</sup>	<i>R</i> <sup>2</sup>	F
<b>STAIX-SÖ</b>							
Model 1						.03	5.98**
	Grup	.19	3.41**	-	-		
	Cinsiyet	-.12	-2.20*	-	-		
Model 2						.26	28.08**
	Grup	.07	1.38	-	-		
	Cinsiyet	-.08	-1.62	-	-		
	WUDÖ-Toplam	.43	9.06**	.37	.14		
	I-E ROTTER	.06	2.42	-	-		
	PKÖ	.11	2.40*	.10	.01		
<b>STAIX-Öi</b>							
Model 1						.00	1.15
	Grup	.03	0.56	-	-		
	Cinsiyet	-.08	-1.50	-	-		
Model 2						.22	29.33**
	Grup	-.08	-1.60	-	-		
	Cinsiyet	-.04	-0.92	-	-		
	WUDÖ-Toplam	.41	8.52**	.37	.14		
	PKÖ	.12	2.58*	.11	.01		
<b>STAIX-ÖD</b>							
Model 1						.02	4.86*
	Grup	.13	2.41*	-	-		
	Cinsiyet	-.16	-2.91**	-	-		
Model 2						.17	21.26**
	Grup	.04	.82	-	-		
	Cinsiyet	-.13	-2.56*	-.12	.01		
	WUDÖ-Toplam	.33	6.59**	.30	.10		
	PKÖ	.12	2.47*	.11	.01		
<b>STAIX-ÖK</b>							
Model 1						.00	.44
	Grup	-.04	-.85	-	-		
	Cinsiyet	.00	.07	-	-		
Model 2						.06	5.56**
	Grup	.01	.22	.03	-		
	Cinsiyet	-.02	-.36	-.06	-		
	WUDÖ-Toplam	-.22	-3.98**	-.19	.03		
	DKÖ	.14	2.55*	.12	.01		
	PKÖ	.01	.21	.01	-		

\*p<.05, \*\*p<.01

### 3.4.3. STAIX-ÖD

STAIX-ÖD bağımlı değişken olmak üzere 2 aşamalı Hiyerarşik Regresyon analizinde cinsiyet ve grup değişkenlerinin kontrol amacıyla ilk aşamada girildiği birinci modelin istatistiki olarak anlamlı olduğu ( $F(2,415)= 4.86$ ),  $p<.05$ ) ve varyansın %2'ünü açıkladığı belirlenmiştir. İkinci aşamada WUDÖ-Toplam ve PKÖ' nün eklenmesiyle 2. Modelin STAIX-ÖD'daki varyansın %17'sini anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ( $F(4,411)= 21.26$ ,  $p<.01$ ). 2. Modelde PKÖ'nün varyansın %1'ini ( $t= 2.4$ ,  $p<.05$ ), WUDÖ-Toplam puanın varyansın %10'ünü ( $t= 6.59$ ,  $p<.01$ ), Cinsiyet'in ise varyansın %1'ini ( $t= -2.56$ ,  $p<.05$ ) anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur.

### 3.4.4. STAIX-ÖK

Son olarak, STAIX-ÖK bağımlı değişken olmak üzere 2 aşamalı Hiyerarşik Regresyon analizinde ise cinsiyet ve grup değişkenlerinin kontrol amacıyla ilk aşamada girildiği birinci modelin istatistiki olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir. İkinci aşamada WUDÖ-Toplam, DKÖ ve PKÖ' nün eklenmesiyle 2. Modelin STAIX-ÖK'deki varyansın %6'sını anlamlı olarak yordadığı görülmüştür ( $F(5,411)= 5.56$ ,  $p<.01$ ). 2. Modelde DKÖ'nün varyansın %1'ini ( $t= 2.55$ ,  $p<.05$ ) WUDÖ-Toplam puanın ise varyansın %3'ünü ( $t=-3.98$ ,  $p<.01$ ) anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur



## 4. BÖLÜM

### TARTIŞMA

Bu çalışmanın ana konusu, farklı boyutlarıyla öfke duygusunu (kişilik özelliği olarak öfke, içe/dışa yöneltilen öfke ve öfke kontrolü) incelemek ve öfkenin deneyimlenmesi ve ifadesiyle ilişkili olabilecek etkenleri araştırmaktır. Bu bağlamda öfke duygusunun ortaya çıkışında bilişsel süreçlerin önemli olduğunu; bireylerin olayları ve kişileri algılama biçiminin deneyimlediği duyguları şekillendirdiğini destekleyen bulgular temelinde, denetim odağı bu çalışmada ele alınmıştır.

Diğer yandan öfkenin deneyimlenmesinde ve ifade edilmesinde mizaç ve gelişimsel faktörlere yönelik alan yazın dikkate alınarak, çocukluk döneminde anneden algılanan psikolojik ve davranışsal kontrol ile çocukluk dönemi hiperaktivite, dürtüsellik ve dikkat dağınıklığı da geçmişe dönük olarak değerlendirilmiştir.

#### 4.1. VERİ TOPLAMA YÖNTEMİNE DAYALI FARKLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Bu araştırmada iki farklı yöntemle veri toplama yoluna gidilmiştir. Ufuk Üniversitesi öğrencilerinin katılımı ile başlayan çalışmada, yeterli sayıda katılımcıya ulaşılamaması nedeniyle çalışma, çevrimiçi yöntemle veri toplanarak tamamlanmıştır. Katılımcıların üniversite öğrencileriyle sınırlı tutulmasına rağmen iki grup arasında cinsiyet, ebeveyn eğitimi ve kardeş sayısı açısından dağılım farklılıkları dikkat çekmiş ve veri toplama yönteminin karıştırıcı bir faktör olabileceği sonucuna varılmıştır. Bu nedenle öncelikle 2 grup arasındaki farklılıklar değerlendirilmiş ve devamında tüm araştırma hipotezlerinin, bu faktör kontrol edilerek test edilmesine karar verilmiştir.

Bu kapsamda değerlendirildiğinde öncelikle elden veri toplanan gruptaki öğrencilerin, sosyo-ekonomik düzeyleri (düşük kardeş sayısı, yüksek anne eğitim düzeyi vb.) diğer gruba kıyasla daha yüksek olarak değerlendirilmiştir. Buna göre, elden veri toplanan öğrencilerin annelerinin %37'si, babalarının ise %50'sinin üniversite mezunu olduğu, bu oranın çevrimiçi veri toplanan grupta sırasıyla %7 (anne) ve %19 (baba) olduğu görülmüştür. Bununla birlikte çevrimiçi gruptaki öğrencilerin annelerinin %87'sinin, babalarının ise %49'unun ilk ve ortaokul mezunu oldukları da dikkat çekmiştir. Ayrıca, elden veri toplanan grubun ailelerinde ortalama 2 çocuk varken, bu

oran çevrimiçi grup için 4'tür ve çocuk sayısı bu grupta 1 ila 16 arasında değişmektedir. Bu bulgular çevrimiçi veri toplanan örneklemin sosyo-ekonomik açıdan daha dezavantajlı olduğunu düşündürmüştür. Ancak, bu grubun devlet üniversitelerinde öğrenci oldukları dikkate alındığında kendi sosyo-kültürel normları içerisinde psikolojik ve/veya bilişsel güçlü yanları olabileceği de düşünülmüştür.

Araştırma değişkenleri açısından grup farkları değerlendirildiğinde, elden veri toplanan örneklemden üniversite öğrencilerinin dış denetim odağı, çocukluk dönemi dikkat dağınıklığı ve hiperaktivite düzeyi, çocukluk döneminde anneden algıladıkları davranışsal kontrol ve sürekli öfke düzeylerinin çevrimiçi veri toplanan örnekleme kıyasla anlamlı olarak daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgulara yönelik, geriye dönük değerlendirme yapılamadığı için, çıkarımlar da sınırlı olarak yapılabilmektedir. Ancak, sosyo-ekonomik faktörlerin bir belirleyici olduğu tahmin edilmektedir.

Bu noktada öncelikle araştırma hipotezleri doğrultusunda dikkat dağınıklığı ve hiperaktivite, denetim odağı, ebeveyn kontrolü ve öfke düzeyinin ilişkili olmasının beklendiği unutulmamalıdır. Bu kapsamda elden veri toplanan grupta bu değişkenlerin bir arada yüksek olması atipik bir bulgu olarak yorumlanmamıştır. Ancak, sosyo-ekonomik düzeyi görece yüksek olan ve Ankara'da özel bir üniversitede okuyan öğrencilerin psikolojik bir risk grubu olabileceği düşünülmüştür. Bununla birlikte ve daha muhtemel olarak, sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlarına rağmen çeşitli devlet üniversitelerine devam etmekte olan öğrencilerin psikolojik anlamda çeşitli dayanıklılıkları olabileceği de düşünülmüştür.

## **4.2. CİNSİYETE DAYALI FARKLILIKLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ**

Araştırma bulguları erkek öğrencilerin kadın öğrencilere kıyasla, çocukluk döneminde dikkatlerinin daha dağınık olduğunu, daha hareketli olduklarını, aynı zamanda daha yüksek düzeyde sürekli öfke yaşadıklarını ve öfkelerini kadınlardan daha fazla dışa yönelttiklerini göstermektedir.

Bu bulguların hem biyolojik hem de toplumsal cinsiyet boyutları açısından ele alındığında anlamlı olduğu düşünülmüştür. Öncelikle çalışmalar erkek çocuklarının kız çocuklarına kıyasla daha hareketli olduklarına ve bu farkın da yaşla arttığına işaret etmektedir (Eaton ve Enns, 1986). Üç ay ile 13 yaş arasında çocukların duygu düzenleme ve tepkisellik düzeyleri açısından yapılan meta analiz çalışması, erkek çocuklarının

duygu ifadelerinde daha dürtüsel olduklarını, kızların ise daha çabalı kontrol gösterdiklerini belirtmektedir (Else-Quest ve ark., 2006). Bu bağlamda, bu çalışmada da dikkat dağınıklığı ve hareketlilik düzeyinin erkeklerde daha fazla olmasının biyolojik cinsiyete bağlı, mizaca yönelik farklar olduğu tahmin edilmektedir. Bununla birlikte, öfkenin deneyimlenmesi ve dışa ifade edilmesindeki cinsiyete bağlı farkların da sosyalizasyon sürecinde belirlendiği sıklıkla vurgulanmaktadır. Bu bağlamda, öfke duygusunun erkek çocukları tarafından yoğun ve açıktan deneyimlenmesinin daha kabul edilebilir olduğu (Birnbaum ve Croll, 1984) öte yandan, kadınların öfke duygularını açıktan ifade etmelerinin uygun görülmediği (Lerner, 1985) belirtilmektedir. Yapılan çalışmalar da kadınların öfke duygularını erkeklere kıyasla daha fazla bastırmaya yatkın olduklarını (Haynes ve ark.,1978), erkeklerin ise öfkelerini dışa vurum düzeylerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğunu desteklemektedir (Kaya ve ark., 2012; Yöndem ve Bıçak, 2008).

Bu araştırmada ayrıca çocukluk döneminde algılanan davranışsal kontrol açısından da anlamlı farklılıklar olduğu görülmüş ve kız öğrencilerin çocukluk döneminde annelerinden algıladıkları davranışsal kontrol düzeyinin, erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgunun da öfke deneyimi ve ifadesine görülen farklar gibi ele alınabileceği düşünülmüştür. Kadınların öfke duygularını açıktan ifade etmelerinin uygun görülmediğini destekleyen araştırmalar (Lerner, 1985) tekrar vurgulanacak olursa, bu ve benzeri duyguların sosyalizasyonu sürecinde kadınların daha fazla davranışsal kontrol deneyimlemesi de beklendik bir sonuçtur. Yapılan çalışmalar da ebeveynlerin, kız çocuklarının olumsuz duygu ve davranışlarını erkek çocuklarına kıyasla daha az tolere ettiklerini, zorluklarına daha düşük düzeyde hoşgörü gösterdiklerini belirtmektedir (Rothbart, 1995).

### **4.3. ÖFKEYİ YORDAYAN DEĞİŞKENLER**

Hiyerarşik regresyon analizi öncesi değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları değerlendirildiğinde öfkenin sürekliliği ve ifade edilmesiyle iki faktörün tutarlı ve anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur. Bunlar; (1) çocukluk dönemi dikkat dağınıklığı ve hiperaktivite düzeyi ile (2) çocukluk döneminde anneden algılanan psikolojik kontrol olmuştur.

Öte yandan, anlamlı olmakla birlikte zayıf ve tutarsız olarak dış denetim odağının, hiperaktivite ve sürekli öfke düzeyi ile pozitif yönde ilişkili olduğu

bulunmuştur. Buna ek olarak, çocukluk döneminde anneden algılanan davranışsal kontrolün de hiperaktivite düzeyi ile negatif, öfke kontrolü ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu bulguların çok zayıf düzeyde ilişkiye işaret etmesi ve bağımlı değişken olarak öfkenin ölçümlenen tüm boyutlarıyla tutarlı olarak ilişkili bulunmaması nedeniyle, regresyon analizine bu değişkenler (davranışsal kontrol ve denetim odağı) seçici olarak dahil edilmiştir.

Regresyon analizi, sürekli öfke ile öfke ifadesinin (iç ve dış ifade) yordanmasında tutarlı sonuçlar sunmaktadır. Buna göre, cinsiyet farkları kontrol edildiğinde sürekli öfke, öfkenin iç ve dış yöneltimesini yordayan faktörler çocukluk dönemi hiperaktivite belirtileri ve anneden algılanan psikolojik kontrol düzeyi olarak belirlenmiştir. Bu örüntü öfke kontrolünün yordanmasında farklılaşmış, çocukluk dönemi hiperaktivite düzeyinin anlamlı olarak öfke kontrolünün azalmasıyla ilişkili olduğu ancak, anneden algılanan psikolojik kontrol yerine, davranışsal kontrolün anlamlı olarak öfke kontrolünü yordadığı bulunmuştur. Çocukluk döneminde anneden algılanan davranışsal kontroldeki artışın öfke kontrolündeki artışla ilişkili olduğu belirlenmiştir.

#### **4.3.1. Hareketli Mizaç ve Öfke**

Çocukluk döneminde kendilerinin daha hareketli ve dikkatsiz olduğunu belirten üniversite öğrencilerinin daha yüksek düzeyde öfke deneyimledikleri ve öfkelerini daha fazla iç ya da dış yönlendirerek ifade ettikleri ve öfke kontrolünde daha fazla zorlandıkları belirlenmiştir.

Buna göre öncelikle bir mizaç özelliği olarak bireyin daha hareketli ve dikkatsiz olması öfkenin hissedilmesi ve ifade edilmesinde kritik bir etken olduğu görülmektedir. Daha önce de ifade edildiği gibi, farklı dürtüsellik, uyarılma eşiği ve hiperkativite düzeylerinin mizaca bağlı olarak değişebileceği ve bazı bireylerin öfke hissine daha yatkın olabilecekleri ve ifade tarzlarının da bu yatkınlıktan etkilenebileceği görülmektedir. Yapılan araştırmalar bir mizaç özelliği olarak hiperaktif ve dikkat dağınıklığına sahip bir kişi ile davranış bozuklukları, akademik performans sorunları, sosyal yetenekte zorluklar, öfke veya saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Farver ve Bransetter, 1994). Windle (1991) yaptığı çalışmasında çocuk ve ergenlerde mizaç özellikleriyle saldırganlık arasında bir ilişki olduğunu bulmuştur. Windle (1992) yaptığı bir başka çalışmasında ise yüksek hareketli mizaca

sahip kız çocuklarıyla düşük aile desteği, içe yöneltilmiş öfke ifadesi olarak depresyon ve suçluluk duyguları arasında anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu ifade etmiştir.

Bir diğer önemli nokta da bireylerin çocukluk döneminde deneyimledikleri psikolojik-davranışsal kontrol ve buna bağlı içselleştirilmiş olumsuz benlik kavramının bugün kendilerini çocukluklarında hiperaktif ve dikkati dağınık olarak tanımlamalarına neden olabildiğiyle ilgilidir (Brown ve ark., 2009). Bu bağlamda ebeveynlerin mizaç farklılıklarına göre çocuklarına tutumları, kendilik gelişiminin şekillenmesinde büyük etkiye sahiptir (Thompson, 2006). Örneğin çocukların cesurca davranışları karşısında ebeveyn olumsuz bir karşılık verdiğinde, çocuklar kendilerini cesur biri olarak tanımlayamamakta ve bu durum onlarda öz güven düşüklüğü ve öfke hissine sebep olabilmekte; diğer yandan ebeveynler çocuklarını desteklediğinde ise, çocuklardaki kendilik kavramı daha olumlu gelişmektedir (Thompson, 2006). Dolayısıyla bireylerin mizaci özelliklerinin de ebeveynlerini algılama biçimini şekillendirdiği ve buna bağlı olarak bugünkü öfke yaşantısını olumsuz yönde etkileyebildiği söylenebilir.

#### **4.3.2. Çocukluk Döneminde Anneden Algılanan Psikolojik Kontrol ve Öfke**

Öfke boyutlarını tutarlı olarak yordayan bir diğer faktör ise; çocukluk döneminde anneden algılanan psikolojik kontrol düzeyi olmuştur. Buna göre, çocukluk döneminde anneden algılanan psikolojik kontrol düzeyi arttıkça, üniversite öğrencilerinin sürekli öfke düzeyleri ile içe ve dışa öfke ifadelerinin de arttığı belirlenmiştir. Ancak, bu çalışmada psikolojik kontrolün yordama düzeyi anlamlı olmakla birlikte, açıkladığı varyansın çok düşük olduğu dikkat çekmiştir. Bu nedenle de sonuçların bunu dikkate alarak temkinli yorumlanması önerilmektedir. Bulgular alan yazınla paralel sonuçlar sunması nedeniyle bu doğrultuda ele alınmıştır.

Ebeveyn psikolojik kontrolü, çocuğun psikolojik dünyasına, ebeveyn-çocuk bağının manipüle edilmesi ve sömürülmesi yoluyla, duygu yüklü ifadeler ve eleştiriler yoluyla gerçekleşen bir ebeveynlik davranışını ifade etmektedir (Barber, 1996). Bu doğrultuda, çocukluk döneminde ebeveynlerden algılanan psikolojik kontrolün psikososyal gelişimi, bağımsız bir kimlik ve sağlıklı bir benlik duygusu gelişimini olumsuz etkilediği (Barber ve Harmon, 2002) aynı zamanda, duygu düzenleme becerilerinin de işlevsel olarak yapılanmasını ketleyebildiği ifade edilmektedir. Bu bağlamda algılanan psikolojik kontrol, bir duygu durum olarak süreklilik gösteren öfkenin de daha yoğun hissedilmesiyle ilişkili olabilir. Benzer şekilde, psikolojik kontrol ve öfkenin içe

yöneltirerek ifade edilmesi arasındaki ilişki ele alınacak olursa; algılanan psikolojik kontrolün, kaygı, depresyon, yalnızlık, duygusal işlev bozukluklarıyla ilişkisini vurgulayan araştırmalarla (Barber, 1996; Bean ve ark., 2003; Manzeske ve Stright, 2009) tutarlı bir bulgu olduğu söylenebilir.

Ayrıca, anneden algılanan psikolojik kontrolün, dışa yöneltilen öfkedeki artış ile öfke kontrolündeki azalmayla da ilişkili olduğu görülmektedir. Sosyal öğrenme yaklaşımı çocukların ebeveynlerini rol model aldıklarını ifade etmekte; özellikle çocukların akran ilişkilerindeki öfke ifadelerinin ve saldırgan davranışlarının, ebeveynlerin baskıcı ve kontrolcü tarzları ile benzerlik gösterdiğine dikkat çekmektedir (Bandura, 1973).

### **4.3.3. Çocukluk Döneminde Anneden Algılanan Davranışsal Kontrol ve Öfke**

Araştırma bulgularında tutarlı ve güçlü olmamakla birlikte çocukluk döneminde anneden algılanan davranışsal kontrolün, sadece öfke kontrolündeki artışı, zayıf düzeyde yordadığı bulunmuştur. Anneden algılanan davranışsal kontrolün algılanan psikolojik kontrol ile negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olması, bu boyutun olumlu bir ebeveynlik tarzı olarak algılandığını düşündürmüştür.

Kültürel normlarla uyumlu olmak suretiyle, ebeveynlerin kendi değerleri doğrultusunda çocuklarını denetlemeleri ve yönlendirmeleri işlevsel görülmektedir (Barber ve ark., 1994). Bu bağlamda çocuklar hem kendi duygu ve düşüncelerini ifade etmelerine imkân sunulduğu psikolojik özerkliğe, hem de kontrollü olmaya ve davranışlarda dengeli sınırlar konulmasına ihtiyaç duymaktadır (Barber, Stolz ve Olsen, 2005). Bu noktada optimum düzeydeki ebeveyn davranışsal kontrolü, çocuğun bağımsız gelişimini desteklerken, gerekli ve tutarlı sınırlar koyma şeklinde sağlanan, çocukların yaptıklarının ve nerede bulduklarının aktif olarak izlenmesi anlamına gelmektedir. Öte yandan psikolojik kontrol, çocukların ebeveynlerinin talep ve istekleri doğrultusunda hareket etmeleri için zorlanması, onlara seçim hakkı sunulmaması, kendilerini özgür bir biçimde ifade etmelerinin engellenmesi anlamına gelmektedir (Grolnick ve Ryan, 1989; Grolnick ve Pomerantz, 2009). Dolayısıyla, kültürel normlarla paralel olarak algılanan ebeveyn davranışsal kontrolünün, sevgi ve ilgi algısına işaret ettiği düşünülmüştür. Bu bağlamda öfke duygusunun düzenlenmesinde ve kontrol edilebilmesinde, anneden algılanan davranışsal kontrolün olumlu etkisi tutarlı ve kültüre özgü bir bulgu olarak değerlendirilebilir.

#### 4.3.4. Denetim Odağı ve Öfke

Bu araştırmada dış denetim odağına yönelik hipotezlerin tutarlı sonuç vermediği, dış denetim odağının istisnai olarak ve zayıf düzeyde, çocukluk dönemindeki hiperaktivite ve sürekli öfke düzeyi ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Regresyon analizinde dış denetim odağının yordama gücü anlamlı bulunmamıştır.

Çeşitli araştırmalar dış denetim odağının öfke ile ilişkili olduğunu desteklemektedir. Öfke duygusunu hissedilmesinde dışsal uyanlarla ilgili çıkarılan anlam ve algılama şeklinin önemini vurgulamaktadır (Beck, 1979). Buna göre kişinin kendi (“ben değersiz ve çirkinim” veya “keşke farklı olsaydım”), dünya (“kimse bana değer vermiyor” veya “herkes beni görmezden geliyor”) ve gelecek (“ümitsizim, çünkü hiçbir şey değişmeyecek” veya “her şey sadece kötüye gidebilir”) hakkındaki olumsuz otomatik düşüncelerle öfke duygusunun tetiklenebileceği ifade edilmiştir (Beck, 1999). Ayrıca öfke duygusunun sürekli olarak deneyimlenmesi, özellikle kişinin yeterlilik değerlendirilmesiyle ilgili bir değerlendirme de içermektedir. Bu bağlamda yeteneklerinden şüphe duyan kişiler, hayatta karşılaştıkları engeller, eksiklikler ve her türlü olumsuz sonuçlarla başa çıkma yollarına odaklanmak yerine, zorluklar karşısında çabalarını azaltmakta veya vazgeçmeyi seçmekte; takip eden başarısızlıklar ise yeterliklerinin olmadığına dair inançlarını güçlendirmektedir (Bandura, 1994). Dolayısıyla karşılaştıkları durumlarda kendi kontrollerinin olmadığına inanan ve kendileri için önem taşıyan kişilerin onayına ihtiyaç duyan dış denetim odağı yüksek bireylerin, öfke düzeylerinin daha süreklilik göstereceği, öfkeyi kontrol etmekte zorlanacakları ve dışa yönlendirecekleri tahmin edilmiştir. Bu araştırma kapsamında dış denetim odağının yalnızca sürekli öfke ile ilişkisi desteklenmiştir. Bu ilişkinin ise farklı değişkenler tarafından (psikolojik kontrol ve hiperaktivite düzeyi) açıklandığı görülmüştür.

Bununla birlikte, dış denetim odağı ile çocukluk dönemi hiperaktivite belirtileri arasında zayıf ancak anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki belirlenmiştir. Katılımcıların çocukluk dönemineki hiperaktivite düzeyinin artması, karşılaşılan olay veya durumların şans, kader, güçlü diğerlerinin kontrolüne atfedilmesiyle ilişkili bulunmuştur.

İnsanların davranışlarındaki temel belirleyicilerin pekiştiriciler (ödül ve ceza) olabileceği; bu bağlamda davranışlarının neye sebep olacağına (sonuç) yönelik inançlar oluşturmaya başladıkları belirtilmektedir (Rotter, 1954). Örneğin; birçok çocuğun

ebeveynleri tarafından görmezden gelinmek yerine olumsuz da olsa ilgi görebilmek adına rahatsız edici davranışlar sergileyebildikleri beirtilmektedir (Miller, 2005). Dolayısıyla kişinin davranışlarıyla ödül-ceza arasında nedensel bir ilişki kurduğu denetim odağında (Rotter, 1966), dış denetim odağı ile birey olayları veya durumları dış etkenlerin kontrolüyle şekillendiği inancını daha yoğun taşımaktadır. Zor mizaçlı olarak nitelendirilen aşırı hareketli ve düşük dikkat düzeyli bireylerin de kendini değerlendirme (self-appraisal) ve olayların veya durumların kendileriyle ilişkisini kurmakta zorluk yaşadıkları düşünülebilir.

#### **4.4. EBEVEYN KONTROLÜ ve HİPERAKTİF MİZAÇ İLİŞKİSİ**

Bu çalışmada çocukluk dönemini hiperaktivite düzeyinin, yine çocukluk döneminde anneden algılanan davranışsal kontrol ile negatif, psikolojik kontrolle ise pozitif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Diğer bir deyişle, çocukluk döneminde annelerinin davranışsal kontrolünü algılayan katılımcılar daha düşük, psikolojik kontrol algılayan katılımcılar ise daha yüksek düzeyde çocukluk döneminde hiperaktivite düzeyi rapor etmiştir.

Ebeveyn kontrolü ve mizaç arasındaki ilişkinin iki yönlü yapısı alan yazında da sıklıkla ifade edilmektedir (Örn; Bornstein, 2006; Kyrios ve Prior, 1990; Olweus, 1984). Buna göre ebeveyn kontrolünün, mizacın şekillenmesinde etkili olabileceği gibi çocuğun mizacı da ebeveyn tutumunu şekillendirebilmektedir. Kültürel normlar çerçevesinde kabul gören optimum davranışsal kontrol düzeyi, çocuk tarafından sevgi ve ilgi olarak algılanırken, ebeveyn tarafından da çocuğun ihtiyacı olan sınırların belirgin olarak çizilmesinde etkili bir yöntem olabilmektedir. Bu nedenle çocukluk döneminde anneden algılanan davranışsal kontrolün artmasıyla hiperaktivite düzeyinin düşmesi şaşırtıcı bir sonuç değildir ancak, bu ilişkinin iki yönlü olabileceği dikkate alınmalıdır. Buna göre, anneden algılanan olumlu davranışsal kontrolün çocuğun hiperaktivitesinin düzenlenebilmesinde etkili olduğu yorumu yapılabilir. Aynı zamanda hiperaktivite düzeyi düşük olan çocukların ebeveynlerinin, daha rahat sınır koyabildikleri ve çocuklarına bu kapsamda daha kolay ilgi gösterebildikleri de düşünülebilir.

Davranışsal kontrol ile psikolojik kontrolün negatif yönde ilişkili olması davranışsal kontrolü sağlayamayan ebeveynlerin daha yıkıcı sonuçları olabilecek psikolojik kontrol yöntemlerine yöneldikleri şeklinde yorumlanabilir. Duygusal olarak müdahaleci ve suçluluk hissettirerek çocuk üzerinde kontrol sağlama tarzı olarak



tanımlanan psikolojik kontrolün (Schaefer, 1965), bu araştırmada da hiperaktivite düzeyi ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur.

Olweus (1984) bir mizaci özellik olarak hiperkativite ve dürtüsellik düzeyi yüksek ve dikkat süresi düşük olan çocukların, ebeveynlerinin davranışsal kontrolü sağlamakta zorlandıklarına işaret etmiştir. Sınır koymada başarı sağlayamayan ebeveynin de, ihmalkârlığa ya da psikolojik kontrol yöntemlerine yönelebileceğini vurgulamıştır. Benzer şekilde Bornstein'da (2005) uyumlu, kolay mizaçlı çocukların; ılımlı, çocuğuna rahat karşılık veren ve onun ihtiyacını karşılayabilen bir ebeveynlik tarzını teşvik ettiğini; daha zor mizaçlı çocukların ise sinirli, iletişim ve ilginin kısa sürdürülebildiği ve ihtiyaçların kaşınmasında işlevsel olmayan bir ebeveynlik tarzını tetikleyebildiğini ifade etmektedir. Diğer yandan ebeveynlik tarzının da çocuktan etkilendiği gibi çocuğu etkileyebildiğini de belirtmektedir (Bornstein, 2005). Çocuğunun mizaci özellikleri ve ebeveynlik tarzı arasındaki iki yönlü ilişki alan yazında desteklenmiştir. (Hemphill ve Sanson, 2000; Kryios ve Prior, 1990). Alan yazınla tutarlı olarak bu araştırmada da anneden algılanan davranışsal kontrolün, psikolojik kontrol algısı ile negatif yönde ilişkili olduğu, davranışsal kontrolün bu bağlamda olumlu algılandığı ve olumlu sonuçlarla ilişkili olduğu, psikolojik kontrolün ise hiperaktivite ve öfke açısından olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğu desteklenmiştir.

#### **4.5. ARAŞTIRMANIN UYGULAMAYA KATKILARI**

Öfke duygusu temel, doğal ve belirli bir düzeye kadar işlevsel bir duygudur. Ancak kontrol edilemediğinde ve sağlıklı bir şekilde ifade edilmediğinde hem kişi için hem de çevresi için olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir. Özellikle, öfkenin fiziksel şiddetle ifade edildiği toplumsal olaylar ya da psikolojik bozuklukların yaygınlığı dikkate alındığında, bu duygunun sosyal ve psikolojik işlev ve süreçlerinin anlaşılmasının, müdahaleler geliştirilmesi açısından önemi belirgin olarak ortaya çıkmaktadır.

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin sürekli öfke düzeyleri ve ifade tarzlarını yordamak amacıyla, biyo-psiko-sosyal yaklaşım kapsamında bir model oluşturulmuştur. Bu model, çocukluk dönemi yaşantılarına yönelik algının, bugünkü öfke yaşantısını yordamada önemli bir rolü olduğunu göstermektedir. Bu kapsamda en kritik faktör üniversite öğrencilerinin çocukluk dönemine yönelik belirttikleri hiperaktivite, dürtüsellik ve dikkat dağınıklığı düzeyi olarak belirlenmiştir. Biyo-psiko-sosyal modelin, biyolojik boyutunu oluşturan ve mizaci özelliklere işaret eden bu boyut, bireylerin

doğuştan tepkisel, hareketli ve öz düzenlemede dezavantajlı olabileceklerini göstermektedir. Bu özelliklerin ise genel olarak olumsuz duygulanım, özel olarak da yıkıcı öfkenin deneyimlenmesinde önemli bir risk faktörü olduğu görülmektedir. Öte yandan, bir risk faktörü olan bu mizaç özelliklerinin yapıcı ve etkili bir şekilde ele alınmasında ebeveynin kritik rolü, alan yazında desteklendiği gibi bu çalışmada da görülmektedir. Ebeveynin, özellikle zor mizaçlı tepkisel çocuğuna, sınır koyabilmesi ve bunun için davranışsal kontrolü tercih etmesinin olumlu sonuçlarla ilişkili olduğu görülmektedir. Ancak, çocukların tepkisellikleri arttıkça da davranışsal kontrolün ebeveynler için zorlaştığı dikkat çekmektedir. Bu noktada başa çıkma repertuarı sınırlı olan ebeveynlerin psikolojik kontrole başvurmaları ise kısır döngüyü başlatan nokta gibi görünmektedir. Bu noktadaki müdahalelerin faydalı olabileceği düşünülmektedir. Örneğin ebeveynler, çocuklarına “hiperaktif”, “sorunlu çocuk”, veya “sürekli sıkıntı çıkarıcı” gibi çocuğun özgüvenini zedeleyici ifadelerle etkilemekten uzak durmalıdır; çocukların kendilik kontrollerine yönelik koçluk yapılmalı ve duygularını rahatça ifade edebilmeleri için dillerini geliştirmelerinde yardımcı olunabilir güne başlama, uyku saatleri veya yemek saatleri gibi günlük programları belirlenerek yaşamlarına bir düzen getirilebilir; son olarak da aşırı tepkisel bir çocuğun sadece bir şeyi duyabildiğini ve dolayısıyla yönlendirmelerde bulunurken ebeveyn, sırayla ve basite indirgeyerek yönlendirme yapabilir ( Greenspan, 1995; Kurcinka, 1991; Shick, 1998).

#### **4.6. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI VE ÖNERİLER**

Bu araştırmanın en önemli sınırlılıklarından birini veri toplama yöntemindeki farklılık oluşturmuştur. Üniversite örnekleminde beklenen katılımcı sayısına ulaşamaması, araştırmacıyı çevrimiçi veri toplamaya yöneltmiş, bu da sosyo-ekonomik açıdan iki farklı gruba ulaşılmasına neden olmuştur. Ancak, gruplar arasındaki farklılıkların gözden kaçmamış olması, istatistiki olarak bu karıştırıcı değişkenin belirli bir düzeyde kontrol edilebilmesine olanak sağlamıştır.

Öte yandan, araştırmada katılımcıların çocukluk dönemi deneyimleri anneyle ilişkili algılarla sınırlandırılmıştır. Ölçeklerin uzunluğu ve katılımcı yorgunluğunu kontrol etmek amacıyla tek bir ebeveynin seçilmesi yoluna gidilmiştir. Ancak, duyguların sosyalleşmesi sürecinde babanın ebeveynlik tarzının da kritik olduğu ve çocuğun cinsiyetine göre farklı süreçlerin etkili olabileceği unutulmamalıdır. Bu bağlamda ilerleyen araştırmalarda babayla ilişkili algıların da ele alınması önerilmektedir.

Bu çalışmada öfke ifadesini yordayacağı öngörülen denetim odağı, Rotter'in (1966)İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği kullanılarak test edilmiş ancak, anlamlı bir sonuca ulaşamamıştır. Öncelikle, duyguları şekillendiren yüklemelerin sadece denetim odağıyla sınırlı olmadığı, olayların nedenselliğine yönelik farklı yüklemelerin olduğu da belirtilmektedir(Weiner, 1985, 2001). Bu kapsamda bireyler yaşadıkları olayların nedenlerine yönelik, iç veya dış kaynaklı yüklemenin yanısıra, bu olayların kalıcılığı, yaygınlığı ve karşıdakinin niyetine yönelik de yüklemeler yapmaktadır. Duygusal tepkiler ise bu karmaşık yüklemelere bağlı olarak şekillenmektedir Alan yazında, öfke ve saldırganlıkla ilişkili çalışmaların, belirli olaylara yönelik (Örn; trafik gibi) yükleme biçimlerini özgün olarak değerlendirdikleri dikkat çekmektedir. Bu araştırmada ise, denetim odağı durumluk değil, süreklilik gösteren bir kişilik özelliği gibi değerlendirilmiştir. Bu kapsamda değerlendirildiğinde dış denetim odağının yine süreklilik gösteren öfke ile ilişkili olduğu ancak, daha çok durumsal ve belli bir olay üzerinden bilişsel değerlendirme gerektiren öfke ifade tarzları ile ilişkili olmadığı bulunmuştur.

Bunların yanısıra, sosyal bilimlerdeki birçok araştırmada gündeme gelen ve eşzamanlı veri toplamaya bağlı olarak yaşanan, neden-sonuç ilişkisine yönelik çıkarımların yapılamaması da bu araştırmada bir sınırlılık olarak dikkate alınabilir. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin geriye dönük çocukluklarını (hiperaktivite düzeyi ve ebeveynlik tarzı) değerlendirmeleri istenmiştir. Kuramsal olarak gelişimsel bir bakış açısı test edilmesine rağmen, eş zamanlı toplanan veri, beklenen neden-sonuç ilişkisine yönelik kesin bilgi sunmamaktadır. Bireylerin geçmişi hatırlamaları bugünlerinden etkileniyor olabileceği gibi, mizaci özelliklerinin de ebeveynlerini algılama biçimini şekillendirdiği düşünülebilir. Aynı şekilde, öğrencilerin bugün kendilerini çocukluklarında hiperaktif ve dikkati dağınık olarak tanımlamalarının nedeni de, çocukluk döneminde deneyimledikleri psikolojik kontrol ve buna bağlı içselleştirilmiş olumsuz benlik kavramı olabilir. Araştırmanın bu kısıtlılığının boylamsal çalışmalarla çözümlenebilmesi mümkündür. Öte yandan araştırmanın, çocukluğunda DEHB tanısı almış olan yetişkinlerle tekrar edilmesi de faydalı olacaktır.

## KAYNAKÇA

- Abdolmenafi, A., Besharat, M. A., Farahani, H., Rezakhodaii, M., (2011). The Moderating Role of Locus of Control on the Relationship Between Anger Rumination and Depression in Patients with Major Depression Disorder, *Social and Behavioral Sciences*, 30, 302-306.
- Abramson, L. Y., Seligman, M. E., & Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87(1), 49-74.
- Apter, A., Van Praag, H., Plutchik, R., Sevy, S., Korn, M., Brown, S.L. (1990). *Psychiatry Research*, Elsevier, 191-199.
- Alkış L, Özkardeş GO, (2016). *Boşanmış ve Boşanmamış Ailedeki Ergenlerde Denetim Odağı ve Öfke İfade Tarzlarının Karşılaştırılması*. İstanbul Ticaret Üniversitesi Dış Ticaret Enstitüsü, 40, s. 1- 24
- Aiken, P. A., & Baucom, D. H. (1982). Locus of control and depression: That confounded relationship. *Journal of Personality Assessment*, 46(4), 391-395.
- Archer, J. (2010). Derivation and assessment of a hypermasculine values questionnaire. *British Journal of Social Psychology*, 49(3), 525-551.
- Averill, J. R. (1983). *Studies on anger and aggression: Implications for theories on emotion*. *American Psychologist*, 38, 1145–1160.
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Baucom, D. H. (1982). *A comparison of behavioral contracting and problem-solving/communications training in behavioral marital therapy*. *Behavior Therapy*, 13(2), 162-174.
- Baumrind, D. (1978). *Parental disciplinary patterns and social competence in children*. *Youth and Society*, 9(3), 239–276.
- Baumeister, R. F. (1997). *Evil: Inside human cruelty and violence*. New York: W. H. Freeman.
- Barber, B. K., Olsen, J. E., & Shagle, S. C. (1994). Associations between parental psychological and behavioral control and youth internalized and externalized behaviors. *Child Development*, 65, 1120-1136.

- Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child Development, 67*(6), 3296-3319.
- Barber, B. K., & Harmon, E. L. (2002). Violating the self: Parental psychological control of children and adolescents. In B. K. Barber (Ed.), *Intrusive parenting: How psychological control affects children and adolescents* (pp. 15-52). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Barber, B. K., Stolz, H. E., & Olsen, J. A. (2005). Parental support, psychological control, and behavioral control: Assessing relevance across time, culture, and method: V. Assessing relevance across culture: Cross-national replications. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 70*(4), 58-72
- Bean, R. A., Bush, K. R., McKenry, P. C., & Wilson, S. M. (2003). The impact of parental support, behavioral control, and psychological control on the academic achievement and self-esteem of African American and European American adolescents. *Journal of Adolescent Research, 18*(5), 523-541.
- Beck, A. T. (1967) *Depression – Clinical Experimental and Theoretical Aspects*, New York: Harper and Row.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press, 1976.
- Beck, A., T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Boston: International University Press.
- Berkowitz, L. (1990). *On the formation and regulation of anger and aggression: A cognitive-neoassociationistic analysis*. *American Psychologist, 45*(4), 494-50.
- Berkowitz, L., Harmon-Jones, E., (2004). Toward an understanding of the determinants of anger. *Emotion*. University of Wisconsin-Madison, Madison, WI, USA.
- Beck, R. & Perkins, T.S. (2001). Cognitive Content-Specificity for Anxiety and Depression: A meta-analysis. *Cognitive Therapy and Research, 25*(6), 651-663.
- Berkowitz, L. (1990). *On the formation and regulation of anger and aggression: A cognitive-neoassociationistic analysis*. *American Psychologist, 45*(4), 494–503.

- Berkowitz, L. (1993). Towards a general theory of anger and emotional aggression: Implications of the cognitive-neoassociationistic perspective for the analysis of anger and other emotions, *Perspectives on anger and emotion* (Vol. 5, pp. 1–46). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum
- Bikhazi, S. L. (2006). *Understanding psychological control through differences between shame and disappointment: Implications for childhood aggression*. Unpublished master's thesis, Brigham Young University, UT.
- Birnbaum, D. W., & Croll, W. L. (1984). The etiology of children's stereotypes about sex differences in emotionality. *Sex Roles, 10*(9-10), 677-691.
- Bledsoe, J. C., & Baber, W. C. (1978). Personality correlates of locus of control among college women. *Psychological Reports, 43*(3, Pt 2), 1129-1130.
- Boulton, M. J., & Smith, P. K. (1994). Bully/victim problems in middleschool children: Stability, self-perceived competence, peer perceptions and peer acceptance. *British Journal of Developmental Psychology, 12*, 315-329.
- Bornstein, R. F. (2005). *The dependent patient: A practitioner's guide*. Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Bugental, D. B., Johnston, C., New, M., & Silvester, J. (1998). Measuring parental attributions: Conceptual and methodological issues. *Journal of Family Psychology, 12*(4), 459-480.
- Bushman, B. J., & Baumeister, R. (1998). Threatened egotism, narcissism self-esteem, and direct and misplaced aggression: Does self-love or self-hate lead to violence?. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*(1) 219–229.
- Brain, P. F., & Susman, E.J., (1997). *Hormonal aspects of aggression and violence*. In: Stoff, D.M.; Breiling, J., editors. *Handbook of antisocial behavior*. New York: Wiley; p. 314-323.
- Brody, G. H., Stoneman, Z., Flor, D., McCrary, C., Hastings, L., & Conyers, O. (1994). Financial resources, parent psychological functioning, parent co-caregiving, and early adolescent competence in rural two-parent AfricanAmerican families. *Child Development, 65*, 590–605.

- Brooks, R. (1996). Changes in asymmetric information at earnings and dividend announcements. *Journal of Business Finance & Accounting*, 23(3)
- Brooks, R. (2009). *Religiousness, Coping, and Locus of Control as Predictors of Anxiety*. Electronic Theses and Dissertations. Paper 1887.
- Brooks, B. L., Strauss, E., Sherman, E. M. S., Iverson, G. L., & Slick, D. J. (2009). Developments in neuropsychological assessment: Refining psychometric and clinical interpretive methods. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 50(3), 196-209.
- Brownfield, D., (1986). *Social class and violent behavior*. Purdue University; pages 421-436.
- Carlson, N. R. (2003). *Physiology of behavior* (8th ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Casas, J. F., Weigel, S. M., Crick, N. R., Ostrov, J. M., Woods, K. E., Jansen Yeh, E. A., et al (2006). Early parenting and children's relational and physical aggression in the preschool and home contexts. *Applied Developmental Psychology*, 27, 209–227.
- Chao, J. M. (2001). *Self-concept, self-esteem, and coping strategies of lesbian and heterosexual Asian American women*. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, 62(3-B), 1568.
- Clark, D.A., Steer, R.A., & Beck, A.T. (1994). Common and specific dimensions of self-reported anxiety and depression: Implications for the cognitive and tripartite models. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(4), 645-654.
- Clark, D. A., Steer, R. A., Beck, A. T., & Snow, D. (1996). *Is the relationship between anxious and depressive cognitions and symptoms linear or curvilinear?* *Cognitive Therapy & Research*, 20, 135–154.
- Clark, M. S., Pataki, S. P., & Carver, V. H. (1996). Some thoughts and findings on self-presentation of emotions in relationships. In G. J. O. Fletcher & J. Fitness (Eds.), *Knowledge structures in close relationships: A social psychological approach* (pp. 247-274). Hillsdale, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Clark, D. A., & Beck, A. T., with Alford, B. A. (1999). *Scientific foundations of cognitive theory and therapy of depression*. New York: Wiley

- Collins, W. A., & Russell, G. (1991). Mother-child and father-child relationships in middle childhood and adolescence: A developmental analysis. *Developmental Review, 11*(2), 99-136.
- Connor, D. E. (2002). *Aggression and antisocial behavior in children and adolescents: Research and treatment*. New York: Guilford.
- Corr, P. J. (2002). J.A. Gray's reinforcement sensitivity theory and frustrative nonreward: a theoretical note on expectancies in reactions to rewarding stimuli. *Personality and Individual Differences, 32*, 1247-1253.
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1995). Relational Aggression, Gender, and Social-Psychological Adjustment. *Child Development, 66*(3), 710.
- Crick, N. R., Bigbee, M. A., & Howes, C. (1996). Gender differences in children's normative beliefs about aggression: How do I hurt thee? Let me count the ways. *Child Development, 67*(3), 1003-1014.
- Dağ, İ. (1991). *Rotter'in İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği'nin (RİDKOÖ) Üniversite Öğrencileri İçin Güvenirliği ve Geçerliliği*. Psikoloji Dergisi. 7(26), 10-16.
- Davis, W. L., & Phares, E. J. (1969). Parental Antecedents of Internal-External Control of Reinforcement. *Psychological Reports, 24*(2), 427-436.
- Deater-Deckard, K., & Dodge, K. A. (1997). Externalizing behavior problems and discipline revisited: Nonlinear effects and variation by culture, context, and gender. *Psychological Inquiry, 8*(3), 161-175.
- Deffenbacher, J., Oetting, E., Lynch, R., & Morris, C. (1996). The expression of emotion and its consequences. *Behaviour Research and Therapy, 34*(7), 575-590.
- Deffenbacher, J. (1997). *Styles of anger expression and related consequences*. Unpublished manuscript, Colorado State University.
- Deming, A. M., & Lochman, J. E. (2008). The relation of locus of control, anger, and impulsivity to boys' aggressive behavior. *Behavioral Disorders, 108*-119.



- DiGiuseppe, R., Tafrate, R. C., & Eckhardt, C. (1994). Critical issues in the treatment of anger. *Cognitive and Behavioral Practice*, 1(1), 111–132.
- DiGiuseppe, R. ve Tafrate, R. C. (2007). *Understanding anger disorders*. Oxford University Press.
- Dimberg, U., & Oehman, A. (1983). The effects of directional facial cues on electrodermal conditioning to facial stimuli. *Psychophysiology*, 20(2), 160–167.
- Dimberg, U. (1986). Facial expressions as excitatory and inhibitory stimuli for conditioned autonomic responses. *Biological-Psychology*, 22(1), 37–57.
- Doğruyol, B. (2008). *The impact of parental control and support on the development of chronic self-regulatory focus*. Unpublished Master's Thesis, METU.
- Dollard, J., Doob, L., Miller, N., Mowrer, O., & Sears, R. (1939). *Frustration and aggression*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Eaton, W. O., & Enns, L. R. (1986). Sex differences in human motor activity level. *Psychological Bulletin*, 100(1), 19-28.
- Eisenberg, S., & Delaney, D. J. (1998). *Psikolojik danışma süreci* [The counseling process] (Çev: Nihal Ören, Mehmet Takkaç). İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Ekman, P., (1973). Darwin and facial expression: A century of research in review. *Cross-cultural studies of facial expression*. 169222.
- Ekman, P. & Friesen, W. V. (1975). *Unmasking the Face: A Guide to Recognizing Emotions from Facial Clues*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Ekman, P. (1992a). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6, 169-200.
- Ekman P. (1992b). Are there basic emotions? *Psychological Review*. 99, 550-553.
- Ekman, P. (2003). *Darwin, Deception, and Facial Expression*. In Ekman, P., Campos, J. J., Davidson, R. J., & de Waal, F. B. M. (Eds.), *Emotions inside out: 130 years after Darwin's: The expression of the emotions in man and animals*. New York, 205-221.
- Ekman, P., Matsumoto, D., (2011). *Reading faces: The universality of emotional expression*. Worth Publishers.

- Elkin, N., Karadağlı, F. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Öfke İfade Tarzı ve İlişkili Faktörler/Anger Expression and Related Factors in University Students*. *Anadolu Kliniği*, Cilt 21, s. 64-71.
- Elliott, D. S., Ageton, S. S., & Canter, R. J. (1979). An integrated theoretical perspective on delinquent behavior. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 16(1), 3-27.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Oxford, England: Lyle Stuart.
- Ellis, A. (1994). *Reason and emotion in psychotherapy*. Secaucus, NJ: Birch Lane
- Ellis, A. (1958). *Sex Without Guilt*. NY: Hillman.
- Else-Quest, N.M., Hyde, J.S., Goldsmith, H., & Van Hulle, C.A. (2006). Gender differences in temperament: A metaanalysis. *Psychological Bulletin*, 132, 33–72.
- Eriksen, B. M. S., Færden, A., Lockertsen, Ø., Bjørkly, S., & Roaldset, J. O. (2018). Predictive validity and gender differences in a biopsychosocial model of violence risk assessment in acute psychiatry. *Psychiatry research*, 264, 270-280.
- Farver, J. A. M., & Branstetter, W. H. (1994). Preschoolers' prosocial responses to their peers' distress. *Developmental Psychology*, 30(3), 334-341.
- Finkelstein, J., Donenberg, G., & Martinovich, Z. (2001). Maternal control and adolescent depression: Ethnic differences among clinicallyreferred girls. *Journal of Youth and Adolescence*. 30, 155 – 171.
- Finzi-Dottan, R., Manor, I., & Tyano, S. (2006). ADHD, temperament, and parental style as predictors of the child's attachment patterns. *Child Psychiatry and Human Development*, 37(2), 103-114.
- Flay, B. R., & Allred, C. G. (2003). Long-term effects of the Positive Action program. *American Journal of Health Behavior*, 27(Suppl1), S6-S21.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 839–852.

- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(1), 150-170.
- Folkman, S., Lazarus, R., Gruen, R., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, Coping, Health Status, and Psychological Symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 571-579.
- Folkman, S., and Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466-475.
- Floyd, F. J., & Saitzyk, A. R. (1992). Social class and parenting children with mild and moderate mental retardation. *Journal of Pediatric Psychology*, 17(5), 607-631.
- Freud, S. (1892-1899). Extracts from the fliess papers. *Letter 69*. (September 27, 1897). Standard Edition, 1, 175-280. London, UK: Hogarth Press, 1950.
- Freud, S. (1915). The Unconscious. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIV (1914-1916): *On the History of the Psycho-Analytic Movement*, Papers on Metapsychology and Other Works, 159-215
- Freud, S. (1930). Letter from Sigmund Freud to Arnold Zweig, August 21, 1930. *Letters of Sigmund Freud, 1873-1939*, 399-400.
- Freud, S. (1940). *An outline of psychoanalysis*. W.W. Norton & Co., 1969.
- Freud, S. (1963). *Mourning and melancholia*. In J. Strachey (Ed. and Trans.), The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 14, pp. 243-258). London: Hogarth Press. (Original work published 1917).
- Gecas, V. and Nye, F.I. (1974) *Sex and class differences in parent-child interaction: A test of Kohn's hypothesis*. *J. Marriage Fam.* 36, 742-749
- Gecas, V. (1979). The influence of social class on socialization. In W. Burr, R. Hill, R. I. Nye, & I. Reiss (Eds.), *Contemporary theories about the family* (pp. 365-404). New York: Free Press
- Gidron, Y., Gal, R., & Desevilya, H. S. (2003). Internal locus of control moderates the effects of road-hostility on recalled driving behavior. *Transportation Research Part F: Traffic Psychology and Behaviour*, 6(2), 109-116.

- Greenspan, S., Salmon J., (1995). *The Challenging Child: Understanding, Raising and Enjoying the Five “Difficult” Types of Children*. Reading, MA: Addison-Wesley Publishing.
- Grolnick, W. S., & Ryan, R. M. (1989). Parent styles associated with children's self-regulation and competence in school. *Journal of Educational Psychology*, 81(2), 143-154.
- Griffiths, M. D. (2010). The role of context in online gaming excess and addiction: Some case study evidence. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8(1), 119-125.
- Grych, J. H., & Fincham, F. D. (1990). Marital conflict and children's adjustment: A cognitive-contextual framework. *Psychological Bulletin*, 108(2), 267-290.
- Hahn, S. E. (2000). The Effects of Locus of Control on Daily Exposure, Coping and Reactivity to Work Interpersonal Stressors: A Diary Study. *Personality & Individual Differences*, 29, 729-748.
- Harma, M. (2008). *The impact of parental control and marital conflict on adolescents' self-regulation and adjustment*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Harburg, E., Bleiberman, L., Russell, M., & Cooper, M. L. (1991). Anger-coping styles and blood pressure in black and white males. *Psychosomatic Medicine*, 53, 153-164.
- Hart, B., & Risley, T. R. (1992). American parenting of language-learning children: Persisting differences in family-child interactions observed in natural home environments. *Developmental Psychology*, 28(6), 1096-1105.
- Harter, S. (1990). Issues in the assessment of the self-concept of children and adolescents. In A. M. La Greca, *Through the eyes of the child: Obtaining self-reports from children and adolescents*, 292-325.
- Harvey, P., and Martinko, M., (2010). *Attribution Theory and Motivation*. Jones and Bartlett Publishers, 147-160.
- Haynes, S. N., Follingstad, D. R., & Sullivan, J. C. (1979). Assessment of marital satisfaction and interaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47(4), 789-791.

- Hoff, E., Laursen, B., & Tardif, T. (2002). Socioeconomic status and parenting. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Biology and ecology of parenting* (pp. 231-252). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Holmbeck, G. N., Paikoff, R. L., & Brooks-Gunn, J. (1995). Parenting adolescents. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting, Vol. 1. Children and parenting* (pp. 91-118). Hillsdale, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Izard, C. E. (1992). Basic emotions, relations among emotions, and emotion-cognition relations. *Psychological Review*, 99(3), 561-565
- Izard, C. E. (2007). Basic emotions, natural kinds, emotion schemas, and a new paradigm. *Perspectives on Psychological Science*, 2(3), 260-280.
- İmamoğlu, E. O., & Karakitapoğlu Aygün, Z. (2007). Relatedness of identities and emotional closeness with parents across and within cultures. *Asian Journal of Social Psychology*, 10, 145- 161
- James, W. (1890). *The principles of psychology*. New York: H. Holt
- Jolly, J. B. & Dyckman, R.A. (1994). Using self-report data to differentiate anxious and depressive symptoms in adolescents: Cognitive content specificity and global distress? *Cognitive Therapy and Research*, 18, 25-37.
- Joussemet, M., Landry, R., & Koestner, R. (2008). A self-determination theory perspective on parenting. *Canadian Psychology*, 49(3), 194–200.
- Kassinove, H., Sukhodolsky, D., Tsytsarev, S., & Soloyova, S. (1997). Self-reported anger episodes in Russia and America. *Journal of Behavior and Personality*, 12(2), 301–324.
- Kaya, N., Kaya, H., Atar N, Turan, N., Eskimez, Z., Palloş, A., ve Aktaş, A., (2012). Hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin öfke ve yalnızlık özellikleri. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*.9(2):18-26
- Kennedy, H.G., (1992). Anger and Irritability. *British Journal of Psychiatry*, 161, 145–153.
- Kernberg, O. F. (1975). *Borderline conditions and pathological narcissism*. New York: Jason Aronson.

- Kerr, M. ve Stattin, H. (2000). What parents know how they know it, and several forms of adolescent adjustment: Further support for a reinterpretation of monitoring? *Developmental Psychology*, 36(3), 366-380.
- Kındap, Y., Sayıl, M. F. ve Kumru, A. (2008). Anneden algılanan kontrolün niteliği ile ergenin psikososyal uyumu ve arkadaşlıkları arasındaki ilişkiler: Benlik değerinin aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(61), 92-107.
- Kitayama, S., Markus, H. R., Park, J., Coe, C. L., Miyamoto, Y., Karasawa, M., Ryff, C. D. (2013). Social status and anger expression: The cultural moderation hypothesis. *Emotion*, 13(6), 1122-1131.
- Kleinginna, P. R. Jr., & Kleinginna, A. M. (1981). A categorized list of emotion definitions, with suggestions for a consensual definition. *Motivation and Emotion*, 5, 345-379.
- Konečni, V. J., & Doob, A. N. (1972). Catharsis through displacement of aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 23, 379-387.
- Konečni, V. J. (1975). Annoyance, type and duration of postannoyance activity, and aggression: The "cathartic effect". *Journal of Experimental Psychology: General*, 104, 76-102.
- Kohn, M. L. (1959). Social Class and Parental Values. *American Journal of Sociology*, 64(4), 337-351.
- Kohn, Melvin L. and Carmi Schooler (1969). Class, occupation and orientation. *American Sociological Review* 34:659- 78.
- Konecni, V. (1975). The mediation of aggressive behavior: Arousal level versus anger and cognitive labeling. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32(4), 706-712.
- Kuppens, S., Laurent, L., Heyvaert, M., & Onghena, P. (2013). Associations between parental psychological control and relational aggression in children and adolescents: A multilevel and sequential meta-analysis. *Developmental Psychology*, 49(9), 1697-1712.
- Kurcinka, S., (1991). *Raising Your Spirited Child: A Guide for parents whose child is more intense, sensitive, perceptive, persistent, energetic*. New York: Harper Collins.
- Krampen, G. (1989). Perceived childrearing practices and the development of locus of control in early adolescence. *International Journal of Behavioral Development*, 12(2), 177-193.

- Kyrios, M., & Prior, M. (1990). Temperament, stress and family factors in behavioural adjustment of 3–5-year-old children. *International Journal of Behavioral Development*, 13(1), 67-93.
- Larson, R. W., & Richards, M. H. (1994). Family emotions: Do young adolescents and their parents experience the same states? *Journal of Research on Adolescence*, 4(4), 567-583.
- Lazarus, R. S., and Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R. S., and Folkman, S., (1987). *Transactional theory and research on emotions and coping*. University of California, USA *Journal of Personality*, Vol. 1, 141-169.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and Adaptation*. Oxford: Oxford University Press.
- Lazarus, R S, (1993). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 55, pp. 234–247.
- LeDoux, J. E. (1996). *The emotional brain: The mysterious underpinnings of emotional life*. New York: Simon and Schuster
- LeDoux, J. E. (2002). *Synaptic self: How the brain becomes who we are*. New York: Viking.
- Lefcourt, H. M. (1976). Locus of control and the response to aversive events. *Canadian Psychological Review/Psychologie canadienne*, 17(3), 202-209.
- Lengua, L. J. (2008). Anxiousness, frustration, and effortful control as moderators of the relation between parenting and adjustment in middle-childhood. *Social Development*, 17(3), 554-577.
- Leung, K., Lau, S., & Lam, W.-L. (1998). Parenting styles and academic achievement: A cross-cultural study. *Merrill-Palmer Quarterly*, 44(2), 157-172.
- Lerner, J. V., & Galambos, N. L. (1985). Mother role satisfaction, mother–child interaction, and child temperament: A process model. *Developmental Psychology*, 21(6), 1157-1164.
- Levenson, R. W., Ekman, P., & Friesen, W. V. (1990). Voluntary facial action generates emotion-specific autonomic nervous system activity. *Psychophysiology*, 27, 363–384.

- Li, X., Li, D., & Newman, J. (2013). Parental Behavioral and Psychological Control and Problematic Internet Use Among Chinese Adolescents: The Mediating Role of Self-Control. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*,
- Lins-Dyer, M. T., & Nucci, L. (2007). The impact of social class and social cognitive domain on northeastern Brazilian mothers' and daughters' conceptions of parental control. *International Journal of Behavioral Development*, 31(2), 105-114.
- Lorenz, K. (1966). *On aggression*. New York: Harcourt, Brace & World.
- Lulofs, R. S. & Cahn, D. D. (2000) *Conflict from theory to action*. United States of America: Aperson Education Company.
- MacKinnon, N. J., & Keating, L. J. (1989). The structure of emotions: Canada– United States comparisons. *Social Psychology Quarterly*, 52(1), 70–83
- McClun, L. A., & Merrell, K. W. (1998). Relationship of perceived parenting styles, locus of control orientation, and self-concept among junior high age students. *Psychology in the Schools*, 35(4), 381–390.
- Man, A. F., Leduc, C. P., & Labrèche-Gauthier, L. (1992). Parental control in child rearing and multidimensional locus of control. *Psychological Reports*, 70(1), 320-322.
- Manzeske, D. P., & Stright, A. D. (2009). Parenting styles and emotion regulation: The role of behavioral and psychological control during young adulthood. *Journal of Adult Development*, 16, 223–229.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224-253.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (2003). Models of agency: Sociocultural diversity in the construction of action. In V. Murphy-Berman & J. J. Berman (Eds.), *Vol. 49 of the Nebraska symposium on motivation. Cross-cultural differences in perspectives on the self* (pp. 18-74). Lincoln, NE, US: University of Nebraska Press.
- Matsumoto, D., Yoo, S. H., & Nakagawa, S. (2008). Culture, Emotion Regulation, and Adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94, 925-937.



- Mayne, J. T., Ambrose, K. (1999). Research review on anger psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 55 (3) 353-363.
- Meltzer, H. (1933). Students' adjustments in anger. *Journal of Social Psychology*, 4, 285–309.
- McClun, L. A. ve Merrell, K. W. (1998). Relationship of perceived parenting styles, locus of control orientation, and self-concept among junior high age students. *Psychology in the Schools*, 35(4), 381-390.
- McKinnie-Burney, D., (2006). *An investigation of anger styles in adolescent students*. Negro Educ Rev.;57(1- 2):35–43
- Montag, I., & Comrey, A. L. (1987). Internality and externality as correlates of involvement in fatal driving accidents. *Journal of Applied Psychology*, 72, 339–343.
- Morris, G.C. (2002). *Psikolojiyi anlamak*. (çev. H. Belgin Ayvaşık; Melike Sayıl). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları. No:23.
- Mujtaba, A., Malik, F., & Iftikhar, F. (2015, December). Anger, depression and locus of control among heavy smokers, cannabis users and heroin addicts. *The international Journal of Indian Psychology*.
- Naomi Koerner and Martin M. Antony (2010). Special Series on Disgust and Phobic Avoidance: A Commentary. *International Journal of Cognitive Therapy*, Vol. 3, Special Section: Disgust and Psychopathology, pp. 52-63.
- Nelson, D. A., & Crick, N. R. (2002). Parental psychological control: Implications for childhood physical and relational aggression. In B. K. Barber (Ed.), *Intrusive parenting: How psychological control affects children and adolescents* (pp. 161-189). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Nelson, M.R., Leidal, A.M., Smibert, C.A. (2004). Drosophila Cup is an eIF4E-binding protein that functions in Smaug-mediated translational repression.
- Nelson, C. A. III, Thomas, K. M., & de Haan, M. (2006). Neural Bases of Cognitive Development. In D. Kuhn, R. S. Siegler, W. Damon, & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Cognition, perception, and language* (pp. 3-57). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.

- Novaco, R. W. (1976). The function and regulation of the arousal of anger. *American Journal of Psychiatry*, 133, 1124–1128.
- Novaco, R. Anger and coping with stress. In J. Foreyt & D. Rthjem (Eds.), *Cognitive behavior therapy: Research and application*. New York: Plenum, 1978
- Novaco, R. W. (1993). Clinicians ought to view anger contextually. *Behavior Change*, 10(4), 208–218.
- Novaco, R. W. (1994). Anger as a risk factor for violence among the mentally disturbed. In J. Monahan & H. J. Steadman (Eds.), *Violence and mental disorders* (pp. 21–59). Chicago: University of Chicago Press.
- Oehman, A., & Dimberg, U. (1978). Facial expressions as conditioned stimuli for electrodermal responses: A case of “preparedness”? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(11), 1251–1258.
- Olson, S. L., & Sameroff, A. J. (Eds.). (2009). *Biopsychosocial regulatory processes in the development of childhood behavioral problems*. Cambridge University Press.
- Raine, A., Liu J., (1998). Biological predispositions to violence and their implications for biosocial treatment and prevention. *Psychology Crime & Law*;4:107–125.
- Olweus, D. (1984). Aggressors and their victims: Bullying at school. In N. Frude & H. Gault (Eds.), *Disruptive behavior in schools*. New York: Wiley.
- Ortiz M., Gandara B., (2006). *Study on the Relations Between Temperament, Aggression, and Anger in Children*. Pages 207–211.
- Ortony, A., & Turner, T. J. (1990). What's basic about basic emotions? *Psychological Review*, 97(3), 315-331.
- Öncü,B., Ölmez, Ş., ve Şentürk, V., (2005). Wender-Utah Derecelendirme Ölçeği Türkçe Formunun Erişkin Dikkat Eksikliği Ve Hiperaktivite Bozukluğu'nda Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*; 16(4):252-259.
- Ulrich, R., & Wolfe, M. (1969). *Research and theory on aggression and violence*. *Science Teacher*. 1969, 36(5), 24–28.

- Updegraff, K. A., McHale, S. M., Crouter, A. C., & Kupanoff, K. (2001). Parents' involvement in adolescents' peer relationships: A comparison of mothers' and fathers' roles. *Journal of Marriage and Family*, 63(3), 655-668.
- Panksepp, J. (1998). *Affective neuroscience: The foundation of human and animal emotions*. New York: Oxford University Press.
- Maly, J., Shirazi, A., (1975). Use of Classical Conditioning Procedures to Control Aggressive Behaviors in Children: A Preliminary Report, First Published, *Research Article*.
- Pavlov, I. P. (1927/1960). *Conditional Reflexes*. New York: Dover Publications, Oxford University Press.
- Peacock, E. J., & Wong, P. T. P. (1990). The Stress Appraisal Measure (SAM): A multidimensional approach to cognitive appraisal. *Stress Medicine*, 6, 227-236.
- Pennebaker, I. W. (1991). Inhibition as the Linchpin of health, In H. S. Friedman (Ed.), *Hostility, coping & health* (pp. 147-140). Washington, DC: American Psychological Association.
- Perry, N. B., & Calkins, S. D. (2018). A Biopsychosocial Perspective on the Development of Emotion Regulation Across Childhood. *In Emotion Regulation* (pp. 21-48).
- Phares, E.J. (1976). *Locus of control in personality*. Morristown, N.J.: General Learning Press.
- Polaha, J., Allen, K., & Studley, B. (2004). Self-Monitoring as an Intervention to Decrease Swimmers' Stroke Counts. *Behavior Modification*, 28(2), 261-275.
- Pomerantz, E. M., & Grolnick, W. S. (2009). Toward a clear and inclusive conceptualization of parental control: Reply to the commentaries. *Child Development Perspectives*, 3, 176–177.
- Pomerantz, E. M., & Eaton, M. M. (2000). Developmental differences in children's conceptions of parental control: "They love me, but they make me feel incompetent." *Merrill-Palmer Quarterly*, 46(1), 140-167.
- Power, M. J., & Dalgleish, T. (1997). *Cognition and emotion: From order to disorder*. Hove: Psychology Press

- Richardson, M., Abraham, C., & Bond, R. (2012). Psychological correlates of university students' academic performance: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 138, 353–387.
- Pittman, L. D., & Chase-Lansdale, P. L. (2001). African American adolescent girls in impoverished communities: Parenting style and adolescent outcomes. *Journal of Research on Adolescence*, 11(2), 199-224.
- Robins, S. ve Novaco. R.W. (1999). Systems conceptualization and treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology*, 55, 325-337
- Roman, N., Human, A., & Hiss, D. (2012). Young South African adults' perceptions of parental psychological control and antisocial behavior. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 40, 1163-1174.
- Ross, C. E., & Van Willigen, M. (1996). Gender, parenthood, and anger. *Journal of Marriage and the Family*, 58(3), 572-584.
- Rotter, J. B. (1954). *Social learning and clinical psychology*. Englewood Cliffs, NJ, US: Prentice-Hall, Inc.
- Rothbart, MK., Derryberry, D., (1981). Development of individual differences in temperament. In: Lamb ME, Brown AL, editors. *Advances in developmental psychology*. Vol. 1. Erlbaum; Hillsdale. pp. 37–86.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1-28.
- Salzinger, K. (1995). A behavior-analytic view of anger and aggression. In H. Kassinove (Ed.), *Anger disorders: Definition, diagnosis, and treatment* (pp. 69– 79). Philadelphia, PA: Taylor & Francis.
- Sanson, A., Hemphill, S. A., & Smart, D. (2004). Connections between Temperament and Social Development: A Review. *Social Development*, 13(1), 142–170.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127-139.

- Sayıl, M. ve Kındap, Y. (2010). Ergenin anne babadan algıladığı psikolojik kontrol: Psikolojik kontrol ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(25), 62-71.
- Sayıl, M., Kındap, Y., Bayar, Y., Bayraktar, F., Kurt, D., Tığrak, A. ve Yaban, H. (2012). *Ergenlik döneminde ebeveynlik ve ergenin psikososyal uyumu*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayını.
- Sears, R. R., Maccoby, E. E., & Levin, H., (1957). *Patterns of child rearing*. Stanford, Calif.: Stanford University Press.
- Schaefer, E. S. (1965). Children's reports of parental behavior: An inventory. *Child Development*, 36(2), 413-424.
- Scherer, K. R., & Wallbott, H. G. (1994). Evidence for the universality and cultural variation of differential emotional response patterns. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(1), 55–65.
- Scherer, K. R., Schorr, A., & Johnstone, T. (Eds.). (2001). *Series in affective science. Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research*. New York, NY, US: Oxford University Press.
- Shick, L., (1998). *Understanding Temperament: Strategies for Creating Family Harmony*. Seattle,WA: Parenting Press, Inc.
- Seward, J. P. (1945). Aggressive behavior in the rat, I. General characteristics: age and sex differences. *Journal of Comparative Psychology*, 38, 175–197.
- Sinha, R., Lovallo, W., & Parsons O. (1992). Cardiovascular differentiation of emotions. *Psychosomatic Medicine*, 54(4), 422–435
- Smetana, J. G., Metzger, A., Gettman, D. C., & Campione-Barr, N. (2006). Disclosure and Secrecy in Adolescent-Parent Relationships. *Child Development*, 77(1), 201-217.
- Sullivan, H S., (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New york: Norton.
- Spielberger, C. D. (1972a). Anxiety as an emotional state. In C. D. Spielberger (Ed.), *Anxiety: Current trends in theory and research* (Vol. 1, pp. 24–49). New York: Academic Press.

- Spielberger, C. D. (1972b). *Preliminary manual for the State-Trait Personality Inventory: Tampa, FL: University of South Florida.*
- Spielberger, C. D. (1988). *Manual for the State-Trait Anger Expression Inventory. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.*
- Spielberger, C. D. (1991). *State-trait anger expression inventory. Orlando, Florida, FL: Psychological Assesment Resources.*
- Stattin, H., & Kerr, M. (2000). Parental monitoring: A reinterpretation. *Child Development, 71*(4), 1072-1085.
- Steinberg, L. (2001). We know some things: Parent-adolescent relationships in retrospect and prospect. *Journal of Research on Adolescence, 11*(1), 1-19.
- Steinert, T., & Whittington, R. (2013). A bio-psycho-social model of violence related to mental health problems. *International journal of law and psychiatry, 36*(2), 168-175.
- Stipek, D, Weiner, B., & Li, K. (1989). Testing some attribution-emotion relations in the People's Republic of China. *Journal of Personality and Social Psychology, 56*,109-116.
- Tafate, R. C., & Kassinove, K. (2002). Defining disruptive anger: The anger episode model. In R. DiGiuseppe (Chair), *Characteristics and types of disturbed anger: Implications for treatment*. Symposium conducted at the 110th annual convention of the American Psychological Association, Chicago.
- Tsai, P. C. (2000). *The lived experienced of anger in childerren.* (Thesis/Dissertation, PhD.). Calgary, Alberta: Department Of Educational Psychology.
- Traub, G. S., (1982). *Relationship between Locus of Control and Grade Point Average in Freshman College Students.* Issue published; page(s): 1294-1294.
- Ward, M.F., Wender, P.H., & Reimherr, F.W.7 (1993). The Wender Utah Rating Scale: An Aid in the retrospective diagnosis of childhood attention deficit hyperactivity disorder. *American Journal of Psychiatry, 1*(50), 885-890.
- Watson, D. (1967). Relationship between locus of control and anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology, 6*, 91-92.

- Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 97, 548–573.
- Wender, P.H. (1985). Wender AQCC (Adult Questionnaire–Childhood Characteristics) scale. *Psychopharmacology Bulletin*, 21, 927–928.
- Wickless, C., & Kirsch. I. (1988). Cognitive correlates of anger, anxiety, and sadness. *Cognitive Therapy and Research*, 12, 367-377.
- Windholz, G. (1987). Pavlov’s conceptualization of unconditional reflexes, or instincts, within the framework of the theory of higher nervous activity. *Pavlovian Journal of Biological Science*, 22(4), 123–131.
- Windle, M., Hooker, K., Lernerz, K., East, P. L., Lerner, J. V. and Lerner, R. M. (1986). Temperament, perceived competence, and depression in early- and lateadolescents. *Developmental Psychology*, 22, 384-392.
- Windle, M. (1992). Revised Dimensions of Temperament Survey (DOTS—R): Simultaneous group confirmatory factor analysis for adolescent gender groups. *Psychological Assessment*, 4(2), 228-234.
- Wolfle, L. M., & Robertshaw, D. (1982). Effects of college attendance on locus of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(4), 802-810.
- Vansteenkiste, M., Sierens, E., Soenens, B., Luyckx, K., & Lens, W. (2009). Motivational profiles from a self-determination perspective: The quality of motivation matters. *Journal of Educational Psychology*, 101(3), 671-688.
- Varela, R. E., Vernberg, E. M., Sanchez-Sosa, J. J., Riveros, A., Mitchell, M., & Mashunkashey, J. (2004). Parenting Style of Mexican, Mexican American, and Caucasian-Non-Hispanic Families: Social Context and Cultural Influences. *Journal of Family Psychology*, 18(4), 651-657
- Yahav, R. (2006). The relationship between children’s and adolescents’ perceptions of parenting style and internal and external symptoms. *Child: Care, Health and Development*, 33(4), 460-471.
- Yang, C., Hart, C. H., Nelson, D. A., Porter, C. L., Olsen, S. F., & Robinson, C. C. (2004). Fathering in a Beijing, Chinese sample: Associations with boys' and girls' negative

emotionality and aggression. In R. D. Day & M. E. Lamb (Eds.), *Conceptualizing and measuring father involvement* (pp. 185 - 215). Mahwah, NJ: Laurence Erlbaum Associates

Youniss, J., & Smollar, J. (1985). *Adolescent relations with mothers, fathers, and friends*. Chicago, IL, US: University of Chicago Press.

Yöndem ZD, Bıçak B (2008). Öğretmen adaylarının öfke düzeyi ve öfke tarzları. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5 (2): 1-15.

Zafiropoulou, M., & Pappa, E. (2002). The role of preparedness and social environment in developing social phobia. *The Journal of the Hellenic Psychological Society*, 9(3), 365–377.

Zawawi, J. A., & Hamaideh, S. H. (2009). Depressive symptoms and their correlates with locus of control and satisfaction with life among Jordanian college students. *Europe's Journal of Psychology*, 5(4), 71-103.

Zillmann, D. (1971). Excitation transfer in communication-mediated aggressive behavior. *Journal of Experimental Social Psychology*, 7, 419-434.

Zillmann, D. (1979). *Hostility and aggression*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum

Zillmann, D. (2006). Dramaturgy for emotions from fictional narration. In J. Bryant & P. Vorderer (Eds.), *Psychology of entertainment* (pp. 215- 238). Mahwah.



## EKLER

### EK 1: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Değerli Katılımcı,

Bu araştırma Ufuk Üniversitesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Yrd. Doç. Dr. Meltem Anafarta Şendağ danışmanlığında, yüksek lisans öğrencisi Saliha Kübra Kalkan tarafından yapılmaktadır. Bu çalışmanın amacı; öfke ifadesinde algılanan anne-babanın hem davranışsal, hem de psikolojik kontrolü ile denetim odağının yordayıcı rolünü araştırmaktadır.

Bu çalışmaya katılım tamamen gönüllük esasına dayalıdır. Eğer katılmayı kabul ederseniz, sizden konuyla ilgili bazı ölçekleri doldurmanız istenecektir. Lütfen soruların olması gerektiğini düşündüğünüz biçimde değil, sizin düşüncelerinizi tüm gerçekliği ile yansıtmak biçimde cevap veriniz. Samimi ve içtenlikle vereceğiniz cevaplar çalışmanın sağlığı açısından çok önemlidir.

Sizden anket üzerinde belirtilecek hiçbir kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmeyecektir. Cevaplarınız sadece araştırmanın amacına uygun olarak bilimsel açıdan kullanılacak ve gizli tutulacaktır.

Bu çalışmaya katılmayı kabul edebilir, reddedebilirsiniz ayrıca çalışmanın herhangi bir yerinde onayınızı çekme hakkına da sahipsiniz. Ancak formları sonuna kadar ve eksiksiz doldurmanız, bu araştırmanın geçerli olabilmesi için önem taşımaktadır.

Çalışma ile ilgili herhangi bir bilgi almak isterseniz, aşağıdaki elektronik iletişim adresinden ulaşabilirsiniz.

Araştırma Koordinatörü: Yrd. Doç. Dr. Meltem Anafarta

e-posta adresi: [meltemanafarta@yahoo.com](mailto:meltemanafarta@yahoo.com)

Araştırmacı: Saliha Kübra Kalkan

e-posta adresi: salihakbra12@gmail.com

**Katılımlarız ve ayırdığımız vakit için şimdiden teşekkür ederiz.**

---

**Katılımcı beyanı:**

Araştırma ile ilgili yukarıdaki bilgiler bana aktarıldı. Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda kullanılmasını kabul ediyorum. Bu araştırmada ‘katılımcı’ olarak yer alma kararını aldım.

İsim Soyad:

İmza:

**EK 2: Demografik Bilgi Formu**

<b>01</b>	Yaşınız:	
<b>02</b>	Cinsiyetiniz:	<input type="checkbox"/> Kadın <input type="checkbox"/> Erkek
<b>03</b>	Annelerinizin Eğitim Durumu:	<input type="checkbox"/> Okuma yazma biliyorum <input type="checkbox"/> Yüksekokul (2 senelik) <input type="checkbox"/> İlkokul <input type="checkbox"/> Üniversite <input type="checkbox"/> Ortaokul <input type="checkbox"/> Lisansüstü <input type="checkbox"/> Lise
<b>04</b>	Babanızın Eğitim Durumu:	<input type="checkbox"/> Okuma yazma biliyorum <input type="checkbox"/> Yüksekokul (2 senelik) <input type="checkbox"/> İlkokul <input type="checkbox"/> Üniversite <input type="checkbox"/> Ortaokul <input type="checkbox"/> Lisansüstü <input type="checkbox"/> Lise
<b>05</b>	Siz de dahil olmak üzere kaç kardeşsiniz?	
<b>06</b>	Siz kaçınıcı çocuksunuz? ( <i>Birinci, ikinci,.... sekizinci gibi sayıyla cevap verin</i> )	
<b>07</b>	Size göre ailenizin toplam aylık gelirini aşağıdaki uygun seçeneği işaretleyerek belirtiniz.	<input type="checkbox"/> Çok Düşük <input type="checkbox"/> Yüksek <input type="checkbox"/> Düşük <input type="checkbox"/> Çok yüksek <input type="checkbox"/> Orta
<b>08</b>	Şu an nerede yaşıyorsunuz?	<input type="checkbox"/> Aile yanı (anne, baba vb.) <input type="checkbox"/> Akraba yanı (büyük ebeveynler, hala, kuzen vb.) <input type="checkbox"/> Arkadaşlarla evde <input type="checkbox"/> Tek başına evde <input type="checkbox"/> Yurt <input type="checkbox"/> Diğer _____

### EK 3: Wender Utah Derecelendirme Ölçeği (Örnek Maddeler)

**YÖNERGE:** Aşağıdaki her maddeye karşılık gelen dereceler yer almaktadır. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Lütfen, her seçenek serisinde, kendi görüşünüze göre gerçeği yansıttığına en çok inandığınız seviyeyi seçerek üzerine (X) koyun.

<b>BEN ÇOCUKKEN;</b>	Hayır, ya da çok hafif	Hafif	Orta derecede	Fazla	Çok fazla
2. Kaygılı, tasalı, sıkıntılıydım.	1	2	3	4	5
3. Asabi ve kıpır kıpırdım.	1	2	3	4	5
4. Dikkatsizdim, hayallere dalardım.	1	2	3	4	5
5. Kolayca kızar, öfkelenirdim.	1	2	3	4	5
9. Mutsuz, çökkün, karamsardım.	1	2	3	4	5
11. Kendimi küçük görürdüm.	1	2	3	4	5
12. Alıngandım, buluttan nem kapardım.	1	2	3	4	5
14. Kızgındım, çabuk gücenirdim.	1	2	3	4	5
15. Düşünmeden hareket ederdim.	1	2	3	4	5
16. Çocuksu davranırdım.	1	2	3	4	5
18. Kontrolümü kaybederdim.	1	2	3	4	5
<b>BEN ÇOCUKKEN OKULDA;</b>	1	2	3	4	5
25. Potansiyelime ulaşamadım.	1	2	3	4	5

#### EK 4: Algılanan Ebeveyn Psikolojik Kontrolü Ölçeği (Örnek Maddeler)

**YÖNERGE:** Aşağıda, çocukluğunuzda ve ergenliğinizde annenizin sizin hakkınızda ne kadar bilgi sahibi olduğuna ilişkin cümleler verilmiştir. Sizden annenizi düşünerek bu ifadelerin sizin için ne derece geçerli olduğunu cevaplandırmanız istenmektedir. Hiçbir maddenin doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Lütfen hiçbir soruyu boş bırakmayın ve önemli olan her cümle ile ilgili olarak sağ taraftaki sayılar arasında kendi durumunuzu doğru bir şekilde yansıtanı seçerek üzerine (X) koyun. Annenizi kaybetmişseniz O'nun yerine koyduğunuz kişiyle olan ilişkinizi göz önüne alarak soruları cevaplayınız.

<b>BEN ÇOCUK VE ERGENKEN;</b>	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Ara Sıra	Sık Sık	Her Zaman
1. Annem, ben bir şey söylerken konuyu değiştirirdi.	1	2	3	4	5	6
3. Annem, ben konuşurken sözümü keserdi	1	2	3	4	5	6
7. Annem ailedeki diğer kişilerin sorunları için beni suçlardı	1	2	3	4	5	6
10. Annem yaptığı her şeyi benim için yaptığını hatırlatıp dururdu.	1	2	3	4	5	6
15. Annem benimle birlikteyken huysuzlaşır, ruh hali değişirdi.	1	2	3	4	5	6
16. Annem bana karşı bazen sıcak davranırken bazen de şikâyet edip dururdu.	1	2	3	4	5	6
17. Annem, diğer çocuklar kadar iyi olmadığımı söyler dururdu.	1	2	3	4	5	6
18. Annem, beklentilerini yerine getirmediğimde kendisini utandırdığımı söylerdi.	1	2	3	4	5	6
19. Annem, kötü davranışlarımdan, yaramazlıklarımdan utanmam gerektiğini söyler dururdu.	1	2	3	4	5	6

### EK 5: Algılanan Ebeveyn Davanış Kontrolü Ölçeği (Örnek Maddeler)

**YÖNERGE:** Aşağıda, çocukluğunuzda ve ergenliğinizde annenizin sizin hakkınızda ne kadar bilgi sahibi olduğuna ilişkin cümleler verilmiştir. Sizden annenizi düşünerek bu ifadelerin sizin için ne derece geçerli olduğunu cevaplandırmanız istenmektedir. Hiçbir maddenin doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Lütfen hiçbir soruyu boş bırakmayın ve önemli olan her cümle ile ilgili olarak sağ taraftaki sayılar arasında kendi durumunuzu doğru bir şekilde yansıtanı seçerek üzerine (X) koyun. Annenizi kaybetmişseniz O'nun yerine koyduğunuz kişiyle olan ilişkinizi göz önüne alarak soruları cevaplayınız.

<b>BEN ÇOCUK VE ERGENKEN;</b>	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Ara Sıra	Sık Sık	Her Zaman
1. Annem, kiminle zaman geçirdiğimi bilirdi.	1	2	3	4	5	6
2. Annem, boş zamanlarımı nasıl geçirdiğimi bilirdi.	1	2	3	4	5	6
3. Annem, paramı nelere, nasıl harcadığımı bilirdi	1	2	3	4	5	6
4. Annem okuldan sonra nereye gittiğimi bilirdi	1	2	3	4	5	6
5. Annem hafta sonu ve tatillerde ne yaptığımı bilirdi.	1	2	3	4	5	6
6. Annem okulda yaşadığım sorunları bilirdi.	1	2	3	4	5	6
11. Annem hangi derslerden ödevim olduğunu bilirdi	1	2	3	4	5	6
12. Annem derslerim hakkında öğretmenlerimle görüşürdü.	1	2	3	4	5	6
13. Annem sınav sonuçlarımı, önemli ödevlerimi bilirdi.	1	2	3	4	5	6
15. Anneme okulda derslerimin nasıl gittiğini söylerdim	1	2	3	4	5	6
19. Annemle arkadaşlarım hakkında konuşurdum.	1	2	3	4	5	6
20. Arkadaşlarım bize geldiğinde annem onlarla konuşurdu.	1	2	3	4	5	6

## EK 6: Rotter İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği (Örnek Maddeler)

**YÖNERGE:** Aşağıdaki her maddede belirli bir olayla ilgili ‘a’ ve ‘b’ şıkkı olmak üzere iki görüş ifade edilmektedir. Lütfen, her seçenek çiftinde sizin kendi görüşünüze göre gerçeği yansıttığına en çok inandığınız cümleyi (yalnız bir cümleyi ) seçiniz.

Bazı maddelerde her iki cümleye de inandığınızı ya da hiçbirine inanmadığınızı düşünebilirsiniz. Böyle durumlarda kendi görüşünüz açısından gerçeğe uygun olduğuna daha çok inandığınız cümleyi seçiniz seçim yaparken her bir cümle için bağımsız karar veriniz; önceki tercihlerinizden etkilenmeyiniz.

03	a) Savaşların başlıca nedenlerinden biri, halkın siyasetle yeterince ilgilenmemesidir. b) İnsanlar savaşı önlemek için ne kadar çaba harcarsa harcarsın, her zaman savaş olacaktır.	a	b
05	a) öğretmenlerin öğrencilere haksızlık yaptığı fikri saçmadır. b) öğrencilerin çoğu, notların tesadüfi olaylardan etkilendiğini fark etmez.	a	b
06	a) Koşullar uygun değilse insan başarılı bir lider olamaz. b) Lider olamayan yetenekli insanlar, fırsatları değerlendirememiş kişilerdir.	a	b
08	a) İnsanın kişiliğinin belirlenmesinden en önemli rolü kalıtım oynar. b) İnsanların nasıl biri olacaklarını kendi hayat tecrübeleri belirler.	a	b
14	a) Hiçbir yönü iyi olmayan insanlar vardır. b) Herkesin iyi bir tarafı vardır.	a	b
19	a) insan, hatalarını kabul edebilmelidir. b) Genelde en iyisi insanının hatalarını örtbas etmesidir.	a	b
22	a) Yeterli çabayla siyasal yolsuzlukları ortadan kaldırabiliriz. b) Siyasetçilerin kapalı kapılar ardında yaptıkları üzerinde halkın fazla bir kontrolü yoktur	a	b
24	a) iyi bir lider, ne yapacaklarına halkın bizzat karar vermesini bekler. b) İyi bir lider herkesin görevinin ne olduğunu bizzat belirler.	a	b
25	a) Çoğu kez başıma gelenler üzerinde çok az etkiye sahip olduğumu hissedirim b) Şans ya da talihin yaşamında önemli bir rol oynadığına inanmam.	a	b
27	a) Okullarda atletizme gereğinden fazla önem veriliyor. b) Takım sporları kişiliğin oluşumu için mükemmel bir yoldur.	a	b
29	a) Siyasetçilerin neden öyle davrandıklarını çoğu kez anlamıyorum. b) Yerel ve ulusal düzeydeki kötü idareden uzun vadede halk sorumludur.	a	b

## EK 7: Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeği (Örnek Maddeler)

**YÖNERGE:** Herkes zaman zaman kızgınlık veya öfke duyabilir. Ancak, kişilerin öfke ile ilgili tepkileri farklıdır. Aşağıda, kişilerin öfke ve kızgınlık tepkilerini tanımlamada kullandıkları ifadeler göreceksiniz. Her bir ifadeyi okuyun ve öfke ve kızgınlık duyduğunuzda genelde ne sıklıkta ifadeye tanımlanan şekilde davrandığınızı veya tepki gösterdiğinizi parantezlerden uygun olanını karalayarak belirtin.

Doğru veya yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla düşünmeden cevap verin

### ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

	Hiç	Biraz	Oldukça	Tümüyle
1. Öfkemi kontrol ederim.	1	2	3	4
3. Öfkemi içime atarım.	1	2	3	4
5. Somurtur ya da surat asarım.	1	2	3	4
7. Başkalarına iğneli sözler söylerim.	1	2	3	4
9. Kapıları çarpmak gibi şeyler yaparım.	1	2	3	4
11. Davranışlarımı kontrol ederim.	1	2	3	4
22. Sinirlerime hakim olamam.	1	2	3	4

**YÖNERGE:** Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatırken kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da **genel** olarak nasıl hissettiğinizi düşünün ve ifadelerin sağ tarafındaki sayılar arasında sizi en iyi tanımlayanı seçerek üzerin (X) koyun. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeksizin, **genel** olarak nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

	Hiç	Biraz	Oldukça	Tümüyle
1. Çabuk parlarım.	1	2	3	4
2. Kızgın mizaçlıyım.	1	2	3	4
3. Öfkesi burnundan bir insanım.	1	2	3	4
6. Öfkelenince kontrolümü kaybederim.	1	2	3	4
7. Öfkelenince ağzıma geleni söylerim.	1	2	3	4