

T.C.
Mersin Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı

**ÇOK BOYUTLU OKUL ÖFKE ENVANTERİ'NİN (THE MULTIDIMENSIONAL
SCHOOL ANGER INVENTORY) UYARLAMA ÇALIŞMASI**

Sevim CANBULDU

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mersin, 2006

**T.C.
Mersin Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı**

**ÇOK BOYUTLU OKUL ÖFKE ENVANTERİ'NİN (THE MULTIDIMENSIONAL
SCHOOL ANGER INVENTORY) UYARLAMA ÇALIŞMASI**

Sevim CANBULDU

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Zülal Erkan

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mersin, 2006

Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Yrd.Doç. Dr. Zülal ERKAN
(Başkan)

Yrd.Doç. Dr. Sabahattin ÇAM
(Üye)

Yrd.Doç. Dr. Bülent GÜNDÜZ
(Üye)

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduklarını onaylarım.

05/07/2006

Prof.Dr. Serra DURUGÖNÜL
Enstitü Müdürü

ÖZET
ÇOK BOYUTLU OKUL ÖFKE ENVANTERİ'NİN
(THE MULTİDİMENSİONAL SCHOOL ANGER INVENTORY)
UYARLAMA ÇALIŞMASI

Sevim CANBULDU

Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Zülal ERKAN

Temmuz 2006, 107 Sayfa

Bu araştırma; öfkenin duyuşsal, bilişsel ve davranışsal boyutlarını genel okul ortamında özel olarak değerlendirmek için Smith, Furlong, Douglas ve Bates (2000) tarafından geliştirilmiş Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri'ni (ÇBOÖE) Türk kültürüne uyarlamak amacıyla yapılmıştır. Araştırma, 11-18 yaşlarındaki Mersin merkez ilçelerindeki İlköğretim ve Orta öğretim okullarına devam eden 477 erkek, 534 kız toplam 1011 öğrenciden toplanan veriler üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Yapılan çalışmada ölçeğin Türkçe'ye çevirisi gerçekleştirilmiş, yapılan çevirinin uzman tarafından değerlendirilmesi yapılmış, kırk kişilik bir öğrenci grubu üzerinde maddelerin anlaşılabilirliği test edilmiştir. ÇBOÖE'nin yapı geçerliği için faktör analizi, benzer ölçekle korelasyonunu incelemek için ölçüt bağıntılı geçerliği, madde ve güvenilirlik analizi için Cronbach alfa ve test tekrar test güvenilirliği incelenmiştir.

Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğini sınamak için yapılan analizlerde orijinalindeki gibi Öfke Yaşantısı Alt Ölçeği, Düşmanlık Alt Ölçeği, Yıkıcı İfade Alt Ölçeği, Olumlu Başetme Alt Ölçeği olmak üzere dört faktörden oluştuğu ve 33 maddenin orijinal İngilizce formda yer aldıkları faktörlere yüklendikleri görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Öfke, okul ve öfke, öfke ölçekleri

ABSTRACT**THE ADAPTATION STUDY OF THE MULTIDIMENSIONAL SCHOOL
ANGER INVENTORY****Sevim CANBULDU****Master Thesis, Department of Educational Sciences****Supervisor: Assist. Prof. Dr. Zülal ERKAN****July 2006, 107 Pages**

The main purpose of this study was the adapt The Multidimensional School Anger Inventory (MSAI) with into Turkish culture, which were developed by Furlong, Douglas and Bates was designed to affective, cognitive and behavioral dimensions of anger specific to the general school setting and context. The research has been carried out with the data obtained from 1011 eleven - eighteen year old students, consisting 477 male and 534 female who have been attending primary and secondary schools in Mersin central districts.

In the study MSAI was translated into Turkish, reviewed by the English language expert and the comprehensibility of the scale has been tested with a student group of forty. Construct validity was tested though factor analysis, criterion-related was tested by Cronbach alpha test re-test reliability.

Result of the study replicated the four- factor structure and indicated that all the 33 items had their first loading to their corresponding factor as in the English original scale.

Key words: anger, school and anger, anger scales

ÖNSÖZ

Öfke günlük yaşantımızda çok sık hissettiğimiz ve şiddeti bakımından güçlü bir duygudur. Bu bakımdan belirlenmesi önem kazanmaktadır. Son zamanlarda okullardaki öfke ve ergen öfkesine yönelik artan araştırmalar öğrencilerin okul ortamında nelere öfkelendiklerinin belirlenmesine yönelik ihtiyacı artırmıştır.

Okullardaki öfkeyi farklı boyutlarıyla ölçmek için Furlong, Douglas ve Bates tarafından geliştirilen Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri'ni Türk kültürüne kazandırmak amacıyla yapılmış bir çalışmadır.

Araştırma sürecindeki yardım ve desteklerinden dolayı, danışmanım, Yrd. Doç. Dr. Zülal Erkan'a, yaptıkları değerli katkılardan ötürü Yrd. Doç. Dr. Sabahattin Çam'a, yardımlarını ve vaktini esirgemeyen Doç. Dr. Adnan Erkuş'a ve Yrd. Doç. Dr. M. Hakan Gündoğdu'ya, teşekkürü bir borç bilirim. Ayrıca çalışmam süresince beni destekleyen müdürüm Nazım Soydan'a teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

| | <u>Sayfa No</u> |
|------------------------|-----------------|
| ÖZET..... | i |
| ABSTRACT..... | ii |
| ÖNSÖZ | iii |
| TABLolar LİSTESİ | ix |

I. BÖLÜM

| | |
|----------------------------------------------------|----|
| GİRİŞ | 1 |
| I. 1. Problem | 6 |
| I. 2. Araştırmanın Amacı | 7 |
| I. 3. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi | 8 |
| I. 4. Sınırlılıklar | 13 |
| I. 5. Tanımlar | 14 |

II. BÖLÜM

| | |
|-------------------------------------------------------------|----|
| KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR | 15 |
| II. 1. Öfke | 15 |
| II. 2. Öfkenin Nedenleri | 22 |
| II. 3. Öfkenin Fonksiyonları | 23 |
| II. 4. Öfkenin Boyutları | 25 |
| II. 4. 1.Öfkenin Fiziksel ve Fizyolojik Boyutu | 25 |
| II. 4. 2 Öfkenin Bilişsel ve Duygusal Boyutu | 26 |

| | |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| II. 4. 3. Öfkenin Davranış ve Tepki Boyutu..... | 27 |
| II. 5. Öfkeyle İlgili Psikolojik Yaklaşımlar..... | 28 |
| II. 5. 1. Öfkeye Ait Dürtü Kuramları..... | 28 |
| II. 5. 2. Engellenme Saldırganlık Modeli..... | 29 |
| II. 5. 3. Psikoanalitik Kuram..... | 31 |
| II. 5. 4. Biyolojik Kuram..... | 32 |
| II. 5. 5. Davranışçı Kuram..... | 33 |
| II. 5. 6. İnsancıl ve Varoluşçu Kuram | 33 |
| II. 6. Ergenlik ve Öfke..... | 33 |
| II. 7. Öfkeyle İlgili Türkiye’ de Yapılan Araştırmalar..... | 37 |
| II. 8. Öfkeyle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar..... | 42 |
| II. 9. Öfke Ölçekleri..... | 46 |
| II. 9. 1. Çocuklar İçin Öfke Envanteri..... | 46 |
| II. 9. 2. Durumluk-Sürekli Öfke İfadesi Ölçeği..... | 47 |
| II. 9. 3. Novaco Öfke Envanteri-Kısa For..... | 48 |
| II. 9. 4. Çok Boyutlu Öfke Envanteri..... | 48 |

III. BÖLÜM

| | |
|------------------------------------------------------------|----|
| YÖNTEM..... | 50 |
| III. 1. Araştırma Modeli..... | 50 |
| III. 2. Evren ve Örneklem..... | 50 |
| III. 3. Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri (ÇOÖE)..... | 53 |
| III. 3. 1. Erkekler İçin ÇOÖE..... | 54 |
| III. 3. 2. Gözden Geçirilmiş ÇOÖE | 57 |

| | |
|------------------------------------------------------------|-----------|
| III. 4. Ölçeğin Uyarlamasında Yapılan İşlemler..... | 61 |
| III. 4. 1. Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları..... | 63 |
| III. 4. 1. 1. Geçerlik Çalışmaları..... | 63 |
| III. 4. 1. 2. Güvenirlik Çalışmaları..... | 63 |
| III. 5. Veri Toplama Araçları..... | 64 |
| III. 5.1. Durumluk Sürekli Öfke İfadesi Ölçeği..... | 64 |
| III. 6. Verilerin Toplanması..... | 65 |
| III. 7. Verilerin Çözümlemesi..... | 66 |

IV. BÖLÜM

| | |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------|
| BULGULAR..... | 68 |
| IV. 1. Çeviri Çalışmalarına İlişkin Bulgular..... | 68 |
| IV. 2. Geçerlik Çalışmalarına İlişkin Bulgular..... | 69 |
| IV. 2.1. Yapı Geçerliğine İlişkin Bulgular..... | 69 |
| IV. 2. 2. Ölçüt Bağıntılı Geçerliğine İlişkin Bulgular..... | 76 |
| IV. 3. Güvenirlik Çalışmalarına İlişkin Bulgular..... | 77 |

V. BÖLÜM

| | |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| YORUM VE TARTIŞMA..... | 79 |
| V. 1. Çeviri Çalışmalarına İlişkin Bulgulara Yönelik Yorumlar..... | 79 |
| V. 2. Geçerlik Çalışmalarına İlişkin Bulgular Yönelik Yorumlar..... | 81 |
| V. 3. Güvenirlik Çalışmalarına İlişkin Bulgular Yönelik Yorumlar..... | 86 |

VI. BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER.....88

KAYNAKÇA90

EKLER

ÖZGEÇMİŞ

TABLÖLAR LİSTESİ

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tablo 1. Birinci Örnekleme Oluşturan Öğrencilerin Sınıf,Yaş ve Cinsiyete Göre Dağılımı..... | 51 |
| Tablo 2. İkinci Örnekleme Oluşturan Öğrencilerin Sınıf,Yaş ve Cinsiyete Göre Dağılımı..... | 52 |
| Tablo 3. ÇÖÖE'nin Deneysel Türkçe Formundaki Maddelere İlişkin İlk Çalışma Sonucunda Elde Edilen Faktör Yükleri..... | 70 |
| Tablo 4. ÇÖÖE'nin Deneysel Türkçe Formundaki Maddelere İlişkin İkinci Çalışma Sonucunda Elde Edilen Faktör Yükleri | 73 |
| Tablo 5. Faktörlerin Birbiriyle Gösterebildikleri Korelasyon Katsayıları | 75 |
| Tablo 6. ÇÖÖE Alt Ölçekleri ile Durumluk Sürekli Öfke Ölçeği Arasındaki Korelasyonlar..... | 76 |
| Tablo 7. ÇÖÖE Alt Ölçeklerinin İçtutarlık Test-Tekrar Test Korelasyon Katsayıları ... | 77 |

I. BÖLÜM

GİRİŞ

İnsan hayatının önemli bir parçası olan duyguların hayatımızda önemli bir yeri vardır. Olumlu ya da olumsuz varlığımıza çeşitlilik ve heyecan eklerler. Pek çok insan, duyguları olumlu veya olumsuz olarak sınıflandırmaya yönelirken –ve sırasıyla kendi uyarıcı unsurlarına yaklaşırken ya da bunlardan kaçınırken- her duygu kendi içinde biraz zarar barındırabilir veya yararlı bir amaca hizmet edebilir. Neşe, onur ve memnuniyet gibi “olumlu” duyguların getirileri açıktır ancak korku, suçluluk, öfke gibi “olumsuz” duygular da yararlı olabilirler. Olumsuz duyguların ifade edilmesi, bir beklentinin yıkıma uğratıldığına dair değerli bir işaret ve davranışta bir değişimin olduğuna dair güçlü bir belirteçdir (Kassinove ve Sukhodsky, 1995; Averill, 1983).

Duygular içinde önemli bir yeri olan öfke genellikle aile, iş, sağlık ve yasal problemler nedeniyle ortaya çıkar. Öfke, şiddeti ve sürekliliği bakımından değişkenlik gösteren ve genelde duygusal bir yükseliş ve hatalı bir davranışa maruz kalma gibi bir algı ile ilişkili olan negatif bir duygu durumudur. Öfkenin olumsuz sonuçları ilk çağlardan bu yana tanımlanmaktadır. Seneca, Descartes, Gandhi gibi büyük filozoflar ve dini liderler öfkenin kontrol altında tutulması gerektiğini belirten pek çok söz söylemişlerdir. Ancak, Freud’un da etkisiyle bu içgüdünün gücü göze çarpmaya başlamış, ve öfke denetimi sorgulanmaya başlanmıştır. Öfkelerine hakim olamayan kişilere yardım etmek amacıyla tasarlanmış terapi endüstrisi esasen 1960 ve 70’lerde gelişmeye başlamıştır. Pek çok psikoloğun öfke dışı vurumunun genellikle öfkeyi

arttırdığını ortaya koyması üzerine bu terapiler sorgulanmaya başlanmıştır. Son yirmi yılda öfke yönetimi programları giderek artmaktadır (Vecchio ve O'Leary, 2004).

Öfke eşe ve çocuklara yöneltilen bedensel yada ruhsal işkence, yolda aşırı hız yapma, cinayet gibi pek çok saldırganlık durumu ile ilişkilendirilmektedir. Dobash ve Dobash (1984), çiftler arasındaki tartışmalardan sonra bu zamanın % 67lik bir kısmında fiziksel saldırının gerçekleştiğini ortaya koymuştur. Cascardi, Vivian ve Meyer (1991) hırpalama ve tokat atma gibi fiziksel saldırılarda bulunan kocaların %100'nün ve eşlerinin %67'sinin neden olarak sözlü tartışmaları gösterdiklerini saptamışlardır. Her birey tartışma sırasında öfkelenmese de tartışma fiziksel saldırı boyutuna ulaştığında genellikle öfkenin ortaya çıktığı farz edilmektedir. Boyle ve Vivian (1996), fiziksel olarak saldırgan ilişkiler içinde bulunan erkeklerin kontrol grubuna nazaran çok daha yüksek öfke puanlarına sahip olduklarını saptamışlardır. Ebeveyn öfkesi ele alındığında ise en çok anneler çocuklarının kendilerini öfkeliendiren davranışlarına karşılık fiziksel disiplin uygulamaktadır. Bunun yanında, ebeveyn öfkesi çocuklara işkence yapılması riskini akla getirmektedir. Az öfkeli sürücülerle karşılaştırıldığında, fazla öfkeli sürücüler daha fazla otomobil kazası geçirdiklerini, daha saldırgan araba sürdüklerini ve daha yoğun ve daha sık öfke yaşantısı bildirmişlerdir. Özetle, öfke sıklıkla olumsuz psikososyal ve kişilerarası sonuçları olan çok çeşitli olumsuz davranışlar ile ilişkilidir.

Averill (1983) insanların kızgınlığı günün pek çok saatinde ve öfkeyi ise günün ve haftanın değişen zamanlarında yaşadıklarını belirtmiştir.

Öfke tüm insanların yaşadığı bir duygudur (Loza ve Loza-Fanous, 1999). Bu normal bir duygudur ve en aşırı şekilde dahi fonksiyonel olabilir. Bir duygu olarak öfkenin insanları düşmanca yönlerde davranmak konusunda etkileme potansiyeli vardır (Betancourt ve Blair, 1992; Biaggio, 1980). Öfke ile iyi derecede baş etme becerileri olan bir kişi, başkalarına karşı düşmanca ya da saldırgan şekilde davranmaz (Wormith ve Goldstone, 1984). Öfke, saldırgan davranışa ait aracı bir unsur, suç içerikli eylemler için bir harekete geçirici, kişiler arası şiddet ve ciddi boyutta şiddet içeren suçların habercisi olarak hizmet eder (Kroner ve Reddon, 1992).

Diğer bir yandan öfke, günlük yaşamda bireyin diğer insanlarla ilişkilerinde karşılaşabileceği en önemli sorunlardan birisidir. Hem ilişkileri zorlaştırması hem de zarar verme potansiyeli nedeniyle baş edilmesi gereken önemli bir duygu durumudur. Öfke, sevgi, açlık, yorgunluk ve yalnızlık gibi temel duygulardan birisidir. Literatürde öfke kelimesi çoğu zaman düşmanlık (hostility), saldırganlık (agresion) ve hiddet (rage) ile birlikte ele alınmaktadır (Spielberger, 1985). Özellikle öfke ve saldırganlık sık sık birbirleriyle bağlantılı olarak değerlendirilmektedir. Ancak, saldırganlık öfke ile ilişkili olmasına rağmen iki kavram aynı anlamı taşımamaktadır. Retsinger'e (1991) göre saldırganlık bir davranıştır; öfke ise bir duygudur. Öfke bazen saldırganlığa yol açar ama çoğu zaman saldırgan davranışın başlatıcısı değildir (Akt. Kısaç, 1997). Öfkenin ifade edilme şekli ve kontrolü kültürel özelliklere, bireyin beklentilerine, öğrenilmiş davranışlara, ailenin davranış şekillerine, eğitim durumuna, yaşa ve cinsiyete göre değişmektedir (Freidman, 1993).

Birey diğerk kişilerle ilişkilerinde kendisini ortaya koyabilmeyi, anlaşılmayı, böylece hedeflerine ulaşabilmeyi ister. Anlaşılamayan ya da isteklerini elde edemeyen kişi engellendiğı duygusu yaşar. Bu durumda sıklıkla ortaya çıkan duygu öfkedir. Öfke temel duygulardan biridir, hiddet ve düşmanlık türünden olup tahrik edici uyarımlara verilen bir yanıttır (Witting ve Belkin,1990). Schuerger (1979), hiddet ve düşmanlıkla ilgili bir duygu olan öfkenin normal, sağlıklı ve evrensel olduğunu, günlük yaşamda haksızlık ve engellenmeler karşısında ve bazı şeyler savunulmak istendiğinde yaşandığı görüşünü savunmaktadır. Lerner'a (1989) göre de hakkı olanı alamadığında, incindiğinde, gereksinimlerini ya da isteklerini uygun biçimde karşılayamadığında, işleri yolunda gitmediğinde ve yaşamında önemli bir duygusal sorunu ihmal ettiği zamanlarda bireyin yaşadığı duygu öfkedir. Öfke bu haliyle güçlü bir duygudur.

Son yıllarda yapılan çalışmalarda ergenlik döneminde öfkenin önemli bir yer tuttuğı ve ergenin fiziksel ve psikolojik problemlerinin oluşmasına katkıda bulunduğı ileri sürülmektedir (Pipher 1994). Araştırmalar 18 yaşın altındaki gençlerin %17-22'sinin duygusal ve davranışsal problemlerinin bulunduğunu göstermektedir. Bu çocukların büyük bir çoğunluğu öfkelerini idare etmede güçlük çekmekte, şiddet ve hoşgörüsüzlük içeren davranışlarda bulunmaktadır (Namka, 1997). Çocuklukta öfke üzerinde az sayıda araştırma yapılmasına rağmen öfke, önemli ve dikkati çeken bir çocukluk duygusu olarak belirtilmektedir. (Fabes, Eisenberg, McCormick ve Wincson, 1988; Goodenough, 1991).

Ergenlik döneminde gençleri etkileyen çeşitli yaşantılar, ergenlik döneminin kendine özgü sorunlarıyla bir arada, çok yoğun ve sık öfke yaşanmasına neden

olmaktadır. İletişim sorunlarının ön plana çıktığı günümüzde gençler bir yandan kendi kimliklerini oluşturmaya, kendilerini ve dünyayı anlamaya ve geleceklerine yön vermeye çalışırken, bir yandan da çevrelerinden destek ve anlayış beklemektedirler. Bu süreçte gereksinim duydukları desteği ifade ederlerken ve kendi kişiliklerini ortaya koyarlarken aynı zamanda bağımsız olmayı ve kafalarını karıştıran sorunlar içerisinde kendi yönlerini engellenmeden bulmayı isterler. Kendilerini uygun biçimde ifade edemeyen ya da çevresi tarafından anlaşılmayan gençlerin öfke duygusu bu tür duygularla başa çıkabilmeyi bilmediğinde, zamanla uyumsuzluğa, saldırganlığa, şiddete, hatta güç yaşantıların yoğun olması durumunda intihar eğilimine dönüşebilir (Yılmaz, 2004).

Bunun yanında, çocuklar, fiziksel, akademik, sosyal ve davranışsal ilgiler için risk oluşturabilecek kadar ileri düzeyde düşmanlık ve öfke gösteren kişiler olarak tanımlanmaktadır (Simith ve Furlong, 1994). Uzun süreli, boylamsal araştırmalar öfkeli saldırgan çocukların yetişkinlikte de öfkeli ve saldırgan davranışları ortaya çıkabileceğini öne sürmektedirler (Elliot, Huizinga, Ageton, 1985; Kazdin, 1987; Olweus, 1979; Akt. Fryxell, 2000). Bu nedenle öfke ile ilişkili problemlerin önceden tanımlanması ve uygun müdahale yöntemlerinin geliştirilmesi oldukça önemlidir. Çocuklar ve ergenlerle yapılan araştırmalar yüksek düzeyde öfke ve düşmanlığın düşük akademik performansla ilişkili olduğunu (Simith, Adelman, Nelson, Taylor ve Phares, 1987; Simith, Furlong, Bates ve Loglin, 1998) ve hem okulda hem de okul dışında ergenin sosyal uyum sorunları ve davranışsal bozukluklarıyla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Lochman, White ve Wayland, 1991; Simith ve Ark., 1998). Deffenbacher ve arkadaşları (1995), aynı zamanda yüksek düzeyde öfkenin madde kullanımı, suç işleme,

kişiler arası problemler, meslek ve okulla ilişkili problemler ve diğer uyumsuz davranışlar için bir risk oluşturduğunu ortaya koyan bulgular sunmuşlardır.

I. 1. Problem

Öfke ile ilgili literatür incelendiğinde öfkenin hem sağlıklı bir duygu hem de zararlı sonuçlara neden olan bir duygu olduğu göze çarpmaktadır. Günlük yaşantımızda sıklıkla yaşadığımız önemli bir duygu olan öfkenin olumsuz ifade edilmesinin ve ya kontrol edilememesinin sonuçları bireyler için ağır olabilmektedir.

Öfke neredeyse tüm gençlerin çocuklukları ve ergenlikleri boyunca tecrübe ettikleri ortak bir duygudur ve öfkenin pek çok yüzü vardır. Bunlardan bazıları tanımlanmıştır, bazılarını tanımlamak ise kolay değildir. Kişinin öfkesini ifade etme tarzı sorunlu olabilir. Öfke genelde duyguları gizlemek veya şeklini değiştirmek için tasarlanmış üstü kapalı ve dolaylı yollarla ifade edilir. Öfke eğer uygunsuz şekilde ifade edilirse düşmanlık, kızgınlık, şiddet ve nefret gibi rahatsızlık verici diğer duygulara neden olur (Tamaki, 1994). Günlük öfke çatışmaları ile karşılaşan bazı çocuklar öfkelerini ifade etmeye yönelik olumsuz, saldırgan yaklaşımları öğrenebilirler ve bu davranışlar daha fazla şiddete neden olabilir (Marion, 1997).

Araştırmacılar öfke denetimi ile ilgili problemlerin ilkokul çağlarında belirlenebileceğini ortaya koymuşlardır. Eron (1990), yetersiz öfke yönetimi ile yakından ilişkili olan saldırgan davranışların 8 yaşında şekillendiğini bildirmiştir. Dodge (1993), gelecekte sahip olunabilecek rahatsız davranışları önceden bildirecek, ilkokul

çağındaki çocuklara özgü iki nitelikten bahseder: kötü yetiştirme tarzı ve saldırgan davranışlar. Sonuç olarak öfke müdahale programları 6 yaşındaki bireylere dahi önerilmektedir (Guerra, Huesmann, Tolan, Van Acker ve Eron, 1995). Birinci sınıfların öfke yönetimi eğitimi almaları konusunda cesaretlendirilmesi saçma gibi görünse de bu yaştaki çocukların psikologlara gönderilmelerinin en büyük nedeni öfke kontrolü konusundaki problemleridir (Abikoff ve Klein, 1992).

Araştırmacılar genel olarak ifade edilen öfkenin kontrol edilmesi, öfke yönetimi ve öfke ile baş etme yöntemleri üzerinde çalışmışlardır. Ülkemizde özellikle okula yönelik öfkeyi ölçmede yapılacak çalışmalar açısından ciddi anlamda bir ölçek sorunu mevcuttur. Özellikle 11-18 yaş arası okul öfkesini ölçecek bir ölçek gereksinimi tespit edilmiştir.

Gözlenen ihtiyaca cevap verebilecek özellikle okullarda öfkeyi boyutlarıyla ölçebilecek bir ölçme aracına ihtiyaç vardır. Bu gereksinimden hareketle Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri'nin uyarlama çalışmasının yapılması önemlidir.

I. 2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı okula devam eden 11-18 yaşları arasındaki öğrencilerin okula yönelik öfke duygularını ölçmeye yönelik olan Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri'ni (The Multidimensional School Anger Inventory) Türk kültürüne uyarlamaktır. Bu genel amaçla ilgili olarak şu sorulara yanıt aranmıştır;

a.Yapı geçerliği için,

- a.1. Ölçeğin Türkçe formu orijinal İngilizce formun sahip olduğu faktör yapısına sahip midir?
- a.2. Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri'nin (ÇBOÖE) alt ölçekleri arasındaki korelasyon katsayıları nelerdir?
- b. Ölçüt Bağıntılı Geçerlik İçin,
- b.1.Öğrencilerin ÇBOÖE'nin alt ölçeklerinden aldıkları puanlar ile Durumluk-Sürekli Öfke İfade Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- c. Güvenirlik İçin,
- c.1. Alt ölçeklerin Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları nelerdir?
- c.2. Ölçeğin öğrencilere 21 gün arayla uygulanması sonucunda elde edilen puanlar arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

I. 3. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Çocuk, genellikle sorununun bilincinde değildir. Sorunu ve kendisi hakkında bilgi vermez. Çocukta 11-12 yaşlarına kadar somut düşünce egemendir ve çocuk anneye bağımlıdır. Okula yeni başlayan çocuk bir dizi engelle karşılaşır ve gereksinimlerini gidermeyi ertelemek zorunda kalır. Ayrıca öğrenmesi gereken pek çok şey vardır ve bu süreçteki güçlüklerle tepki gösterebilir. Öğrenme yaşantılarının temeli duyuşsal yaşantıları içermektedir. Bu da çocuğun öğrenme becerilerini ve bu yaşantılar sonucu duygulanımını etkiler. Öfke de bu süreçte ortaya çıkar. Öğrenmedeki başarısızlıklara çocuğun bakışı, öfke duymasına neden olabilir.

Öfke kontrolü ile ilişkili problemler ergenlik çağlarında da devam eder. Birleşmiş Milletlerde yaşayan ergenlerdeki saldırganlığın rolü 18 yaşının altındaki çocukların işlediği suçların en fazla görüldüğü yıl olan 1995'ten itibaren okullardaki şiddet halkın büyük oranda ilgisini çekmektedir (Furlong, 1998).

İçerisinde buldukları gelişim döneminin bir parçası olarak diğer gelişim dönemindeki bireylere göre daha yoğun çatışmalar yaşayan ergenler, öfke ve şiddet eğilimlerinin odağında sıklıkla yer almaktadırlar. Gençlerin sıkıntılarını neden olan gelişimsel ve toplumsal etkenler yanında, gelişim sürecinde bulunan kimliklerini, duygularını anlama ve ortaya koymada yaşadıkları güçlükler de öfke duygusuna bağlı sorunlarını arttırmaktadır (Yılmaz, 2004).

Ergenler, hayatlarının geri kalan kısmında onları etkileyecek olan kararları alarak çocukluktan yetişkinliğe geçmek zorunda olduklarının genelde farkındadırlar (Berger ve Thompson, 1998). Ergenler kendi kişiliklerini bulmaya çalışırken, çok yönlü benlikleri yoluyla seçimler yaparlar. Gerçek kişiliklerinin zıttı yönde; hissettikleri gibi davranarak sıklıkla yanlış bir benlik içine girerler (Archer ve Waterman, 1990). Yanlış benlik başkalarını etkileme ya da memnun etme isteği sonucunda gelişir. Kendi benliklerini terk etmeden sempati kazanmak için yanlış şekilde davranan ergenlerin, benliklerine dair başkalarından onay kazanma çabası içinde yanlış davranan kişilere oranla, psikolojik olarak daha az güçsüz hale geldikleri ve daha fazla kendini-anlama [self-undersanding] yetisine sahip oldukları görülmektedir (Archer ve Waterman, 1990). Örneğin, ergenler daha saldırgan davranabilirler çünkü akranlarına güçlü olduklarını göstermek isterler (Kroger, 1995). Ergenlerin kendi benliklerini bulmak için

kullandıkları, çok da yaygın olmamakla birlikte kendilerinde en fazla zarara sebep olan bir yol da ergenlerin, ebeveynlerinin ve akranlarının onların sahip olduğu gerçek kişiliği kabul etmemeleri algısı ile kimliklerini bulmaya çalışmalarıdır ki bu algı genelde ergenlerin kendi benliklerini sevmeyişleri ile ikiye katlanır (Kroger, 1995). Böyle ergenler kendilerini değersiz, bunalımlı ve umutsuz hissetmeye eğilimlidir ve gerçek doğalarını gizlemek ve diğerleri tarafından kabul edilmek için daha yüksek düzeylerde kendilerine ait olmayan davranışlarda bulunurlar. Bazı ergenler ayrıca daha az düzeyde kendilerini tanırlar ve bu durum onların kendilerine ve topluma karşı daha da öfkeli olmalarına neden olur (Archer ve Waterman, 1990).

Gençlerde görülen yüksek seviyedeki öfke madde kullanımı, gençliğe özgü suç işleme, kişiler arası sıkıntılar meslek ve okul ile ilgili problemlere neden olabilir (Deffenbacher, Oetting, Thwaites, Lynch, Baker, Stark, Thacker ve Eisworth-Cox, 1996; Liebsohn, Oetting ve Deffenbacher, 1994). Okulda yüksek düzeyde öfke gösterisinde bulunan çocuklar davranışsal, sosyal, fiziksel anlamda bir çok risk altındadırlar ve akademik performansları düşüktür (Smith ve Furlong, 1994; Smith, Furlong, Bates ve Laughlin 1998, 2002). Öfkelerini nasıl denetleyeceklerini öğrenmeyen çocuklar, benlik-saygılarını kaybetmek, başkalarının saygısını kaybetmek gibi ve ayrıca zayıf ya da kötü ilişkilere bağlı sıkıntılar çekebilirler. Yönetilemeyen öfkenin uzun vadede ortaya çıkacak etkileri arasında sağlık problemleri, hukuki sorunlar veya davranışların kuşaklararası aktarımı sıralanabilir (Learcheid, 2004).

Çocuklardaki öfke ve onların bununla mücadele etme becerileri bağlamında ebeveynler, terapistler ve öğretmenler sıkıntı yaşayabilirler. Öfke özellikle de okulda en

çok belaya neden olan duygudur. Çocuklar erken yaşta okul ortamında daha fazla davranışsal sorun meydana getirebilirler (Jewett, 1992; Levine, 1995; Marion, 1997; Toppo, 2003, Akt.Learcheid, 2004).

Öğretmenler kaygıyı stres dolu durumlara doğal bir tepki olarak görürlerken, hoş olmayan ya da engelleyici durumlara karşı öfkelenmeyi normal bir tepki olarak görmemektedirler. Bunun yerine öfkeyi işleri aksatan ve uygunsuz davranışlara yol açan duygusal bir tepki olarak karşılamaktadırlar. Öğretmenler ve diğer öğrenciler öfkeli bir öğrenci ile karşılaştıklarında korkabilir ve aynı ölçüde öfkeli duygularla karşılık verebilirler. Öğretmenler öğrencilerinden öfkelerini, öfkenin kaynağına net bir şekilde yöneltmelerini beklemezler ve öğrencilerin öfkelerini bastırmak için kendilerini şartlandıracakları bir yönde karşılık verirler. Sonuç olarak öğrenciler okul ortamında nasıl ayakta kalacaklarını ve yalnızca kışkırtmanın sembolik bir kaynağı olan diğer insanlara ve nesnelere karşı öfkelerini bastırmak ya da dolaylı şekillerde ifade etmek zorunda olduklarını öğrenmiş olurlar (Boekaerts, 1993). Öfkenin korku ve engellenme gibi birincil hisler artış gösterdiği zaman ikincil bir duygu olarak ortaya çıktığının anlaşılması gerekir. Bireyler birincil olarak hangi duyguları yaşadıklarını ve hangi tetikleyicilerin bu duyguları ortaya çıkardığını tanımlayabilecek yetiye sahip olmalıdırlar. Yaşama dair sorunlara tepki vermek için öfkelerini devreye sokmayı öğrenen çocuklar problem çözmede başarısız olurlar. Öğretmenler olumlu rehberlik stratejileri kullanarak öfkeyi anlama ve yönetme konusunda yol gösterici olabilirler (Marion, 1997). Çocukların öfkelerini yönetmeleri ve anlamalarında yardımcı olacak erken müdahaleler, okul sistemi kapsamında akran saldırganlığının ve şiddetinin seviyesini düşürmede atılacak bir adımdır.

Öfke problemi, okul çağındaki çocuklarla sınırlı değildir. Aslında ilk saldırgan eylemler yetişkinlikteki şiddet potansiyelinin önceden habercisidir (Kazdin, 1987). Saldırganlık geçmişleri olan gençlerin 30 yaşlarına kadar dövüşme, eşlerine saldırma ve şiddet içeren eylemler içinde bulunma eğilimleri vardır (Farrington, 1991; Stattin ve Magnusson, 1989).

Saldırganlık ve şiddet olayları, bu gün ülkemizde ve dünyada, her kesimden insanı çeşitli düzeylerde etkileyen çok önemli sorunlardan biri haline gelmiştir. Birbirleriyle istedikleri gibi iletişim kuramayan her yaşta ve konumdaki kişiler sık sık anlaşılammaktan yakınmakta, ancak kendilerini her an iletişim çatışmalarının ortasında bulmaktan kaçınmamaktadırlar. Hoşgörüden, uzlaşmadan, anlayıştan uzak, öfkeli ve sıklıkla saldırganlıkla kendini ifade etme biçimi bireylerin ruh sağlığını ve kişilerarası ilişkileri tehdit eder duruma gelmiştir. Türkiye’de son yıllarda toplumsal yaşamda görülen sorunlar da uzlaşmacı yaklaşımlardan uzaklaşan insanların davranışlarında içsel ve kişilerarası çatışmaların ve bunlara bağlı olarak şiddet ve saldırganlık eğilimlerinin arttığını göstermektedir (Yılmaz, 2004).

Okullardaki öfke yönetimi ve şiddet önleme programlarından kimlerin yararlanacağını saptamak için izlenecek ilk yol, öğrencileri öfkelerini yaşayış ve anlama şekillerine ve öfkenin davranışlarına yansıtış biçimlerine göre belirlemektir (Furlong, 1998).

Ergenlik dönemi süresince ergenlerin göstermiş olduğu öfke tepkileri ve kontrolsüzlüğüne yönelik farkındalık düzeyinin artmış olması ve bu konuda yapılan

araştırmalar öfkenin doğası hakkında daha ayrıntılı bilgi edinmemizi sağlamıştır. Son zamanlarda özellikle gençlerle ilgili çalışmalarda kullanılmak üzere öfke ölçeklerine olan ihtiyaç artmıştır. Yapılan literatür taramasında ülkemizde 11-18 yaş arasındaki öğrencilerin özellikle okula yönelik öfke düzeylerini ölçen bir ölçeğın olmadığı görölmüştür. Ülkemizde temel eğitimin sekiz yıla çıkarılması, okul öncesi eğitimin yeterli düzeyde olmaması okul psikolojik danışmanlarının yüklerinin artmasına neden olmaktadır. Çocukluk döneminde denetlenemeyen ya da ifade edilemeyen öfke ergenlik dönemine taşınabilmekte ve bu dönemin diğer özellikleriyle birlikte ergenin sorunları artabilmektedir. Bu nedenle erken dönemde tespit edilen sorunlar ve bu sorunlara yönelik gerekli önlemlerin alınacağı çalışmalar hem okul danışmanlarına hem de öğrencilere yardımcı olacaktır. Yapılan literatür çalışmasında var olan ölçeklerin daha çok çocuklarda ve ergenlerde öfke ve öfkeye yönelik deneyimleri ölçmeye odaklandıkları özellikle okul ortamı için öfkeyi ele alan ölçeklerin sınırlı sayıda olduğu görölmüştür. Tüm bunlar göz önüne alındığında özellikle okul ortamı için öfkeyi ele alan Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri (The Multidimensional School Anger Inventory)'nin uyarlama çalışmasının bu alandaki boşluğu dolduracağı düşünölmektedir.

I. 4. Sınırlılıklar

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıda yer almaktadır:

1. Bu araştırma, 11-18 yaş grubu okula devam eden öğrenciler ile sınırlıdır.

Aynı yaş grubu okula devam etmeyen öğrenciler üzerine genellenemeyecektir.

2.Bu araştırma, kullanılan ölçeğin ölçtüğü maddelerle sınırlandırılmıştır.

I. 5. Tanımlar

Öfke: Öz farkındalık, sembolleştirme, sosyal yaşam ve biyolojik saldırganlık sistemi ile ilgili bir çatışma duygusudur (Averill, 1982).

Ergenlik: Latince büyüme yada olgunlaşma doğrultusunda büyüme anlamına gelen “adolescere” fiilinden; genellikle on iki- yirmi yaşlar arasındaki dönemdir (Gander ve Gardinier, 2001).

II. BÖLÜM

KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde öfkenin anlamı, öfkenin nedenleri, işlevi ve boyutları, öfke ile ilgili kuramsal açıklamalara yer verilmiştir.

II. 1. Öfke

Öfkenin toplumsal kurallar ve beklentilerin herkese adaletsiz bir şekilde sunulması sonucunda ortaya çıktığı düşünülmektedir (West, 1996). Webster sözlüğü (1999) öfkeyi “haksızlık nedeniyle uyanan güçlü bir hırs veya duygu” (p.85) olarak tanımlar. Averill (1982), çok daha kapsamlı bir öfke tanımı yapmıştır: “öfke biyolojik düzeyde saldırgan sistemlerle daha da önemlisi müşterek toplumsal yaşam, simgeleştirme ve yansıtıcı öz-farkındalık (reflective self-awareness) ile ilişkili olan çatışmacı bir duygudur; psikolojik düzeyde, bazı değer biçilmiş yanlışların doğruluğunu savunur; sosyo-kültürel düzeyde ise iletişimin kabul edilmiş standartlarını destekleme görevini yapar (p.317). Bu tanım açık olarak öfkenin psikolojik yönünü açıklarken nesnel öfke tecrübesinden de bahsetmektedir. *Psikolojideki Genel Kavramlar Sözlüğü* (1988) öfkenin rahatsızlık verici nesnel hisleri ve tüm duyguların bir niteliği olarak psikolojik tepkilere dair bir farkındalık durumunu içinde barındırdığını ifade eder (Akt., Waddell, 2004).

Diğer yandan öfke bir çok biçimde de tanımlanmıştır; “Öfke, olumsuz görüngüsel (veya içe dönük) bir duygu durumudur” (Kassinove, 1995, p.7). Öfke, engellerin üzerinden gelmek üzere organizmaya güdüsel bir beceri sağlayan temel bir duygudur (Lewis, 1993, p.7). Novaco (1975) ise öfkeyi, fizyolojik, duygusal, davranışsal ve bilişsel olmak üzere dört bileşeni olduğunu kabul ederek tanımlar. Öfke deneyimi olarak da tanımlanan öfkenin duygusal bileşeni öfkeye neden olan durumlara karşı verilen duygusal yanıt ile ilişkilidir. Davranışsal bileşen, insanların öfkelerini ifade ederken ortaya koydukları olumlu yada yıkıcı olabilen baş etme mekanizması olarak tanımlanır. Bilişsel bileşen ise insanların dünyaya karşı olan olumsuz inançları ve ya düşmanca tavırlarını yansıtır. Özellikle bireylerin, diğer insanlara ve mekanlara yönelttikleri olumsuz niteliklerini ifade eder.

Öfke, daima duygulardan ayrı bir liste içinde yer alır ve negatif olarak kategorize edilir. Bunun muhtemel nedeni öfkenin toplum tarafından saldırganlık, düşmanlık ve hiddetin bir parçası olarak kabul edilmesidir. Ancak öfke yaşantısı her zaman negatif değildir. Izard öfkeyi nefret ve riayetsizliğin yanına yerleştirir ve insan yaşamında etkileşim halindeki bu üç duygudan biri olarak tanımlar. Evrimsel bakış açısına göre, Izard kişinin kendini koruma anında öfkenin ona enerji verdiğini ifade eder. İlginç bir şekilde Izard öfke ifadesi ve öfke yaşantısının her ikisinin de pozitif olabileceğini vurgular (Strongman, 1996).

Sağlık ile ilgilenen akademisyenler ve bireyler öfkenin ciddi bir problem olduğu konusunda mutabık olurlarken öfke ve öfke temelli kavramların tanımlarında daha az fikir birliğine ulaşılmaktadır. Tarihsel olarak öfkeye, düşmanlığa ve

saldırıcılığa getirilen tanımlar araştırmacıdan araştırmacıya farklılık göstermiştir ve genelde değişimli olarak kullanılmışlardır (Spielberger, Reheiser ve Sydman, 1995). Bu terimleri ve birinin bir diğeriyle olan ilişkisini netleştirmek amacıyla Spielberger, Jacobs, Russell ve Crane (1983) aşağıdaki tanımları geliştirmişlerdir; Öfke, (karşılık gelen psikolojik bir profil ile) yoğunluğu bakımından kızgınlıktan hiddete farklılık gösteren duyuşsal bir tepkidir. Düşmanlık, nesnelere, bireylere veya topluluklara karşı takınılan öfkeli davranışı, düşünceleri veya duyulan hisleri güdüleyen bir tutumlar kümesidir. Saldırıcılık, bir nesneyi, bireyi ya da topluluğu yok etme, cezalandırma veya çökertme eğilimi olan davranışları belirtir. Tüm bu sayılanlar bir araya gelerek AHA denilen sendromu meydana getirir; duyuşsal bileşen olarak öfke (Anger), tutum bileşenini olarak düşmanlık (Hostility) ve davranışsal bileşen olarak saldırıcılık (Agression) (Spielberger, 1985). Öfke, düşmanlık ve saldırıcılık nitelikleri taşısa da bunlar birbirinden farklıdır ve bu üç kavram öfkeye duygu, düşmanlığa tutum ve saldırıcılığa da davranış denilerek özetlenebilir (Spielberger, Reheiser ve Sydeman, 1995).

Kassinove ve Sukhodysky (1995) öfkenin hedefe ulaşmada bir araç olarak kullanıldığı “amaca yönelik öfke” ile öfkenin fazlasıyla dürtüsel olduğu “istemsiz öfkeyi” birbirinden ayırmışlardır.

Spielberger, Reheiser, Sydeman (1995) öfkeyi “Durumluk Öfke” ve “Sürekli Öfke” olarak iki kategoriye ayırmışlardır. Durumluk öfke zaman içinde değişim gösteren, çevredeki uyarıcılara bağlı öznel öfke tecrübesidir. Diğer taraftan, “öfke-eğilimi” olarak da ifade edebileceğimiz sürekli öfke, daha kuvvetli bir öfke yaşantısıdır..

Öfke ile ilişkili terimler arasındaki karşılıklı ilişkinin tanımını yapmak kesinlikle yararlı görünse de, bu gerçek öfke fenomeninin tanımlanması daha zor kısımlarının üstünden atlamaktadır. Öfkeyi tanımlamanın yollarından biri Spielberger (1983) ve meslektaşları tarafından yapıldığı gibi öfkeye duyuşsal bir tepki olarak bakmaktır. Yakından ilişkisi olan diğer bir yöntem ise saldırgan tepilerde yer alan duyuşun güdüleyici rolü üzerine odaklanmaktır.

Bu özelliklerden biri içinde öfke barındıran her çeşit kuvvetli duyuş yaşıntısı süresince gözlemlenebilen psikolojik tepki profilidir. Zilman (1988) iki çeşit tepki öne sürmektedir: “**catecholamines**”in ortaya çıkması ve **amigdala** tepkisi. “**Catecholamines**”in ortaya çıkması geçici olarak enerjinin artış göstermesini sağlar. Bireyler tansiyonlarında, nefes alış verişlerinde ve vücut ısılarında bir yükseliş hissederler; bunun yanı sıra kaslar daha fazla gerilir ve göz bebekleri daha fazla büyür. İkinci olarak beynin **amigdala** bölgesinin verdiği tepkiler, dikkat, heyecan ve huzursuzluk duyumlarını yaratır. Bu duyumlar, “**catecholamines**”in ortaya çıkması sonucu ortaya çıkan ilk enerji artışından sonra uzun süre etkisini göstermeye devam etme eğilimindedir.

İkinci özellik öfke ile bağlantılı olan bilişsel mesajdır. Eckhardt ve Deffenbacher (1995) öfkeye katkısı olan dört unsurun altını çizmişlerdir: haksızlık-adaletsiz bir şekilde muamele gördüğünü hissetme; önlenbilirlik- olumsuz olayların kontrol edilebileceği inancı; kasıtlılık- uğratılan zararın kasıtlı olduğu kanaati; kabahatlilik-başkalarını suçlamanın uygun olduğunun kabul edilmesi. Diğer

araştırmacılar, örneğin Zilman (1993) öfkeyi birinin saldırıya uğradığı ya da tehlikeye atıldığı inancı ile ilişkilendirmektedir.

Öfke ile bağlantısı olduğu düşünölen üçüncü özellik, hareket eğilimidir (Frijda ve Mesquita, 1994). Öfke yaşantısı olan bireyler öfke uyarıcılarına müdahale edecek şekilde hareket etmek için güçlü bir istek duyarlar. Averill (1982, 1983), yaptığı araştırmalarında kişilerin öfke olaylarında %83 oranında sözlü saldırganlık dürtüsü, %40 oranında da fiziksel saldırganlık dürtüsü bildirdiklerini saptamıştır.

Bahsedilen tüm özellikler öfke yaşantısının tanımına yönelik fikre katkıda bulunmaktadır. Sonuç olarak, öfke içeriği şu yönleri içine alır: 1) şiddeti bakımından kızgınlık ile hiddet arasında çeşitlilik gösteren öznel bir duyuş, 2) psikolojik tepkiler, 3) bilişler, ve 4) hareket eğilimleri.

Bazı teorisyenler öfkenin büyük çatışmalar ve bireysel rahatsızlığa neden olan stresli bir çevre ile baş etmeye yönelik adapte olamayan bir girişim olduğuna inanmaktadırlar (Cox, Stabb ve Bruckner, 1999; Novaco, 1975). Ancak günümüz kuramcıları engellenmiş hedefler ve algılanmış davranışlarla (Cox., Stabb ve Bruckner 1999; Stein ve Levine, 1989) mücadele etmek ve kişinin temel ihtiyaçlarına ne denli başarıyla hizmet ettiği ile ilişkili olarak sağlıklı öfkeden ayrılan sağlıklı öfke ile başa çıkılmasını sağlayacak adapte olabilen bir mekanizma olarak öfke üzerine odaklanmaktadırlar (Grieger, 1986). Örneğin bir kişi iş arkadaşının kaba bir davranışına karşılık öfkeli bir tarzda tuhaf bir ifadeye bulunuyorsa ve olumlu anlamda durumu çözüyorsa bu öfkeli karşılık sağlıklıdır. Şayet kişi, iş arkadaşını yumruklarsa ve

dolayısıyla işini tehlikeye atarsa bu öfkeli karşılık sağlıksızdır. Fonksiyonel olmayan bazı öfke çeşitleri bağımlı ve ani durumlarken, diğer çeşitler kronik öfke ile ilişkilidir. Kronik ya da problematik olarak öfkeli kişiler stres ile ortalama olarak başa çıkamazlar ve bu yüzden de kaçınılmaz şekilde öfkelerini arttıracak olan engellenmişlik hissini taşımaya başlarlar (Cox, Stabb ve Bruckner, 1999; Edmondson ve Conger, 1996; Grieger,1986). Gereksiz yere öfkelenirler ve öfkelerini başarıyla çözümlenmede sıkıntı yaşarlar. Bu yüzden kronik olarak öfkeli kişiler daha hızlı öfkelenebilirler ve daha uzun süreli öfkeli kalabilirler. Düşmanlık ve öfke kalp hastalıklarının ve kötü sağlık durumunun habercisidir (Fava, Anderson, ve Rosenbaum, 1990). Ayrıca son araştırmalar kronik saldırganlık eğilimleri olan kişilerin zayıf sosyal ilişkiler sürdürdüklerini ortaya koymaktadır (Monnier, StoneHobfoll ve Johnson, 1998). Kronik öfke günlük hayatı ve sağlığı etkilediğinden kişilerin temel ihtiyaçlarına hizmet etmemektedir ve dolayısıyla fonksiyonel değildir. Özetle, ani veya kronik fonksiyonel olmayan öfke bireylerin tatmin oldukları durumları, sağlığı ve ilişkileri zayıflattığından kişilere zarar verebilir. Ancak öfkenin sosyal ilişkilere zarar verdiğini öne süren önceki saptamaları doğrulamak ve öfkeli insanların zarara neden olduğu öfkeyi ifade etme tarzları ile baş etme gibi diğer alanları tanımlamak için daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğu belirtilmektedir (Lench, 2004).

Uyumsuz olmayan tepkilerin toplumumuzdaki sıkıntının önemli bir nedeni olduğunu ve olmaya da devam edeceğini uzun süreden beri belirten bilim adamlarının çalışmalarında öfkenin önemi yansıtılmıştır. Bastırma- kişinin öfkesini içinde tutması- fiziksel hastalıkların tanımlanmış bir etkeni olarak bilinmektedir (Hazeleus ve

Deffenbacher, 1986; Gentry, Chesney, Gary, Hall, ve Harburg, 1982; Harburg, Erfurt, Hauenstein, Chape, Schull, ve Schork, 1973). Bastırma, kalp hastalıkları, hipertansiyon, ülser, baş ağrısı ve kanser gibi hastalıklara neden olabilir (Harburg, Gleiberman, Russel, ve Cooper, 1991; Speilberger, Crane, Kearns; Pellegrin, ve Rickman, 1991; Greer ve Morris; 1975). Aynı şekilde uyumsuz olmayan öfke ifadesinin başka bir deyişle öfkenin aşırı düzeyde dışa vurumunun da çevreye ve kişilere zarar verme, hukuki sıkıntılar, yaralama gibi problemlerle bağlantılı (Kazdin 1995; Deffenbacher, 1992) olduğu kadar kişiler arası problemlerin de destekleyici bir unsuru olduğu ya da kişiler arası problemlerden dolayı ortaya çıktığı düşünülmektedir (Novello, Shosky, and Froehlke, 1992; Koop ve Lundberg, 1992). Bu çalışmalara göre öfke her birimizi hem fiziksel hem de duygusal anlamda her gün etkileyen bir duygudur (Akt. Stephen, 2004).

Farklı bir yaklaşımla, Morganett (1994), öfkenin bireysel farklılıklar üzerinde çalışmak ve çatışmayla başa çıkmayı öğrenmek gibi olumlu, yapıcı toplumsal etkileşimleri motive eden sağlıklı bir tepki olduğunu belirtmektedir. Bireyler öfkelerini, davranışsal olarak eylemleri ile ifade ederler. Buradaki temel problem, öfke duygusuyla yapıcı bir şekilde başa çıkılmadığı zaman ve öfkenin saldırganlığa, şiddete dönüştüğü (dışa yöneldiği) ya da bireyin kendisine zarar verme boyutuna ulaştığı (içer yöneldiği) zaman ortaya çıkmaktadır. Öyle ki öfke, üç aşamada ifade edilen karmaşık bir duygudur. Bu aşamalar ise; bilişsel aşama, davranışsal aşama ve somatik aşama olarak değerlendirilmektedir.

Averil (1982)'e göre öfke en yaygın şekilde yaşanan duygulardan biridir. Pek çok kişi öfke duygusunu diğer duygu tiplerinden ayırt edebilse de (Russel ve Fehr,

1994), araştırmacılar öfkenin “hatları kesin olmayan” kuramsal hali ve ölçümü ile boğuşmaya devam etmektedirler (Canary, Spitzberg, Semic, 1998). Genel anlamda, öfke rahatsız edici bilişleri, ve duyuşları olduğu kadar kendine özgü tetikleyicileri, psikolojik reaksiyonları, ifadeleri ve toplumsal neticeleri içinde barındıran karmaşık bir duygusal süreçtir (Averil, 1982).

II. 2. Öfkenin Nedenleri

Bireyin yaşadığı öfkenin çeşitli fizyolojik, sözel, davranışsal ortaya çıkış biçimleri bulunmaktadır. Nasıl ortaya konulursa konulsun, öfkeyi oluşturan etmenler araştırıldığında, tek bir nedenin bulunmadığı görülmektedir. Ancak engellenmenin, öfkenin kaynağında en çok rastlanan durum olduğu bilinmektedir (Averill, 1983). Averill’e (1983) göre öfkeyi ortaya çıkaran durumlardan biri de kışkırtmadır. Kışkırtma genellikle karşıdaki kişiyi uyararak ve onu bir davranışı yapmaya yönelten uyarımları içerir. Bilişsel kuramcılardan Beck’ e göre kışkırtma ve tehdit, öfkenin temel nedenleridir. Öfke tepkisinin gücü değer yargıları, benlik saygısı ve beklentiler gibi bilişsel etkenlerce belirlenir (Kennedy,1992).

Cüceloğlu’na (1991) göre öfke, engellenme, bireyin elde etmek istediği bir nesneye, ulaşmak istediği bir amaca varması ya da gereksinimlerinin giderilmesi önlenmediği zaman ortaya çıkan olumsuz duygudur.

Özer (1994), öfke duygusunun temelinde kişisel mükemmeliyetçilik, kişinin kendisini ispatlama, çevre tarafından onaylanma isteği ve başkalarının gözündeki kişilik

değerinin düşmemesi gerektiği gibi bir düşünce biçimine rastlamıştır. Bu düşüncelere bağlı olarak, bireyin kendisini aşırı kontrol etmesi ve “ben en iyisini yapmalıyım” gibi bir eğilim içinde olması sonucunda, öfke duygusunun yaşandığını saptamıştır.

II. 3. Öfkenin Fonksiyonları

Öfkenin fonksiyonları konusunda pek çok farklı yaklaşım vardır. Fakat hepsinin birleştiği tek nokta, öfkenin sağlıklı ya da zararlı tarafları olan bir duygu olmasıdır.

Öfke genelde olumsuz sonuçlara neden olurken, motivasyon ve hedef oluşturma davranışlarındaki artış gibi olumlu davranışları ve bilişleri de kamçileyebilir. Averill (1983) öfkeyi kışkırtan olayların çoğunluğunun saldırgan hareketlerle sonuçlanmadığını saptamıştır. Daha da özelleştirecek olursak bu olayların yalnızca %10’u fiziksel bir saldırı hareketi ile sonuçlanmaktadır. Bunun yanı sıra öfke kişilerarası yararlı ilişkilere de sebep olabilir. Örneğin, öfke olaylarının üçte biri karşı tarafın davranışsal olarak boyun eğmesi gibi olumlu bir sonuca ulaşan bastırılmış kişiler tarafından anlatılmaktadır. Ayrıca evliliklerdeki düşmanca öfkeli düşünceli değişiklikler süratli bir şekilde düzelmelere neden olabilirler, ancak uzun vadede boşanmaların da habercisi olabilirler.

Öfke yalnızca olumsuz psikolojik sonuçlar ile bağlantılı değildir, aynı zamanda kişinin hastalıklara karşı direncini azaltır, bağışıklık sistemini zayıflatır, ağrılarını ve kalp rahatsızlıklarına bağlı ölüm riskini artırır. Suinn’in (2001) de belirttiği

gibi bu sonuçların nedeni öfkenin daha zayıf sağlık davranışlarını beraberinde getirmesi ve ya sağlık direnci ile bağlantılı olan psikososyal özelliklerle (ör: yüksek düzeydeki çatışmaların sıklığı) ilişkili olması olabilir. Öfkenin bastırılmasının da birey için olumsuz sonuçları vardır. Öfkenin bastırılmasının, acı değerlendirmesi ve şiddeti, acı davranışları ve günlük işleyişe müdahale etme konusunda olumlu, acıya tahammül konusunda ise olumsuz bir etkisi vardır. Öfkenin bastırılması ayrıca, geçmişteki acılardan, öfke şiddetinden ve depresyondan daha güçlü bir acı şiddeti habercisidir. Öfkenin bastırılması erkeklerde olmasa da kadınlarda büyük oranda değişken sistolik kan basıncına neden olur (Vecchio ve O'leary, 2004).

Köknel'e (1997) göre, öfke duygusunun bireyi etkileyen olumsuz yanları olduğu kadar olumlu yanları da bulunmaktadır. Öfke normalde sağlıklı bir duygudur (Batlaş ve Batlaş, 1987). Sağlıksız olan öfkenin saldırganlığa dönüşmesidir. Öfke belirli sınırlar içinde diğer duygular ve heyecanlar gibi kişiliği koruyucu yönde işlev yapabilir. Öfke bireyin kendi varlığını koruması, tanıtması ve çevreye kabul ettirmesi için gereklidir (Köknel, 1997).

Novaco (1975), öfkenin insan yaşamında çift yönlü etkisinin bulunduğunu belirtmiştir. Öfke duygusu sıklıkla yıkıcı, saldırgan davranışlarla sonuçlanmasına rağmen uyum sağlayıcı işlevleri de vardır. Bunlar altı madde ile özetlenebilirler :

- Öfke enerji verir.
- Süregelen davranışın uyarıcılığını azaltarak acıya engel olur.
- Diğer insanlara yönelik olumsuz duyguların açıklanmasını kolaylaştırır.
- Kaygıyı dış çatışmaya çevirerek, ego tehdidine karşı kendini savunur.

- Saldırganlık için içsel ve öğrenilmiş bir uyarıcı olarak, davranışta bulunma yönünde güdüler ve güçlendirir.
- Stresle başa çıkmada, başlangıçta bir kışkırtıcı olarak olayı ayrıştırır.

II. 4. Öfkenin Boyutları

Öfkeyi ortaya çıkaran, yaratan ve ifade edilmesinde etkili olan boyutlar vardır. Aşağıda bu boyutlar sırasıyla incelenmiştir.

II. 4. 1. Öfkenin Fiziksel ve Fizyolojik Boyutu

Öfkenin kaynağı olan durum ortaya çıktığı andan itibaren bedenimizde olan değişiklikleri ifade eder. Bu değişimler vücudun içinde bulunduğu duygusal duruma uyum sağlar (Sala, 1997). Öfke, bireyin yaşadığı duygulardan fizyolojik belirtileri çok olanlardandır (Izard, 1978, Akt. Akgül, 2000).

Öfke durumunda bedende gözlenen temel fizyolojik belirti; kalp atışlarının birden hızlanması ve kan basıncının artmasıdır. Öfkeli bireyde oluşan genel fizyolojik belirtiler şöyle özetlenebilir:

Bireyin kendisinin fark edebildiği belirtiler; kalp atışlarının hızlanması, nabız atımının hızlanması, kasların gerilmesi, midenin kasılması, ağız kuruması, boğazda düğümlenme, nefesin daralması, boğulacakmış gibi olma, uyuşma ve karıncalanma hisleri, sıcak basması ve aşırı terleme, odaklaşma güçlüğü.

Dışardan gözlenebilen belirtiler; bakışların dikleşmesi, kaşların çatılması, dudakların büzülmesi, yüzün kızarması, dişlerin gıcırdatılması, yüzün solgunlaşması, yumrukların sıkılması, bacak ve kollarda gerginlik sonucu duruş değişikliği, titreme, ürperme, bazı organlarda seğirme, ses tonunda titreme ve ağlamaklı olma (Stearns, 1972; Yravis, 1982; Retzinger, 1991, Akt. Yılmaz, 2004).

Öfkenin belirtileri bu şekilde özetlenebilir.

II. 4. 2. Öfkenin Bilişsel ve Duygusal Boyutları

Öfkenin bu boyutu diğer duygularda olduğu gibi, bireyin öfkeyi algılayış ve yorumlayış tarzını ortaya koyar. Öfke, merkezi sinir sistemi tarafından yönlendirilip algılandıktan sonra, öfkenin yoğunluğu, bireyin öfkeye tepkisi ve tepkinin niteliği, yani öfkesini ifade etme biçimi bireyin akılcı ya da akılcı olmayan düşünce yapıları, geçmiş yaşantıları ve olayla ilgili çağrışımları tarafından belirlenir. Yapılan araştırmalara göre öfke, fizyolojik (genel sempatik uyarılma, tansiyon düzensizliği), bilişsel (akılcı olmayan inançlar, otomatik düşünceler), algısal (öfkeyi öznel fark ediş, öfke duygularını etiketleme), davranışsal (yüz ifadeleri, sözel ve davranışsal ifade ediş) değişkenlerden oluşan çok yönlü bir yapı olarak görülür. Yani davranışsal tepkilerin nedeni olayların kendisi ile ilgili olmaktan çok, bireyin olaya ilişkin kendi kafasında ürettiği anlam, yorum ve düşüncelerle, bunların kaynağını oluşturan inançlara bağlıdır. Bu düşünce yapılarını erken yaşlardan itibaren içinde yaşadığımız toplumsal deneyimlerle oluştururuz. Bu nedenle öfke ve öfkenin ifadesi biyoloji ve kültürün, bilişsel yapılarımızın ve bedenin ortak etkilerinin sonucudur denilebilir (Özer, 1990).

Özer (1994a) yaptığı çalışmasında öfkenin bilişsel alt yapısında hatalara ilişkin aşırı duyarlılık, “ceza” düşüncesine dayalı bir doğruluk-yanlılık ve haklılık-haksızlık kutuplaşmasının olduğunu vurgular. Aynı çalışmalarda öfke düzeyi yüksek kişilerde üç temel düşünce yapısının varlığından söz edilmektedir:

1. Hata yapma ile ilgili duyarlılık, tahammülsüzlük,
2. Başkalarının gözünde edinildiği varsayılan kişilik değerini koruma çabası,
3. Olaylara katı bir bakış açısı taşıyan olumsuz kişilik değerinden uzak durmak için, öznel bir doğrunun savunulması gerektiği inancı.

II. 4. 3. Öfkenin Davranış ve Tepki Boyutu

Öfkeini Davranış ve tepki boyutu ise yaşanan öfkenin ifade ediliş biçimini ve öfke duygusuyla baş etmede sergilenen tepkileri tanımlar. Bireyler öfke yaşantıları sırasında bilişsel ve olayları algılayış yapılarına, yaşadıkları öfkenin yoğunluğuna, kendi davranış alışkanlıklarına göre çeşitli davranışlar sergilerler. Bazı insanlar öfkelerini bastırmaya çalışırken, bazıları açıkça ortaya koymayı, dışa vurmayı seçerler. Öfke sırasında yaygın olarak kullanılan tepki biçimleri bastırma, kaçınma, öfkeyi uygun zamanda ve biçimde kaynağına ifade etme, öfke kaynağına yönelik olumsuz davranışlar sergilemek olarak gözlenir. Çoğu insan için öfke ifade edilmesi en güç duygulardan biridir. İçte atılan, ifade edilmeyen, bastırılan öfke kişinin kendisine zarar vermesine neden olur. İnsan ilişkilerinde yaşanan çoğu acı, çözümlene olanağı bulmamış, bastırılmış, ifade edilmemiş öfkeden kaynaklanır (Alberti ve Emmons, 1998).

Deffenbacher (1996), tarafından tanımlandığı üzere düşük düzeyde öfkeli öğrenciler ile karşılaştırıldığında yüksek düzeydeki öfkeli öğrenciler çeşitli durumlarda daha yoğun öfkeye sahiplerdir, öfkelerini bastırmaya veya olumsuz şekilde dışa vurmaya eğilimlidir, genel olarak strese neden olan durumlarla daha az başa çıkabilirler, daha düşük benlik-saygısına sahiplerdir ve daha fazla alkol ve uyuşturucu bağımlılığı riski taşırlar. Ayrıca yüksek düzeyde öfkeli bireyler durumları değerlendirirken daha çok önyargıda bulunurlar, kötü olaylardan dolayı başkalarını suçlarlar ve davranışlarının kasıtlı olduğunu savunurlar. Ayrıca yüksek düzeyde öfkeli yetişkinlerden oluşan bir topluluk örneğinde kişiler daha sık şiddetli ve uzun süreli öfke olayları bildirmişlerdir. Bunun yanı sıra yüksek düzeyde öfkeli kişiler diğerlerine göre iki kat daha fazla bazı olumsuz sözlü karşılıklar verirler. Üç kat daha fazla fiziksel anlamda saldırgan davranırlar ve üç kat daha fazla madde kullanmaktadırlar. Öfke net olarak pek çok değişkenle etkileşim içindedir ve pek çok bireysel ve psiko-sosyal sorunun habercisidir.

II. 5. Öfkeyle İlgili Psikolojik Yaklaşımlar

Bu bölümde, öfke ve ilişkili olduğu kavramlara ilişkin çeşitli kuramlar ve kuramcılarının yorumlarına yer verilmiştir.

II. 5. 1. Öfkeye Ait Dürtü Kuramları

Darwin 1872 yılında öfkenin hayatta kalmak için gereken saldırgan içgüdüleri yansıttığını öne sürmüştür (Darwin, 1972/1965). Elli beş yıl sonra Freud,

saldırganlığın haz arayışındaki davranışlara engel teşkil eden unsurlara karşı bir tepki olduğunu ortaya koyar. Ancak altı yıl sonra “Ölüm İçgüdü” in varlığını da kapsamak için saldırganlık algısını yeniden formüle etmiştir. Bu “Ölüm İçgüdü” öz-yıkıcı (self-destructive) davranışları güdüleyen biyolojik içgüdülerdir. Bu kurama göre dışa vurulamayan her tür saldırganlık içe atılır, bu da depresyona, baş ağrılarına ve diğer somatik rahatsızlıklara neden olur. Bu bakış açısı fazlasıyla eleştirilse de, bastırılmış öfkenin fiziksel rahatsızlıklara olan etkisi üzerine yapılan saptamalardan bugün de faydalanılmaktadır. Yaklaşık 40 sene önce bir etnolojist olan Konrad Lorenz, Darwin ve Freud’un teorilerini bir araya getirmiş ve hayvan davranışları üzerine yaptığı çalışmasına dayalı olarak öfke ve saldırganlık üzerine bir dürtü kuramı öne sürmüştür. Saldırganlığı ilk olarak, dış uyarıcılara bağlı olması gerekmeyen içgüdüsel bir hareket olarak tanımlamıştır (Lorenz, 1966). Öfkenin her an “açığa çıkabilecek” biyolojik bir dürtü olduğunu savunmuştur (Akt. Stephen, 2004).

II. 5. 2. Engellenme-saldırganlık Modeli

Daha önce yapılmış dürtü kuramlarına yöneltilen eleştiriler araştırmacıları içgüdü-temelli teorileri reddederek görgül olarak denenebilecek modeller yaratmaya yöneltmiştir. Muhtemelen bu yeni modellerden en güçlüsü engellenme-saldırganlık hipotezidir (Dollard, Doob, Miller, Mower ve Sears, 1939). Engellenme bir amacı elde ederken karşılaşılabilecek müdahalelerin tümü olarak tanımlanmıştır. Bir kişi çok fazla engellenme ile karşılaştığında saldırganlık kullanarak karşısındaki engeli kaldırmaya çalışacaktır. Saldırganlığın bu zamana kadar ortaya atılmış tüm öfke teorilerinin temel

bileşeni olduğunun altını çizmek gerekir. Öfke, saldırganlık ve şiddet pek çok konuda birbirleri ile değişimli olarak kullanılmıştır (Akt. Stephen, 2004).

Modeller Üzerinde Yapılan Bilişsel, Sosyal ve Fizyolojik Düzenlemeler: Öfke ile saldırganlık araştırmalar kapsamında ilk olarak 1970 yılında birbirinden ayrılmıştır. Kaufmann (1970), Schacter (1971), ve Novaco (1975) öfkeye saldırganlıktan bağımsız bir duygu durumu olarak odaklanan araştırma ve müdahalelerin başını çeken isimlerdir. Öfke ve saldırganlıktan bu günkü gibi bahsetmek yerine, öfke yaşantısı sırasındaki biliş, duygu ve fizyolojik sürecin rolü üzerine odaklanılmıştır. Daha sonra Bandura (1973) saldırganlığın sosyal olarak öğrenilmiş bir öfke ifadesi olduğunu öne sürmüştür. Malatesta ve Haviland (1982) ve Radke-Yarrow ve Kochanska (1990) öfke için “gösterim kuralları”nın hayatın daha ilk yılından itibaren ebeveynler tarafından şartlandırıldığını savunurken, Miller ve Sperry (1982, 1983) bu kurallara zıt olan davranışların dahi kendini koruma gibi şartlar altında görmezlikten geldiğini düşünmektedir (Akt. Stephen, 2004) .

Berkowitz (1989)’in tekrar formüle edilmiş hipotezine göre engellenme, kişinin beklentileri uygun biçimde yanıtlanmazsa, var olan duruma yeterince uyum sağlayamazsa engelleme oluşur ve bu da öfkeye neden olur.

Bu kuramlara ek olarak yapısalcı düşünürler (Graham, Hudley ve Williams, 1992; Plutchik, 1980) ve diğerleri (Lazarus, 1991; Ellis, 1973) potansiyel olarak öfke içeren uyarıcıların değerlendirilmesinin, duygusal ve biyolojik açıklamaları neredeyse gereksiz kılacak kadar öznel olduğunu ortaya atmışlardır. Öfkenin oluşumunda ve

anlaşılmasında göze çarpan unsur, bireyin kişisel olarak bir gerçeklik yaratmasıdır (Akt. Stephen, 2004).

II. 5. 3. Psikoanalitik Kuram

Psikoanalitik kuramın kurucusu Freud, saldırganlığı insanın biyolojik kalıtımının bir parçası olarak görür ve saldırganlığın yıkıcı ve şiddet yönünü vurgular. Psikoanalitik kuram, öfke ve saldırganlık duygularını, ölüm içgüdüsünün ve yaşam içgüdüsünün bir ifadesi olarak görür (Geçtan, 1990; Özer, 1994b). Freud'a göre, duygu yaşantısının temeli, psişik enerjinin açığa çıkmasıdır. Yaşam içgüdüsünün türevi olan cinsellik ve ölüm içgüdüsünün türevi olan saldırganlık, kişi için gerekli olan enerjiyi oluştururlar. Freud'a göre saldırganlık, aslında insanın kendine yönelik olan yıkıcı eğilimlerinin, dış dünyadaki nesnelere çevrilmesidir. İnsan diğer insanlarla savaşır ve onlara karşı yıkıcı davranır, çünkü kendini yok etme isteği yaşam içgüdüleri tarafından engellenmiştir (Geçtan, 1997).

Psikoanalitik görüşte, bebeklikten itibaren bireyin gelişme süreçlerine bakıldığında, saldırganlığın davranışlarında gözlenebileceği vurgulanır. Oral dönemde emmenin ardından ısırma davranışının gelmesi, ağız bölgesinin temel doyum aracı olması söz konusudur. Başlangıçta anneye bağımlı ve edilgen bebek, zamanla etkin saldırgan davranışlar sergilemeye başlar. Bu dönemden itibaren bebeğin ileride kazanacağı kişilik yapısının temelleri gözlenebilir. Oral dönemde yaşanan sorunlar ve sapmalar, saldırgan davranışın temellerini oluşturur. Çabuk öfkelenme, öfkelenince bağırıp çağırma, etrafına ya da kendine zarar verme davranışları oral dönem saplantısı

yaşayan kişilerde yoğun olarak görülür. Öfkenin alt yapısını oluşturan önemli gelişim dönemlerinden biri de anal dönemdir. Tuvalet alışkanlığının kazanılmaya başlaması ile çocuk anüs bölgesindeki gerilimi boşaltmaktan duyduğu doyumunu ertelemek zorunda kalır. Bebeğin hazzını ertelemesi konusunda katı ve cezalandırıcı yaklaşımlar, bebeğin öfke duymasına neden olur. Eğer öfkesini dışa vurmak isterse, dışkısını tutmama davranışını seçer. Bu tür inatlaşmalarla dışkısını anne ve babasını cezalandırma aracı olarak kullanan çocuk ileride ya duygularını bastırarak içine atmayı ve pasif saldırganlıkla öfkesini ifade etmeyi seçer ya da aşırı tepkisel, inatçı, başkaldırıcı ve yıkıcı öfke tepkilerini seçer. Anal dönemdeki saplantılar çabuk ve aşırı öfkelenme, saldırgan ve cezalandırıcı tepkilerle öfkesini ifade etme gibi davranışları içeren sadistik kişilik yapısını oluşturur (Geçtan, 1997; Köknel, 2000).

II. 5. 4. Biyolojik Kuramlar

Biyolojik temelli kuramlar, saldırganlığın nedenleri olarak, merkezi sinir sistemi ve endokrin sistem esas olmak üzere organizmanın işleyişindeki bozuklukları sorumlu tutarlar. Beynin yanlış işlemesi, hormonlar ve kalıtım ihtimalleri dahilinde, saldırgan davranışlar, kendine her zaman hedef bulabilir ve çevreden açık bir kışkırtma olmadan da meydana gelebilir. Bu araştırmacıların bazılarına göre, saldırgan olma ihtiyacı yada saldırganlık içgüdüğü her bireyin içinde mevcuttur ve kendini açığa çıkarmak için fırsat kollamaktadır (Okman, 1999).

II. 5. 5. Davranışçı Kuram

Davranışçı yaklaşıma göre öfke, uyarıcılara verilen öğrenilmemiş duygusal tepkilerden biridir. Korku ve sevgi gibi öfke duygusu da koşullanmamış refleks tepkisidir. Duygusal sorunlar insandaki bu üç temel duygu ile ilgili olarak yaşamın erken yıllarında koşullanmış ya da aktarılmış tepkilerden oluşur (Nelson-Jones, 1995).

II. 5. 6. İnsancı ve Varoluşçu Kuram

Kuramcılar öfkeyi; insanın ölüme, işlenmemiş potansiyele ve yaşamın anlamsızlığına karşı tepkide bulunması olarak açıklarlar. Öfke kaçınılmazdır, insana özgüdür ve her insan öfke duygusunu farklı yaşar. Kişinin öfkesi, yaşama karşı kendini çaresiz ve güçsüz hissetmesidir. Geçmiş yaşantılara ilişkin olumsuz duygular bireyin değişimi için engel oluşturur (Nelson-Jones, 1995).

II. 6. Ergenlik ve Öfke

Ergen ve öfke arasındaki ilişkinin doğasını anlayabilmek için öncelikle ergenlik döneminin özellikleri ve bu dönemde yaşananların öfkeye nasıl yol açtığı üzerinde durmak gerekir.

Ergenlik çağı (ortalama 12-18 yaşlar) bedensel, cinsel ve ruhsal olarak belirgin değişikliklerin olduğu bir dönemdir. Erkeklerde ve kızlarda delikanlılık, ergenliğin ardından erişkinlik çağına denk uzanan döneme (15-20 yaşlar) denir. Ergenlik erkeklerde ve

kızda hızlı büyümenin olduğu, birincil ve ikincil cinsel yapıların hızla geliştiği yaşarlı kapsar. Delikanlılık çağında da büyüme gelişme genellikle sürer; fakat hızı kesilmiştir. Ergenlik ve delikanlılık çağındaki hızlı büyüme, cinsel dürtü artışı, kimliğin henüz tam olgunlaşmamış olması ve toplumsal yerin henüz kesinleşmemesi, aileye bağımlılığın sürmesi gibi etkenlerle bu çağ, sorunlarla yüklü, fırtınalı bir dönemdir. Ana-babaya bağımlılıktan kurtulma, cinsel kimliğini kabullenme, toplumsal yerini araştırma ve bir mesleğe yönelme çabalarının gösterildiği 8-10 yıllık bir çağdır (Öztürk, 1995).

Ergenlik dönemine girmenin yol açtığı biyolojik ve psikolojik değişiklikler, ergenin bağımsızlık davranışlarını arttırır. Bu nedenle anne ve babadan ayrılmak bağımsız ve ayrı bir kimlik edinme isteği o güne kadar kurulmuş olan dengeyi, bozar. Ancak tek başına kalmış olmanın verdiği güvensizlik ve kaygılar, bağımsızlık isteğine rağmen halen yetişkinlerin desteğine duyulan ihtiyaç, bunun yanında akran ve arkadaş grubunun değerleri ve kurallarının öncelik kazanması ve onlardan gelen baskılar ve yönlendirmeler gencin çatışma ve öfke yaşamasına neden olur (Yavuzer, 1992).

Ergenlik döneminde hoş olmayan durumlar karşısında ortaya çıkan, denetlenemez gibi görünen ve olumsuz olarak nitelendirilen duygular arasında öfke, kaygı ve korku önemli yer tutmaktadır. Ergenin öfkesi çoğunlukla aile içinde öfke patlamaları şeklinde ani ve sert bir şekilde olmaktadır (Bauman, 1997). Ancak öfkenin literatürlerde diğerleri kadar irdelenmediği görülmektedir. Buna karşın danışmaların karşısına birincil ya da ikincil bir danışma problemi olarak gelebilmektedir (Bilge, 1992).

Son zamanlarda yapılan araştırmaların özellikle ergenlerdeki öfkeyi ele alması göze çarpan bir noktadır. Paul (1995) bağımsızlık ve sosyal becerileri ve cinsel kimliğin gelişimini sağlayan ve aynı zamanda ergenlerde öfkeye yol açan gelişimsel mücadelelerin anlaşılmasının önemini vurgulamıştır. Ergenler arasında öfke işaretçisi olarak, alaylı tutumlar, müstehcen bir dil kullanımı, kısıtlamalara karşı isyan etme, tartışmaya girme, anti-sosyal davranışlar, melankoli, depresyon ve uyku alışkanlıklarındaki değişiklikler gibi eylemler tanımlanmıştır.

Janes ve Peacock'un (1992), yaptıkları çalışmaların sonuçları öfkenin nedenlerinin kişilerarası etkileşimler ile sınırlı olduğunu ve bunlar arasında da en çok kardeşleri içine alan konuların öfkeye sebep olduğunu ortaya çıkarmıştır. Kardeşler, anneler ve arkadaşlar, ergenler tarafından öfkenin kolayca ifade edilebileceği kişiler olarak tanımlanmaktadır. Ne var ki anneler, aynı zamanda ergenlerin en çok öfkelendiği ancak öfkelerini ifade etmekte zorlandıkları kişi sıralamasında ilk sıradadır. Ergenlerin öfkelerini ifade edemedikleri kişiler sırasında ikinci sırayı babalar almıştır. Ergenlerin %76'sı dışa vurulan öfkeyi depresyon ile ilişkilendirmiştir. Çalışmaya katılan kişilerin yanıtları, sözlü saldırganlık ve kişinin kendine ve başkalarına verdiği zarar çeşitlerinin kabul edilemez bir baş etme mekanizması olduğunu ortaya koymuştur. Bir başkası ile duygular konusunda tartışmaya girme, eylemde bulunma, sözlü ifadede bulunma, bağırma, çığlık atma, ve nesnelere vurma gibi eylemler ise kabul edilemez bir baş etme mekanizması olarak tanımlanmıştır.

Öfkenin dışavurumu, nedenleri ve öfke için devreye sokulan baş etme mekanizmalarının kadın ve erkeklerdeki şekilleri uzun zamandır tartışılmaktadır. Cinsel

farklılıklar için geçerli olan saptamalar birbirlerinin zıttı yöndedir. Bazı çalışmalar cinsel farklılıkların öfke duygusu ile ilişkili olduğunu savunurken bazıları bunu kabul etmezler. Öfkenin ifade edilmesi ve bununla baş etme mekanizmaları biçimlerindeki cinsel farklılıklar bazı çalışmalarda göze çarpmaktadır. Kollar, Groer, Thomas ve Cunninham (1991) “ Amerikan kültüründe öfkenin, genel olarak kadınlardan çok erkekler için uygun olduğu düşünülür” ifadesinde bulunmaktadırlar. Ergen öfkesi hakkındaki çalışmalarında, kadınların öfke tepkilerini sözlü olarak verirlerken, erkeklerin öfkelerini daha çok nesnelere üstünde şiddet göstererek belirttiklerini ortaya koyarlar. Kollar’ ın çalışmasına benzer bir çalışma yapan Jones ve Peacock (1992), erkeklerin öfkelerini ifade ederlerken adam öldürmeye kadar ileri seviyelere taşınabilen fiziksel şiddet kullandıklarını, kadınlarınsa daha çok ağlayarak, şiddet içermeyen tepkilerde bulduklarını saptamıştır.

Fabes ve Eisenberg (1992), çocukların kişilerarası öfke ile baş etme yolları üzerine yaptıkları çalışmada, genç kadınların öfkeye daha fazla aktif şekilde direnç göstererek, öfke tepkilerini saldırgan olmaksızın verdiklerini saptamışlardır. Erkek çocuklarının öfkelerini daha fazla gösterdikleri görülmüştür. Singer, Anglin, Song ve Lunghofer (1995), ergenlerin şiddete maruz kalması ve bildirilmiş öfke semptomolojisi arasındaki ilişki üzerine yaptıkları çalışmada kızların erkeklere oranla şiddete karşı öfkelenerek daha fazla tepkide buldukları saptanmıştır. Ne var ki Haggalund, Clay, Frank, Beck ve Goldstein (1994), tarafından yapılan ve çocuklarda ve ergenlerde öfke ifadesini değerlendirmede kullanılan Çocuklardaki Öfke Dışavurumu Ölçeği’nin (Pediatric Anger Expression Scall) 3.versiyonunun (PAES-III) kullanıldığı bir araştırmaya göre öfkenin ifade edilmesi durumlarında hiçbir cinsiyet farkı

gözlenmemektedir. Bu sonuçlar, öfke için devreye sokulan baş etme mekanizmalarında cinsiyet farklılıkları öne süren çalışmalarla tezat oluşturmaktadır.

II. 7. Öfke ile İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar

Bu bölümde öfke ile ilgili yapılmış araştırmalara yer verilmiştir.

Ülkemizde öfke ile ilgili pek çok araştırma yapan Özer (1994 a), öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapılarını araştırmıştır. 225 kişiden oluşan araştırma örneklemine nörotik bireyler, lise ve üniversite öğrencileri ve yönetici grupları alınmıştır. Öfke, kaygı ve depresif eğilimlerin altında yatan ortak düşünce yapısına, “başka insanların bireyin mutluluğu engellediği” ve “ilişkilerin planlandığı gibi yürümesi gerektiği” inançları olduğu görülmüştür. Ayrıca öfke duygusunun temelinde yer alan dikkat çekici düşünce, “bireyin başkalarının gözündeki kişilik değerinin düşmemesi için, hata yapmaması gerektiği” dir. Araştırmanın bir diğer önemli bulgusu ise, lise ve üniversite öğrencilerinin öfke denetimini içeren düşünce biçimini diğer gruplara göre daha fazla benimseme eğiliminde olduklarıdır.

Kısaç (1997), üniversite öğrencilerinin sürekli öfke ve öfke ifade düzeylerini öğrencilerin yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yerleşim merkezi türlerine göre incelemiştir. Örneklem 712 öğrenciden oluşmuştu Araştırmada bağımlı değişken olan öğrencilerin öfke düzeylerini ölçmek için, veri toplama aracı olarak Türkçe’ye uyarlanması Özer (1994) tarafından yapılan Sürekli Öfke ve Öfke İfade Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen bulgular, sürekli öfke düzeyi en yüksek olan grubun köylerde

yaşayanlar ve öfkelerini en fazla içinde tutanların ise küçük kentlerde yaşayanlar olduğunu göstermiştir.

Baygöl (1997), araştırmasında ergen öfke tepkilerini etkileyen değişkenleri araştırmıştır. Eşit sayıda kız ve erkek öğrenciden oluşan 220 kişilik örnekleme, 14-15 yaşlarındaki lise ve ilköğretim öğrencileri alınmıştır. Araştırma bulguları ergenlerin cinsiyetlerinin öfke tepki biçimlerini etkilemediğini ancak ekonomik düzeyin, anne babanın eğitim durumunun yükselmesinin ve annenin çalışıyor olmasının dışa yönelik öfkeyi arttırdığı, kardeş sayısının artmasının içe yönelik öfkeyi arttırdığını göstermiştir.

Okman (1999), ergenlerin öfke ifade tarzlarının kendilik imgesi ile ilişkisini araştırmıştır. Araştırmaya kendilik imgesinin 15 -16 yaş grubu normal devlet ve Anadolu liselerine devam eden 428 ergen çalışmaya dahil edilmiştir. Sonuçta, olumlu kendilik imgesine sahip ergenlerin sürekli öfke düzeylerinin daha düşük olduğu ve öfkelerini kontrol altında tutabildikleri sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca sürekli öfke okul türüne göre farklı düzeyde yaşanmamasına rağmen, öfkeyi denetleme becerisinin Anadolu lisesi öğrencilerinde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Anne-baba eğitim düzeyinin yüksek olmasının, öfke dışa vurulması üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir.

Aytek (1999), araştırmasında lise birinci sınıf öğrencilerinin öfke düzeyini kontrol etmeleri ve uygun başa çıkma stratejilerini kullanabilmeleri için gerekli olan becerileri kazanabilmeleri konusunda yardımcı olmayı amaçlayan bir grup rehberliği programı uygulamıştır. Eşit sayıda kız ve erkek öğrenciden oluşan 20 kişilik deney ve kontrol grubu oluşturulmuştur. Uygulama sonucunda, bilişsel davranışsal teknikler

doğrultusunda yer alan etkinliklerin öğrencilerin gerekli becerileri geliştirebilmelerini sağladığı tespit edilmiştir.

Akgül (2000), öfke denetimi eğitiminin, ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin öfke denetimi becerilerine etkisini incelemiştir. Çalışma deney ve kontrol grubu otuz kişi olmak üzere 60 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Sonuç olarak, öfke denetimi eğitimi bitiminde, deney grubundaki öğrencilerin öfke denetimi becerilerinde, kontrol grubundaki öğrencilere kıyasla anlamlı düzeyde bir artma görülmüştür.

Olmuş (2001), ergenlerin aile içi psikolojik örüntülere göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını incelemiş ve bunların farklılaştığını ortaya koymuştur. Orta öğretim hazırlık, lise bir ve lise ikinci sınıflarda öğrenim gören 15,16,17 yaşlarında toplam 419 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Bulgulara göre sıcak bir aile ortamını ve aileden destek gördüğünü algılayan ergenlerin öfkelerini sağlıklı bir şekilde ifade edebildikleri, uygun bir şekilde kontrol edebildikleri sunucuna varılmıştır. Aile ortamlarını denetleyici ve kontrol edici bulan ergenlerin ise öfke duygusuna daha fazla kapıldıkları, duygularını rahatlıkla ifade edemedikleri, bu duyguyu kontrol etme gereksinimi duydukları ve öfkelerini daha çok kendilerine yönelttikleri görülmüştür.

Çelik (2003), İlköğretim II. Kademe öğrencilerin öfkelenmelerine neden olan tetikleyicileri ölçecek “Öfke Tetikleyicileri” ölçeğini geliştirmiştir. Araştırmanın sonuçları Öfke Tetikleyicileri Ölçeği'nin içerdiği dört faktörün bu araştırma kapsamında güvenilir ve geçerli olduğunu ortaya koymuştur. Her bir faktör alt ölçek olarak kabul edilerek şu şekilde adlandırılmıştır: Engellenme, Otorite İlişkileri, Akran İlişkileri ve

Saldırganlık. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .77, test tekrar test güvenilirliği .81 olarak bulunmuştur.

Cenkseven (2003), yaptığı deneysel çalışmada bilişsel davranışsal yaklaşımı temel alarak hazırlanan öfke yönetimi becerileri programının ergenler üzerindeki etkisini incelemiştir. Öfke düzeyi yüksek olan ergenler üzerinde yapılan araştırmanın deney ve kontrol grupları 13'er kişiden oluşturulmuştur. Ergenlerin öfke ve saldırganlık düzeylerini belirlemek için "Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği" ve "Saldırganlık Envanteri" ön ölçüm, son ölçüm ve izleme ölçümünde kullanmıştır. Araştırma sonucunda deney ve kontrol gruplarının ön ölçüm ve son ölçüm -içe yönelik öfke dışında- sürekli öfke, dışa yönelik öfke, öfke kontrol ve saldırganlık puanları arasında deney grubu lehine anlamlı farklar belirlenmiştir. Deney grubuna dört ay sonra uygulanan izleme ölçümü sonucunda son ölçüm ve izleme ölçümü puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır.

Balkaya ve Şahin (2003), 14- 50 yaş arasındaki 756 kişilik örneklem ile, "Çok Boyutlu Öfke Ölçeği" geliştirme çalışması yapmışlardır. Ortaya çıkan ölçek boyutlarından bazılarının verdikleri bilgiler, öfke ile ilgili değişkenler ve duygular hakkında ipuçları vermektedir. Buna göre, Öfke Belirtileri boyutunda, cinsiyetler arasında fark olmadığı, Öfke ile İlgili Davranışlar boyutunda, erkeklerde saldırganlık düzeylerinin kadınlara göre fazla olduğu anlaşılmıştır. Öfke ile İlgili Düşünceler boyutunda, öfkenin kaygı, depresyon, düşmanlık, olumsuz benlik, somatizasyon ve intihar eğilimi ile yüksek bir ilişki gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca "Ciddiye Alınmama" alt ölçeği hariç, diğer tüm boyutlarda yaş değişkeninin öfkeyi belirleyici olduğu ve yaş ilerledikçe öfkede düşme gözlenmiştir. Yine 14-19 yaş arasındaki ergenlerin tüm

gruplara göre daha fazla İntikam Tepkileri puanı aldıkları da belirlenmiştir. Öfke ve eğitim düzeyi ilişkisine bakıldığında ise, lise ve üniversite mezunlarının temel eğitim mezunlarından daha fazla öfke yaşadıkları ve öfkeye yol açan durumlardan daha fazla etkilendikleri belirlenmiştir. Ancak bu yaşananları davranışa dökme konusunda lise mezunlarının daha rahat olduğu da bulunmuştur.

Yılmaz (2004), çalışmasında öfke ile başa çıkma eğitiminin ve grupla psikolojik danışmanın, ergenlerin öfke ile başa çıkma becerileri üzerindeki kısa süreli ve kalıcı etkileri ile, uygulanan iki tür müdahalenin hangisinin daha etkili olduğunu araştırmıştır. Öfke ile başa çıkma eğitimi ve grupla psikolojik danışmaya katılan uygulamalar sonundaki değerlendirmelerinde sürekli öfkelerinin azaldığı, öfke ile başa çıkma eğitimi alan grupta bu azalmanın dört ay sonraki kalıcılık testlerinde de devam ettiği görülmüştür. İki farklı grup deneyiminin, öfkeyi içe atma düzeyleri üzerinde anlamlı kısa süreli ya da kalıcı etkileri bulunmamıştır. Araştırmacı tarafından geliştirilen öfke ile başa çıkma eğitimi grupla psikolojik danışmaya göre ergenlerin öfkeyle başa çıkmayı öğrenebilmeleri ve kalıcı olarak yaşamlarına aktarabilmelerinde daha etkili olduğu tespit edilmiştir.

Çelik (2005), orta öğretim öğrencilerinin, cinsiyet, okulun içinde bulunduğu sosyo ekonomik düzey ve Sürekli Öfke ve Öfke düzeylerine Göre Öğrenci Yancılaşıma Ölçeği üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında, cinsiyete göre anlamlı bir fark olmadığı; okulun içinde bulunduğu sosyo ekonomik düzeye göre yalnızca Güçsüzlük Alt ölçeğinde anlamlı bir fark olduğu ve diğer alt ölçeklerde anlamlı bir farklılık olmadığı; Öfke İfade tarzlarına göre Öğrenci Yancılaşıma Ölçeğinin alt boyutları olan Güçsüzlük,

Anlamsızlık, Kuralsızlık ve Sosyal Uzaklık alt ölçekleri üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Yapılan literatür taramasında araştırmaların daha çok öfkenin olumsuz sonuçlarını önleme yönünde olduğu görülmektedir. Çalışmaların büyük bir çoğunluğu ergenlerle ve okullarda yapılmasına rağmen okula yönelik öfke ile ilgili çalışmaların olmaması dikkati çekecek bir durumdur. Özellikle okullarda artan şiddet eğilimleri ve öfke patlamaları sonucunda yaşanan istenmeyen davranışlar göz önüne alındığında öğrencilerin okula yönelik öfkelerini ölçecek bir ölçeğin önemi artmaktadır. Okula karşı öfkenin belirlenmesi ve bu öfkenin önlenmesi, sonrasında ise olumlu baş etme yöntemlerinin öğretilmesi yapılacak çalışmalar açısından önemlidir.

II. 8. Öfke ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Bu bölümde yurt dışında yapılmış öfke çalışmaları hakkında bilgi verilmiştir.

Wagner, Fletcher ve Gramzov (1992), öfke, saldırganlık ve düşmanlığın suçluluk ve utanmadan farklılığını belirlemek için yaptıkları çalışma sonucunda utanmanın öfke kışkırtması, şüphencilik, gücenme, iritasyon, olumsuz olaylarda başkasını suçlama ve dolaylı düşmanlık ifadesiyle ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Utangaçlığın tersine suçluluk; düşmanlık, gücenme ve öfkenin bazı işaretleri ve başkalarını suçlama ile ilişkili bulunmuştur.

Singer, Anglin, Song ve Lunghofer (1995) öfkenin üzerine doğrudan odaklanmasalar da çalışmaları gelecekteki çalışmalar için önemli saptamalarda bulunmuştur. Fiziksel şiddet, cinsel istismar/saldırı ve travma semptomlarının ergenlerin ruh sağlığı üzerinde o anki ve sonraki etkilerini incelemişlerdir. Yaşları 14 ile 19 arasında değişen ve yaklaşık olarak yarısı kız olan örneklem 3,734 öğrenciden oluşmaktadır. Afro-Amerikan, Kafkas ve diğer etnik kökenlerden gelen katılımcıların dağılımları eşit şekilde yapılmıştır. Katılımcılar, Amerika'nın iki eyaletinde bulunan altı devlet lisesinden gelen 9. sınıf ile 12.sınıfta okumakta olan öğrencilerdir. Sonuçlara göre ergenlerin yakın zamanda maruz kalınan şiddet ile ve geçmiş zamanlarda maruz kalınan şiddet arasında olumlu bir ilişki olduğunu göz önüne serilmiştir. Geçmiş zamanlarda maruz kalınan şiddetin öfke ile güçlü bir ilişkisi bulunmaktadır. Bu çalışmanın bir başka saptaması ise, öfke semptomlarının evde genellikle şiddet semptomları, bıçak, silah, ve tehdit ile şiddete maruz kalma durumları ve fiziksel şiddet ile ilişkili olduğudur.

Deffenbacher ve Swaim (1999), ergenlerin saldırgan öfke ifadelerini incelemişleridir. Cinsiyet, etnik ve gelişimsel etkiler bulunmuştur. Erkeklerin kadınlara göre daha çok insanlara yönelik fiziksel saldırıda buldukları, beyaz yetişkin ergen öğrencilerin Amerikalı Meksikan genç ergen öğrencilere göre daha çok sözel saldırıda bulduklarını tespit etmişlerdir. Her iki okul öğrencilerinin de sözel saldırganlıklarının nesnelere yönelik saldırganlıklarından daha fazla olduğu ve insanlara yönelik fiziksel saldırganlıklarının da yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışma saldırgan öfke ifadesinin ergenlerde tek boyutlu olmadığını ancak cinsiyet, etnik köken ve gelişim durumuna göre büyük oranda ayrıştığını ve farklılaştığını göstermektedir.

Cautin, Robin, Overholser, James, Goetz, Patricia (2001), yatılı olmayan 92 ergen psikiyatri hastası üzerinde içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış öfkeyi değerlendirmişlerdir. Sonuçlar, öfkelerini içselleştiren kişilerin daha çok bunalımlı olmaya ve çaresizlik hissi taşımaya eğilimli olduğunu ortaya koymuştur. Öte taraftan öfkelerini içselleştiren kişilerin öfkelerini dışsallaştıranlara oranla daha fazla ciddi intihar teşebbüsünde buldukları saptanmıştır. Bunun tam tersine öfkesini dışsallaştıran ergenlerde alkol ile ilişkili problemler daha fazla görülür. Böylelikle öfkeyi ifade etmenin farklı şekilleri farklı psikopatolojiler ile bağlantılı olduğu görülmektedir.

Boman (2003), lise 1. sınıf düzeyindeki 102 öğrencinin öfkelerini, duygusal, bilişsel, davranışsal boyutlarını, olumlu baş etme becerilerini ve yıkıcı ifade tarzlarını incelemiştir. Araştırmada Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri Kullanılmıştır. Bulgular, erkek ve kız okul çağı ergenlerinin öfkelerinin duyuşsal boyutları arasında fark olmadığını, kızların öfkelerini daha olumlu biçimde ifade ettiklerini ve erkeklerin okula yönelik düşmanca duygularının kız öğrencilerden daha fazla olduğunu göstermiştir. Ayrıca kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre, okuldaki yetişkinlere daha fazla güven duydukları, daha yapıcı baş etme yöntemlerini kullandıkları, erkek öğrencilerin öfkeyle başa çıkmada yıkıcı yolları kullanma eğiliminde oldukları belirlenmiştir. Öfkenin bilişsel boyutu ile davranış ve duygu boyutu arasında ilişki olduğu ve öfkenin bilişsel boyutunun öfkeyi ifade edişi ve öfkenin yaşanışını etkilediği yönündeki görüşleri desteklemektedir.

Boman, Smith ve Curtis (2003), lise 1. sınıfta okuyan 102 öğrencinin okula karşı olan eğilimsel iyimserlik ve kötümserlik, açıklamacı tarzlar ve öfke düzeylerini incelemiştir. Araştırmada Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri Kullanılmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda erkek öğrencilerin çaresiz açıklamacı tarzları ile daha yüksek

düzeyleerde öfke yaşamakta oldukları ve okula karşı daha yüksek seviyede yıkıcı davranış sergiledikleri belirlenmiştir. Kötümserlik eğilimi olan öğrencilerin de ise daha yüksek oranlarda okul düşmanlığı ve yıkıcı davranışlar sergiledikleri tespit edilmiştir. Kız öğrenciler de ise, çaresiz açıklamacı tarzın ve eğilimsel kötümserliğin birbiriyle ilişkili olduğu saptanırken genel öfke şiddeti, yıkıcı ve saldırgan davranışlarla bir ilişkisi görülmemiştir.

Larscheid (2004), öfke ile sosyal beceri davranışları arasındaki ilişkiyi incelediği okul temelli bilişsel davranışsal bir programın etkinliğini 9-12 yaş örnekleminde değerlendirmiştir. 4. 5. ve 6. sınıftan sekiz öğrenci 12 haftalık bir öfke müdahalesi programını tamamlamıştır. Sonuç olarak, öfke ve sosyal beceriler arasında hiçbir kayda değer korelasyon bulunamamıştır.

Duck (2004), 7,8,9 ve 10.sınıflara devam eden 1066 öğrenci üzerinde yaptığı çalışmada öç yüklemeleri ve bilişleri ile fiziksel ve sözel saldırganlık, öfke, düşmanlık, öfke deneyimi, okul düşmanlığı ve yıkıcı ifade arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulmuş, olumlu baş etme ve kendine güven değişkenleri ile ise negatif korelasyon bulmuştur.

Campel (2004), psiko-eğitimsel öfke yönetiminin duygusal sorunlu orta okul ergen öğrenciler üzerindeki etkisini incelemiştir. Ön test son test ölçümleri 6-8. sınıftan 50 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Öğrenciler deney ve kontrol grubu olarak ayrılmışlardır. Araştırmanın sonucunda öğrencilerin dışsallaştırılmış öfke düzeylerinde bir azalma ya da içsel kontrollerinde istatistiksel yönden anlamlı bir artma olmamıştır.

Anlamlı istatistiksel ilişkiler olmamasına rağmen kontrol kaybının artması ve dışsallaştırılmış davranış ifadesinin azalması öfke yönetimi tekniklerinin eğitim periyotlarına yayılmasıyla çözümlenebileceğini belirlenmiştir.

II. 9. Öfke Ölçekleri

Bu bölümde geliştirilen öfke ölçekleri hakkında bilgiler verilmiştir.

II. 9. 1. Çocuklar İçin Öfke Envanteri (Children's Inventory of Anger)

Nelson ve Finch (1987) tarafından geliştirilmiştir ve toplam 36 maddeden oluşmaktadır. Engellenme, Fiziksel Saldırganlık, Akran İlişkileri ve Otorite İlişkileri olmak üzere dört alt boyutu vardır. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği .82, iç tutarlılık katsayısı .96, madde toplam korelasyonları .34 ile .59 arasında bulunmuştur. Envanter ilköğretim döneminde (birinci kademe) yaşanan öfkeyi, öfke kontrol problemlerini ve öfke yönetme becerilerini yordamada güçlüdür.

II. 9. 2. Durumluk-Sürekli Öfke İfadesi Ölçeği (The State Trait Anger Scale)

Öfke duygusu ve ifadesini ölçen kendini değerlendirme ölçeğidir. 44 maddeden oluşur. Ergen ve yetilkinlere uygulanır. Durumluk-Sürekli Öfke İfadesi Ölçeği iki aşamada geliştirilmiştir. İlk aşamada 20 maddelik Durumluk sürekli Öfke Ölçeği, Spielberger ve arkadaşları tarafından 1980 ile 1983 yılları arasında yapılan

çalışmalar sonucu oluşturulmuştur. 30 maddelik ilk ölçek formu 146 üniversite öğrencisi ile 270 askere uygulanmış, en uygun geçerli ve yüksek iç tutarlılığı olan maddeler (20 madde) seçilmiştir. Dörtlü likert tekniği ile değerlendirilen 20 maddenin 10 tanesi durumluk öfkeyi, 10 tanesi de sürekli öfkeyi ölçmeye yönelik olarak hazırlanmıştır. Envanterin geliştirilmesindeki ikinci aşamada, öfkenin ifade edilme tarzının da önemli olduğu göz önünde bulundurularak, “bastırılmış, içe yönelik ve dışa yönelik” öfke ifadelerini ölçmeyi amaçlayan 24 maddelik bir ölçek eklenmiştir. Bu 24 madde de görgül yöntemlerle bulunmuştur. Asıl formun güvenilirlik çalışmalarında, ölçeğin iç tutarlılığını sınamak için madde toplam puan korelasyonları (.14 ile .56 arasında) ve Cronbach Alfa değeri (.73 ile .56 arasında) hesaplanmıştır. Geçerlik çalışmalarında envanterin Buss-Durke Hostilite Ölçeği ile korelasyonu .27 ile .32 arasında, Durumluk Öfke İfade Ölçeği ile korelasyonu .22 ile .44 arasında bulunmuştur. Yapı geçerliğinin saptanmasında faktör analizi ve hipotez sınama kullanılmıştır. Araştırmalarda öfke duygusu ile hipertansiyon arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla, envanter hipertansiyon hastalarına uygulanmıştır. Sonuçta, hipertansiyon hastalarının kontrollerine göre, Durumluk Sürekli Öfke İfadesi Ölçeği’nden yüksek puan aldıkları gözlenmiştir(Savaşır ve Şahin, 1997).

II. 9. 3. Novaco Öfke Envanteri-Kısa Form (Novaco Anger Inventory-Short Form)

Novaco Öfke Envanteri Kısa Form, Novaco tarafından 1975 yılında gerçekleştirilen 90 maddelik uzun formdan seçilen 25 maddeden oluşmuştur ve yine 5’li Likert türü üzerinde işaretlemesi yapılmaktadır. Cronbach alfa değeri .96; madde toplam

korelasyonu .50 ile .77 arasında ve ölçeğin güvenirlik katsayısı .93 olarak bulunmuştur (Akt. Çelik, 2003).

II. 9. 4. Çok Boyutlu Öfke Envanteri (Multidimensional Anger Inventory)

Siegel (1986) tarafından geliştirilmiştir. 38 maddeden oluşmaktadır. Beşli likert tipi ölçek üzerinde cevaplanması yapılmaktadır. Düşmanca Bakış açısı, Öfke Uyandırma, Uyarıcı Durumlar, öfke İçte ve Öfke Dışta olmak üzere 5 alt boyuttan oluşan ölçeğin psikometrik verileri yüksektir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .75'tir. Cronbach alfa katsayıları .51 ile .85 arasında değişmektedir.

Öfke çeşitli boyuları olan çok yönlü bir duygudur ve buna bağlı olarak Öfkeyi ölçen ölçeklerin de öfkenin pek çok yönünü ölçtükleri görülmektedir. Öfke ölçümü her yaş ve durumu kapsamına rağmen okul odaklı öfke ölçümü için geliştirilmiş olan ve uyarılma çalışması yapılan Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri ise öfke olgusu sürecinin üç temel niteliği olan bilişsel, davranışsal ve duygusal unsurlara dayalı olarak oluşturulmuştur. Ölçekle ilgili yapılan çalışmalar ölçeğin yapı güvenirliğini desteklemektedir. MSAI'de oluşumunda kullanılan veriler Amerika Birleşik Devletleri, Avustralya, Peru ve Guatemala' da yapılan benzer çalışmalardan toplanmıştır. Amerika Birleşik Devletlerinde yapılan araştırmada yaş ortalamaları 16.2 olan 409 erkek, 464 kız toplam 873 öğrenci yer almıştır.

Ayrıca yine Amerika da yaş ortalamaları 15 olan 174 erkek, 70 kız, toplam 244 öğrencinin katıldığı benzer bir çalışma da yapılmıştır. Avustralya'da ölçek yaş

ortalamları 15.0 olan 285'i erkek, 210 'u kız toplam 494 genel lise öğrencisi üzerinde uygulanmıştır. Peru'da ölçek yaş ortalamaları 14.5 olan 152 erkek, 71 kız toplam 224 genel lise öğrencisine uygulanmıştır. MSAI'nin ilk çevirisi Peru ve Guatemala da yapılan çalışmalarda kullanılmıştır. İspanyolca'dan kaynaklanan çeviri farklılıkları İspanyol çevirmen ve araştırmacıların katılımıyla düzeltilmiştir. Yerel dilde yer alan ve öğrencilerin daha kolay anlayıp yorumlayabileceği kelimeler kullanılmıştır. MSAI'nin İngilizce versiyonu çok az yerel kelime değişikliğine giderek orijinal şekliyle uygulanmıştır. Farklı ülkelerde öğrencilerle yapılan çalışmalarda ülkelere göre önemli değişkenler ve farklılıklar olduğu görülmüştür. Cinsiyet, yaş grubu, yerel (kültürel)vb. özelliklerin geçlerin öfkeyi algılama ve öfke davranımlarını yansıtmalarında önemli ölçütler olduğu tespit edilmiştir.

III BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, ölçek uyarlama çalışmasındaki aşamalar, ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması ile ilgili yapılan işlemler hakkında bilgiler verilmiştir.

III. 1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, 11-18 yaşlarında okula devam eden öğrencilerin, okul ortamındaki öfke duygularını farklı boyutlarıyla ölçmeye yönelik bir ölçek uyarlama çalışmasıdır.

III. 2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Mersin ili merkez ilçelerindeki İlköğretim 5-6-7-8. sınıf ve ortaöğretim hazırlık, 9-10-11. sınıflara devam eden 11-18 yaşında olan öğrenciler oluşturmuştur.

Araştırmada evrenden oransız küme örneklem alma yoluna gidilmiştir. Mersin ili merkez ilçesinde bulunan ilköğretim ve orta öğretim okullarındaki öğrenciler, oransız küme örneklem yoluyla örnekleme dahil edilmişlerdir. Ölçeğin uyarlanması

sürecinde iki kez örneklem alma yoluna gidilmiştir. Bu örneklemelere ilişkin ayrıntılı açıklamalar aşağıda verilmiştir.

Birinci Örneklem : Oluşturulan deneysel formun yapı geçerliğini sınamak için gerçekleştirilen ilk çalışmada Pirireis İlköğretim Okulu, Salim Güven İlköğretim Okulu, 3 Ocak İlköğretim Okulu, İleri İlköğretim Okulu, Kayatepe İlköğretim Okulu, Hacı Sabancı Lisesi (Yabancı Dil Ağırlıklı Program Uygulayan Lise YDA), Abdülkadir Bengi Anadolu Lisesi, Salim Yılmaz Lisesi (YDA), Atatürk Lisesi (YDA), Gazi Lisesi'ne (YDA) devam eden öğrencilerden yaşları 11-18 arasında değişen 280'i kız, 250'si erkek toplam 530 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Birinci örnekleme oluşturan öğrencilerin sınıf düzeyi, yaş ve cinsiyetlere göre dağılımı Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1
Birinci Örneklemi Oluşturan Öğrencilerin Sınıf, Yaş ve Cinsiyete göre
Dağılımı

| Sınıf | | 5. | 6. | 7. | 8. | Hazr. | 9. | 10. | 11. | Toplam |
|----------|-------|----|----|----|----|-------|----|-----|-----|--------|
| Yaş | | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | |
| Cinsiyet | Kız | 38 | 33 | 35 | 38 | 40 | 32 | 35 | 29 | 280 |
| | Erkek | 39 | 32 | 53 | 20 | 28 | 22 | 29 | 17 | 250 |

İkinci Örneklem : Gözden geçirilerek yeniden oluşturulan formun yapı geçerliğini sınamak için gerçekleştirilen ikinci çalışmada Aliye Pozcu İlköğretim Okulu, Pirireis İlköğretim Okulu, Şevket Pozcu Lisesi, Tevfik Sırrı Gür Lisesi, Mehmet Adnan Özçelik Anadolu Lisesi, 19 Mayıs Anadolu Lisesi'nden, yaşları 11-18 olan 481 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Bu öğrencilerin 254'ü kız 227'si erkektir. Örneklemde yer alan öğrencilerin sınıf düzeyi, yaş ve cinsiyete göre dağılımı Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2

İkinci Örneklemi Oluşturan Öğrencilerin Sınıf,Yaş ve Cinsiyete göre Dağılımı

| Sınıf | | 5. | 6. | 7. | 8. | Hazr. | 9. | 10. | 11. | Toplam |
|----------|-------|----|----|----|----|-------|----|-----|-----|--------|
| Yaş | | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | |
| Cinsiyet | Kız | 29 | 32 | 30 | 25 | 25 | 24 | 49 | 40 | 254 |
| | Erkek | 32 | 30 | 26 | 28 | 32 | 17 | 32 | 31 | 227 |

Uyarlanmış olan Türkçe formun ölçüt bağıntılı geçerliğini sınamak amacıyla Durumluk-Süreklî Öfke İfade Ölçeği kullanılarak gerçekleştirilen çalışmada veriler; yapı geçerliği çalışmasının yapıldığı ikinci örneklem gubu ile aynı anda Durumluk-Süreklî Öfke İfade Ölçeği uygulanarak elde edilmiştir. Şevket Pozcu Lisesi, Tevfik Sırrı Gür Lisesi ve Mehmet Adnan Özçelik Anadolu Lisesine devam eden öğrencilerden yaşları

15-18 yaşlarında olan 85'i kız, 81'i erkek toplam 166 öğrenci örneklem grubunu oluşturmuştur.

Uyarlanan Türkçe formun güvenilirliğini test etmek amacıyla testin tekrarı yönteminin kullanıldığı örneklem grubu Pirireis İlköğretim Okulu, Tevfik Sırrı Gür Lisesi ve Şevket Pozcu Lisesinden 31 kız, 29 erkek toplam 60 öğrenciden oluşmuştur.

III. 1. 3. Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri (The Multidimensional School Anger Inventory)

Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri Smith, Furlong, Douglas ve Bates (2000) tarafından, okulla bağlantılı öfkenin duygusal, bilişsel ve ifadesel yönlerini değerlendirmek amacıyla . Smith, . Furlong, .Bates tarafından geliştirilmiştir. İlk olarak erkek ergenler için geliştirilen Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri daha sonra yeniden düzenlenerek kadın örnekleme üzerinde geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır.

Burada ilk olarak Erkekler İçin Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri (MSAI for male) daha sonra ise yeniden düzenlenen Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri (MSAI-R) nin geçerlik güvenilirlik ve geliştirme basamakları hakkında bilgi verilmiştir.

III. 3. 1. Erkekler İçin Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri (The Multidimensional School Anger Inventory for Male)

ÇBOÖE öfkeyi Öfke deneyimi (duygusal öfke), düşmanlık (bilişsel öfke) ve öfke ifadesi (saldırganlık, gırışkenlik ve geri çekilme) olmak üzere üç bileşenden oluşan çok boyutlu bir yapı olarak kavramsallaştırılan araştırmalardan yola çıkılarak erkek ergenlere yönelik geliştirilmiştir. Bu ölçek, Smith, Adelman, Nelson ve Taylor (1988) tarafından geliştirilmiş olan Okul Öfke Envanteri'nin (School Anger Inventory-SAI) üzerine temellendirilmiştir. SAI ise Çocuklar İçin Öfke Envanteri (Children's Inventory of Anger: Finch ve Nelson,1987)'nin maddelerinin değiştirilmesi ile oluşturulmuştur. Dolayısıyla daha çok okulla ilgili deneyimler üzerine odaklanmıştır. SAI öğretmen düşmanlığı, ahlak kurallarını ihlal etme, akran-öğretmen problemleri, akran kırgınlığı ile ilişkili hipotetik durumlar içinde öfkenin alanından bahsetmektedir.

MSAI ilk olarak 73 maddeden oluşmuştur. Bunlardan, 27 madde SAI'dan, 24 madde okul ortamı ile ilgili katı/sert tutumlar ve inançlar, düşmanlık ile ilişkilendirilmiş, 22 madde ise ergenlerin saldırganlık, bastırma ya da pozitif baş etme yollarından hangisi ile ifade ettiklerini değerlendirme amacı ile düzenlenmiştir.

Veriler üç ayrı okuldan 202 erkek öğrencinin kişisel görüşmelerinden edilmiştir. Bu okullar dini bir kuruluşun yönetiminde olan bir okuldaki genel eğitim gören 6-12. sınıf öğrencilerini kapsamaktadır. İkinci okul genel eğitim alan öğrencileri, ya da devlete ait orta okulda özel eğitim alan öğrencileri içermektedir. Üçüncü okul ise

duygusal anlamda ciddi rahatsızlıklar yaşayan gençler için hazırlanmış gündüz tedavi programlarına katılan öğrencilerden oluşmaktadır.

Ölçek geliştirme madde ve faktör analizleri yoluyla madde geliştirmesine ve ölçek arındırması sonucunda 4 faktör tanımlanmıştır. Öfke Yaşantısı, Düşmanlık ve Öfke İfadesi başlıca boyutlar olarak tanımlanmıştır. Ayrıca Öfke İfadesi maddeleri Yıkıcı İfade ve Olumlu Başetme olmak üzere iki bileşene ayrılmıştır. Her alt ölçek bağımsız bir şekilde puanlanır ve kullanılabilir.

Ölçeğin her bölümü dörtlü Likert tipi ile derecelendirilmiştir ve kendine özgü bir yanıt formatı bulunmaktadır. Duygusal boyut, öfke ifadesi alt ölçeğidir ve 13 maddeden oluşur, öfke yaşantısını ölçer ve dörtlü Likert tipi üzerinde öğrencilerin öfke derecelerini kendileri kaydettikleri varsayımsal okul durumlarını sunar. Öfke deneyimi maddeleri 1=Hiç sinirlenmezdim, 2=Biraz sinirlenirdim, 3=Bir hayli sinirlenirdim, 4=Çok sinirlenirdim şeklindedir ve öfke derecesine karşılık gelen surat ikonları ile eşleştirilmiştir. Ölçeğin Bilişsel Boyutu Düşmanlık alt ölçeğidir, 6 maddedir, okula karşı düşmanca tavırları ölçer ve 1=Kesinlikle katılmıyorum, 2=Katılmıyorum, 3=Katılıyorum, 4=Kesinlikle katılıyorum şeklindedir. Davranışsal Boyut ise Öfke İfadesi alt ölçeğidir, Olumlu Başetme 7 madde, Yıkıcı İfade 5 madde toplam 12 maddedir ve öğrencilerin öfkelerini çeşitli yollar kullanarak ne kadar dışa vurduklarına yöneliktir. Cevap değerlendirmesi dörtlü Likert şeklindedir ve 1=Asla, 2=Bazen, 3=Sık sık, 4=Daima olarak oluşturulmuştur.

MSAI ile birlikte Saldırganlık Anketi (Agression Questionnaire: Buss-Perry, 1992) ve Conners Öğretmen Dereceleri Ölçeği (Teacher Rating Scale:Conners, 1989) kullanılmıştır. MSAI alt ölçekleri ile AQ alt ölçekleri arasındaki korelasyon .15 ile .51, MSAI ile CTRS arasındaki korelasyon .19 ile .28 arasında değişmektedir.

Elde edilen veriler üzerinden Öfke Yaşantısı ve Bilişsel alt ölçekleri için puanlar hesaplanmıştır. Okulla ilgili öfke deneyimini içeren 29 madde tüm alt ölçeklerle $r=.27$ ile $.58$ arasında bir korelasyon göstermiştir. Madde toplam korelasyonu $.55$ üstü olan 13 madde bırakılmıştır. Düşmanlık alt ölçeğinde yer alan 24 maddenin madde toplam korelasyonları $.03$ ile $.66$ arasında değişmiştir. $.50$ ve üstü olan 7 madde bu alt ölçekte bırakılmıştır. Bunun dışında ifade tarzı yönlendirmeyi içeren bir madde de çıkarılmıştır. Öfke ifadeleri alt ölçeğinin madde toplam korelasyonları diğer iki ölçekten daha düşük çıkmıştır $r= .44$.

Faktör analizi madde içi toplam varyans %43.3 olarak hesaplanmıştır. Öfke Yaşantısı (Anger Experience): %17.2, Düşmanlık %11.5, Olumlu Baş Etme (Positive Coping) %8.5 ve Yıkıcı İfade (destructive Expression) %6.0'dır.

Öfke Yaşantısı alt ölçeğinde yer alan maddelerin faktör yükleri $.54$ ile $.71$; Düşmanlık alt ölçeğinde yer alan maddelerin faktör yükleri $.60$ ile $.74$; Olumlu Başetme alt ölçeğinde yer alan maddelerin faktör yükleri $.54$ ile $.71$; Yıkıcı İfade alt ölçeğinde yer alan maddelerin faktör yükleri ise $.56$ ile $.58$ arasında bulunmuştur.

Ölçeğin Cronbach Alfa katsayıları; Öfke Yaşantısı alt ölçeği üç okul örneğinde de .84-.88; Düşmanlık alt ölçeği .75 ile .82; Olumlu Başetme ölçeği .68 ile .74; Yıkıcı İfade alt ölçeği .58 ile .79 olarak bulunmuştur (Smith, Furlong, Bates ve Laughling, 1998).

Sonuç olarak elde edilen 31 maddelik ölçeğin güçlü psikometrik niteliklere sahip olduğu belirtilmektedir. Araştırmalarda, tedavi planlarında ve sonuç değerlendirmelerinde kullanılabileceği belirtilmektedir (Smith, Furlong, Bates ve Laughling, 1998).

III. 3. 2. Gözden Geçirilmiş Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri (The Multidimensional School Anger Inventory MSAI-R)

Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri, öfkenin duyuşsal, bilişsel ve davranışsal boyutlarını genel okul ortamında özel olarak değerlendirmek için tasarlanmıştır. 6-12. sınıflardaki erkekler için geliştirilen 31 maddelik orijinal ölçek, içsel tutarlık ve yapı geçerliği bakımından olumlu psikometrik değerlere sahiptir.

MSAI'nın yapısını erkekler için daha fazla doğrulamak, kadın örnekleme ilişkisinin inceleyerek MSAI'nın faktör yapısının kız öğrencilerin öfke, düşmanlık ve saldırganlıklarını tam olarak yansıtmadığını belirlemek, ilk çalışmadaki 202 erkeğin oluşturduğu genellenebilirlik kısıtlamasını aşmak, MSAI'nın altölçek puanlarının zaman içindeki istikrarını belirlemek amacıyla bu çalışma yapılmıştır.

Bu çalışma için veriler devlet lisesine devam eden 9-12. sınıf 590 erkek ve 576 kız olmak üzere toplam 1666 öğrenciden toplanmıştır.

İlk olarak orijinal 31 maddelik MSAI 176 erkek ve 192 kız öğrenciye uygulanmıştır. Ölçeğin kızlar için faktör yapısını incelemek için temel bileşenler faktör analizi ve varimax dönüştürme yapılarak erkek örneklem ile çapraz geçerlemesine bakılmıştır.

Analizler sonucunda Öfke Yaşantısı alt ölçeğinin madde toplam yükleri erkekler için .52-.68, kızlar için .42-.66; Alfa katsayıları ise erkekler için .88, kızlar için .83; ve varyansı açıklama düzeyi erkekler için %17.0, kızlar için ise %14.3 olarak bulunmuştur.

Düşmanlık alt ölçeği madde toplam yükleri erkekler için .65-.71; kızlar için .60-.72; Alfa katsayıları ise erkekler için .82, kızlar için .79 ve varyansı açıklama düzeyi erkekler için % 10.8, kızlar için % 10.5 olarak bulunmuştur.

Yıkıcı İfade alt ölçeği madde toplam yükleri erkekler için .46 -.71, kızlar için .46 -.77, alfa katsayıları ise erkekler için .75, kızlar için .66 ve varyansı açıklama düzeyi erkekler için % 9.3, kızlar için %7.6 bulunmuştur.

Olumlu Başetme alt ölçeği ölçeği madde toplam yükleri erkekler için .57 - .72, kızlar için .39 -.57, alfa katsayıları ise erkekler için .71, kızlar için .59 ve varyansı

açıklama düzeyi erkekler için % 9.3, kızlar için %7.4 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar MSAI'nın 4 faktörlü yapısının erkekler için tekrarladığının ve ergen kızlarla aynı olduğunun kanıtı olarak kabul edilmiştir.

Bu doğrulama ve genişletme çalışması için toplanan verilerin başlangıcında ölçeklerin güvenilirliğini artıracak paralel maddeler geliştirilmiştir. Bu özellikle ifade ölçeklerinin gerçeğidir. Oluşturulan paralel maddeler ergen ve mezun gençlere sunulmuş ve geribildirimler doğrultusunda çalışmanın genişletme analizinde kullanılmak üzere 5 deneme paralel maddesi ölçeğe eklenmiştir.

Maddelerin Öfke Yaşantısı alt ölçeğinin madde toplam yükleri .47-.68; Alfa katsayıları ise .87 ve varyansı açıklama düzeyi %13.8 olarak bulunmuştur.

Düşmanlık alt ölçeği madde toplam yükleri .44-.72; Alfa katsayıları ise .78 ve varyansı açıklama düzeyi % 9.6 olarak bulunmuştur.

Yıkıcı İfade alt ölçeği madde toplam yükleri 45-.72, alfa katsayıları ise .83 ve varyansı açıklama düzeyi %10.7 olarak bulunmuştur.

Olumlu baş etme alt ölçeği ölçeği madde toplam yükleri .43-.65, alfa katsayıları ise .65 ve varyansı açıklama düzeyi %7.2 olarak bulunmuştur. Yapılan çalışma ile Yıkıcı ifade (4 madde) ve Olumlu Başetme (1madde) alt ölçeklerine paralel maddeler eklenerek öfke ifadesi ölçeklerinin güvenilirliği artırılmıştır.

Yapılan son çalışmada 1166 öğrencinin tümünün cevapları kullanılarak 36 maddelik MSAI üzerinde temel bileşenler analizi ve varimax dönüştürmesi yoluyla faktör analizi yapılmıştır. Bu son uygulamada maddelerin toplam madde yükleri genişliği sırasıyla Öfke Yaşantısı alt ölçeği için .48-.68; Düşmanlık alt ölçeği için .61 ile .69; Yıkıcı İfade alt ölçeği için .54-67; Olumlu Başetme altölçeği için .44-.60 olduğu görülmüştür. Varyansı açıklama düzeyleri Öfke Yaşantısı alt ölçeği %13.0; Düşmanlık alt ölçeği %8.9; Yıkıcı İfade alt ölçeği % 10.5; Olumlu Başetme altölçeği de %7.6'dır.

MSAI'nin alt ölçekleri arasındaki korelasyonlar ise, Öfke Yaşantısı alt ölçeği ile Düşmanlık alt ölçeği arasında .40, Yıkıcı İfade ile .45 , Düşmanlık alt ölçeği ile Yıkıcı ifade arasında .53 , Olumlu Başetme alt ölçeği ile Öfke Yaşantısı alt ölçeği arasında .26, Düşmanlık Alt ölçeği ile .36 ve Yıkıcı ifade alt ölçeği ile .32 'dir.

Ölçeğin Cronbach alfa katsayıları Öfke Yaşantısı alt ölçeğinde .86; Düşmanlık alt ölçeğinde .80; Yıkıcı İfade alt ölçeğinde .82; Olumlu Başetme alt ölçeğinde ise .68 olduğu saptanmıştır.

Analizlerin sonuçları değerlendirildiğinde Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri'nin kavramsal yapısının hem ergen kadınlar hem de erkekler için bir değerlendirme aracı olarak kullanışlı olduğu sonucuna varılmıştır (Furlong, Smith, Bates, 2000).

III. 4. Ölçeğin Uyarlanması Çalışmasında Yapılan İşlemler

Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri'nin Türkçe'ye uyarlanması şu aşamalarla gerçekleştirilmiştir.

Şahin (1994), ölçek uyarlama ve geliştirme işleminin birkaç aşamadan geçen, uzunca süren bir etkinlik olduğunu belirtir. Savaşır (1994) ise ölçek uyarlamasında en az dört aşamanın varlığından bahseder. Bu aşamalar;

1. Maddelerin orijinal dilden hedef dile çevrilmesi,
2. Çevirinin değerlendirilmesi ve deneysel formun geliştirilmesi,
3. Orijinal formla deneysel formdaki maddelerin eşdeğer olduğunun saptanması,
4. Yeni formun geçerlik ve güvenilirliğinin saptanmasıdır.

Maddelerin çevirisi uyarlamanın en önemli adımlarından biri olarak kabul edilmektedir. Bu işi yapacak çevirmenlerin iki dili de çok iyi bilmenin yanında ölçeğin ilgili olduğu konuyu bilmeleri ve her iki dilde ve kültürde deneyim sahibi olmaları gerektiğine değinilmiştir (Savaşır, 1994). Ancak ideal olan bu durumu her zaman gerçekleştirmek mümkün olmamaktadır. Bu nedenle, birinci aşamada orijinal ölçekteki maddeler araştırmacı, akademik olarak İngilizce eğitimi görmüş ve iyi derecede İngilizce bilen Mersin Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı öğretim görevlilerinden Yardımcı Doçent düzeyinde 2 kişi, Mersin Üniversitesi İngilizce Öğretmenliği Bölümünden iki araştırma görevlisi ve İngilizce Öğretmenliği bölümünden mezun profesyonel olarak çeviri yapan bir kişi tarafından ayrı ayrı Türkçe'ye çevrilmiştir. Ölçek maddelerinin çevirileri karşılaştırılmış ve benzer çeviriye sahip

maddeler belirlenmiştir. Sonuç olarak gelen geri bildirimler değerlendirilerek her bir maddenin Türkçe çevirisi yapılmış, yapılan çevirilerin, ölçeğin çevirisinde ortaya çıkabilecek dilbilimsel ve kültürel farklılıklardan kaynaklanabilecek çeviri sorunlarını önlemek amacıyla iki dili ve kültürü iyi bilen ve daha önce “öfke ölçeği” çalışması yapmış alandaki bir başka uzmandan uygunluk bakımından değerlendirmesi istenmiş, verilen geri bildirim doğrultusunda ölçek maddeleri düzenlenmiştir.

Varrichio (1997), ölçek çevirisi çalışmasında, çeviri yapıldıktan sonra, ölçeğin geliştirilmesindeki hedef gruptan seçilecek bir örnekleme, maddelerin anlaşılıp anlaşılmadığını incelemek amacıyla, bir uygulama yapılması gerektiğini belirtmektedir. Buna dayalı olarak elde edilen çeviri form 40 kişilik bir öğrenci grubuna uygulanmıştır. Salim Güven İlköğretim Okulu 5-6-7 ve 8. sınıflarına devam eden 13 kız, 7 erkek; Şevket Pozcu Lisesi hazırlık-9-10-11. sınıflarına devam eden 9 kız, 11 erkek toplam 40 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Her sınıf ve yaş grubundan beş öğrenci çalışma grubunu oluşturmuştur. Öğrencilerden her bir maddeyi anlaşılabilirlik düzeyinde değerlendirmeleri istenmiştir. Ayrıca cevaplama işlemi bittikten sonra öğrencilere tek tek her maddeyi anlayıp anlamadıkları tekrar sorulmuş ve anlaşılmayan maddelerin yerine kendi alternatiflerini belirtmeleri istenmiştir. Bu verilerin değerlendirici tutarlılığını belirlemek amacıyla intraclass korelasyon katsayısı hesaplanmış ve 0.82 bulunmuştur ($F(35,1365)=5.92, p=0.000$). Elde edilen veriler düzenlenerek uzman görüşü alınmış ve uzman tarafından tanımlanan sorunlar üzerinde durularak gerekli düzeltmeler yapılmıştır.

Son olarak ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği sınanmıştır. Geçerlik ve güvenilirlik için yapılan çalışmalar aşağıda açıklanmıştır.

III. 4. 1. Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları

Geçerlik ve güvenilirlik sınaması için yapılan çalışmalar aşağıda ayrıntılı olarak açıklanmıştır.

III. 4. 1. 1. Geçerlik Çalışmaları

Oluşturulan deneysel formun yapı geçerliğini sınamak amacıyla faktör analizi uygulanmıştır. Faktör analizi “birden fazla değişkene bağlı bir değişkeni açıklamakta katkısı bulunan bağımsız değişkenlerin sayısını ve bu bağımlı değişkenin faktör yüklerini bulmada” kullanılan bir yöntemdir (Turgut ve Baykul, 1992).

Ölçüt bağımlı geçerliği sınamak için benzer ölçek geçerliği sınaması yapılmış ve bu çalışmada Özer (1994) tarafından Türkçe’ye uyarlanan Durumluk-Sürekli Öfke İfade Ölçeği kullanılmıştır.

III. 4. 1. 2. Güvenirlik Çalışmaları

Ölçeğin güvenilirliğini sınamak amacıyla testin tekrarı yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem ölçülen niteliğin kararlı olduğu durumlarda kullanılan bir zaman örnekleme modelidir (Özguven, 1994). Ölçek toplam 60 öğrenciye 21 gün arayla uygulanarak test

tekrar test alt ölçekler korelasyon değerleri saptanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin sınıma ise her bir alt ölçek ve toplam puanların Cronbach alfa güvenilirlik katsayıları hesaplanarak yapılmıştır.

III. 5. Veri Toplama Araçları

Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri'nin ölçüt bağıntılı geçerliğini sınamak için bu çalışma kapsamında kullanılan ölçeğe ilişkin bilgiler aşağıda sunulmuştur.

III. 5. 1. Durumluk- Sürekli Öfke İfade Ölçeği

Durumluk-Sürekli Öfke İfadesi Ölçeği iki aşamada geliştirilmiştir. İlk aşamada 20 maddelik Durumluk-Sürekli Öfke İfade Ölçeği, Spielberger ve arkadaşları tarafından 1980 ile 1983 yılları arasında yapılan çalışmalar sonucu oluşturulmuştur. 30 maddelik ilk ölçek formu 146 üniversite öğrencisi ile 270 askere uygulanmış, en uygun geçerli ve yüksek iç tutarlılığı olan maddeler (20 madde) seçilmiştir. Dörtlü likert tekniği ile değerlendirilen 20 maddenin 10 tanesi durumluk öfkeyi, 10 tanesi de sürekli öfkeyi ölçmeye yönelik olarak hazırlanmıştır. Envanterin geliştirilmesindeki ikinci aşamada, öfkenin ifade edilme tarzının da önemli olduğu göz önünde bulundurularak, “bastırılmış, içe yönelik ve dışa yönelik” öfke ifadelerini ölçmeyi amaçlayan 24 maddelik bir ölçek eklenmiştir. Bu 24 madde de görgül yöntemlerle bulunmuştur. Asıl formun güvenilirlik çalışmalarında, ölçeğin iç tutarlılığını sınamak için madde toplam puan korelasyonları (.14 ile .56 arasında) ve Cronbach Alfa değeri (.73 ile .56 arasında) hesaplanmıştır. Geçerlik çalışmalarında envanterin Buss-Durke Hostilite Ölçeği ile korelasyonu .27 ile

.32 arasında, Durumluk Öfke İfade Ölçeği ile korelasyonu .22 ile .44 arasında bulunmuştur. Yapı geçerliğinin saptanmasında faktör analizi ve hipotez sınama kullanılmıştır. Araştırmalarda öfke duygusu ile hipertansiyon arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla, envanter hipertansiyon hastalarına uygulanmıştır. Sonuçta, hipertansiyon hastalarının kontrollerine göre, Durumluk-Sürekli Öfke İfadesi Ölçeği'nden yüksek puan aldıkları gözlenmiştir.

Envanterin, Durumluk Öfke alttesti dışında, Sürekli Öfke ve Öfke Tarz alt ölçeklerinin Türkiye uyarlaması Özer (1994) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılığı için tüm grup verileri üzerinden elde edilen Cronbach Alfa değerleri ayrı ayrı hesaplanmıştır. Bunlar: “Sürekli Öfke” boyutu için .79; “kontrol altına alınmış öfke” boyutu için .84; “dışa vurulmuş öfke” boyutu için .78 ve “bastırılmış öfke” boyutu için ise .62 olarak bulunmuştur. Sürekli Öfke ve Öfke Tarz ölçeklerinin, Sürekli Kaygı, Depresif Sıfatlar Listesi ve Öfke Envanteri ile korelasyonlarına bakılmış, elde edilen korelasyonlar .01 ve .001 düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

III. 6. Verilerin Toplanması

Uyarlama çalışması amacıyla yapılan tüm çalışmalar için iki defa veri toplama yoluna gidilmiştir. Tüm veriler Milli Eğitim Bakanlığı'ndan alınan araştırma izni ile belirlenen okullardan toplanmıştır. Toplu halde yapılan uygulamalarda ölçekler, gönüllü öğrencilere dağıtılmış ve yazılı olarak ifade edilen yönergeler ve gerekli açıklamalar sözlü olarak da tekrarlanmıştır. Uygulamalar araştırmacı tarafından yapılmıştır. Ancak sadece birinci uygulama sırasında bazen okuldaki ders yükünden

bazen de ders programındaki dağılım yüzünden okul psikolojik danışmanlarından yardım alınmıştır. Faktör analizinin gerçekleştirildiği ilk çalışmada ve test tekrar test çalışmasında sadece ÇOÖE Türkçe formu uygulandığı için veri toplama oturumu 15-20 dakika arasında sürerken, ilişkili diğer ölçekle birlikte verilerin toplandığı oturumlar 30-40 dakika sürmüştür. İlk faktör analizi çalışmasında 530 öğrenciye, ikinci faktör analizi çalışmasında 481 öğrenciye ulaşılmıştır. İlişkili ölçekle yapılan ölçümde yapı geçerliği örneklem verilerinden yararlanılmış ve bu öğrencilerden 166 öğrenciye Durumluk Sürekli Öfke İfadesi Ölçeği uygulanmıştır. Test tekrar test için bir ilköğretim okulu ve 2 ortaöğretim okulundan 3 hafta ara ile 60 öğrenciden toplanan verilerle veri toplama işlemi sonlandırılmıştır.

III. 7. Verilerin Çözümlemesi

Toplanan veriler araştırmacı tarafından SPSS 11.5 paket programına aktarılmış ve belirlenen amaçlar doğrultusunda sırasıyla aşağıda belirtilen analizler gerçekleştirilmiştir.

Faktör analizi için, doğrulayıcı faktör analizi ve varimaks dönüştürme yöntemleri kullanılmıştır. İç tutarlılık katsayılarını belirlemek için Cronbach alfa değerleri hesaplanmıştır.

Madde analizi, test-tekrar test güvenilirliği, ölçüt bağıntılı geçerlik ile ÇOÖE puanları arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson momentler çarpımı korelasyon

katsayıları hesaplanmıştır. Sonuçların yorumlanmasında 0.05 anlamlık düzeyi ölçüt alınmıştır.

IV. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışmalarına ilişkin bulgular açıklanmıştır.

IV. 1. Çeviri Çalışmalarına İlişkin Bulgular

Birinci aşamada ölçek maddeleri araştırmacı, iki dili de iyi bilen M.Ü. Eğitim Fakültesi İngilizce Öğretmenliği Bölümünde çalışan iki araştırma görevlisi, M.Ü. Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı'nda çalışan yardımcı doçent düzeyindeki iki öğretim üyesi ve İngilizce öğretmenliği mezunu profesyonel çeviri yapan bir kişi tarafından birbirinden bağımsız olarak Türkçe'ye çevrilmiştir. Çevriliş yapılan deneysel formdaki ölçek maddelerinin çevirileri karşılaştırılmış ve benzer çeviriye sahip maddeler belirlenmiştir. Elde edilen bu form; ölçeğin çevirisinde ortaya çıkabilecek dilbilimsel ve kültürel farklılıklardan kaynaklanabilecek çeviri sorunlarını önlemek amacıyla iki dili ve kültürü iyi bilen ve daha önce "öfke ölçeği" çalışması yapmış alandaki bir başka uzmandan uygunluk bakımından değerlendirmesi istenmiş, verilen geri bildirim doğrultusunda ölçek maddeleri düzenlenmiştir. Deneysel Türkçe form 40 kişilik bir öğrenci grubuna uygulanarak anlaşılmayan maddeler üzerinde gerekli değişiklikler yapılmış ve ölçek son halini almıştır.

IV. 2. Geçerlik alışmalarına İlişkin Bulgular

Ölçeğin geçerliğini sınamak amacıyla yapı geçerliği ve ölçüte dayalı geçerlik çalışmaları yapılmıştır.

IV. 2. 1. Yapı Geçerliğine İlişkin Bulgular

Uyarlanan Türkçe formun yapı geçerliğini sınamak amacıyla iki kez faktör analizi geerleştirilmiştir.

Geerleştirilen birinci çalışmada uygulanan faktör analizi sonucunda örnekleme yeterliği katsayısının (KMO) .88 olduğu bulunmuştur. Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri'nin 36 maddesine, varimaks dönüştürme yöntemi kullanılarak uygulanan temel bileşenler analiziyle ölçeğin orijinalindeki gibi dört faktör aranmıştır. Elde edilen değerlerden 3 madde dışında ölçek maddelerinin ölçeğin orijinalinde olduğu gibi dört faktörde toplandığı görölmüştür. Yapılan birinci faktör analizi sonucunda elde edilen değerler Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3

ÇOOE'nin Deneysel Türkçe Formundaki Maddelere ilişkin İlk Çalışma

Sonucunda Elde Edilen Faktör Yükleri

| Madde no ve Orijinal Faktörü | Öfke Yaşantısı Alt Ölçeği (ÖY) | Düşmanlık Alt Ölçeği (D) | Yıkıcı İfade Alt Ölçeği (Yİ) | Olumlu Başetme Alt Ölçeği (OB) |
|-------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|
| Madde 25 Yİ | - | - | .88 | -.11 |
| Madde 34 Yİ | - | - | .84 | -.32 |
| Madde 28 Yİ | -.10 | - | .84 | - |
| Madde 36 Yİ | - | - | .83 | -.30 |
| Madde 33 Yİ | - | - | .81 | - |
| Madde 20 Yİ | - | - | .78 | - |
| Madde 31 Yİ | -.11 | - | .77 | - |
| Madde 23 Yİ | -.18 | - | .70 | .14 |
| Madde 35 Yİ | - | - | .54 | -.42 |
| Madde 24 OB | - | - | .51 | .24 |
| Madde 21 OB | - | - | .47 | .28 |
| Madde 26 OB | - | - | .41 | .27 |
| Madde 11 ÖD | .53 | .10 | - | - |
| Madde 8 ÖD | .52 | - | -.12 | - |
| Madde 10 ÖD | .48 | .17 | - | - |
| Madde 5 ÖD | .48 | .35 | - | - |
| Madde 6 ÖD | .47 | - | - | - |
| Madde 7 ÖD | .46 | .31 | -.10 | - |

| | | | | |
|-------------|------------|------------|------|------------|
| Madde 12 ÖD | .45 | .17 | - | - |
| Madde 2 ÖD | .43 | - | - | - |
| Madde 3 ÖD | .42 | .32 | -.16 | - |
| Madde 4 ÖD | .40 | - | - | - |
| Madde 1 ÖD | .37 | .20 | -.10 | - |
| Madde 9 ÖD | .31 | .13 | - | - |
| Madde 13 ÖD | .29 | - | - | - |
| Madde 15 D | - | .67 | - | -.11 |
| Madde 14 D | - | .64 | - | - |
| Madde 18 D | .18 | .61 | - | - |
| Madde 16 D | .14 | .58 | - | - |
| Madde 17 D | - | .55 | - | - |
| Madde 19 D | .16 | .45 | - | - |
| Madde 22 OB | - | - | -.12 | .46 |
| Madde 27 OB | - | - | .27 | .46 |
| Madde 29 OB | - | - | -.11 | .44 |
| Madde 30 OB | - | - | - | .41 |
| Madde 32 OB | - | - | - | .41 |

Yapılan faktör analizi sonucunda maddeler 4 faktörde toplanmıştır. Bu dört faktörün varyansı açıklama yüzdesi % 37.34'tür. Faktörlerin özdeğerleri sırasıyla, Öfke Yaşantısı Alt Ölçeği 3.59, Düşmanlık Alt Ölçeği 1.69, Yıkıcı İfade Alt Ölçeği 6.83 ve

Olumlu Başetme Ölçeği 1.35'dir. Varyansı açıklama yüzdesi sırasıyla; 18.97, 9.91, 4.70, 3.76'tür.

Tablo 3'te görüldüğü gibi birinci çalışma kapsamında yapılan faktör analizi sonucunda Olumlu Başetme alt ölçeği maddelerinden 21, 24 ve 26. maddelerin kendi faktörlerine yerleşmekle birlikte Yıkıcı İfade Alt ölçeğine de daha yüksek faktör yükü ile yerleştikleri; Öfke Yaşantısı alt ölçeği maddelerinden 3. maddenin kendi faktörüne yerleşmekle birlikte Düşmanlık alt ölçeğine de çok yakın bir değerde (.32) yerleştiği görülmüştür. Ayrıca Öfke Yaşantısı alt ölçeği maddelerinden 13. maddenin madde yükünün .30'un altında olduğu görülmüştür.

Kendi faktörüne yerleşmekle birlikte bir başka faktöre daha yüksek faktör yükü ile yerleşen 21, 24 ve 26. maddeler ölçekten çıkarılarak yapılan ikinci faktör analizi sonucunda örnekleme yeterliği katsayısının (KMO) .86 olduğu ve tüm maddelerin ölçeğin orijinalinde olduğu gibi ait oldukları dört faktörde toplandıkları görülmüştür. İkinci çalışma kapsamında gerçekleştirilen faktör analizi sonucunda elde edilen faktör yükleri Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4

**ÇOÖE'nin Deneysel Türkçe Formundaki Maddelere ilişkin İkinci
Çalışma Sonucunda Elde Edilen Faktör Yükleri**

| Madde no ve Orijinal Faktörü | Öfke Yaşantısı Alt Ölçeği (ÖY) | Düşmanlık Alt Ölçeği (D) | Yıkıcı İfade Alt Ölçeği (Yİ) | Olumlu Başetme Alt Ölçeği (OB) |
|-------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|
| Madde 1 | .51 | - | - | - |
| Madde 2 | .57 | - | - | - |
| Madde 3 | .45 | - | - | - |
| Madde 4 | .48 | - | - | - |
| Madde 5 | .49 | - | - | - |
| Madde 6 | .55 | - | - | - |
| Madde 7 | .53 | - | - | - |
| Madde 8 | .69 | - | - | - |
| Madde 9 | .43 | - | - | - |
| Madde 10 | .51 | - | - | - |
| Madde 11 | .41 | - | - | - |
| Madde 12 | .46 | - | - | - |
| Madde 13 | .46 | - | - | - |
| Madde 14 | - | .79 | - | - |
| Madde 15 | - | .75 | - | - |
| Madde 16 | - | .71 | - | - |
| Madde 17 | - | .76 | - | - |
| Madde 18 | - | .72 | - | - |

| | | | | |
|-----------------|---|------------|------------|------------|
| Madde 19 | - | .63 | - | - |
| Madde 20 | - | - | .61 | - |
| Madde 21 | - | - | - | .50 |
| Madde 22 | - | - | .41 | - |
| Madde 23 | - | - | .70 | - |
| Madde 24 | - | - | - | .65 |
| Madde 25 | - | - | .64 | - |
| Madde 26 | - | - | - | .73 |
| Madde 27 | - | - | - | .67 |
| Madde 28 | - | - | .50 | - |
| Madde 29 | - | - | - | .57 |
| Madde 30 | - | - | .73 | - |
| Madde 31 | - | .42 | .37 | - |
| Madde 32 | - | - | .40 | .43 |
| Madde 33 | - | - | .49 | - |

Bu dört faktörün varyansı açıklama yüzdesi %41.49'dur. Faktörlerin öz değerleri sırasıyla Öfke Yaşantısı alt Ölçeği 3.07, Düşmanlık alt Ölçeği 6.86, Yıkıcı İfade alt ölçeği 2.14, Olumlu Başetme alt ölçeği 1.61'dir. Varyansı açıklama yüzdeleri ise sırasıyla % 20.79, 9,.32, 6.48, 4.88'dir.

Tablo 4'te görüldüğü gibi deneysel Türkçe formda yer alan maddelerden Yıkıcı İfade alt ölçeğinde bulunan 31 ve 32. maddeler kendi faktörlerine yerleşmekle

birlikte; 31. madde Düşmanlık Alt ölçeğine, 32. madde ise Olumlu Başetme alt ölçeğine de yüksek faktör yükleri ile yerleşmişlerdir. Bu iki madde dışındaki tüm maddeler ise orijinal formda yer aldıkları faktörlere yerleşmişler ve diğer alt ölçeklere hiçbir faktör yükü ile yerleşmemişlerdir.

Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri'nin alt ölçekleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla faktörlerin birbiriyle gösterdikleri korelasyon katsayıları hesaplanarak Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5

Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Katsayıları

| Alt Ölçekler | Öfke Yaşantısı Alt Ölçeği | Düşmanlık Alt Ölçeği | Yıkıcı İfade Alt Ölçeği | Olumlu Başetme Alt Ölçeği | Toplam |
|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|---------------|
| Öfke Yaşantısı Alt Ölçeği | - | .14 | .46 | .30 | .76 |
| Düşmanlık Alt Ölçeği | .14 | - | .40 | .35 | .61 |
| Yıkıcı İfade Alt Ölçeği | .46 | .40 | - | .50 | .79 |
| Olumlu Başetme Alt Ölçeği | .30 | .35 | .50 | - | .66 |
| Toplam | .76 | .61 | .79 | .66 | - |

n=481; **p<0.01

Tablo 5'te görüldüğü gibi Öfke Yaşantısı alt ölçeği ile Düşmanlık alt ölçeği arasında .14, Yıkıcı İfade alt ölçeği ile .46, Olumlu Başetme alt ölçeği ile .30 ve toplam puan ile .76 düzeyinde pozitif yönde bir ilişki gözlenmiştir. Düşmanlık alt ölçeği ile Yıkıcı İfade alt ölçeği arasında .40, Olumlu Başetme alt ölçeği ile .35 ve toplam puan

arasında .61 düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yıkıcı İfade alt ölçeği ile Olumlu Başetme alt ölçeği arasında ise .50 ve toplam puan arasında .79 düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Olumlu Başetme alt ölçeği ile toplam puan arasında ise .66 düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

IV. 2. 2. Ölçüt Bağımlı Geçerlik Çalışmasına İlişkin Bulgular

Ölçekte yer alan alt ölçeklerin ilişkili olduğu düşünülen Durumluk-Süreklilik Öfke İfade Ölçeği arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla iki ölçek arasındaki korelasyon incelenmiş ve sonuçlar Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6

ÇOOE Alt Ölçekleri ile Durumluk Sürekli Öfke Ölçeği Arasındaki

Korelasyonlar

| | Öfke Yaşantısı Alt Ölçeği | Düşmanlık Alt Ölçeği | Yıkıcı İfade Alt Ölçeği | Olumlu Başetme Alt Ölçeği | Toplam |
|------------------------------|----------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|---------------|
| Durumluk Sürekli Öfke | .50 | .25 | .63 | .20 | .58 |

n=166; **p<0.01, *p<0.05

Durumluk-Süreklilik Öfke İfade Ölçeği puanlarıyla ÇOOE alt ölçek puanları arasında olumlu yönde anlamlı katsayı değerleri elde edilmiştir. DSÖÖ'in Öfke Yaşantısı ile .50, Düşmanlık Alt Ölçeği ile .25, Öfke İfadesi alt ölçeği ile .63, Olumlu Başetme Alt Ölçeği ile .20 ve toplam puan ile .58 değerinde ilişkileri saptanmıştır.

IV. 3. Güvenirlik Çalışmalarına İlişkin Bulgular

Ölçeğin deneysel Türkçe formunun güvenirlğini sınamak amacı ile, iç tutarlılık katsayıları ve zamana karşı güvenirlğini sınamak için de test-tekrar test güvenirlilik katsayıları hesaplanmış ve bulgular Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7

ÇOOE Alt Ölçeklerinin İçtutarlılık ve Test Tekrar Test Korelasyon Katsayıları

| | Öfke Yaşantısı Alt Ölçeği | Düşmanlık Alt Ölçeği | Yıkıcı İfade Alt Ölçeği | Olumlu Başetme Alt Ölçeği | Toplam |
|----------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|---------------|
| Cronbach Alfa Katsayıları | .76 | .85 | .77 | .73 | .86 |
| Test-tekrar test Korelasyonları | .74 | .76 | .82 | .62 | .85 |

Tablo 7’de de görüldüğü gibi Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayılarının; Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri alt ölçekleri için .73 ile .85 arasında, toplam puan için ise .86 olduğu bulunmuştur. Bu bulgular alt ölçeklerin tutarlı bir yapıya sahip olduğunun göstergesidir.

Ölçeğin zaman içindeki tutarlılığını saptamak için yapılan analizlerde elde edilen test tekrar test korelasyon katsayıları ise Tablo 7’de görüldüğü gibi Öfke Yaşantısı Alt Ölçeği için .74, Düşmanlık Alt Ölçeği .76, Yıkıcı İfade Alt Ölçeği .82 ve

Olumlu Başetme alt leği için ise .62 olduğu bulunmuştur. Ayrıca toplam puan için test-tekrar test korelasyon katsayısının .85 olduğu grlmektedir. Bu bulgular ölçeğin güvenilir olduğunu göstermektedir.

V.BÖLÜM

YORUM VE TARTIŞMA

Bu bölümde, araştırmanın bulgular bölümünde açıklanan sonuçlar yorumlanmıştır.

V. 1. Çeviri Çalışmalarına İlişkin Bulgulara Yönelik Yorumlar

Araştırmacı, alanında uzman yardımcı doçent düzeyinde iki psikolojik danışman, İngilizce öğretmenliği bölümünde çalışan iki araştırma görevlisi ve İngilizce öğretmenliği bölümünden mezun profesyonel çeviri yapan bir kişi tarafından Türkçe'ye çevrilen ölçek maddeleri değerlendirilmiş, çevrili yapılan deneysel formdaki ölçek maddelerinin çevirileri karşılaştırılmış ve benzer çeviriye sahip maddeler belirlenmiştir. Elde edilen bu form; ölçeğin çevirisinde ortaya çıkabilecek dilbilimsel ve kültürel farklılıklardan kaynaklanabilecek çeviri sorunlarını önlemek amacıyla iki dili ve kültürü iyi bilen ve daha önce “öfke ölçeği” çalışması yapmış alandaki bir başka uzmandan uygunluk bakımından değerlendirmesi istenmiş, verilen geri bildirim doğrultusunda ölçek maddeleri düzenlenmiştir.

Oluşturulan deneysel Türkçe form 40 kişilik 11-18 yaş grubu öğrencilere açık ve kolay anlaşılıp anlaşılmadığını incelemek amacıyla uygulanmıştır. Öğrencilerden her bir maddeyi anlaşılabilirlik düzeyinde değerlendirmeleri istenmiştir. Ayrıca cevaplama işlemi bittikten sonra öğrencilere tek tek her maddeyi anlayıp anlamadıkları

tekrar sorulmuş ve anlaşılmayan maddelerin yerine kendi alternatiflerini belirtmeleri istenmiştir. Deneklere maddelerin anlaşılır olup olmadığını sormak ve kendi alternatiflerinin yazmalarını istemek, deneysel formu hazırlamadan önce hiç olmazsa maddelerin anlaşılır olup olmadığını sormak maddelerin düzenlenmesinde önemli bir adımdır (Savaşır, 1994). Yapılan bu uygulama sonucunda elde edilen verilerin değerlendirici tutarlılığını belirlemek amacıyla intraclass korelasyon katsayısı hesaplanmış ve 0.82 bulunmuştur ($F(35,1365)=5.92, P=0.000$). Uzman tarafından tanımlanan sorunlar üzerinde durularak gerekli düzeltmeler yapılmıştır.

Öner (1997), bir ölçeğin bir başka dile çevrilmesinin, o ölçeğin doğasını değiştirdiğini ve bu kaçınılmaz değişimin, kavramlaştırma ve anlatım farklılıklarından ileri geldiğini belirtir. Farkların en aza indirilmesi için gereken dönüştürmelerin yapılması ve çevrilen dili kullanan bireylerin normlarına göre standardize edilmesi, uyarlama işleminin temelini oluşturduğunu ifade eder. Yapılan bu çalışmada öğrenciler Olumlu Başetme alt ölçeği maddelerinden “Patlamadan önce bana ne olduğunu anlamaya çalışırım” olan 26. maddenin “Öfkeden patlamadan önce bana ne olduğunu anlamaya çalışırım” ve Yıkıcı İfade alt ölçeği maddelerinden “Eğer kızarsam öfke nöbetine tutulurum” olan 31. maddenin “Eğer kızarsam öfke nöbeti halleri sergilerim” şeklinde olmasının daha anlaşılır olduğunu belirtmişlerdir. Bu iki maddenin tam olarak anlaşılmadığı ve maddenin ifade edilmesinde bir sorun olduğu düşünüldüğünden öğrencilerin geri bildirimleri doğrultusunda anlamını yitirmemesi ve anlaşılabilirliğini artırmak amacıyla maddeler öğrencilerin belirttiği şekilde düzenlenmişlerdir.

Ölçeğin çevirisinde özellikle iki eşdeğerlik üzerinde durulmaktadır; Dilde eşdeğerlik, Kavramda eşdeğerlik. Dilde eşdeğerlik, formda hiçbir değişiklik yapmaksızın aynen çeviriyi anlatır. Kavramsal eşdeğerlikte ise aynı anlamın kültüre uygun farklı sözcük ve tümcelerle anlatılabilmesi söz konusudur. Böylelikle orijinal formda bazı değişiklikler kaçınılmazdır (Varricchio, 1997).

Birinci çalışma sonucunda bazı maddelerin kendi faktörleri dışındaki faktörlere yerleşmelerinin nedeninin maddelerde yer alan ifadelerdeki aksaklıklar olduğu düşünülebilir. Yapılan çeviri çalışmaları sonucunda elde edilen deneysel formun orijinal forma eşdeğer olduğu söylenebilir. Ancak birinci uygulama sonucunda 21, 24 ve 26. maddelerin başka faktöre yüklenmesi ikinci uygulamada ise 31 ve 32. maddelerin kendi faktörlerine yüklenmekle birlikte bir başka faktöre de yüksek faktör yükü ile yüklenmesi deneysel formda yer alan bu maddelerin Türkçe çevirilerinin orijinal dildeki maddelerin hedeflediği anlamı tam olarak taşıyor oldukları şeklinde yorumlanabilir.

V. 2. Geçerlik Çalışmalarına İlişkin Bulgulara Yönelik Yorumlar

Oluşturulan deneysel formun yapı geçerliğini sınamak için yapılan birinci çalışmada uygulanan faktör analizi sonucunda örnekleme yeterliliğinin .88 olduğu bulunmuştur. Elde edilen örneklem yeterliliği faktör analizi yapmak için uygun kabul edilecek düzeydedir. Örneklem büyüklüğünün korelasyonun güvenilirliğini sağlayacak kadar büyük olması önemlidir. Örneklemden elde edilen verilerin yeterliliğinin saptanması için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi yapılmaktadır. Kaiser bulunan değer 1'e yaklaştıkça mükemmel, 0.50'nin altındaysa kabul edilemez (0.90'larda mükemmel,

0.80'lerde çok iyi, 0.70'lerde ve 0.60'larda vasat 0.50'lerde kötü) olduğunu belirtmektedir (Akt. Tavşancıl, 2002).

Varimaks dönüştürme yöntemi kullanılarak yapılan temel bileşenler analizinde ölçeğin orijinalinde olduğu gibi dört faktör arandığında 3 madde dışında tüm maddelerin ölçeğin orijinalinde olduğu gibi dört faktörde toplandığı görülmüştür. Bu dört faktörün varyansı açıklama düzeyi %37.34'tür. Elde edilen bu bulgular doğrultusunda ölçeğin basit ve kararlı bir yapıya sahip olduğu ve bu dört faktörün Türk kültüründe de var olduğu söylenebilir.

Tablo 3'te de görüldüğü gibi, gerçekleştirilen ilk çalışma kapsamında yapılan faktör analizi sonucunda Olumlu Başetme alt ölçeği maddelerinden “21. Sinirli olduğumda bunu birisiyle konuşurum”, “24. Kızgın olduğumda bunu birisiyle paylaşırım” ve “26. Öfkeden patlamadan önce bana neler olduğunu anlamaya çalışırım” maddelerinin kendi faktörlerine yerleşmekle birlikte Yıkıcı İfade alt ölçeğine daha yüksek faktör yükü ile yerleştikleri; Öfke Yaşantısı alt ölçeği maddelerinden “3. Öğretmene kendinizi iyi hissetmediğinizi söylüyorsunuz; ama o size inanmaz” ve “5. Tuvalete gitmek için öğretmenden izin istediğinizde “hayır” der” maddeleri kendi faktörlerine yerleşmekle birlikte Düşmanlık Alt ölçeğine de çok yakın bir yükü yerleştikleri görülmüştür. 13. maddenin ise madde yükünün .30'un altında olduğu görülmüştür. Bu durum, 21, 24 ve 26. maddelerin orijinal ölçekteki işlevini yerine getirmedikleri şeklinde yorumlanmıştır. Bu üç maddenin orijinal ölçekte sorunsuz işliyor olması muhtemel kültürel farklardan kaynaklanabileceği gibi Olumlu Başetme alt ölçeği maddeleri olan bu maddelerin aynı zamanda öğrencilerin olumlu baş etme yöntemlerini

kullanmayı bilmedikleri şeklinde de yorumlanabilir. Ayrıca öfkelerini ifade etme yönünde kültür farklılıkları olduğu söylenebilir. Öğrencilerin öfke, kızgınlık gibi olumsuz olarak nitelendirdikleri duygularını arkadaşlarıyla paylaşmak yerine saldırgan tutumlar tercih ettikleri düşünülebilir. Bir başka açıdan bakıldığında ise kendini tanıma ve anlama konusunda öğrencilerin yeterli donanıma sahip olmadıkları söylenebilir. Toplum tarafından duyguların paylaşılmasının çok fazla destekleniyor olmaması da bu maddelerin Türk kültüründe işlememe nedeni olarak düşünülebilir. Ayrıca bu maddelerin Türkçe çevirilerinin orijinal dilde hedeflenen anlamı vermemelerinden kaynaklanıyor da olabilir. Bu durumlar göz önünde tutularak bu maddeler ölçekten çıkarılmıştır.

Saldırgan olmayan öfke tepkileri sınıflandırma ve yorumlanma bakımından karmaşıktır. Birisi öfkeli olduğunda egzersiz yaptığını bildiriyorsa bu iyi midir, kötü müdür? Bu Olumlu Başetmeyi mi kapsar ya da bu öfkeyi bastırmak mıdır? Daha sonraki yansımalarına göre Olumlu Başetme tek boyutlu yapı olmasından ziyade bastırmayı, dikkat dağınıklığını, geri çekilmeyi, problem çözmeyi ve gevşeme gibi duygusal yöntemleri içeren baş etme reaksiyonlarını kapsamaktadır. Öfke yoğunluğunu azaltmaya yönelik reaksiyonlar ile öfkeyi ortaya çıkaran durumları değiştirmeye yönelik reaksiyonlar arasındaki farkın yeterince açık olmadığı da bilinen bir gerçektir.(Furlong, Smith ve Bates, 2000).

3. ve 5. maddeler kendi faktörlerine yerleşmişler ve diğer bir faktöre de yakın yükle yerleşmişlerdir. Her iki madenini öğretmene karşı tavırları içeriyor olması; Düşmanlık Alt ölçeğinin de okula karşı öfkeyi ölçüyor olması göz önüne alındığında

öğrencilerin 3. ve 5. maddeyi bu yönde de değerlendirmiş olabileceklerini düşündürebilir. Ancak kendi faktörlerine yüksek faktör yüküyle yerleşmiş olmaları örneklem yeterliği göz önünde bulundurularak bu maddelerin ölçekte kalması ve yapılacak ikinci çalışma ile tekrar değerlendirilmesi uygun görülmüştür. 13. maddenin faktör yükünün .30'un altında olduğu görülmüştür. Bu maddenin faktör yükünün .29 olmasından ve hiçbir faktöre yük vermemesi ve korelasyon katsayıları için katsayıların hesaplandığı örneklem grubunun yeterince büyük olması durumunda çok düşük korelasyon katsayıları bile manidar bulunabilir Ebel'den (1965) hareketle ölçekten çıkarılmaması ve ikinci çalışmada değerlendirilmesi kararlaştırılmıştır.

Yapılan bu değişiklikler sonucunda ikinci kez yapılan faktör analizi için örnekleme yeterliğinin .86 olduğu bulunmuştur. Elde edilen örneklem yeterliğinin faktör analizi için yeterli olduğu söylenebilir.

Tablo 4'te görüldüğü gibi düzeltilmiş deneysel Türkçe formda yer alan tüm maddeler orijinal formda yer aldıkları faktörlere .37 ile .79 arasında değişen faktör yükleri ile yerleşmişlerdir. Bu bulgular doğrultusunda deneysel Türkçe formun orijinal ölçekte var olan dört faktörü kapsadığı söylenebilir ve Türkçe formun orijinal ölçekte aynı faktörleri içermesi ölçeklerin eşdeğer olduğunun bir göstergesi kabul edilebilir. İkinci kez yapılan faktör analizi sonucunda bu dört faktörün varyansı açıklama düzeyi %41.49'dur. Bu bulgular doğrultusunda faktörlerin Türk kültürü için yeterli olduğu söylenebilir.

Ölçek maddelerinden 31 ve 32. maddeler yapılan birinci faktör analizinde kendi faktörlerine yerleşmelerine rağmen yapılan ikinci faktör analizinde Tablo 4'te görüldüğü gibi kendi faktörlerine yerleşmekle birlikte bir başka faktöre de yüksek yükle yerleşmişlerdir. Yıkıcı ifade alt ölçeği maddeleri olan “31. Kötü bir not olduğumda öğretmenimden hıncımı alacak yollar ararım”, “32. bir öğretmene çok kızdığımında, arkadaşlarımı güldürecek espriler yaparım maddelerinden 31. maddenin Düşmanlık alt ölçeğine, 32. maddenin ise Olumlu Başetme alt ölçeğine yüksek faktör yükleriyle yerleştikleri görülmüştür. 32. maddeye bakıldığında bu maddenin öğretmene karşı olumsuz bir tavrı içerdiği görülmektedir. Okullarda öğretmene karşı sergilenen olumsuz davranışların disiplin cezası ile cezalandırılıyor olmasının; öğretmenlere karşı düşmanlık duygusunun artmasına neden olurken onlara karşı olumsuz davranışların ifade edilmesini engellemekte olduğu düşünülebilir. Ayrıca geleneksel bir yapıya sahip olan toplumumuzda öğretmene verilen değerin korunuyor olması ona karşı hissedilen öfke duygusunun olumsuz olarak ifade edilmesi yerine bastırılmasının gerçekleştirildiği de düşünülebilir. 33. madde için de geçerli olabilecek bu durum öğrencinin öfkesini yıkıcı bir şekilde ifade etmesi yerine espri yaparak var olan gerginliği azaltma çabası olarak yorumlanabilir. Yıkıcı İfade ve Olumlu Başetme konularında yapılan çalışmaların öğrencilerin öfkelerini bastırdıkları ve olumlu baş etme teknikleri konusunda yeterli donanıma sahip olmadıkları yönünde olması bu maddenin faktör yüklerinin bu şekilde olmasını açıklayabilir. Ayrıca Psikolojik test ya da ölçeğin maddeleri, ölçmeyi amaçladığımız, fakat doğrudan gözlemleyemediğimiz örtük (latent) özelliği temsil eden, onu örnekleyen, onu görünür kılan birer uyarıcıdır. Klasik ölçme kuramına göre madde analizinde madde ve test istatistikleri ölçümlerin alındığı gruba bağımlıdır; dolayısıyla başka bir örnekleme başka sonuçlara ulaşmak olasıdır (Baykul, 1980).

Çok Boyutlu Okul Öfke Envanteri'nin alt ölçekleri arasındaki korelasyonunun sunulduğu Tablo 5 incelendiğinde ÇOOÖ'nin alt ölçekleri arasındaki korelasyon katsayıları değerlerinin .14 ile .50 arasında değiştiği görülmektedir. Elde edilen değerler alt ölçekler arasında ılımlı ve orta düzeyde bir korelasyon olduğunu göstermektedir. Ölçeğin alt ölçekleri arasındaki ilişkinin tutarlı olduğu söylenebilir. ÇOOÖ'nin tüm alt ölçeklerinin aynı yönde ölçüm yapabildiği görülmektedir.

Ölçüt bağımlı geçerliği için ölçeğin ilişkili olduğu düşünülen Durumluk-Sürekli Öfke İfadesi Ölçeği ile arasındaki ilişkilerin incelendiği Tablo 6 incelendiğinde ÇBOÖE nin alt ölçekleri ile pozitif yönde çok yüksek olmamakla birlikte anlamlı ilişkiler olduğu gözlenmiştir. Durumluk-Sürekli Öfke İfadesi Ölçeği bireylerin Sürekli öfke, Durumluk öfke, Öfke ifade tarzları; öfke ifade tarzları ise kontrol altına alınmış öfke, Dışa vurulan öfke ve içte tutulan öfkeyi ölçmeye yöneliktir. Bu durum göz önüne alındığında ÇBOÖE'nin beklenen ilişkiyi gösterdiği söylenebilir. Bir diğer ifadeyle ÇOOÖ ölçme yeterliğine sahiptir.

V. 3. Güvenirlik Çalışmalarına İlişkin Yorumlar

Ölçeğin deneysel Türkçe formunun güvenirliliğini sınamak amacı ile iç tutarlık katsayıları ve zamana karşı güvenirliliğini sınamak için de test tekrar test güvenirlilik katsayıları kullanılmıştır.

ÇBOÖE'nin alt ölçklerinin iç tutarlık Cronbach alfa katsayılarının sunulduğu Tablo 7 incelendiğinde Cronbach alfa katsayılarının .73 ile .85 arasında değiştii görölmektedir. Toplam puandaki değer ise .86'dır. Bu bulgular doğrultusunda her bir madeye verilen yanıtlardaki değişiklik ile o maddenin yer aldığı alt ölçeğin toplam puanındaki değişkenlik ilişkisinin yeterli olduğu söylenebilir.

Elde edilen test tekar test korelasyon katsayılarının ise .62 ile .82 arasında değiştii görölmektedir. Ayrıca toplam puan için korelasyon katsayısı .85'tir. Bu değerler dikkate alındığında, elde edilen korelasyon katsayıları ölçekten ve alt ölçeklerden alınan puanların zamanla değişmediğini göstermektedir. Ölçeğin 21 gün arayla uygulanmış olmasının sonucun güvenilirliğini artırdığı söylenebilir.

VI. BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma Furlong ve arkadaşları tarafından geliştirilen okul ortamı içindeki öfkeyi ölçmeye yönelik bir ölçeği (The Multidimensional School Anger Inventory) Türk kültürüne uyarlamak amacıyla yapılmıştır. Ölçeğin çevirisi yapıldıktan sonra Mersin merkez ilçelerinde okula devam eden 11-18 yaş ilköğretim ve orta öğretim öğrencilerinden toplanan veriler ile geçerlik ve güvenilirliği sınanmıştır. Yapılan çalışmalar sonucunda ölçeğin okul ortamındaki öfkeyi ölçebilen geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Bu araştırmada uyarlanan ölçeğin kullanımına yönelik ve daha sonraki çalışmalarda ele alınabilecek konulara ışık tutacak öneriler aşığıda sıralanmıştır.

1. Bu araştırma, 11-18 yaş arası okula devam eden öğrencilerin okul ortamına yönelik öfkelerini ölçen bir ölçeği Türk kültürüne uyarlamak amacıyla yapılmıştır. Yapılacak yeni bir çalışmada ilköğretim ve orta öğretim öğrencilerinde ölçeğin işleyişı bakımından iki grup arasındaki fark incelenebilir.
2. Ölçeğin Türkçe formu ile orijinal formu arasında işleyiş bakımından var olan bazı farkların giderilmesi için ileri bir çalışma yapılabilir. Birden

fazla faktöre, yüksek faktör yükleri ile yüklenen psikometrik açıdan zayıf maddeler yeniden yazılıp yeniden faktör analizi uygulanarak Türkçe formu yeniden sınanabilir.

3. Orijinal formda “Olumlu Başetme” alt boyutunda yer alan ve “Öfke Deneyimi” alt boyutuna yerleşen ve bu uygulamada ölçekten çıkarılan maddeler öfke deneyimi alt boyutuna yerleştirilerek bu boyuttaki işleyiş biçimi açısından incelenebilir.
4. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği, gözlem ve görüşme gibi nitel bir takım veri toplama yöntemleri kullanılarak tekrar incelenebilir. Bu şekilde bu çalışmada elde edilen sonuçlar farklı türde verilerle de desteklenebilir.
5. Çalışmanın örnekleme 11-18 yaş arası okula devam eden öğrenciler ile sınırlıdır. Daha sonra yapılacak çalışmalarda 7-10 grubu okula devam eden örneklerle geçerliği ve güvenilirliği sınanabilir.

KAYNAKÇA

- Abikoff, H., Klein, R. G. (1992). "Attention-Deficit Hyperactivity and Conduct Disorder: Comorbidity and Implications for Treatment". *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol. 60, p. 881–892.
- Akgül, H. (2000). "Öfke Denetimi Eğitiminin İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Öfke Denetimi Becerilerine Etkisi". (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ankara: Gazi Üniversitesi.
- Alpert, J. (1998). "Childhood Anger: So Common, yet So Misunderstood.". *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*. Vol 11, No 2, p 69-77.
- Alberti, R. ve Emmons, M (1998). *Your Perfect Right. A Guide to Assertive Living*. California: Impact Publishers.
- Archer, S. L., ve Waterman, A. S. (1990). "Varieties of Identity Diffusions and Foreclosures: An Exploration of Subcategories of the Identity Statuses". *Journal of Adolescent Rescues*. Vol. 5., p. 96–111.
- Averill, J.R. (1982). "Anger and Agression: An Essay on Emotion". New York: Springer-Verlag.

Averill, J.R. (1983). "Studies On Anger And Aggression: Implacations For Theories Of Emotion". *American Psychologist*,38, 1145 – 1160.

Aytek, H. (1999). "Grup Rehberliğinin Ortaöğretim Basamağındaki Öğrencilerin Öfke Davranışlarının Kontrolü Üzerindeki Etkisi". (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Adana: Çukurova Üniversitesi.

Balkaya, F. (2001). "Çok Boyutlu Öfke Envanterinin Geliştirilmesi Ve Bazı Semptom Gruplarına Etkisi". (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Ankara Üniversitesi.

Batıgün, A.D. ve şahin, N.H. (2003). "Öfke, Dürtüsellik ve Problem Çözme Becerilerindeki Yetersizlik Gençlik İntiharlarının Habercisi Olabilir mi?" *Türk Psikoloji Dergisi* 2003, Vol. 18 (51), p.37 – 52.

Bauman, L. (1997). *Teen-Age Problems and How to Solve Them*. NY: Carol Publishing Group.

Baygöl, E. (1997). "Ergenin Öfke Tepkilerinin İncelenmesi". (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Bursa: Uludağ Üniversitesi.

Baykul, Y (1980). "Örtük Özellikler ve Klasik Tez Kuramları Üzerine Bir Karşılaştırma." *Doğa*..33-40.

Berkowitz, L. (1990). "On The Formation And Regulation Of Anger And Aggression: A Cognitive Neoassociationistic Analysis". *American Psychologist*, No: 45, 494 – 503.

----- (1993). *Aggression: Its Causes, Consequences And Control*. McGraw Hill Inc.

..... (1989). "Frustration Aggression Hypothesis: Examination and Reformulation". *Psychological Bulletin*, 106 (1), p. 59-73.

Betancourt, H., ve Blair, I. (1992). "A Cognition (Attribution)- Emotion Model of Violence in Conflict Situations". *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(3), p.343-350.

Biaggio, M. K. (1980). "Assessment of Anger Arousal". *Journal of Personality Assessment*. Vol. 44, p. 289-98.

Bilge, F. (1992). "Bilişsel Ve Davranışsal Yaklaşımlarda Kızgınlık". *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. Cilt 1, Sayı 3, 11 – 15.

----- (1996). "Danışandan Hız Alan Ve Bilişsel Davranışçı Yaklaşımlarla Yapılan Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Kızgınlık Düzeyleri Üzerindeki Etkileri". (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara: Hacettepe Üniversitesi.

- Boman, P. (2003). "Gender Differences in School Anger". *International Education Journal*. Vol. 4, No.2, p. 71-76.
- Boman, P., Douglas C., S., Curtis D. (2003). "Effect of Pessimism and Explanatory Style on Development of Anger in Children". *School Psychology International*, Vol. 24 (1), p. 80-94.
- Boyle, D. J., Vivian, D. (1996). "Generalized Versus Spouse-Specific Anger/Hostility and Men's Violence Against Intimates". *Violence and Victims*, Vol.11, p. 293-317.
- Campell, M. P. (2004). "The Efficacy of Anger Management Program for Middle School Students With Emotional Handicaps". Phd. Walden University.
- Canary, D., Spitzberg, B. Ve Semic, B. (1998). "The Experience and Expression of Anger in Interpersonal Settings". *Handbook of Communication and Emotion: Research, Theory, Applications and Context*. p. 189-213.
- Cascardi, M., Vivian, D., ve Meyer, S. (1991). "Context and Attributions For Marital Violence in Discordant Couples". *Poster presented at 25th Annual Convention of the Association for the Advancement of Behavior Therapy*, New York..

Cautin, R. L., Overholser, J. C., ve Gotez., P. (2001). "Assessment of Anger Expression in Adolescent Psychiatric Inpatients". *Adolescence*, 00018449, Spring, Vol. 36, Issue 141.

Cenkseven, F. (2003). "Öfke Yönetimi Becerileri Programının Ergenlerin Öfke ve Saldırganlık Düzeylerine Etkisi". *Eğitim Bilimleri ve Uygulama Dergisi*. Cilt 2, Sayı 4, 153-167.

Chau, M. (2004). "Cognitive Appraisal and Anger in Relation to Aggressive Behavior Among Adolescents". PsyD, Alliant International University, Fresno.

Cox, D.L., Stabb, S.D., ve Bruckner, K.H. (1999). *Women's Anger: Clinical and Developmental Perspectives*. Ann Arbor, MI: Braun-Brumfield

Cüceloğlu, D. (1991). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çelik, İ. (2003). "Öfke Tetikleyicileri Ölçeği – Bir Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması". (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Adana: Çukurova Üniversitesi.

Çelik, F. (2005). “Orta Öğretim Öğrencilerinin Okula Yabancılaşma Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi” . (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Adana: Çukurova Üniversitesi.

Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Lynch, R. S. (1994). “Development of Driving Anger Scale”. *Psychological Reports*, Vol. 74, p.83–91.

Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Huff, M. E., Cornell, G. R., Dallager, C. J. (1996). “Evaluation Of Two Cognitivebehavioral Approaches To General Anger Reduction”. *Cognitive Therapy and Research*, Vol.20, p.551–573.

Deffenbacher, J.L., Oetting, E.R., Lynch, R.S., ve Morris, C.D. (1996). “The Expression of Anger and its Consequences”. *Behaviour Research and Therapy*, Vo. 34, p. 575–590.

Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Huff, M. H., Thwaites, G. A. (1995). “Fifteen-Month Follow-Up Of Social Skills Andcognitive-Relaxation Approaches To General Anger Reduction”. *Journal of Counseling Psychology*, Vol.42, p.400–405.

Deffenbacher, Jerry L., Swaim, Randall C. (1999). “Anger Expression in Mexican American and White non-Hispanic Adolescent”. *Journal of Counseling Psychology*. Vol.46 (1), p. 61-69.

- Dobash, R. E., ve Dobash, R. P. (1984). "The Nature and Antecedents of Violent Events". *British Journal of Criminology*, Vol.24 (1), p. 269–288.
- Dodge, K. A. (1993). "Social-Cognitive Mechanisms in the Development of Conduct Disorder and Aggression". *Annual Review of Psychology*, Vol.44, P.559–584.
- Duck, R. J. (2004). "Bully/Victim Relationships and School Violence: Evaluating Patterns of Agression". PhD. University of Toronto.Canada..
- Ebel, R.L. (1965). *Measuring Educational Achievement..* New Jersey: Englewood Cliffs.
- Eckhardt, C. I., ve Deffenbacher, J. L. (1995). "Diagnosis of anger disorders. In H. Kassinove (Ed.)", *Anger Disorders:Definition, Diagnosis, and Treatment*. p. 27–47. Washington, DC: Taylor & Francis.
- Edmondson, C.B.ve Conger, J.C. (1996). "A Review of Treatment Efficacy For Individuals With Anger Problems: Conceptual, Assessment, and Methodological Issues". *Clinical Psychology Review*, Vol. 16, p.251-275.
- Eron, L. D. (1990). "Understanding Aggression". *Bulletin of the International Society for Research on Aggression*, Vol.12, p.5–9.

Fabes, R. A., Eisenberg, N., McCormick, S. E., ve Wilson, M. S. (1988). "Young Children's Appraisals of Others' Spontaneous Emotional Reactions." *Developmental Psychology*, Vol.27, p.858-866.

Fabes, R. Ve Eisenberg, N. (1992). "Young Children's Coping With Inter-Personal Anger". *Child Development*. Vol. 63, p. 116-128.

Fava, M., Anderson, K., ve Rosenbaum, J.F. (1990). "Anger Attacks": Possible Variants of Panic and Major Depressive Disorders". *American Journal of Psychiatry*, Vol. 147, p.867-870.

Finch AJ, Saylor CF, Nelson (1987). "Assessment of Anger in Children". *Advances in Behavioral Assessment of Children and Families*. Vol. 3. Greenwich: JAI Press;. p 235-65.

Friedman, J.L., D.O. Sears ve S. M. Carlsmiths. (1993). *Sosyal Psikoloji*, (Çev. A. Dönmez), Ara Yayıncılık, Ankara.

Frijda, N. H., Mesquita, B. (1994). « The Social Roles and Functions of Emotions». In S. Kitayama ve H. Marcus (Ed.), *Emotion and Culture: Empirical Studies of Mutual Influenced*. (p. 51-87). Washington, DC: *American Psychological Association*.

Fryxell, D. (2000). "Personal, Social and Family Characteristic of Anger Students".

Professional School Counseling. Vol. 4 (2), p. 86.

Furlong, M. J., Smith, D. C. (1998). "Racing Rick to Tranquil Tom: An Emprically

Based Multidimensional Anger Typology for Adolescent Males." *Psychology*

in the Schools. Vol. 35 (3), p. 229-232.

Furlong, M. J., Smith, D. C., Bates, M. P. (2000). "Refinement of The Multidimensional

School Anger Inventory". University of California at Santa Barbara..

Furlong, M. J., Smith, D. C. Ve Laughlin, D: J. (1998). " Development of The

Multidimensional School Anger Inventory". *Psychology in the Sc hools*. Vol.

35 (1), p. 1-16.

Gander, M. J., Gardiner, H. W. (2001). "Çocuk ve Ergen Gelişimi". *İmge Kitapevi*.4.

Baskı. Ankara.

Geçtan, E. (1984).*Çağdaş Yaşam ve Normal Dışı Davranışlar*. 3. Basım. Maya

Yayımları.

----- (1990). *Psikanaliz ve Sonrası*. 4. Basım. Remzi Kitabevi.

Goodenough, D. R. (1991). Dream recall: history and current status of the field. In: S. J. Ellman and J. S. Antrobus (Eds) *The Mind in Sleep*. Wiley, New York, p.143–171.

Guerra, N. G., Huesmann, L. R., Tolan, P. H., VanAcker, R. ve Eron, L. D. (1995). “Stressful events and individual beliefs as correlates of economic disadvantage and aggression among urban children”. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol.63, p.518-528.

Haggalund, K., Clay, D., Frank, R., Beck, N., Kashani, J., Hewet, J., Johnson, J., Goldstein, D. Ve Cassidy, J. (1994). “Assessing Anger Expression in Children and Adolescents”. *Journal of Pediatric Psychology*, Vol. 19, p. 291-304.

Heather C. L. (2004). “Anger Management: Diagnostic Differences And Treatment Implications”. *Journal of Social and Clinical Psychology*. Vol. 23., No. 4, p. 512-532.

Jones, M., Peacock, M. (1992). “Self- Reported Anger in Adolescents”. *Health Values*, Vol. 16 (2), p. 11-19.

Kassinove, H., Sukhodolsky, D. G. (1995). "Anger Disorders: Basic Science and Practice Issues". *Anger Disorders: Definition, Ddiagnosis, and Ttreatment*, p. 1-26.

Kazdin, A. E. (1987). "Treatment of Antisocial Behavior in Children: Current Status and Future Directions". *Psychological Bulletin*, Vol.102, p.187-203.

Kennedy, H.G. (1992). "Anger and Irritability." *British Journal of Psychiatry*, Vol. 161, p.145-153.

Kısaç, İ. (1997). "Üniversite Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Düzeyleri". *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi. Ankara.

Kollar, M., Groger, M., Thomas, S., Cunnıgham, J. (1991). "Adolescent Anger: ADevelopmental Study". *Journal of Child And Adolescent Psychiatric and Mental Healt Nursing*. 4 (1), p. 9-15.

Kollar, M. (1992). "Loss Within The Family, Adolescent Anger and Adolescent Problem Behavior." *Disertation Abstract International*. 54 (1), 161 B.

Köknel, Ö. (1995). *Kişilik*. 13. Basım, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.

----- (1998). *Bağımlılık*. Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.

----- (2000). *Bireysel ve Toplumsal Şiddet*. 2. Basım, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.

Kroger, J. (1995). "The Differentiation of 'Firm' and 'Developmental' Foreclosure Identity Statuses: Alongitudinal Study". *Journal of Adolescent Research*, Vol. 10, p.317-337.

Kroner, D. G., ve Reddon, J. R. (1992). "The Anger Expression Scale and State-Trait Anger Scale: Stability, Reliability, and Factor Structure in an Inmate Sample". *Criminal Justice and Behavior*, Vol.19, p.397-408.

Learcheid, M. E. (2004). Educating Elementary Students in Regards to Anger: A Cognitive Developmental Approach. PhD. Capella University.

Lerner, H. G. (1989). *The Dans Of Anger: A Woman' s Guide To Changing The Patterns Of Intimate Relatonships*". Harper And Row Publishers, NY.

Lewis, M. (1993). "Self- Conscious Emotions: Embarrassment, Pride, Shame and Guilt". *Handbook of Emotion*, p.563-73, NY: The Guilford Pres.

Loza ve Loza-Fanous (1999). "Anger and Prediction of Violent and Nonviolent Offenders' Recidivism" *Interpers Violence*, Vol.14, p.1014-1029.

Marion, M. (1997). "Guiding Young Children's Understanding and Management of Anger". *Young Children*, Vol.52(7), p. 62-67.

Morganett, R. S. (1994). *Skills for Living. Group Counseling Activities for Elementary Students*. Research Press, Illinois.

Monnier, J., Stone, B.K., Hobfoll, S.E., ve Johnson, R.J. (1998). "How Antisocial and Prosocial Coping Influence the Support Process Among Men and Women in the U.S. Postal Service". *Sex Roles*, Vol.39, p.1-20.

Namka, L. (1997). The Dynamics of Anger in Children. www.for Teachers the Dynamics Anger in Children.htm.

Nelson – Jones, R. (1995). *Danışma Psikolojisi Kuramları*. (Çev. Füsün Akkoyun). Ankara.

Novaco, R. W. (1975). *Anger Control: The Development Evaluation Of An Experimental Treatment*. Lexington Boks.

Okman, S. (1999). " Ergenlik Dönemindeki Öfke İfade Tarzlarının Kendilik İmgesi Bağlamında İncelenmesi". (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi.

- Olmuş, G. Ö. (2001). “Ergenlerin, Aile İçi Psikolojik Örüntülere Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi”. (*Yayımlanmamış Yüksek Lisans tez*) . Marmara Üniversitesi. İstanbul.
- Öner, N. (1997). “Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler, Bir Başvuru Kaynağı”. 3. Basım. İstanbul, Boğaziçi Üniversitesi Matbaası. 3-39.
- Özer, A.K. (1994a). “ Öfke, Kaygı, Depresyon Eğilimlerinin Bilişsel Alt Yapısıyla İlgili Bir Çalışma”. *Türk Psikoloji Dergisi*. Cilt 9, No 31. 12 – 25.
- (1994b). “Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçekleri Ön Çalışması”. *Türk Psikoloji Dergisi*. Cilt 9, No 31. 25 – 35.
- Özer, A.K. 1990. *Duyusal Gerilimle Başedebilme. “Ben” Değeri Tiryakiliği*. İstanbul:Varlık Yayınları A.Ş.
- Öztürk, M.O. (1993). “*Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*”. 4. Basım. Hekimler Yayın Birliği.
- Özgüven, İ. E. (1994). *Psikolojik Testler*. Yeni Doğu Matbaası. Ankara.
- Paul, H. (1995). *When Kids are Mad, not Bad*. New York: Berkeley.
- Pipher, M. (1994). *Reviving Ophelia*. New York: Ballantine Books.

- Retzinger, S. M. (1991). "Violent Emotions: Shame and Rage in Marital Quarrels"
London, England: Sage Publications.
- Russell, J. Ve Beverly, F. (1994). "Fuzzy Concepts in a Fuzzy Hierarchy: Varieties of Anger". *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 67, p. 186-205.
- Savaşır, I. (1994). "Ölçek Uyarlamasındaki Sorunlar ve Bazı Çözüm Yolları". *Türk Psikoloji Dergisi: Özel sayı, Psikolojik Testler*. Cilt 9, No 33. 27-32.
- Savaşır, I. Ve Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*. Türk Psikologlar Yayınları. Ankara.
- Schieman, S. (2003). "Socioeconomic Status and The Frequency of Anger across The Life Course." *Sociological Perspectives*. Vol. 46 (2). P. 207-222.
- Schuerger, J. M. (1979). *In helping Clients With Special Concerns* (Eds. S. Eisenberg and L.E. Patterson) Boston, Houghton Mifflin Comp.
- Siegel, J. M. (1986). "The Multidimensional Anger Inventory". *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 51, p.191-200.
- Singer, M., Anglin, T., Song, L., Lunghofer, L. (1995). "Adolescents Exposure to Violence and Associated Symptoms of Psychological Trauma". *Jama*, Vol.273, p.477-482.

Smith, D. C., & Furlong, M. J. (1994). Correlates of Anger, Hostility and Aggression in Children and Adolescents. In M. J. Furlong ve D. C. Smith (Eds.), *Anger, Hostility, and Aggression: Assessment, Prevention, and Intervention Strategies for Youth*, p. 15-38. New York: John Wiley.

Smith, D. C., Furlong, M. J., Bates, M. P., ve Laughlin J. D. (1998). Development of The The Multidimensional School Anger Inventory For Males”. *Psychology in The School*, Vol. 35 (1), p.1-17.

Spielberger, C. D., Reheiser, E. C., ve Sydeman, S. J. (1995). “Measuring the Experience, Expression, and Control of Anger”. *Comprehensive Nursing*, Vol. 18, p.207–132.

Spielberger, C. D., Gerard, J., Russel, S. Ve Rosario, C. (1983). “Assessment of Anger: The State-Trait Anger Scale”. *Advances in Personality Assessment*, Vol. 2, p.161-89.

Stein, N.L., ve Levine, L.J. (1989). “The Causal Organization of Emotional Knowledge: A Developmental Study”. *Cognition and Emotion*, Vol.3, p.343-378.

Stephen, D. S. (2004). “Anger Experiens in Violent and Non-Violent Male Offenders”. PhD. University of Miami, Florida.

Strongman, K. T. (1996). *The Psychology of Emotion*. Fourt Edition.

Suinn, R. (2001). "The terrible twos—Anger and Anxiety: Hazardous to Your Health".
American Psychologist, Vol.56, p.27–36.

Tamaki, S. (1994). *Adolescent anger control*. Regina, Saskatchewan: Saskatchewan
School Trustees Association.

Tavşancıl, E. (2002). *Tutumların Ölçülmesi ve Spss ile Veri Analizi*. Nobel Yayınları.
Ankara.

Turgut, M.F., Baykul, Y. (1992). "Ölçekleme Teknikleri". *Ösym Yayınları*. Ankara.

Waddell, D. D. (2004). "The Relationship Between Anger expression Style and
Depressive Symptomatology in African American Men". The Degree
Doctor of Philosophy. A Dissertation Presented to the Faculty of The
California School of Professional Psychology San Diego.

Wagner, P.; Fletcher, C. ve Gramzov, R. (1992). "Shamed into Anger? The relation of
Shame and Guilt to Anger and Self-Reported Aggression". *Journal of
Personality & Social Psychology* Vol. 62 (4), p.669-675.

Witting, A. F. Ve Beklin, G. S. (1990). *Introductin to Psychology*. McGravo-Hill Publ.
Company.

Wormith, J. S., ve Goldstone, C. S. (1984). "The Clinical and Statistical Prediction of Recidivism". *Criminal Justice and Behavior*, Vol.11, p.3-34.

Varricchio, C.G. (1997). Measurement Issues Concerning Linguistik Translations.54-56.

Vecchio, T., ve O'lear, D. K. (2004). "Effectiveness of Anger Treatments for Specific Anger Problems: A Meta-Analytic Review". *Clinical Psychology Review*. Vol. 24 (1). p.15-34

Yavuzer, H. (1992). *Çocuk Psikolojisi*. Remzi Kitapevi. İstanbul.

Yılmaz, N. (2004). "Öfke İle Başa Çıkma Eğitiminin ve Grupla Psikolojik Danışmanın Ergenlerin Öfke İle Başa Çıkabilmeleri Üzerindeki Etkileri". (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara: Hacettepe Üniversitesi.

Zillman, D. (1988). "Cognition-Excitation Interdependencies in Aggressive Behavior". *Aggressive Behavior*, Vol.14, p.51- 64.

Zillman, D. (1993). "Mental control of angry aggression". In D. Wegner ve J. Pennebaker (Eds.), *Handbook of mental control* (pp. 370-392). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall

EKLER

EK-1**ÇOK BOYUTLU OKUL ÖFKE ENVANTERİ**

Yaş:.....

Cinsiyet: ()Erkek ()Kız

Sınıf-Şube:.....

Okul:.....

Doğum Tarihi:...../...../.....

Bu sayfalarda; sizin, okulda hissedebileceğiniz bazı duygular, fikirler ve davranışlarla ilgili sorular sorulmaktadır. 1-33 numaralı soruların her birini cevaplayınız. Cevaplarınızı sizi en iyi ifade edecek şekilde numaralandırınız. Unutmayınız ki doğru ya da yanlış cevap diye bir ayırım yoktur.

Eğer bu olaylar okulda sizin başınıza gelseydi ne kadar sinirlenirdiniz

| Sıra | Maddeler | | | | |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------|---------------------------|---------------------|
| | | Hiç Sinirlenmezdim (1) | Biraz Sinirlendim (2) | Bir Hayli Sinirlendim (3) | Çok Sinirlendim (4) |
| 1. | Birisi, oturduğunuz yere sakız yapıştırdı ve siz bunu fark etmeden üzerine oturdunuz. | | | | |
| 2. | Okulda sizden büyük iki öğrenci size ait bir şeyleri alıp,sizden uzakta hiçbir şey olmamış gibi oyun oynarlar. | | | | |
| 3. | Öğretmeninize kendinizi iyi hissetmediğinizi söylüyorsunuz; ama o size inanmaz. | | | | |
| 4. | Sınıfta biri yaramazlık yapar, bu yüzden tüm sınıf ders bitiminde okulda tutulur. | | | | |
| 5. | Tuvalete gitmek için öğretmeninizden izin istediğinizde “hayır” der. | | | | |
| 6. | Sabah gelip sıranıza oturduğunuzda birisinin okul eşyalarınızdan bazılarını çaldığını fark edersiniz. | | | | |
| 7. | Sınıfınızdan birisi yaptığınız bir şeyden dolayı sizi öğretmene şikayet eder. | | | | |
| 8. | Diğer öğrenciler sizden daha kötü davranmalarına rağmen, müdürün odasına siz gönderilirsiniz. | | | | |
| 9. | Öğretmenin gözde öğrencisi, sınıftaki tüm özel işleri yapar. | | | | |
| 10. | Birisi, yemek kuyruğunda önünüze geçer. | | | | |
| 11. | Okulda ödevinizi yapmaya çalışırken, birisi, kasıtlı olarak sıranıza çarpar ve çalışmanızı engeller. | | | | |
| 12. | Bir sınava gerçekten çok çalıştığınız halde düşük not alırsınız. | | | | |
| 13. | Birisi size kötü bir isim takar. | | | | |

| Sıra | Aşağıdaki fikirlere katılıp katılmadığınızı belirtiniz | | | | |
|------|--------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------|-----------------|----------------------------|
| | Maddeler | Kesinlikle Katılmıyorum (1) | Katılmıyorum (2) | Katılıyorum (3) | Kesinlikle Katılıyorum (4) |
| 14. | Okul hiçbir şeye yaramaz. | | | | |
| 15. | Okul gerçekten çok sıkıcı. | | | | |
| 16. | Okulda verilen notlar adil değil. | | | | |
| 17. | Okulda öğrenmeye değer hiçbir şey yok. | | | | |
| 18. | Okuldaki kurallar saçma. | | | | |
| 19. | Okuldaki yetişkinler öğrencileri umursamazlar. | | | | |

| Sıra | Okulda kızdığınız zaman ne yaparsınız? | | | | |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------|-------------|-----------|
| | Maddeler | Asla (1) | Bazen (2) | Sık Sık (3) | Daima (4) |
| 20. | Kızgın olduğumda, hıncımı etrafımda kim varsa ondan alırım. | | | | |
| 21. | Kızgın olduğumda, başka bir şey düşünürüm. | | | | |
| 22. | Kızgın olduğumda, dünyadan nefret ederim. | | | | |
| 23. | Kızdığımda, bir şeyler kırarım. | | | | |
| 24. | Sinirli olduğumda, okuyarak, yazarak, resim yaparak ya da benzer aktiviteler yaparak kendimi sakinleştiririm. | | | | |
| 25. | O kadar kızarım ki, kendime zarar vermek isterim. | | | | |
| 26. | Eğer bir şey beni kızdırıyorsa, onunla ilgili komik bir yan bulmaya çalışırım. | | | | |
| 27. | Kızdığımda, koşmak ya da oynamak gibi aktivitelerle duygularımı boşaltırım. | | | | |
| 28. | Eğer kızarsam, öfke nöbeti halleri sergilerim. | | | | |
| 29. | Kızdığımda, gülümseyerek bunu gizlemeye ya da kızgın değilmişim gibi davranmaya çalışırım. | | | | |
| 30. | Kızdığımda, bir şeyleri yumruklarım. | | | | |
| 31. | Kötü bir not aldığımda öğretmenden hıncımı alacak yollar ararım. | | | | |
| 32. | Bir öğretmene çok kızdığımda, arkadaşlarımı güldürecek espiriler yaparım. | | | | |
| 33. | Sınavda, kötü bir not aldığımda, sınav kağıdını parça parça ederim. | | | | |

EK-2**DURUMLUK-SÜREKLİ ÖFKE İFADE ÖLÇEĞİ****I. BÖLÜM**

YÖNERGE : Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularının anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her bir ifadeyi okuyun, sonra da **genel** olarak nasıl hissettiğinizi, ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanına çarpı işareti koymak suretiyle belirtin. Doğru yada yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf eteksizin **genel** olarak nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

| | Hemen | | Hemen | |
|------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|
| | Hiçbir | | Çok | her |
| | Zaman | Bazen | zaman | zaman |
| 1. Çabuk parlarım..... | () | () | () | () |
| 2. Kızgın mizaçlıyım..... | () | () | () | () |
| 3. Öfkesi burnunda bir insanım..... | () | () | () | () |
| 4. Başkalarının hataları yaptığım işi yavaşlatınca kızarım | () | () | () | () |
| 5. Yaptığım iyi bir şeyden sonra takdir edilmemek canımı sıkar.... | () | () | () | () |
| 6. Öfkelenince kontrolümü kaybederim. | () | () | () | () |
| 7. Öfkelendiğimde ağzıma geleni söylerim | () | () | () | () |
| 8. Başkalarının önünde eleştirilmek beni çok hiddetlendirir..... | () | () | () | () |
| 9. Engellendiğimde içimden birilerine vurmak gelir..... | () | () | () | () |
| 10. Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılgına dönerim..... | () | () | () | () |

II. BÖLÜM

YÖNERGE : Herkes zaman zaman kızgınlık veya öfke duyabilir. Ancak kişilerin öfke duygularıyla ilgili tepkileri farklıdır. Aşağıda, kişilerin öfke ve kızgınlık tepkilerini tanımlamada kullandıkları ifadeleri göreceksiniz. Her bir ifadeyi okuyun ve öfke ve kızgınlık duyduğunuzda genelde ne sıklıkla ifade tanımlanan

şekilde davrandığınızı veya tepki gösterdiğinizi parantezlerden uygun olanına çarpı işareti koyarak belirtin. Doğru veya yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeyin.

| | | | |
|---------------|--------------|--------------|--------------|
| Hemen | | | Hemen |
| Hiçbir | | Çok | her |
| zaman | Bazen | zaman | zaman |

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

- | | | | | |
|------------------------------------------|-----|-----|-----|-----|
| 11. Öfkemi kontrol ederim..... | () | () | () | () |
| 12. Kızgınlığımı gösteririm | () | () | () | () |
| 13. Öfkemi içime atarım..... | () | () | () | () |
| 14. Başkalarına karşı sabırlıyımdır..... | () | () | () | () |
| 15. Somurtur yada surat asarım..... | () | () | () | () |

| | | | |
|---------------|--------------|--------------|--------------|
| Hemen | | | Hemen |
| Hiçbir | | Çok | her |
| zaman | Bazen | zaman | zaman |

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

- | | | | | |
|-----------------------------------------------|-----|-----|-----|-----|
| 16. İnsanlardan uzak dururum..... | () | () | () | () |
| 17. Başkalarına iğneli sözler söylerim..... | () | () | () | () |
| 18. Soğukkanlılığımı korurum | () | () | () | () |
| 19. Kapıları çarpmak gibi şeyler yaparım..... | () | () | () | () |
| 20. İçin için köpürürüm ama göstermem..... | () | () | () | () |

| | | | |
|---------------|--------------|--------------|--------------|
| Hemen | | | Hemen |
| Hiçbir | | Çok | her |
| zaman | Bazen | zaman | zaman |

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

- | | | | | |
|-----------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-----|
| 21. Davranışlarımı kontrol ederim..... | () | () | () | () |
| 22. Başkalarıyla tartışırım..... | () | () | () | () |
| 23. İçimde, kimseye söyleyemediğim kinler beslerim..... | () | () | () | () |
| 24. Beni çileden çıkaran her neyse saldırırım..... | () | () | () | () |
| 25. Öfkem kontrolden çıkmadan kendimi durdurabilirim..... | () | () | () | () |

| | | |
|---------------|--------------|--------------|
| Hemen | | Hemen |
| Hiçbir | Çok | her |
| zaman | Bazen | zaman |

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

- | | | | | |
|--------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-----|
| 26. Gizliden gizliye insanları epeyce eleştiririm..... | () | () | () | () |
| 27. Belli ettiğimden daha öfkeliyimdir. | () | () | () | () |
| 28. Çoğu kimseye kıyasla daha çabuk sakinleşirim..... | () | () | () | () |
| 29. Kötü şeyler söylerim..... | () | () | () | () |
| 30. Hoşgörülü ve anlayışlı olmaya çalışırım..... | () | () | () | () |

| | | |
|---------------|--------------|--------------|
| Hemen | | Hemen |
| Hiçbir | Çok | her |
| zaman | Bazen | zaman |

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

- | | | | | |
|------------------------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-----|
| 31. İçimden, insanların fark etmediğinden daha fazla sinirlenirim..... | () | () | () | () |
| 32. Sinirlerime hakim olamam..... | () | () | () | () |
| 33. Beni sinirlendirene, ne hissettiğimi söylerim..... | () | () | () | () |
| 34. Kızgınlık duygularımı kontrol ederim..... | () | () | () | () |

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER:

Adı Soyadı : Sevim CANBULDU
Doğum Yeri ve Yılı : Kırşehir-30.11.1975
Adres : Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü
 Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı
 -Yenişehir/MERSİN
Telefon : 0.324. 3412416

ÖĞRENİM DURUMU:

| Derece | Program | Yıl |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Yüksek Lisans | : Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı | 2002-2006 |
| Lisans | : Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı | 1993-1997 |
| Lise | : Kırşehir Sağlık Meslek Lisesi | .1989-1993 |
| İlköğretim | : Kırşehir Cacabey İlköğretim Okulu | 1986-1989 |

MESLEKİ DENEYİM

| | |
|-------------------------------------------------------|-----------|
| Mersin Salim Güven İlköğretim Okulu | 2002- |
| Adana Fatih Ticaret Meslek Lisesi | 1999-2002 |
| Adana Numune Hastanesi Beyin Cerrahi Servisi –Hemşire | 1993-1999 |