

**T. C.
MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
ADLI KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**ERGENLERDE ALGILANAN DUYGUSAL İSTİSMAR
İLE SÜREKLİ ÖFKE DÜZEYİ VE ÖFKE İFADE
BİÇİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SUZAN ULU

071111105

**Danışman Öğretim Üyesi:
Yrd.Doç.Dr. İrem AKDUMAN**

İstanbul, Şubat 2011

**T. C.
MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
ADLI KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**ERGENLERDE ALGILANAN DUYGUSAL İSTİSMAR
İLE SÜREKLİ ÖFKE DÜZEYİ VE ÖFKE İFADE
BİÇİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SUZAN ULU

071111105

**Danışman Öğretim Üyesi:
Yrd.Doç.Dr. İrem AKDUMAN**

İstanbul, Şubat 2011

TEZ ONAY SAYFASI

TARİH: ../../.....

T.C. MALTEPE ÜNİVERSİTESİ

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne

Suzan ULU'ya ait “Ergenlerde Algılanan Duygusal İstismar İle Sürekli Öfke Düzeyi Ve Öfke İfade Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışma, jürimiz tarafından Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı'nda YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan

Prof.Dr. Bahattin AKŞİT

Üye.....

Yrd.Doç.Dr.İrem AKDUMAN (Danışman)

Üye.....

Yrd.Doç.Dr.Cemile Ekin EREMSOY

Üye.....

Yrd.Doç.Dr.İlke Sine EĞECİ

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, ergenlerin anne babalarından algıladıkları duygusal istismar düzeyi ile sürekli öfke düzeyi ve öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Kocaeli ilinden iki özel, iki devlet okulu olmak üzere dört farklı okulun 10. sınıf öğrencilerinden toplam 169 öğrenci araştırmaya katılmıştır. Veri toplama aşamasında, algılanan duygusal istismar oranlarını tespit etmek amacıyla “Yetişkin-Genç İlişkileri Envanteri” kullanılmıştır. Sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerini belirlemek amacıyla “Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği” kullanılmış olup, ayrıca demografik bilgilere ulaşmak amacıyla “Kişisel Bilgi Formu” uygulanmıştır.

Verilerin analizinde Covaryans (ANCOVA) Testlerinden yararlanılmıştır.

Araştırmada elde edilen bulgularda, anne ve babadan algılanan duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenlerin öfke ifade biçimleri, bu algısı düşük olanlara göre farklılık göstermektedir.

Anahtar Sözcükler: Ergen, duygusal istismar, sürekli öfke, öfke ifade biçimleri.

ABSTRACT

The purpose of this study is to research the relationship between perceived emotional abuse and the trait anger with the anger expression styles in adolescents.

169 students from four schools (2 private and two public schools) in Kocaeli participated in this study. At the stage of data collection, in order to determine the perceived emotional abuse rates Adult- Youth Relationship Inventory was applied. Trait anger and anger expression style format to determine “The Trait Anger Expression Scale” was used and to find demographic information, “Personal Information Form” is also applied.

To analyse the data, Covaryans (ANCOVA) Tests were applied.

The results of the study indicated that the anger expression styles of adolescents who receive high levels of emotional abuse from their parents, differ from those who receive less emotional abuse.

Key Words: Adolescent, emotional abuse, trait anger, anger expression styles.

İÇİNDEKİLER

ÖZET	ii
ABSTRACT	ivi
TABLolar	viii
KISALTMALAR	x
SİMGELER	x
1.GİRİŞ	1
1.1. İstismar.....	3
1.1.1. İstismar Kavramı.....	3
1.1.2. İstismar Çeşitleri	3
1.1.2.1. Şekline Göre İstismar.....	4
1.1.2.2. İstismar Edilen Kişiyeye Göre İstismar	6
1.1.2.3. Duygusal İstismar Kavramı.....	10
1.1.2.4. Duygusal İstismar Olarak Görülen Hareketler.....	12
1.1.2.5. Duygusal İstismarın Nedenleri.....	16
1.1.2.6. Ergenlerde Duygusal İstismar	17
1.1.2.7. Ergenlerde Duygusal İstismarın Sonuçları.....	19
1.1.2.8. Duygusal İstismar İle İlgili Yapılmış Çalışmalar	23
1.1.2.8.1. Duygusal İstismar İle İlgili Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar	23
1.1.2.8.2. Duygusal İstismar İle İlgili Türkiye’de Yapılmış Çalışmalar..	26
1.2. Öfke.....	29
1.2.1.Öfke Kavramı.....	29
1.2.2.Öfkenin Özellikleri.....	30
1.2.3.Öfkenin Nedenleri	31
1.2.4.Öfke İle İlgili Kuramlar	33
1.2.5.Öfkenin Olumlu ve Olumsuz Sonuçları.....	38
1.2.5.1. Olumlu Sonuçları	38

1.2.5.2. Olumsuz Sonuçları	39
1.2.6.Öfke İle Başa Çıkma	40
1.2.7. Ergenlikte Öfke	42
1.2.8.Öfke İle İlgili Yapılmış Çalışmalar	46
1.2.8.1. Öfke İle İlgili Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar	46
1.2.8.2. Öfke İle İlgili Türkiye’de Yapılmış Çalışmalar	49
1.3.Araştırmanın Amacı.....	56
1.4. Araştırmanın Önemi.....	57
2.YÖNTEM.....	59
2.1. Örneklem.....	59
2.2. Veri Toplama Araçları	60
2.2.1.Kişisel Bilgi Formu	60
2.2.2. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği	60
2.2.3. Yetişkin-Genç İlişkileri Envanteri	61
2.3. İşlem.....	62
3.BULGULAR	63
4.TARTIŞMA	67
4.1.Sınırlılıklar	72
4.2. Öneriler.....	72
5. KAYNAKÇA	74
6.EKLER.....	88
EK:1-Kişisel Bilgi Formu	88
EK:2-Sürekli Öfke Ve Öfke İfade Tarz Ölçeği.....	89
EK:3-Yetişkin-Genç İlişkileri Envanteri.....	91
EK:4-İzin Belgesi Fotokopisi	97
7.ÖZGEÇMİŞ.....	98

TABLolar

Tablo 1.1. Şekillerine Göre İstismar Çeşitleri.....	4
Tablo 3.1. Örneklem Grubunun Annenin Yaşı Değişkenine Göre Dağılımları.....	64
Tablo 3.2. Örneklem Grubunun Babanın Yaşı Değişkenine Göre Dağılımları	66

KISALTMALAR

MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
s.	: sayfa
UNESCO	: Birleşmiş Milletler, Eğitim, Bilim ve Kültür Kurumu
WHO	: Dünya Sağlık Örgütü

SİMGELER

f	: Frekans Sayıları
H_0-H_1	: Hipotezler
n	: Ana kütlede seçilen örneklem sayısı
p	: Olasılık Değeri
r	: Korelasyon Katsayısı
sd	: Serbestlik Derecesi
ss	: Standart Sapma
χ^2	: Kruskal-Wallis H testi istatistiği

1. BÖLÜM

GİRİŞ

Ergenlik, kişilerin puberte ile başlayan ve kimliğin kazanılması ile sonlanan, çocuklukla gençlik dönemi arasında yaşadıkları bir dönemdir. Ortalama 12-22 yaşlar arasında olduğu kabul edilmektedir. Bu dönemde ergen, gerek akranlarıyla gerek erişkinlerle yeni yaşantılar, yeni ilişkiler yaşamakta; fiziksel, sosyal ve psikolojik bir gelişme sürecinden geçmektedir (Güney, 1998).

Ergenliğin çok çeşitli tanımları yapılmıştır. Ergenlik karmaşası kavramını psikolojide ilk kullanan yazar olarak tanınan G. Stanley Hall, ergenliğin ilkel ve uygar insan arasındaki kesişme noktası olduğuna inandığı için, ergenliği fırtına ve stres dönemi olarak tanımlamıştır. Freud'a göre ergenlik, geçici bir rol kararsızlığının yaşandığı, bir yandan yıkıcılığa kadar varan kararlı bir bağımsızlık, diğer yandan bebeksi bağımlılık gösteren ergenin, sürekli olarak ileriye, geriye gidip geldiği bir dönemdir (aktaran Onur, 1995).

Ergenlik; çocukluk ve yetişkinlik arasında kalan bir ara dönemdir (Kulaksızoğlu, 2004). UNESCO, ergenlik dönemini, 15-25 yaş dilimleri arasında kabul eder. Ancak bu dönem, Türkiye'de, kızlarda ortalama 10-12, erkeklerde ise 12-14 yaşları arasında başlar (Yavuzer , 1998).

Fransız Psikanalist Françoise Dolto, ergenlikte oluşan dönüşümü yaşamın ilk dönemlerindeki dönüşümle karşılaştırır. Doğumu fetüs halinden yeni doğan haline geçişin olduğu bir dönüşüm, ergenliği de aynı şekilde çocukluktan erişkinliğe geçilen bir dönüşüm dönemi olarak aktarır. Dolto, ergenlerin de tıpkı yaşamın ilk

döneminde yaşama alışmaya çalışan yeni doğan bebekler gibi kırılgan ve dayanıksız olduklarını belirtir. Yengeçlerin kabuk değiştirdikleri dönemde zayıflık ve savunmasızlığıyla, kişilerin ergenlik dönemlerindeki duyarlılık ve kırılganlığı arasında paralellik kurar. Bu dönemde meydana gelecek yaraların izlerinin tüm yaşam boyunca taşınacağından söz eder (Dolto, 1998).

Öfke duygusunu yoğun yaşayan grup ergenlerdir. Ergenler, toplumsallaşma sürecinde bir kimlik arayışı içinde olan ve sözü edilen süreçte engellenmeler sonucu ya da bulunduğu dönemin bir getirisi olarak, dürtüsellik sonucu, öfke duygusunu daha yoğun yaşayan kişilerdir (Parman, 2003).

Öfke bugüne kadar, saldırganlık ve düşmanlık gibi olumsuz bir duygu olarak algılanmıştır. Aksine öfke, bizzat olumlu, sağlıklı ve enerji veren bir duygudur. Buna rağmen, yine de birçok insanın öfkeleri yüzünden başları derde girmekte ve bir dizi problemle karşı karşıya kalmaktadırlar. Bunun sonucu olarak ve sahip olunan kültürel yapının da etkisiyle, birçok kişi öfkelenmekten korkmakta veya öfkelerini göstermekten çekinmektedir. Nedenleri ne olursa olsun, öfke duygusunun özenli bir çözümlenmesinin yapılması gerekmektedir (Özer, 1990).

Anne ve babaların çocuklarına ilgiyle, sevgiyle ve şefkatle yaklaşmaları gerekmektedir. Ancak ebeveynlerin çocuklarına zarar vermesi, ilgi ve bakım göstermemesi sıklıkla görülmekte, bu da çocuk istismarı ve ihmali konusunun ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Çocuk istismarı çeşitleri arasında duygusal istismar, göze çarpmayan ve etkileri ilk anda şiddetli belirtiler vermediği için arka planda kalan, ancak en sık yaşanan istismar türüdür (Polat, 1997).

1.1. İstismar

1.1.1. İstismar Kavramı

İstismar, sözlük anlamı olarak, iyi niyeti kötüye kullanma, sömürme anlamına gelen Arapça kaynaklı bir kelimedir (TDK). Son dönemlerde, özellikle görsel medya alanının gelişmesi ve yaygınlaşmasıyla, daha çok duyulan ve etrafında tartışılan bir kavram haline gelmiştir.

İstismar, tanımlanmasında oldukça farklılıklar gösteren bir kavram olarak ortaya çıkmaktadır. Bunun nedeni olarak, değişik meslek gruplarını ilgilendirmesi ve zaman ile kültürdeki değişimler gösterilebilir. (Polat, 1997). İngilizce’deki “abuse and neglect” in karşılığı olarak “istismar ve ihmal” yaygın olarak kullanılmakta, “abuse” kelimesinin karşılığı olarak da istismar, örseleme, kötü muamele, kötüye kullanım, ezim, suistimal, taciz en sık kullanılan terimler olarak karşımıza çıkmaktadır (Kırımsoy, 2003).

İşmen, istismarı; bir insanın, toplum olarak iyi veya kötü olarak kabul edilen değer ve değer yargılarından kendisine, yakınlarına veya savunduğu fikirlere paye çıkararak şahsını değerli, karşısında olduğu kişileri veya fikirleri de değersiz kılma çabası olarak tanımlamıştır. Ayrıca, duygulara yönelik bir değer kapma çabası, sayılan ve sevilen başka bir şeye ait değer yargısından haksız kazanç sağlama çabası olarak istismardan bahsetmiştir (İşmen, 1993).

1.1.2. İstismar Çeşitleri

İstismar sadece bir şekilde veya sadece zayıf kişilere yapılmaz. İstismar yapılış şekline göre veya yapılan kişilere göre olmak üzere ikiye ayrılmaktadır.

1.1.2.1. Şekline Göre İstismar

Tablo 1.1. Şekillerine Göre İstismar Çeşitleri

İSTİSMAR		
FİZİKSEL İSTİSMAR	CİNSEL İSTİSMAR	DUYGUSAL İSTİSMAR
Dövme	Tecavüz	Reddetme
İncitme	Sözlü Sarkma	İzole Etme
Yaralama	Röntgen	Aşağılama
Sarsma	Teşhir	Korkutma
Fırlatma	Fuhuş	Yıldırma
Isırma	Cinsel İlişkinin Çocuklara İzletilmesi	Kendi Çıkarlarına Kullanma
İtekleme	Elle Temas Etme	Aşırı Koruma
		İhmal Etme
		Ayırım Yapma

Kaynak: Betül, A. (2005). *Çocuk ve Ergen Psikolojisi*. Ankara: Nobel Yayınları. s.135.

İstismar, yapılış şekline göre fiziksel, duygusal ve cinsel olmak üzere üçe ayrılmaktadır (Tablo 1.1.). Duygusal istismar, sıklıkla fiziksel ve cinsel istismarla birlikte bulunabilmekte, fiziksel ve cinsel istismara ait somut hasarlar ortadan kalktıktan çok sonra bile, duygusal istismar devam edebilmektedir (Polat, 2006).

Fiziksel istismar, kişinin, başka kişi veya kişiler tarafından sağlığına zarar verecek biçimde fiziksel hasara uğraması, yaralanması ya da yaralanma riski taşımasıdır. Bu hasar; elle ya da bir nesneyle vurularak, itilerek, sarsılarak, yakılarak ya da ısırılarak oluşabilmektedir (Kaplan, Pelcovitz, & Labruna, 1999).

Fiziksel istismar genel olarak kaba kuvvet kullanmadır. Fiziksel istismarın varlığına işaret eden bazı davranışları; itmek, tokat atmak, ısırma, boğmaya çalışmak, tekmelemek, yumruklamak, eşya fırlatmak, fiziksel güç kullanarak evden çıkmasına veya eve girmesine engel olmak, hasta-yaralı veya hamile iken gerekli yardımı esirgemek, kesici aletlerle tehdit etmek veya saldırmak, işkence yapmak olarak gösterilebilir (Öztürk, 2007) .

Uygulanan fiziksel istismar oranlarında, kız erkek oranı arasında belirgin bir fark bulunmamaktadır. Ancak cinsiyet dağılımı kurbanın yaşı ile değişiklik gösterebilmektedir, örneğin; ergenlik çağında kızlar, erkeklere oranla daha fazla fiziksel istismarla karşı karşıya kalabilmektedir (Powers, Eckenrode & Jaklitsch, 1990). Fiziksel istismar en çok dört - sekiz yaşlarındaki çocuklara yönelik olmaktadır ve yaşla istismar oranı azalmaktadır. İstismar eden annelerin yaşına bakıldığında, 20 yaş ve altındakilerin, çocuklarına daha sık olarak fiziksel istismarda buldukları gözlenmektedir (Şahiner, Yurdakök, & Kavak, 2001).

Cinsel istismar, cinselliğin tehdit, sindirme ve kontrol etme amacıyla kullanılmasıdır. Bunu gösteren davranışlar; aşırı kıskançlık, bireyin cinsel performansı ile alay etme, cinselliği cezalandırma olarak görme, cinsel bölgelere aletle işkence etme, cinsel ilişkiye zorlama olarak gösterilebilir (Öztürk, 2007).

Cinsel istismar sık rastlanan ve genelde yıllarca süren bir durum olmakla birlikte sıklıkla gizli kalmaktadır. Vakaların yalnızca %15'inin bildirildiği düşünülmektedir. Cinsel istismarın yaygınlığı konusunda bildirilen oranlar büyük farklılıklar göstermektedir (kadınlar için %6-62, erkekler için %3-39). Gerçek yaygınlığın kadınlar için %12-17, erkekler için %5-8 olduğu düşünülmektedir (Taner ve Gökler, 2004).

Cinsel istismara maruz kalma riski altındaki kişiler incelendiğinde; kızların erkeklere oranla daha yüksek risk grubunda olduğu anlaşılmaktadır. Olgunlaşmamış, zihinsel engelli, fiziksel engelli, isteklerini dile getiremeyen ve aşırı ağlayan çocuklar da daha fazla risk altındadırlar. Her iki cinsiyette de risk oranı, ebeveynlerden birinden ayrı olma, ilgisiz bir anneye sahip olma ve aile yaşamının mutsuz algılanması koşullarında yükselmektedir. Cinsel istismara maruz kalan erkeklerin cinsel istismarda bulunma olasılığı daha yüksektir. Ayrıca; pasif, bağımlı, içedönük,

kaygılı, korkulu, güçsüz, endişelerini dile getiremeyen, tehlike içeren davranışı tanımayan ve ifade edemeyen çocuklar yüksek risk grubundadırlar (Yılmaz, 2002).

Duygusal istismar oldukça sık görülmekle birlikte, fark edilmesinde, tanımlanmasında, anlaşılmasında ve yasal olarak kanıtlanmasında güçlük yaşanmaktadır (Taner ve Gökler, 2004).

Erkman (1991), duygusal istismara neden olan davranışlar arasında; reddetme, aşağılama, ayırma, yalnız bırakma, yalıtım, korkutma, yıldırma, tehdit, suça yöneltme, duygusal engelleme, duygusal gereksinimleri karşılamama, çok sıkı, katı otorite, sosyal ilişkiler geliştirmede kısıtlama ve yetişkinleştirmeden söz etmiştir (1991, s.45).

Duygusal istismar kavramı çalışmanın ilerleyen bölümlerinde daha ayrıntılı bir biçimde incelenecektir.

1.1.2.2. İstismar Edilen Kişiye Göre İstismar

Kişiler hayatlarının her döneminde, kadın – erkek, çocuk – yetişkin, okumuş-okumamış olmalarına, sosyo ekonomik seviye ve sosyo kültürel düzeylerine bağlı olmaksızın istismara maruz kalabilmektedirler.

İngilizce'de "Child Abuse" karşılığı olarak Türkçe'de farklı sözcükler kullanılmakla birlikte "Çocuk İstismarı" daha sık kullanılan sözcüklerdir. "Abuse" yerine örselenme, ezim, kötü muamele veya istismar sözcükleri kullanılmaktadır (Kars, 1996).

0-18 yaş grubundaki çocuğun kendisine bakmakla yükümlü kişi veya kişiler tarafından zarar verici olan, kaza-dışı ve önlenemez bir davranışa maraz kalması çocuk istismarıdır. Bunun çocuğun fiziksel, psiko-sosyal gelişimini engelleyen,

gerçekleştiği toplumun kültür değerleri dışında kalan ve uzman tarafından da istismar olarak kabul edilen bir davranış olması gerekmektedir (Cüceloğlu, 2003).

Çocuk istismarının türlerini birbirinden kesin bir biçimde ayırmak kolay olmamaktadır. Çünkü uygulamada, çoğu zaman, bir çocuğun birden fazla türden istismara maruz kaldığı görülmektedir. Örneğin; fiziksel istismar gören çocukların duygusal yönden de zedelendiği ve yine birçok yönden ihmal edildiği gözlenmektedir (Dilek, 2007).

Çocuk istismarı kavramı son yüz yılda giderek önem kazanan bir konu olmuştur. Bu konuyla ilgili ilk kez 1860 yılında Tardieu; Paris Tıp Akademisinde çocukların cinsel ve fiziksel istismarına değinmiş, daha sonra ise 1946'da Caffey; "Caffey Sendromu"nu ve 1961'de Kemple; "Örselenmiş Çocuk Sendromu"nu tanımlamışlar ve bu konunun önemini vurgulamışlardır (Dokgöz ve Afşin, 2004).

Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'nün 1985'de yapmış olduğu tanıma göre ise "çocuğun sağlığını, fiziksel ve psiko-sosyal gelişimini olumsuz yönde etkileyen bir yetişkin, toplum veya ülke tarafından bilerek veya bilmeyerek yapılan davranışlar çocuk istismarı" olarak kabul edilir (Unicef, 2003). Tanım aynı zamanda çocuğun istismar veya şiddet olarak algılamadığı veya yetişkinlerin istismar olarak kabul etmediği davranışları da içine alır. Davranışın mutlak, çocuk tarafından algılanması veya yetişkin tarafından bilinçli olarak yapılması şart değildir.

Aral ve Gürsoy (2001)'a göre, "çocuk istismarı annenin, babanın ya da bakıcının çocuğa zarar vermesi sonucu oluşmaktadır. Çocuk istismarı kasıtlı olarak fiziksel zarar verme, çocuğun kötü beslenmesine yol açma, cinsel istismar, çıkar için kullanma, bundan da öte çocuğun normal fiziksel ve zihinsel gelişimini kısıtlayıcı her türlü faaliyette bulunmayı kapsamaktadır" (Aral ve Gürsoy, 2001).

Çocuğa sık sık uygulanan güç gösterisi (dayak gibi) çocukta yetersiz iç denetim oluşmasına yol açmakta, onu dış denetime ihtiyaç duyar hale getirmektedir. Şiddetin günlük yaşantımızda her alanda yer alması şiddetin kanıksanmasına yol açmaktadır (Ünal, 2008).

Anne tarafından yapılan çocuk istismarının sebepleri arasında, mental hastalık, ciddi evlilik sorunları, kadına yönelik şiddet, evlilik dışı çocuk doğumu, düşük eğitim düzeyi gibi faktörler sayılabilir. Sonuçları ise dövme, aç bırakma, tıbbi tedavi ihmali gibi ağır ihmaller, dumanla boğma, yanık, dışlama şeklinde gerçekleşmektedir. Babalarda durum incelendiğinde, evli olmadan birlikte yaşama, evle düzenli bağı olmama, şiddetle ilgili yasal kaydı olma, işsiz olma, aşırı alkol kullanımı faktörleri genel çocuk istismarı sebepleri arasında yer almaktadır. Dövme, evlatlıktan reddetme, cinsel taciz, evden uzaklaştırma ve darp etme sık görülen sonuçlardandır (Döner, 2005).

Ergen istismarı, “ergenin kendisini olumlu biçimde ve geliştirmesini engelleyici her türlü olumsuz uyarıyı kullanma duygusal bakımdan kötü muamele yapmak demektir” (Kulaksızoğlu, 1998).

Ergenlerin anne baba ile bağlanma ilişkisini inceleyen araştırmalar, ergenlik döneminde ailesi ile güvenli bağlanma ilişkisi içinde olan gençlerin arkadaşlık ilişkilerinde daha başarılı olduklarını, sosyal açıdan kendilerini daha yetkin hissettiklerini daha yüksek düzeyde özsaygılarının olduğunu, fiziksel açıdan daha sağlıklı olduklarını göstermiştir. Erken yaşlarda çocuklarının gereksinimlerini koşulsuz ve tutarlı olarak karşılayan, yakınlık ve sevgisini esirgemeyen, destekleyici ailelerin çocukları güvenli bağlanma geliştirmektedir (Deniz, 2006).

Akran istismarı, gücü elinde bulunduran bireylerin, kendi kazanç ve çıkarları için, karşı koyacak gücü olmayanlara karşı fiziksel, psikolojik, sosyal veya sözel düzlemde gerçekleştirdikleri, mağdura stres ve acı veren ve tekrarlanma özelliği gösteren saldırılardır (Crick, 1996).

Güvenir (2006)'e göre , akran istismarının en sık görülen şekli “ad takma” dır. Ad takmanın nedeni bireysel özellikler olabileceği gibi öğrencinin etnik kökeni, uyruğu, ırkı, cinsel yönelimi, bazı kısıtlılıkları ya da özürleri de olabilir. Dolaylı akran istismarındaysa, mağdur hakkında söylentiler yayma, gruptan dışlama, oyuna almama, aşağılayıcı mektup, mesaj gönderme v.b. davranışlar görülür (Güvenir, 2006).

Eş istismarı çoğunlukla alkol, ilaç bağımlılığı, işsizlik, emeklilik sonrası depresyon, kendine saygının kaybı durumunda ortaya çıkabilir. İstismara maruz kalmış eşler genellikle kendilerini toplumdan izole etmiş ve çevresindekilerle veya yakın akrabaları ile çok az düzeyde ilişkileri olan kişilerdir (Artan, 1996).

Kadınlara uygulanan şiddet, sadece tokat, tekme, yumruk gibi fiziksel şiddet türleriyle kısıtlı kalmamaktadır (Acar, 1998). Başkavak (2009)'ın belirttiğine göre; psikolojik şiddet, ekonomik şiddet ve cinsel şiddet, fiziksel şiddetle birlikte başvurulan diğer şiddet türleridir. Kadının evden çıkmasının yasaklanması, evden çıktığı zaman her hareketinin denetlenmesi ve bu şekilde çevresiyle görüşmesinin engellenmesi gibi şiddet türleri de, çoğunlukla fiziksel şiddetle beraber uygulanabilmekte, birbirlerini besleyen ve üreten mekanizmalardan oluşan bir şiddet çemberi oluşmaktadır (Başkavak, 2009).

Beşer ve Kısal (2009), yaşlı istismarı terimini, şiddet eylemlerini ve kötü davranmayı içine almakla birlikte, kendi evinde oluşan, çoğunlukla yetişkin

çocukları ve eşleri tarafından suçun işlendiği ev içi veya kişilerarası şiddet olarak tanımlamaktadır (Beşer ve Kısal, 2009). Yaşlı istismar ve ihmali “hırpalanmış yaşlı kadın” (granny battering) terimi ile literatürde 1970’li yıllardan beri tartışılan bir sorun olmasına rağmen tanımına ilişkin bir görüş birliği yoktur (Uysal, 2002).

Uluslararası Yaşlı İstismarının Önlenmesi Kuruluşu ve Dünya Sağlık Örgütü (WHO) Toronto Deklerasyonu’na göre yaşlı istismarı, “Güven beklentisi olan herhangi bir ilişkide yaşlıya zarar veren veya strese sokan tek ya da tekrarlayan uygunsuz davranışlarda bulunulmasıdır”. “Yaşlı bireyin sağlık ve iyilik halini tehdit eden veya zarar veren herhangi bir davranış” veya “belli bir zaman dilimi içerisinde bir yetişkin tarafından yaşlının o kültürde kabul edilmeyen bir davranışa maruz kalması” şeklinde de tanımlanabilmektedir (aktaran Öz, 2002).

Karadeniz ve arkadaşlarına (2009) göre; “yaşlı istismarı sosyal bir sorun olarak görülse de son yıllarda artık suç kategorisi bağlamında ele alınmaya başlanmıştır. Türkiye’de yaşlı istismarı yeni bir olgu olmasına karşın, her şiddet/istismar vakalarında mağdurun yaşadıklarını "gizleme/açığa vurma" sorunu unutulmamalıdır” (Karadeniz ve ark., 2009)

1.1.2.3. Duygusal İstismar Kavramı

Duygusal istismar oldukça sık olmakla birlikte fark edilmesinde tanımlanmasın da, anlaşılmasında ve yasal olarak kanıtlanmasında güçlük yaşanmaktadır. Duygusal istismar bazı davranışları yaparak veya bazı davranışları yapmayarak çocuğa zarar vermek olarak da tanımlanmaktadır. Yetişkinlerin bu davranışları, çocuğun fiziksel, bilişsel ve psiko-sosyal gelişiminde duraklama, gerileme, engelleme yaratıyorsa bunlar duygusal istismara yol açan davranışlar olarak kabul edilmektedir (Gökler, 2002).

Çocuk ve ergenin kendisini (bedenini ve kişiliğini) olumlu biçimde algılamasını, değerlendirmesini ve geliştirmesini engelleyici her türlü olumsuz uyararı kullanmayı, onu duygusal boyutta etkileyecek her türlü davranışı sergilemeyi (Aydın, 1997), kasten acı çekmesine neden olmayı, zihinsel kötü muameleyi ve çocuğun duygusal iyi ruh halini tehlikeye atmayı içeren davranışlar, duygusal istismar olarak ele alınmaktadır (Trickett, Mennen, Kim, & Sang, 2009,). Duygusal istismar, psikolojik gelişmenin duraklamasına neden olacak sözel istismarı veya aşırı emirleri kapsayan, çocuğun kimliğini zedeleyen ve bozuk davranışları ortaya çıkaran tavırları (Topbaş, 2004) ve çevredeki yetişkinler tarafından gerçekleştirilen, çocuğun sosyal duygusal ve kişilik gelişimini engelleyici eylemleri içermektedir.

Duygusal istismar veya psikolojik örselenme diğer tüm kötü muamele biçimlerini şemsiye gibi altına toplayan bir olgudur. Tek başına var olduğu gibi fiziksel ve cinsel istismar ile birlikte bulunabilir. Fiziksel ve cinsel istismarın somut hasarları ortadan kalktıktan sonra bile duygusal istismar devam edebilir (Polat, 2001).

Duygusal istismar en yaygın olarak yapılan istismar biçimidir. Fiziksel ve cinsel istismar çocuk ve ergenlerin aynı zamanda duygusal bakımdan da örselenmesine yol açmaktadır. Duygusal istismar çocuk ve ergene duygularını rencide edecek biçimde davranılması anlamına gelmektedir (Arslan ve ark., 2002). Çocuk ve ergenin kendisini (bedenini ve kişiliğini) olumlu biçimde algılamasını, değerlendirmesini ve geliştirmesini engelleyici her türlü olumsuz uyararı kullanma, duygusal bakımdan kötü muamele yapmak demektir (Kulaksızoğlu, 2004).

Duygusal istismar tarihte mental acımasızlık (Laury & Maerko ,1967), mental yaralanma (Law, 1974), duygusal ihmal (Whiting, 1978), duygusal istismar (Laurine & Stefano, 1978) olarak tanımlanmıştır. Duygusal istismarla ilgili farklı tanımlar

bulunmaktadır. McClelland (1973), duygusal istismarın tanımında yeteneğe odaklanmıştır. Duygusal istismarı da yeteneğin gelişimine engel olan davranışlar olarak tanımlarken, Whiting (1976) duygusal istismarı duygusal rahatsızlığa neden olan anne babanın kasıtlı davranışları olarak tanımlamıştır. Dean' e göre duygusal istismar çocuğun olumlu benlik algısının gelişiminde gecikmeye neden olan ailenin kronik bir hale dönüşmüş davranış kalıplarıdır (aktaran Siyez, 2003).

1.1.2.4. Çocukta Duygusal İstismar Olarak Görülen Hareketler

Duygusal istismar olarak nitelendirilen davranışlar; reddetme, yalnız bırakma, aşırı koruma, aşırı hoşgörü, baskı, sevgiden ve uyarandan yoksun bırakma, sürekli eleştiri, aşağılama, tehdit, suçlama, yok sayma, çocuğun yaşına ve özelliklerine uygun olmayan beklentiler içinde olma, çocuğu aile içi uyuşmazlıklarda taraf tutmaya zorlama, ayırım ve karşılaştırma yapma, kendi çıkarına kullanma, izole etme, aile içi şiddete tanıklık etme şeklinde sayılabilir (Polat, 2001).

Erkman (1999) ise duygusal istismar olarak görülen hareketler arasında, yıldırma, reddetme, aşağılama, tek başına bırakma, suça yöneltme, aşırı koruma, ayırım yapma, kendi çıkarına kullanma gibi davranışlara yer vermiştir (Erkman, 1999).

Çocuğun korkutulması, ona baskı yapılması, dövüleceğine ilişkin gözdağı verilmesi dünyanın tehlikeli ve kötü bir yer olarak gösterilmesi şiddete ve korkuya dayalı iletişim türlerindedir. Yıldırmaya örnek olarak çocuğu dövmek ya da öldürmekle tehdit etmek, çocuğa çift mesaj vermek, çocuğun sırlarını söyleyerek utandırıcı davranışlarını açığa çıkarmakla tehdit sayılabilir (Yavuzer, 1998) .

Korkutma gerek dayak yoluyla gerekse başka şekillerde geleneksel eğitimimizde önemli bir yer tutmaktadır. Annelerin çocuklarını sindirmek için "beni

üzersen hastalanıp ölürüm, annesiz kalırsın", "üvey anne elinde büyürsün" gibi sözleri bir yanda çocukta suçluluk duygusu yaratırken bir yandan da çocuk kısa bir süre için sindirilmiş olmaktadır (Hamarman ve Bernet, 2000).

Çelikkol (1999)'a göre reddetme; "çocuğun ayrı bir birey olarak kabul edilmemesi, ihtiyaçlarının karşılanmaması, evde o yokmuş gibi davranılması, kişiliğinin, kabiliyetinin ve başarılarının yok sayılması, hiçbir işe yaramadığının hissettirilmesi veya söylenmesi ve genelde çocuğun yaptıklarının onaylanmaması, evdeki her hatadan onu sorumlu tutarak onu bir tür günah keçisi rolüne soyundurmak, fiziksel temastan kaçınmak ve ona dokunarak yakınlığını belli etmemektir" (Çelikkol, 1999, s.23).

Köknel (1987), çocukla iletişim kurma konusunda anne babalara bir takım önerilerini sıralarken; çocuğa karşı anne babaların kendi amaç ve beklentilerine göre değil, çocuğun amaç ve beklentilerini anlayarak ve bilerek davranılması gerektiğini, çocuğun yaşı, becerisi, yeti ve yeteneği dışında ve üstünde çabalara zorlanmaması gerektiğini ifade etmektedir (Köknel, 1987).

Duygusal tepki vermeyi reddetme, çocuğun duygusal-sosyal gelişiminin sağlıklı olması için gerekli duygusal tepkilerin verilmesinin ihmal edilmesi veya çocukla hiçbir şeyin paylaşılmamasıdır. Çocuğu okşamama, kucaklamama, öpmeme, çocuğun etkileşimde bulunma isteğini görmezden gelmek bunun örneklerindendir (Hamarman ve Bernet, 2000).

Polat (2001)'in aşağılama tanımı kapsamında söz ettiği davranışlar; anne baba tarafından çocuğun küçük düşmesine neden olacak, onurunu zedeleyecek davranışlarda bulunulması, çocukta yetersizlik duygusu uyandırma, takma isimlerle

çağırma ve çocuğa değer verilmemesi, çeşitli özelliklerinden dolayı tenkit edilmesi, kötü sözlerle çağırılması ve çocuğun utandırılmasıdır (Polat, 2001).

Çocuğu cezalandırma amacı ile aşağılayıcı, kırıcı sözler söylemekten kaçınılması gerekmektedir. Çocuk aşağılandıkça, kendisinin gerçekten eksik ve değersiz bir birey olduğuna inanmaya başlar. Ancak, çocuğu yaramazlığından dolayı, yanılığısından ve söz dinlememesinden dolayı kınamak ve eleştirmek çok sık başvurulan bir eğitim yöntemidir. Kimi anne babaların dayak atmadığı ya da dayaktan kaçındıkları, ancak çocuklarına söyledikleri sözler ile en az dayanın etkisi kadar bir etki yarattıkları görülmektedir. Küçük düşürücü sözler, çocuğun duygusal açıdan zedelenmesine neden olabilir (Yörükoğlu, 1988).

Polat (1997), tek başına bırakmayı, ebeveynin çocuğu toplumsal ilişkilerden ve kendinden uzak tutması, çocuğun bu tip ilişkilere girmesini sağlayacak fırsatları sağlamamak veya kasıtlı olarak bu tip fırsatları engellemek, çocuğun yalnız olduğuna inandırılması olarak tanımlamıştır (Polat, 1997) .

Bayraktar (1990)'a göre tek başına bırakma; çocuğun tek başına bırakılarak cezalandırılması, sosyal ilişkilerden uzaklaştırılması, çocuğun denetimsiz ve yalnız bırakılması, çocuğa dünyada yalnız olduğunun söylenmesi ve hissettirilmesi, arkadaş gruplarına ve okul sonrası aktivitelere katılmasına izin verilmemesi olarak tanımlanır (Bayraktar, 1990).

Odaya kapatma yaygın uygulanan disiplin yöntemlerinden biridir. Bazı ebeveynler, çocuğu karanlık bir odaya kapatarak veya kilitleyerek çocuklarını disipline ettiklerini düşünmekteyken, gerçekte çocuklarının ruh sağlıklarının bozulmasına ve bazı fobilerin oluşmasına neden olabilmektedirler (Yavuzer , 1998).

Anne –babanın çocuğa karşı aşırı hoşgörölü bir tutum sergilemesi, çocuğun pek çok olumsuz davranışlarına göz yumulması çocuğun suça yönelmesine neden olabilmektedir. Çocuğun toplum kurallarına karşı davranışlarına göz yumulması veya bu davranışların pekiştirilmesi, suça yönelmesine zemin hazırlanması ve çocuğa iyi kötü kavramlarının öğretilmemesi, çocuğun suça yöneltilmesi kapsamında ele alınmaktadır(Bayraktar, 1990).

Sutherland'ın kuramında da belirttiği gibi suçluluk davranışı ilk çocukluk dönemlerinde gelişir ve yaşam boyu devam eder. Özellikle ergenlik döneminde gencin kendisiyle özdeşleştireceği bir bireye gereksinimi olduğundan aile içinden bir yetişkinin bozuk kişilik yapısına sahip olması durumunda, bu kötü davranış örneğinin de ergene yansıması olasıdır (aktaran Yavuzer , 1998).

Aşırı koruma üstü kapalı bir ret davranışıdır. Ana ve babaların aşırı baskısı kadar, aşırı düşkünlükleri de çocuklarda çeşitli duygusal bozukluklara neden olmaktadır. Çocuğun sosyal ve duygusal gelişimini engeller. Sevgi azlığı, çocuğun kendine saygı duygusunun gelişimini bozabilir. Aşırı sınırlama ise çocuğun bağımsızlık ve toplumsal yeterlilik duygusunu engelleyebilir. Bütün bunlar ise sonuçta kişinin yaşam da karşılaştığı streslerle başa çıkabilmesini ve uyumunu zedeleyebilir (Ekşi, 1990).

Ebeveynler zaman zaman çocukları arasında ayırım ve karşılaştırma yapmaktadırlar. Ebeveynler bu yöntemi kullanarak çocukların bir şeyler yapabilme çabasının artacağını sanmaktadırlar. Oysa istenilen sonucun tam tersi ile karşılaşırlar. Köknel, çocukların başarılarının övölmesi başarısızlıklarının da başka çocuklarla karşılaştırılmaması gerektiğini belirtmektedir (aktaran Ekşi, 1990).

Çocuğun üstesinden gelemeyeceği isteklerde bulunma, kapasitesinin üzerinde başarı beklenmesi, yaşına uygun olmayan sorumluluklar verilmesi ve beklentilerin olmasıdır. Kısacası çocuktan yaşına, gelişim düzeyine ve diğer karakter özelliklerine uygun olmayan davranışların beklenmesidir. Çocuktan beklenenlerin çok fazla ya çok az olması çocukların benlik algılarına ve kendilerine olan güvenlerine zarar verir Maddi yetersizlikler sonucu ailesine yardım etmek amacıyla çeşitli yerlerde sağlıksız koşullarda çalışmak zorunda olan henüz okul çağındaki çocukların kapasitelerinin çok üstünde sorumluluk yüklenmeleri de istismar edilmelerine neden olmaktadır (Bayraktar, 1990).

1.1.2.5. Duygusal İstismarın Nedenleri

Duygusal istismarın anne ve babadan kaynaklanan nedenlerini belirleyebilmek için duygusal istismara uğramış çocukların anne ve babalarına ait özelliklere bakılması gerekmektedir. Bilir ve arkadaşları (1999), duygusal ve fiziksel istismara uğrayan çocukların anne babasına ait özellikleri tanımlamışlardır (Bilir ve ark., 1999,).

Buna göre; anne babaların, özellikle annelerin yaşı çok gençtir. Yapılan çalışmalara göre, çok genç yaştaki annelerin çocuklarında istismar durumu daha yüksek oranda görülmektedir. Anne babaların kendi geçmişlerinde istismar ve reddedilme deneyimleri vardır veya istismar edilen bir kardeşe tanık olmuşlardır. Özgün kişilik bozuklukları vardır ve öz saygıları düşüktür. Yetersizlik ve değersizlik duygularına sahiptirler: Kendilerini değersiz ve sevilmeyen kişiler olarak görürler. Çocuk sahibi olmalarının nedeni kendilerini sevecek birinin olma isteği olabilir. Bunun sonucu olarak, çocuktan gerçek dışı beklentileri vardır. Bu beklentiler çocuğun gelişimi, davranışları ve duygusal tepkileri konusunda olabilir. Çocuk, ana babaların isteklerine cevap vermeyi başaramadığında, ana babalarda engellenme ve

hayal kırıklığı başlar. Çocukların fiziksel gereksinimlerini dahi karşılayamaz, hatta tamamıyla ihmal ederler ya da çocuğu istedikleri gibi davranmaya zorlamak için fiziksel ceza bile uygulayabilirler.

Anne mental yönden donuk olabilir ya da nörotik özelliklere sahip olabilir. Annelikleri zayıftır. Baba saldırgan olabilir ve suç kaydı vardır. Ev düzeni normal ya da düzensiz, kirli ve bakımsızdır veya obsesif bir şekilde temiz ve düzenlidir. Evlilikle ilgili de ciddi problemler olabilir.

Polat (2001), şiddete (fiziksel, cinsel, psikolojik v.b.) başvuran bireylerin bu saldırganca tavırlarını açıklamada üç farklı model geliştirmiştir;

1. Kişiler Arası Şiddet Modeli: Bu modele göre insanlar, anlaşmazlıklarını konuşarak çözme yeteneğinden yoksun oldukları için şiddete yönelmektedirler

2. Aile Şiddeti Modeli: Evde ve okulda disiplini sağlamak üzere şiddet kullanımına tanık olan çocuk, yetişkinliğinde bunu sorun çözmede doğal bir seçenek olarak görmektedir. Toplumun da şiddeti bir sorun çözme yöntemi olarak benimsemesinin bunda önemli rol oynadığı düşünülmektedir

3. Cinsellik Politika Modeli: Bu modele göre erkekler, kadınlar üzerindeki haklarını tehdit altında olduğunu düşündüklerinde ya da kadınların evdeki sorumluluklarını yerine getirmemeleri durumunda şiddete başvurmaktadır (Polat, 2001, s. 17).

1.1.2.6. Ergenlerde Duygusal İstismar

Tipik bir ergenin duygusal dünyası, çıkışları çok yükseklere ve inişleri çok aşağılara olan, bir dizi inişler ve çıkışlardır. Örneğin hiçbir şey, ilk kez âşık olmaktan

daha canlandırıcı ve hiçbir şey ilk kez aşkı kaybetmekten daha çaresiz olarak yaşanmaz. Ergenlerin kendi duygusal iniş ve çıkışlarını değerlendirecek yaşantısal bir temelden yoksun olmaları, olayların genellikle olduklarından çok daha iyi ya da olduklarından çok daha kötü olarak değerlendirilmesine neden olmaktadır. Burada, yalnızca zaman ve daha çok yaşam deneyimi bireye yardımcı olabilir. Bu dönem, ben neyim, diğerleri arasında neredeyim, öncelikle ben nasıl öyle oldum ve yaşamımla ilgili olarak ne yapacağım gibi soruların sorulduğu bir dönemdir. Gerçekte ergenlik yılları, benliği yaratma dönemi değil, var olan benliği keşfetme dönemidir (Parman, 2003).

Ergen istismarı bireyin fiziksel, davranışsal, duygusal ve gelişimsel durumuna bir erişkin tarafından zarar verilmesi olarak tanımlanmaktadır (Canat, 1994). Özellikle çocukluk döneminde cinsel ve fiziksel istismarın ergenlikteki etkileri daha dramatik olmaktadır (Çelik, 2007).

Müderrişoğlu'nun aktardığına göre duygusal istismara maruz kalan ergenlerin ebeveyn yapısı Şu Şekilde olmaktadır ;

- 1. Reddeden ebeveyn:** Çocuğun değerini reddeder ve kendi soyundan saymaz.
- 2. İzole eden ebeveyn:** Çocuğunu normal sosyal içerikten uzak tutar, arkadaşlıklar geliştirmesini önler ve çocuğun dünyada tek başına olduğuna inanmasına çalışır.
- 3. Şiddet kullanan ebeveyn:** Korku içeren bir atmosfer geliştirir, sözel saldırılarda bulunur, dalga geçer, korkutur.
- 4. Umursamaz ebeveyn:** Çocuğun duygusal ve entelektüel gelişimine zarar verecek düzeyde etkisizlik ve tepkisizlik ortamı yaratır.

5. Yanlış yönlendiren ebeveyn: Çocuğun yanlış sosyalleşmesini

sağlar, toplumda zarar verici davranışlar yapmaya yönlendirir,

sapkınlığı pekiştirir (aktaran Müderrisoğlu, 2002).

“İstismarın gençlerde düşük benlik saygısı, davranım bozuklukları, madde kötüye kullanımı, depresyon, anksiyete, özkıyım gibi ciddi riskler oluşturduğu düşünülmektedir” (Garefski ve Diekstra, 1997, s. 323).

Yine fiziksel istismarın ergenlik döneminde düşük sosyal performans, akademik başarısızlık, dil becerilerini kullanmada yetersizlik gibi etkileri bulunmaktadır (aktaran Topbaş, 2004).

1.1.2.7. Ergenlerde Duygusal İstismarın Sonuçları

Ergenlik döneminde yaşanan duygusal istismar sonucunda benlik algısında azalma ve stres, depresyon ve anksiyete gibi ruhsal hastalıklar yaşama olasılığı mevcuttur (Alantar,1989).

Yörükoğlu (2004), “Benlik” kavramını, insanın kendi benliğini algılayış ve kavrayış biçimi olarak tanımlar. Kişinin kendini nasıl görüp, nasıl değer biçtiğini anlatır (Yörükoğlu, 2004). Benlik kavramı, bireyin kendisine ilişkin doğru bulduğu dinamik ve karmaşık inançların tümüdür. Bir başka tanımla benlik kavramı ergenin kendisiyle ilgili olarak kafasında çizdiği görünümdür. Bu görünüm, ergenin kendine güvenli olup olamayacağını, içe ya da dışa dönük oluşunu belirler. Ergenin benlik kavramı dünyayı seyrettiği bir gözlük gibidir. Hiç bir kimse, benlik kavramına sahip olarak dünyaya gelmez. Bunu anne babasından, kardeş ve arkadaşlarından öğrenir ve bu öğrenme süreci doğumdan itibaren başlar (Baldwin ve Hoffmann, 2002, s. 101).

“Benlik Algısı” doğuştan gelen bir özellik olmayıp sosyal ve fiziksel çevrede zaman içinde oluşur. Yeni doğan bebek, anne ya da bakımından sorumlu kişilerle

gereksinmelerinin doyurulması beklentisiyle ilişki kurar. Beslenirken ya da uyutulurken annenin yüzünü ve davranışlarını algılar. Böylece zihninde şemalar oluşur. Bu ilk sosyal ilişkilerde “benlik algısı” oluşur. Eğer gereksinmeleri zamanında doyurulursa, seviliyorsa, ilgi görüyorsa, çevresi tarafından istendiği duygusunu yaşar ve “olumlu benlik algısı” gelişir (MEB,2005, Öğretmen El Kitabı).

Benlik algısının yüksek olması için, ergenin içinde bulunduğu aile, özgüvenli, kendi aralarında ve ergenle iyi iletişim kuran, güven verici, hoşgörülü ve esnek bir yaklaşım içinde olan bireylerden oluşmalıdır. Aile üyelerinin, ergendeki iç denetim mekanizmasını geliştirememeleri, aşırı baskılı ve otoriter yaklaşım içinde olmaları benlik algısını azaltan hatta yok eden olumsuz yakın çevre faktörleridir (Yavuzer , 1998). Dolayısıyla, duygusal istismarın ergenlerde olumlu benlik algısının gelişmesinde örseleyici bir rolü bulunduğu düşünülmektedir (Alantar,1989).

“Çevreye sürekli olarak uyum sağlama çabaları sırasında içsel ve dışsal koşullar bireyin uyumunu zorlaştırırsa kişi bedensel ve psikolojik sınırlarının ötesinde çaba harcamaya başlar. Bedensel ve psikolojik olarak yorulmasına neden olan bu duruma da stres denir” (Cüceloğlu, 1992, s. 45).

Psikolojik açıdan en önemli değişiklikler yoğun olarak gençlik döneminde yaşanmaktadır (Çelen, 2007). Bu dönemin özü gereği yaşanılması zorunlu olan ve genç bireyi zorlayan gelişimsel streslerin en önemlileri arasında, aile çevresinin yakın ilişkilerinden arkadaş çevresinin yakın ilişkilerine geçiş; anneden koparak bağımsızlığa yönelme; kimlik arama; sosyal ve cinsel rolüne uyum; ideal beni bulmaya yönelik özdeşleşme çabası; farklı, değişik ve yeni bir şeyler arama ve yapma çabası; beden imajını kabullenme, benimseme ve onunla hoşnut yaşama sayılabilir. Görüldüğü gibi çok sayıda psikolojik değişiklik yaşanmaktadır. Genç

birey hem duygusal, hem bilişsel, hem de davranışsal düzeyde zorlanmakta, yeni uyumları gerektiren stresleri yaşamaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2004).

“Depresyon sözcüğü çökme, kendini kederli hissetme, işlevsel ve yaşamsal aktivitenin azalması gibi anlamlarda da kullanılmaktadır. Klinik olarak depresyon, derin üzüntülü bir duygudurum içinde değersizlik, yetersizlik duygu ve düşünceleriyle birlikte düşünme, konuşma ve hareketler gibi fizyolojik işlevlerde yavaşlama ile seyreden bir sendromdur” (Aşkın, 1999, s. 12).

Oldukça karmaşık yaşanan bu dönemin karakteristik görünümünden birisi de, gürültülü ancak her zaman geçici olan duygusal gösterilerin, yaşamın diğer dönemlerine oranla görece sıklığıdır, örneğin; erişkinlerin depresyonlarında da görülen sıkıntı, üzüntü, mutsuzluk, yetersizlik, kötümserlik gibi duygulara sıkça rastlanabilir, ancak bunlar geçici olup hastalık kapsamına girmezler. Öte yandan yine bu döneme ait diğer özel bazı duygu ve düşünceler de burada önemli rol oynar ve bu dönemi renklendirir. Bunlar arasında bedeniyle ve kendisiyle ilgili endişeleri, kişisel sorunları, doyumsuzlukları, duygusal ilişkiler kurma konusundaki zorlukları, zaman zaman bir yandan ebeveyne karşı gelinse ya da arada çatışmalar çıksa bile, öte yandan büyümeyle birlikte onlar tarafından korunmanın gitgide azalmasının getirdiği korkular, ebeveyne karşı saldırganca duygular ve bunların doğurduğu suçluluk duyguları, ara sıra akıldan geçiveren ölüm fikirleri, gelecekle ilgili kuşkular vb. sayılabilir (Işık, 1991).

Bu dönemdeki gerçek bir depresyonun teşhisinde şu iki temel özelliğin dikkate alınması gerekmektedir (Işık, 1991).

1. Depresif duyguların yoğunluğu: Duygu ve düşünsel alanda gerçek bir üzüntü, umutsuzluk, ızdırap, benlik saygısında azalma,

değersizlik ve suçluluk duygulan, ölüm düşüncesi ve isteği gibi belirtiler, davranışlarda ise; genel bir psiko-motor yavaşlama ile hareketsizlik ya da kızgınlık, hırçınlık, öfke, irritabilite, ajitasyon, impulsif ve şiddete başvurma, alkol ya da ilaç, uyuşturucu madde alımıdır.

2. Depresif bulguların süresi: Eğer bulgular 15 günü aşan bir süredir devam ediyorsa, üstelik sabah erken uyanmaya da aşırı uyuma şeklinde uyku bozuklukları, iştahsızlık, kilo kaybı, besin reddiyle seyreden beslenme bozuklukları gibi genel olarak biyolojik etkenlerin varlığını düşündüren bulgular da eklenmişse bu ruhsal tablonun gerçek bir depresyon olabileceği unutulmamalıdır.

Alantar (1989)'ın araştırmasında, anne babalarından duygusal istismarı yüksek düzeyde algılayan ergenlerin, aynı zamanda depresyonda oldukları sonucuna ulaşılmıştır (Alantar, 1998).

“Anksiyete, insan varoluşunun bir parçasıdır ve insanı tehlikeden koruyan bir etki gösterir. Çocukluğun uzun süren bağımlı yılları nedeniyle, anksiyete, ilişkilerin statü ve anlamları ile benlik algısı gelişimiyle yakından ilişkilidir” (Yalom, 2007, s. 15).

Anksiyete günümüzde birçok psikolojik rahatsızlığın nedeni olarak görülmektedir. Anksiyete çoğu kez korku ile birlikte anılır. Üzüntü, sıkıntı, korku, başarısızlık duygusu, acizlik, sonucu bilememe ve yargılanma gibi birçok heyecanı içerir. Korku ile kaygı arasındaki üç önemli fark şu şekilde tanımlanır. Korkunun kaynağı belli, kaygının belirsizdir, korku kaygıdan daha şiddetlidir ve korku daha kısa süreli olup kaygı daha uzun süre devam eder. Korku ve kaygı arasındaki

benzerliklere dayanarak psikologlar, korku sırasında ortaya çıkan fizyolojik oluşumların kaygı anında da gözlenebileceğini savunurlar (Cüceloğlu, 1992).

Ergenlik dönemi ile birlikte, bireylerde kimlik arayışı da başlar. Bu durum, ergenin anksiyete düzeyinde yükselmeler meydana getirebilmektedir. Kimlik arayışı ile birlikte sosyal beğeni ve bağımsızlık çatışmaları ergenlerde görülen normal kaygılardandır. Ancak yaşadığı çevre içinde kendisini güven altında ve huzurlu hisseden bireyde korku, ya da kaygı en alt düzeyde görülür. Dolayısıyla yaşanan çevrenin ergene güven vermesi ve destek olması, tutarsız tutumların en aza indirilmesi bu açıdan önem taşımaktadır. (Cüceloğlu, 1992).

Taşdelen (1995)' in yaptığı araştırma sonucunda, yüksek düzeyde duygusal istismar algılayan gençlerin, sürekli kaygılarının yüksek, duygusal ve davranışsal sorunların daha fazla olduğu görülmüştür (Taşdelen, 1995).

1.1.2.8. Duygusal İstismar İle İlgili Yapılmış Çalışmalar

Duygusal istismar konusu ile ilgili Türkiye'de ve yurt dışında yapılmış bazı araştırmalar aşağıda verilmiştir.

1.1.2.8.1. Duygusal İstismar İle İlgili Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar

Kaufman ve arkadaşları (1998) tarafından yapılan bir araştırmada, 13 depresif ve istismara maruz kalmış, 13 depresif fakat istismara maruz kalmamış olmak üzere, toplam 26 ergenin, 1. ve 2. derece akrabalarının psikopatolojisi incelenmiş ve istismar yaşayan ve depresyonu olan grubun akrabalarında majör depresyon görülme sıklığının kontrol grubuna göre 9 kat fazla olduğu bulunmuştur. Depresyonun duygusal istismar ile ilişkisinin, hem duygusal istismara maruz kalma, hem de

duygusal istismar uygulama boyutlarında etkin bir rolü bulunduğu saptanmıştır (Kaufman ve ark.,1998).

Mraovich ve Wilson'un (1999), yaptığı bir araştırmada Ohio Çocuk Departmanı tarafından 1990-1996 yılları arasında çocuk istismarına maruz kaldığı kanıtlanan 876 ergen örneklem grubunu oluşturmuştur. Araştırmanın amacı, yaş, ırk ve cinsiyet değişkenleri ile istismar türleri arasına bir ilişki olup olmadığını incelemektir. Araştırma sonucuna göre kurbanların %20'si fiziksel istismara, %63'ü ihmale, % 13'ü cinsel istismara ve %4'ü duygusal istismara maruz kaldığı ortaya çıkmıştır. Çocuğun yaşının artmasıyla birlikte ihmal sıklığı azalırken, cinsel istismar oranının da arttığı fiziksel ve duygusal istismar ile yaş arasında herhangi bir bağlantı bulunmadığı ve ırksal farklılıkların da 4 istismar türünde de belirleyici bir rol oynamadığı kızların, erkeklere göre daha sık cinsel istismara maruz kaldığı tespit edilmiştir (Mraovichll ve Wilson, 1999).

Jirapramukpitak ve arkadaşları (2005), “Genç Tay’lı nüfusunda istismar ve zihinsel sağlık ilişkisi” (The experience of abuse and mental health in the young Thai population) isimli çalışmalarında, yaşları 16-25 arası 202 Tay’lı (Hindistan, Tayland, Malezya, Singapur, Hong Kong v.b) ile yapılan araştırmada; çocukluk dönemleri boyunca cinsel istismara (%5,8), fiziksel istismara (%11,7) ve duygusal istismara (%31,8) maruz kalanların ruhsal durumlarını incelemiştir. Çocukluk dönemlerinde istismara maruz kalmış olan yetişkinlerin, yetişkinliklerinde davranış sorunları ve psikolojik problemler yaşadıkları görülmüştür, özellikle anksiyete, depresyon, uyuşturucu, alkol bağımlılığı, intihar girişimleri bunlardan bazılarıdır (Jirapramukpitak ve ark., 2005).

McGee ve arkadaşları (1997), ergenlerin davranış problemleri ile geçmişte yaşadıkları kötü muameleyi araştırmışlardır. Sosyal Hizmetler Kurumundan seçilen,

yaşları 11-17 arasında 160 ergen üzerinde yapılan çalışmada, geçmişte yaşanan kötü muamelenin yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, zeka ve stresli yaşam durumları kontrol edildiğinde davranış problemlerini yordadığını saptanmıştır. Ayrıca duygusal istismarın en tehlikeli istismar türü olduğu belirlenmiştir (McGee ve ark., 1997).

Wolfe ve arkadaşları (2002), çocuk istismarı ile ergenlerdeki akıl sağlığı problemleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada istismara maruz kalan kızların istismara maruz kalmayan kızlara göre öfke, depresyon, anksiyete ve post-travmatik stres bozuklukları için daha yüksek oranda risk taşıdığı; erkeklerin ise 2,5 - 3,5 kat daha fazla depresyon, post-travmatik stres bozukluğu ve içe kapanıklık geliştiği saptanmıştır (Wolfe ve ark., 2001).

Graham ve Levendosky (1997) yılında 46 okul öncesi çocuk ve aileleri ile yaptıkları araştırmada evlerinde aile içi şiddet türlerine maruz kalmış 21 çocuk ile aile içi şiddet türlerine maruz kalmamış 25 çocuk karşılaştırılmıştır. Fiziksel ve duygusal istismara maruz kalmış çocuklarda yaşlarına göre daha fazla sıklıkta davranış problemleri görülmüştür. Ayrıca aile içi şiddete maruz kalan bayanların çocuklarında akranlarına göre sosyal iletişim zorlukları, negatif etkiler ve daha fazla agresif yapı gözlemlenmiştir. Şiddete tanıklık eden çocuklarda çelişkili duygular ve kararsızlıklar görüldüğü bildirilmektedir. Aynı araştırmada , annenin sebep olduğu duygusal istismarın ve annenin ruh sağlığının çocuğun sosyal davranışlarında ve sosyal hayatında çok önemli olduğu vurgulanmaktadır (Graham ve Levendosky, 1997).

1.1.2.8.2. Duygusal İstismar İle İlgili Türkiye’de Yapılmış Çalışmalar

Öztürk (2007), “Çocuklarda Duygusal İstismar” isimli betimsel çalışmasında duygusal istismara maruz kalan çocuklarda bir takım sonuçlara ulaşmıştır (Öztürk, 2007).

Buna göre duygusal istismara maruz kalan çocuklarda aşırı benimseyici ve kabul edici davranışlar gözlenmektedir. Girişilmiş intihar, intihar davranışları ya da girişimleriyle karşılaşılabilir. Alışkanlık haline gelmiş bozukluklar (tırnak yeme, saç çekme v.b.) ile bazı davranış bozuklukları görülebilmekte, engellenmişlik duygusu (başkalarından korkma, kendini ifade etme korkusu) ile beraber çeşitli Saplantılar (başkalarını memnun etme düşüncesinin kafaya takılması, mükemmel olmaya çalışma) ortaya çıkabilmektedir. Amaç ya da yönelme eksikliği, hedef yokluğu, depresyon, üzünlük, umutsuzluk, çaresizlik duygusu, genellikle geceleri görülen ve çocuğun sakinleştiremediği gece korkuları ve panik hali, karanlıktan, insanlardan aşırı korkma, kendine zarar verici davranışlar ve hiperaktivite saptanan diğer sonuçlardır.

Azizoğlu (2009) tarafından yapılan araştırmanın ana amacı, duygusal istismarın lise ergenlerinde başarıya olan etkisinin incelenmesidir. Araştırmanın çalışma grubunu, 9. 10.ve 11. sınıfta okuyan 408 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda, cinsiyet, anne ve babanın eğitim durumu, ailenin ekonomik geliri ile ailede görülen duygusal istismar davranışları arasında ilişki olduğu ve duygusal istismara maruz kalan lise ergenlerinde okul başarısının daha düşük olduğu görülmüştür (Azizoğlu, 2009).

Taşdelen (1995)'in, "Annelerden Algılanan Duygusal İstismarın Ergenlerin Öz-Kavramı, Duygusal ve Davranışsal Sorunları ve Okul Başarısı Üzerindeki Etkisi"

konulu araştırmasında da İstanbul'un farklı gelir gruplarını temsil ettiği düşünölen üç ortaokuldan seçilmiş, 14 yaşında 234 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucuna göre yüksek düzeyde duygusal istismar algılayan gençlerin öz-kavramlarının daha düşük, sürekli kaygılarının daha yüksek, duygusal ve davranışsal sorunlarının daha fazla olduğu görölmüştür. Ayrıca, bu bulguların her iki cinsiyet için benzer olduğu görölmüştür (Taşdelen, 1995).

Savi (1999) tarafından yapılan araştırmanın konusu "Ergenlerde Duygusal İstismar ile Benlik Algısı ve Genel Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki"dir. Araştırmanın örneklemini Denizli ilinde farklı liselerin 1. ve 2. sınıflarında okuyan 15 ve 16 yaş grubundaki ergenlerden 86 kız ve 86 erkek olmak üzere toplam 166 öğrenci oluşturmaktadır. Örnekleme grubunu oluşturan ergenlerin, duygusal istismar düzeyleri ile benlik algıları arasında ters orantılı bir ilişki bulunmuştur. Elde edilen bulguya göre ergenlerin duygusal istismar düzeyleri yükseldikçe benlik algılarının azaldığı görölmüştür. Ergenlerin duygusal istismar düzeyleri ile genel kaygı düzeyleri arasında da doğru orantılı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre ergenlerin algıladıkları duygusal istismar düzeyleri yükseldikçe genel kaygı düzeylerinin de yükseldiği görölmüştür (Savi, 1999).

Durmuşoğlu ve Doğru (2006), 579 ergen üzerinde yaptıkları araştırmalarında, ergenlerin yakın ilişkileri içersinde, kendilerini olumlu değerlendirmeleri anlamına gelen, ilişkisel benlik saygısı puanları ile çocukluk örselenme yaşantıları ölçeğinin fiziksel istismar ve duygusal istismar alt boyutları arasında 0.05 düzeyinde anlamlı ve ters (-) yönde bir ilişki bulunmuştur. Cinsel istismar alt boyutuyla ilişkisel benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ergenlerin yakın ilişkiler içinde kendilerine olumsuz bakış açısını ifade eden ilişkisel depresyon düzeyleri ile çocukluk yıllarında yaşanan fiziksel ve duygusal istismar arasında .01 düzeyinde

kuvvetli bir ilişki, ilişkisel depresyonla cinsel istismar arasında da .05 düzeyinde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ergenlerin ilişkisel saplantılı düşünme puanları ile çocukluk yıllarında yaşanan fiziksel, duygusal ve cinsel istismar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır (Durmuşoğlu ve Doğru, 2006).

Yalçın (2007), ergenlerde algılanan duygusal istismar ile ergenlerin uyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Sonuçlar, iki farklı okuldan yaşları 15 ile 17 arasında değişen toplam 198 öğrenciden elde edilmiştir. Çalışmanın verileri, Anne-Baba Genç İlişkiler Ölçeği ve Hacettepe Kişilik Envanteri aracılığıyla elde edilmiştir. Araştırma sonucunda ergenlerin annelerinden algıladıkları duygusal istismar düzeyi artıkça, kişisel, sosyal ve genel uyumlarının düşmekte olduğu saptanmıştır. Aynı şekilde ergenlerin babalarından algıladıkları duygusal istismar artıkça, kişisel, sosyal ve genel uyumlarında düşme görölmektedir (Yalçın, 2007).

Her ne kadar aileden algılanan duygusal istismar incelenmemiş olsa da, Yaşar'ın "Beden eğitimi öğretmenlerinin sporcu öğrencilerine duygusal istismar uygulayıp uygulamadıklarını ve bunun düzeyini belirlemek amacıyla" Mersin il merkezinde liseye devam eden sporcular ile yaptığı çalışma, sonuçları itibarı ile yapılan incelemeye ışık tutacağı düşünölmektedir (Yaşar, 2009).

Buna göre, beden eğitimi öğretmenleri erkek sporcu öğrencilere, kız sporcu öğrencilerden daha fazla duygusal istismar davranışları uygulamaktadır. Erkek beden eğitimi öğretmenleri bayan beden eğitimi öğretmenlerine oranla daha fazla duygusal istismar uygulamaktadır. Duygusal istismar uygulanan sporcu öğrenciler herhangi bir sorun karşısında kendilerinin de duygusal istismar uygulayacaklarını belirtmişlerdir.

Sporcular duygusal istismar davranışlarından en çok eleştirilme, hakaret edilme ve lakap davranışlarına uğradıklarını belirtmişlerdir. Sporcu öğrenciler

duygusal istismar davranışları karşısında birinci sırada hiçbir şey yapmadan kabullendiklerini, yine duygusal istismar davranışları uygulandığında davranışlarında bir değişiklik olup olmadığı sorulduğunda hiçbir değişiklik olmadığını belirtmişlerdir.

1.2. Öfke

1.2.1. Öfke Kavramı

Öfke, günlük hayatın bir parçasıdır. İnsanlar duygularını farklı yollarla ifade etmekte ve yönetmektedirler. Öfke, doyurulmamış isteklere, istenmeyen sonuçlara ve karşılanmayan beklentilere verilen son derece doğal ve evrensel bir duygusal tepkidir (Soykan, 2003).

Budak (2003) öfkeyi; engellenme, saldırıya uğrama, tehdit edilme, yoksun bırakma, kısıtlama vb. gibi durumlarda hissedilen ve genellikle neden olan şeye ya da kişiye yönelik herhangi bir biçimde saldırgan davranışlarla sonuçlanabilen yoğun, olumsuz bir duygu olarak tanımlamaktadır (Budak, 2003).

Spielberger, öfke duygusuna “süreklilik” ve “durumsallık” kavramsal ayrımı ile bakmıştır. Ona göre durumsal öfke; amaca yönelmiş davranışın engellenmesi veya haksızlık algılaması karşısında ne şiddette gerginlik, kızgınlık, sinirlilik, hiddet gibi subjektif duyumsamaların yaşandığını yansıtan bir duygu durumudur (aktaran Saçar, 2007). Sürekli öfke ise, durumsal öfkenin genelde ne sıklıkta yaşandığını yansıtan bir kavramdır (Özer, 1994).

Öfke; öfkenin başlangıcı, yaşanması, dışa vurumu ve bütünleşmesi süreçleri ile birlikte yaşanır. Bu öfke süreçleri, bireyin, fiziksel, emosyonel, sosyal ve ruhsal

açılardan öfkeyi nasıl yaşadığı ve bu durumdan nasıl etkilendiği ile ilişkilidir (Engin, 2004).

Dökmen (1996)'e göre öfke, kişilerin diğer duygularından biridir; ancak bu duygunun yaşanış biçimi ve hangi yoğunlukta yaşandığı da önemlidir. Çünkü öfke duygusunun çevreye ve ait olduğu bireyin kendisine yansımaları oldukça farklı olabilir. Olumsuz her duygunun kabul edilmesi ise pek kolay olmayabilir. Çoğu zaman, ne öfke ve öfkeli insanlar anlaşılabilir, ne de bu duruma uygun davranışlar geliştirilebilir. Yine çoğunlukla bu duygu yok sayılabilir veya bastırılabilir. Oysa öfke de tıpkı üzüntü ve mutluluk gibi bir duygudur ve bu yüzden inkar edilmesi ya da kabul edilmemesi gerekmemektedir (Dökmen, 1996).

Soykan (2003), öfke hakkında yanlış bilinen şeyleri ifade ederek, öfkenin ne olmadığını özetlediği çalışmasında, öfkenin bir problem çözme aracı olmadığını, bir öç alma veya intikam yolu olmadığını, başkalarını suçlama biçimi olmadığını, şiddet göstermeye veya suç işlemek için bir neden olmadığını, başkalarını kontrol etme yolu olmadığını ve de bir haklı olma yolu olmadığını anlatmıştır (Soykan, 2003).

1.2.2. Öfkenin Özellikleri

Tanımlara bakıldığında, öfkenin, kişinin engellenmesi, haksızlığa uğraması, beklentilerinin gerçekleşmemesi durumlarında göstermiş olduğu doğal ve evrensel bir tepki olduğu görülmektedir. Öfke olumsuz bir duygu olarak kabul edilirse de, kişiyi zor, tehlikeli durumlara hazırlayıcı ve koruyucu özellik taşımaktadır. Öfke, doğal bir duygudur. Ancak öfkenin şiddeti, kontrolü ve ifade ediliş biçimi, kişinin ruh sağlığı ve toplumsal uyumunu belirleyici olmaktadır (Aydın, 2005).

Novaco da, öfkenin yararlı yanlarının olduğunu belirtmiştir (aktaran Annak, 2002). Buna göre, öfke kişiye enerji hissettirir. Hissettirdiği bu enerji ile bireyi harekete geçirir ve ortamı denetleme duygusu verir (Üstün ve ark., 2005).

Öfke, başkalarına karşı olumsuz duyguların daha kolay açığa vurulmasına olanak sağlayan bir duygudur. Öfkesini ifade eden birey, bağırıp çağırıp söylenerek, diğerlerine karşı hissettiği olumsuz duyguları da ifade etme şansı bulur (İmamoğlu, 2003).

Öfke bir savunmadır; Bayrı'nın aktardığına göre, Köknel öfkenin belli sınırlar içerisinde kişiliği koruma, saygınlık kazandırma ve bu saygınlığı koruma işlevinin olduğunu bildirmiştir (Bayrı, 2007).

Araştırmacıların vurguladığı gibi, öfkenin ifade edilişi öğrenmeye bağlı olduğundan, kişiden kişiye ve toplumdaki topluma değişim göstermektedir. Öfke ile uğraşan uzmanlar birçok konuda fikir uyuşmazlığı içinde olsalar da bazı önemli noktalarda anlaşmışlardır (Balkaya, 2001).

Bu noktalara değinmek gerekirse, “öfke doğal, normal, insana özgü bir duygudur, bir davranış tarzı değildir. Kronik öfke sağlık için tehlikeli olabilir ve öfke ortaya çıkmadan önlenmelidir.

1.2.3. Öfkenin Nedenleri

Öfkeye neden olan etkenler araştırıldığında, kabul edilen tek bir cevap yoktur. Literatürde, engellenme öfkeye neden olan etmenlerin başında gelmektedir (Morgan, 1988). İnsan hayatının her dönemi, öfkelenmeye neden olan kendine özgü engellenmeleri içermektedir. Süt çocuklarında faaliyetin engellenmesi gibi basit sınırlamalar öfkeye neden olurken; çocukluk döneminde eğitim, terbiye ve çocuğun isteklerine getirilen yasaklar, bir yetişkinin ilgisini kaybetmek veya bir faaliyette

gösterdikleri başarısızlık gibi nedenler öfkeye neden olabilir. Ergenlik döneminde, genç iki temel istek arasında sıkışır, bir taraftan ailesinden kopmak, bağımsız olmak isterken, diğer taraftan güvensizlik ve yetişkinlerin desteğine duyulan ihtiyaç, çatışma ve öfkeye sebep olabilir. Yetişkinlikte rekabet şartları, sorumlulukların getirdiği zorluklar, başkaları tarafından kendisine saygısızca ya da haksız biçimde davranıldığını hissetme, gerek aile veya arkadaşlar gerekse toplum tarafından reddedilme duygusu, aile evlilik ilişkilerinin gerginleşmiş olması, insanı engeller ve öfke doğurabilir. Orta yaştan ileri yaşa geçenlerde, gelecek ile ilgili güvensizlik ve bunun getirdiği belirsizlik, yaşın getirdiği sınırlamalar engellenme duygusuna ve öfkeye yol açabilir (Baltaş ve Baltaş, 2004).

Öfke duygusunun açığa çıkmasına neden olabilecek başlıca kaynaklar; rahatsız edilme ve saldırı, dürtüsellik, engellenme ve düşük kendilik değeridir.

İnsanlar rahatsız edildiklerinde ya da saldırıya uğradıklarında, öfke duygusu yaşayabilmektedir (Freedman ve ark., 1998) .

Fizyolojik olarak uyarıldıkları zaman, kişiler hangi heyecanı duyduklarını kestirebilmeleri için dış çevredeki ipuçlarına bakarlar. Sözü edilen ipuçları öfkeli olduklarını düşünmelerine neden olacak yönde ise öfke hissederler. Özellikle ergenler içinde buldukları dönemin bir getirisi olarak dürtüsel davranmaya eğilimlidirler (Freedman ve ark., 1998).

Engellenme, bireyin bir emeline ulaşmasının geciktirilmesi ya da önlenmesidir ve öfke duygusuna yol açar. Engellenme negatif enerji üretir ve bu enerji öfke duygusunun oluşmasına neden olur. Fiziki engeller, gerekli kaynaklardan yoksunluk, yasal ve sosyal kurallar, başkalarının aktif müdahalesi ve buna benzer bir çok durum öfke duygusuna neden olabilir (Atamer ve Oral, 2004).

Johnson (1997) kendilik değerini, bireyin dünyada var olan bir insan olarak kendine duyduğu değer, saygı ve sevginin derecesi olarak tanımlamaktadır.. Düşük kendilik değerinin öfke duygusu, davranım bozuklukları, suçlu davranış, sağlığı riske atacak davranışlar, madde kötüye kullanımı, çete yeliği, erken yaştaki hamilelik, intiharı yordadığı bulunmuştur (aktaran Salmivalli, 2001).

1.2.4. Öfke İle İlgili Kuramlar

fkeyi tanımlayabilmek ve anlayabilmek amacıyla yapılmış pek çok çalışmada, kimi zaman birbirleriyle alakalı kimi zaman ise birbirinden zıt kuramlar ortaya atılmıştır.

Darwin, 1872 yılında öfkenin hayatta kalmak için gereken saldırgan içgüdüleri yansıttığını ne srmştur. Freud elli beş sene sonra, saldırganlığın haz arayışındaki davranışlara engel teşkil eden unsurlara karşı bir tepki olduğunu ortaya koyar. Ancak altı yıl sonra “ lm içgüdüsü” nn varlığını da kapsamak için saldırganlık algısını yeniden formüle etmiştir. Bu “lm İçgüdüsü” z-yıkıcı davranışları güdüleyen biyolojik içgüdülerdir (akt. Stephen, 2004).

Darwin, yüz ifadelerinin evrensel olduğunu gözlemlemiştir. O, yüz ifadelerinin genetik ve biyolojik olduğunu ve nesilden nesile aktarıldığını ne srmştur. Darwin, yüz ifadelerinin kişinin ne hissettiğini anlatmada en etkin araç olduğunu söylemiştir. Eğer insan dişlerini kenetleyip kaşlarını çatarak bakıyorsa onun öfkeli olduğu söylenebilir ve o anda o öfkeli kişiye soru sorulmaması gerektiği tahmin edilebilir.

Baron ve Byrne'a göre (1987), içgüdüsel kökenli Psikanalitik Kuram'ın teorisyenleri, insan saldırganlığının önlenmesi ve kontrol edilmesi olasılığı üzerinde karamsar olmaları açısından hemfikirdirler (aktaran Olumuş, 2001) .

Bu kurama göre insanoğlu bazı davranışlar için programlanmıştır. Bu görüşün en önemli destekleyicisi Sigmund Freud'dur. Freud öfkeyi içgüdüsel olarak tanımlamaktadır ve saldırganlığın, "ölüm içgüdü" olarak adlandırdığı biyolojik bir temele dayandığını öne sürmüştür. O'na göre saldırganlık, doğuştan gelen bir özellik olarak kontrol altında değildir ve ölüm dürtüsünün bir ifadesidir. Kişiler, ifade edilmesi gereken ölüm dürtü miktarı ile doğmaktadır. Doğrudan ifade engellendiğinde, doğrudan olmayan ifade oluşmaktadır. Saldırgan davranışın ifade edilmediği takdirde, belli türden bir enerji olarak içimizde kalacağını savunan Freud, bir çok davranış bozukluklarının, doğal ifadesini bulamamış saldırganlık eğiliminden kaldığını iddia etmiştir. Dürtü gücü nedeniyle kişiler zarar verici davranmaya ve öfkeye eğilimlidirler. Bu güdü başlangıçta kişinin kendine yönelikken, sonradan dış dünyadaki objelere yönelir. Aynı görüşü paylaşan Lorenz, saldırganlığın ait olunan türle birlikte genetik olarak aktarıldığı görüşünü ileri sürer (Cüceloğlu, 2003).

Freud'un İçgüdüler Kuramına göre "içgüdüler, fizyolojik ihtiyaçları içeren içsel uyarıların psikolojik görünümlü temsilcileridir". Freud çok sayıda içgüdü olduğunu söylemiş, bu içgüdüleri iki ana grupta toplamış ve insan davranışlarının bu iki temel içgüdü tarafından yönetildiğini ifade etmiştir. Bu iki temel içgüdü yaşam ve ölüm (Thanatos) içgüdüleridir. Freud, yaşam içgüdülerinin büyüme, gelişme ve yaratıcılık doğrultusunda hayatın devamını sağlamaya yönelik içgüdüler olduğunu ifade etmiştir. Yaşam içgüdülerine örnek olarak açlık, susuzluk ve cinselliği vermiş ve bu içgüdüyü çalıştıran enerji türüne libido demiştir. Freud, ölüm içgüdülerini yıkıcı içgüdüler olarak nitelendirmiş ve her insanda bilincinde olmadığı bir ölüm isteğinin var olduğuna inanmıştır (Geçtan, 1999).

Horney, içgüdülerin insan davranışlarının belirleyicisi olduğu yönündeki Freudcu görüşe karşı çıkmıştır. Horney'e göre bozuk davranışlar aile içi ilişkilerdeki

aksaklıkların sonucunda ortaya çıkmaktadır ve sosyokültürel etmenler bu öğrenme sürecini etkilemektedir. Bu bakış açısıyla Horney, toplum-birey ve anne-baba-birey ilişkisini ön plana çıkararak davranışın insanın yaşamı boyunca geliştirdiği algıları, duyguları, düşünceleri, değerleri, amaçları ve bunların karşılıklı etkileşimleri tarafından belirlendiğini savunmaktadır (aktaran Geçtan, 1999).

Nevrotik süreç insanı saldırgan, boyun eğen ya da kendine dönük tiplerden biri olmaya zorlar. Böyle bir durum kişilikte köklü değişiklikler yapılmasını, belirli bir yaşam biçiminin geliştirilmesini, bir dizi ihtiyaçların, duyarlıkların edinilmesini gerektirir. Ergenlikten yetişkinliğe geçiş kişiyi bir kimlik oluşturmaya da zorlar. Nevrotik kişilerde bu kimliğin oluşum sürecinde bireyin istekleri önemli değildir. Tek amaç kendini koruyabilmektir. Bu ise insanı çaresizliğe, kırgınlığa ve insanlardan soyutlanmış olma duygularına iter, kişiliğinin derinliğinde bir kofluk hissetmesine neden olur (Akdeniz, 2007).

Schuerger, öfkeyle ortaya çıkan enerji, farkına varıldığında, gereksinimini fark ederek, bu yönde davranışa geçmesi için bireyi güdülediğini; böylece öfkenin, bireyin yaşadığı engeli aşması ve amacına ulaşması yönünde kullanılabildiğini belirtmiştir. Öfke, kişi tarafından kabul edilip tanındığında, uygun zamanda, uygun kişiye, yapıcı şekilde ifade edildiğinde, olumlu birtakım işlevlere sahip olmaktadır (aktaran Danışık, 2005).

Schuerger (1979)'e göre varoluşçu yaklaşım, öfkeyi; insanın yokoluşa, işlenmemiş potansiyele ve yaşamın anlamsızlığına karşı tepkide bulunması olarak açıklamaktadır. Bu görüşe göre her insan öfke duygusunu farklı yaşar. Kişinin öfkesi, yaşama karşı kendisini çaresiz ve güçsüz hissetmesiyle ilgilidir (aktaran Atamer ve Oral, 2004).

Gestalt sözcüğü yapı, biçim, örüntü anlamına gelmektedir. Buna göre bir bütünü oluşturan parçalar arasındaki ilişkiler algılama açısından çok önemlidir (Daş, 2006). İçgörü, durumlar arasındaki ilişkilerin ani olarak keşfedilmesi ve böylece öğrenmeğe yönelik problem çözümünün gerçekleştirilmesidir. Gestalt Kuramı'na göre öğrenme, insanın karşı karşıya bulunduğu bir durumu ya da sorunu, bütünüyle görüp kavramasıdır (Özbay, 2004).

Daş (2006)'a göre, Gestalt terapide farkındalık, ihtiyaçlarca ortaya konan, şekilden şekle canlı bir ilerleyiş biçiminde algısal akış olarak tanımlanmaktadır. Gestalt terapi sürecinden geçen bireyler, farkındalık aracılığıyla ihtiyaçlarının, isteklerinin ne olduğunu, nasıl işlev gördüğünü bilir. Böylece yaşamda daha dengeli bir birey haline gelir (Daş, 2006).

Sills ve arkadaşlarına (1998), göre, insandaki iç farkındalık kuşağı, bedende ve duygulanımdaki farklılıklardır. Bedenin hangi bölümleri gevşemiş, hangi bölümleri sert ya da duyguların ve duygulanımların neler olduğunun ayırt edilmesidir. Merak, kızgınlık, üzüntü, korku, mutluluk gibi duyguların fark edilmesi ve bu duyguları yaşarken bedende olan değişikliklere dikkat etmek bu kuşağa girmektedir (aktaran Acar, 2004).

Bu yaklaşım'a göre, hayat boyu karşılaşılan çeşitli durumlar, bireylerde farklı heyecansal tepkilere neden olmaktadır. Bu durum bireylerin duygularını da farklı biçimlerde ortaya koymalarına neden olmaktadır. Bireylerin nasıl tepkide bulunacağını, durumlara ve olaylara ilişkin algıları ve onlara verdiği anlamlar oluşturur. Tüm duygusal durumlarda sinir sistemi uyarılmaktadır, fakat bireyin nasıl tepkide bulunacağına ilişkin ipuçları, bireyin içinde bulunduğu koşullar tarafından, başka bir deyişle çevre tarafından belirlenmektedir (Morris, 2002).

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 yada aktarılmış tepkilerden oluşur (Geçtan, 1999).

Davranışçılara göre, öfkeye ve saldırganlığa verilen tepkiler aynen diğer davranışlar gibi öğrenilmiştir. Özellikle insanlar engellenmeye karşı saldırgan davranmayı çevreden öğrenirler, çünkü daha önce çevre tarafından bu etkileşimler körüklenmiştir.

Berkowitz'e göre; engellenmeler duygusal tepkilerin bir sonucu olan saldırganlığa zemin hazırlar. Bu hazır oluş durumu, ne zaman uygun bir zemin bulursa saldırganlıkla sonuçlanır. Öfke ve saldırganlık davranışının özelliği zihinsel bağlantı veya olay ve önceki biçimlendirici etmenlerin bileşkesi olarak ortaya çıkar (aktaran Atamer ve Oral, 2004).

John Bowlby psikanalitik gelenekte eğitilmiştir. Bu nedenle de bağlanma kuramında psikanalitik kuramın birçok izleri mevcuttur. Bowlby'nin psikanalizde en çok eleştirdiği yön, düşlem ve iç yaşam üzerinde odaklaşırken, çocuğun gerçek yaşam deneyimlerini çok az önemsemesidir. Bu yönleri ile psikanalitik gelenekten ayrılan Bowlby bağlanma kuramını geliştirmiştir (Hazan ve Shower, 1990).

Bowlby ergenlik dönemindeki temel değişimlerin bağlanma davranışını etkilediğini ifade etmiştir. Ergenlerin bu dönemde öğretmenlerine ya da arkadaşlarına bağlanabilecekleri, arkadaş ya da öğretmenleri ile güvenli bir bağ geliştirdikleri takdirde ergenlik dönemi problemlerini daha rahat aşacakları vurgulanmıştır. Bowlby (1989) aynı zamanda tüm yaşlardaki insanların, güvenli

bağlanma ilişkisi geliştirdikleri takdirde, yaşadıkları döneme daha rahat uyum sağlayacaklarını belirtmiştir (Carlivati, 2001).

Bandura tarafından geliştirilen sosyal öğrenme kuramı açısından bakıldığında; bireyler her zaman kendilerini pekiştirerek değil, başka insanların davranışlarını ve bu davranışların sonuçlarını gözlemleyerek, dolaylı pekiştirmeler aracılığıyla da öğrenirler. Bu doğrultuda; bireyin içinde bulunduğu kültür ve çevresel faktörler öfke ifadesinin ve davranışının oluşmasına önemli katkılarda bulunmaktadır. Bandura, insanların korku, öfke gibi duygusal uyarılma yaşadıklarında bu durumun, belirli somatik ipuçlarına değil, bir dizi dışsal tanımlayıcı etkilere dayandığını ileri sürmektedir. Diğer duygularda olduğu gibi öfke de; geçmiş olayları hatırlatan belirli durumların olmaması halinde de ortaya çıkabilir (aktaran Thomas, 2003).

1.2.5. Öfkenin Olumlu ve Olumsuz Sonuçları

Öfkenin olumlu ve olumsuz çeşitli sonuçları vardır.

1.2.5.1. Olumlu Sonuçları

Öfke duygusu, hemen hemen herkesin aklına olumsuz duygu olarak yerleşmiş ve öyle kabul edilmiştir. Öfkenin kişiyi zor ve tehlikeli durumlara hazırlayıcı ve koruyucu özelliği bulunmaktadır (Aydın, 2005).

Bireyin öfke sonucunda ortaya çıkan enerjiyi yapıcı olarak kullandığı durumlarda, öfke normal ve sağlıklı bir duygu olarak kabul edilmektedir. Bu enerji bireyin kısa ve uzun vadeli amaçlarını gerçekleştirmesi için harekete geçmesini sağlar. Karşılaşılan engeli aşmak ve istenmeyen durumdan kurtulmak için bireyin uygun davranışlarla tepkide bulunmasını sağlayarak, bireye güçlülük, üstünlük, olayları kontrol edebilme duygularını yaşatır. Bu da bireyin olumlu benlik kavramı

geliştirmesinde önemlidir. Ayrıca öfkeyi ortaya çıkartan anksiyeteye tepki olarak bireyin savunma mekanizmalarını uyarır. Bireyin sahip olduğu savunma mekanizmaları öfke duygusu ile baş etmesi için yeterli olmadığına ise, yeni baş etme davranışlarının gerekliliğini hissettirir ve bireye değişim için gerekli olan motivasyonu sağlar (Üstün ve Yavuzarslan, 1995).

Novaco, öfkenin insan yaşamında çift yönlü etkisinin olduğunu belirtmiştir. Öfke duygusu sıklıkla yıkıcı, saldırgan davranışlarla sonuçlanmasına rağmen uyum sağlayıcı işlevi de vardır. Bunlar üç madde ile özetlenebilir (Canbuldu, 2006).

1. Öfke enerji verir.
2. Saldırganlık için içsel ve öğrenilmiş bir uyarıcı olarak, davranışta bulunma yönünde güdüler ve güçlendirir.
3. Kaygıyı dış çatışmaya çevirerek, ego tehdidine karşı kendini savunur.

1.2.5.2. Olumsuz Sonuçları

Uygun ve sağlıklı ifade edilmeyen öfkenin, olumsuz birçok sonuçları olabilir. Öfke, kişilerarası ilişkilere zarar verdiğinde sağlıklı bir duygu haline almış demektir. Bu haliyle öfke, yıkıcı, zararlı ve saldırgancaıdır. Kötüye kullanımı açısından diğer duygulardan ayrılır. Sağlıksız öfkenin içeriğinde zarar verme ve saldırganlık vardır (Blum, 2001).

Öfke, saldırganlık davranışına dönüşerek, bir takım tehlikeli sonuçlara neden olabilir. Bu sonuçların başında, öncelikle bireyin kendisine verdiği zararlar gelir. Öfke duygusu yaşanırken, beyin ve vücutta enerji yoğunluğu oluşmakta ve bu enerjinin dışarıya yanlış aktarılması, bireyde ruhsal ve fiziksel zarara neden olabilmektedir. Yaşanan ruhsal gerilim sonucu birey migren, mide rahatsızlıkları,

sinir bozuklukları gibi rahatsızlıklarla karşı karşıya kalır. Öfke anlarında seçilen davranışlar, ses yükseltilmesi, hakaretler, kaba kuvvet ve şiddet, saldırganlıklar ya da bunların tam tersi örüntüde içe kapanmalar, durumu yok saymalar, sözlerle taş atmalar, dedikodular v.s. davranışlardır ve bu davranışlarla olumlu sonuçlara ulaşmak mümkün değildir. Bu tür davranışlar bireyin benliğine zarar verir. Her iki şekilde de öfke anlarında yaşanan kontrolsüz davranışların daha sonradan pişmanlıkları beraberinde getireceği açıktır. Açık bir biçimde ifade edilen öfke, yıkıcı olarak düşünülür. Aile içinde ve kişiler arası ilişkilerde çatışmaya neden olabilmekte, ilişkiye zarar verebilmektedir. Aşırı öfke ve saldırganlık çocukların akademik fonksiyonlarında, aile ve akranları ile ilişkilerinde olumsuzluk yaratmaktadır (Yavuz, 2004).

1.2.6. Öfke İle Başa Çıkma

Öfke duygusunun sağlıklı olarak yaşanıp, yönetilebilmesi yani kontrol edilebilmesi için öncelikle kabul edilmesi, nedenlerinin ve biçiminin anlaşılması ve doğru biçimde ifade edilme yollarının öğrenilerek içselleştirilmesi gereklidir. Bu alandaki pek çok çalışma olumlu pekiştirme, ödüllendirme, söndürme gibi davranışsal tekniklerle yapılmış; duyguların düzenlenmesi ve kendilik kontrolü çoğu zaman göz ardı edilmiştir. Beceri eksikliğinin olduğu düşünülen durumlarda ise edimsel yaklaşımlar gibi alternatif teknikler kullanılmıştır (Dwivedi ve Gupta 2000).

Sözü edilen alternatif tekniklerden biri, aile eğitimidir. Aile eğitimi, ailelere gerekli teknikler kullanarak evde çocukların davranışlarını değiştirebilmelerinin öğretilmesini içermektedir. Amacı, ebeveyn-çocuk etkileşimini sağlamak ve diğer ebeveyn becerilerini geliştirmektir. Bir diğer alternatif teknik ise, problem çözme becerisi eğitimidir. Problem çözme becerisi eğitimi, sosyal koşullarda, çocukların bilişsel yetersizliklerini tanımlayarak, onlara sosyal durumlarda kullanılacak yeni

yollar öğretebilmek için bilgi, pratik sağlamak amacıyla uygulanan alternatif yöntemdir (Mash ve Wolfe, 2005).

Öfke, yaşantıdaki gerçek ve kaçınılmaz zorluklardan kaynaklanıyor olabilir. Önce durumunun değiştirilip değiştirilemeyeceğine bakmak, değiştirilebilecek durumlar için çözüm yolları aramak, değiştirilemeyecek durumlar içinse sorunla yüzleşmek etkili olur. Öfkelenildiğinde konu ile ilgili çıkmazları düşünmek, sadece öfkenin artmasına sebep olacaktır (Kökdemir, 2004).

Mizah kullanımı da, öfkeyi bastırmanın bir yoludur. Mizah, öfkenin yoğunluğunun azalmasına yardımcı olabilir. Daha dengeli bir bakış açısı sağlayan mizah kullanırken yaşanan duygularla, öfkenin bir arada bulunması olası değildir. Mizah kullanırken öncelikle mizah kullanmanın sorunları yok saymak anlamına gelmediği, tersine sorunlarla yapıcı bir şekilde yüzleşebilmek olduğu bilinmelidir (Yavuzer, 2003).

Devamlı öfkelenme durumunda, çevre değiştirilerek öfkelenme önlenebilir. Bazen sinirlenip öfkelenmeye neden olan şeyler yakın çevrede bulunabilmektedir. Gün içinde özellikle sıkıntılı olunacağı bilinen saatlerde, kişilerin kendileriyle baş başa kalabileceği bir zaman bulup kendisini dinlemesi, rahatlama sağlar ve yersiz öfkelenmelerin önüne geçer. Kişilere belli konular belli saatlerde konuşuluyor ve bu konuşmalar, hep tartışma ile sonuçlanıyorsa, bu konuşmaların saati değiştirilebilir. Bu saatte yorgun ve dikkatsiz olunabileceği gibi, bu durum sadece bir alışkanlık haline gelmiş olabilir. Stresin yoğun olabileceği düşünülen bir durumda gün içinde olaylar yeniden olumlu bir bakışla gözden geçirilebilir (Yavuzer, 2003).

Gevşeme teknikleri ise diğer bir çözümdür. Derin derin nefes alma, sakinleştirici durum ve manzaraları zihinde hayal ederek canlandırma gibi teknikler, kızgınlık ve öfkeyi yatıştırmaya yardımcı olabilmektedir (Kasatura, 2006)

Öfke davranışlarının ortaya çıkışında, kişiler arası ilişkiye ait birçok sorunun ve yetersiz problem çözme becerilerinin etkili olduğu bilinmektedir. Bu durumda öfkeden korunmayı ve azaltmayı hedefleyen bazı yaklaşımlarda etkili iletişim becerileri, atılgan davranışların kazanılması, sosyal beceri eğitimi, sosyal desteklerin kullanımı, problem ve çatışma çözümlenmesi, empatik olma, çatışma çözümleri ve duygusal kontrolün artırılması gibi kişiler arası ilişkilerde etkin olmayı kolaylaştıran beceri eğitimleri önemsenmektedir (Soykan, 2003).

1.2.7. Ergenlikte Öfke

Ergenlik döneminde yaşanan öfkenin nedenleri, bebeklik ve çocukluk dönemine oranla daha karmaşıktır. Ergenlik dönemine girmenin yol açtığı biyolojik ve psikolojik değişiklikler, ergenin bağımsız davranışlarını artırır. Anne babadan ayrılmak, bağımsız ve ayrı bir kimlik edinme isteği, ergen için yeni ve kuvvetli yaşanan duygulardır. Ancak tek başına kalma fikrinin verdiği güvensizlik, bağımsızlık isteğine rağmen ebeveyn desteğine olan ihtiyacın devam etmesi, bunun yanı sıra akranların ve arkadaş grubunun değerlerinin öncelik kazanmasıyla onlardan gelen baskılar ve yönlendirmeler, ergenin çatışma ve öfke yaşamasına neden olabilmektedir (Aytek, 1999).

Ergenler için öfkeyi tetikleyen uyarıcılar genellikle toplumsal uyarıcılardır (Akdeniz, 2007). Bunun yanı sıra, sosyal engellenmeler ve yaşanan düş kırıklıkları da ergenlerde öfkeye neden olabilir. Fiziksel hareketinin ve sosyal etkinliklerinin kısıtlanması, engellenmesi, egosuna yönelik eleştiriler, reddedilme ergeni

öfkeliendirebilmektedir. Bununla birlikte iğneleyici sözler, büyüklük taslanması, diğerlerince hor görülmek ergenlerin öfke nedenleri arasında sayılabilir. Ergenlik döneminde engellenmeyle birlikte fiziksel görünüm ile ilgili yetersizlik duygusu da öfke yaratabilmektedir. Ayrıca bu dönemde ergenin duyguları çok çabuk değişmektedir. Bir an mutlu olan ergen, bir süre sonra sıkılabilmekte, kızıp öfkelenebilmekte, kin ve nefret duyabilmektedir (Morgan, 1991).

Ergenlik, Temel ve Aksoy (2001) tarafından, bir dizi biyolojik, psikolojik ve toplumsal değişiklik yaşayan ergende, bağımsızlık çabası ve özerklik isteğinin arttığı bir dönem olarak da tanımlanmaktadır. Ergenin bağımsızlık çabasından kasıt, ebeveynlerden tam anlamı ile ayrılmak isteği değildir (Temel ve Aksoy, 2001). Bağımsızlık isteği, sağlıklı bir aile ortamında çözümlenebilir. Sağlıksız ailelerde, ergenin bağımsızlık arzusu genellikle güç göstererek, fiziksel kısıtlamalarla daha zor aşılabilir bir problem haline dönüşebilir. Bağımsızlık arzusu böyle durumlarda ergenin evden uzaklaşmasına neden olabilir. Ergenlerde bağımsızlık arzusu ile birlikte, tek başına sorumluluk alma isteği, sorunlarla kendi bildikleri metodlarla mücadele etme arzusu da vardır. Ancak ebeveynlerle ergenler bu noktada genellikle çatışma yaşayabilmektedir (Aydın, 1997).

Ergenin bağımsızlık isteği kurulmuş dengeyi bozabilir. Bağımsızlık isteğine rağmen ergen ebeveyn desteğine ihtiyaç duyması, yalnız kalmanın verdiği kaygı, akran grubundaki akran baskısı ve yönlendirmeler ergenin çatışma ve öfke yaşamasının nedenini oluşturabilir (Yavuzer, 2003). Bu dönemde arkadaşların, gencin yaşamındaki önemi artmakta, anne baba ile paylaşılacak bir takım deneyimler arkadaşlarıyla birlikte paylaşılmaktadır. Genç bu deneyimler karşısında duygu ve düşüncelerini arkadaşları ile paylaşabilir ve onların izlenimleri ile karşılaştırarak kendini tanıma, deneme ve değerlendirme fırsatını bulabilir. İlk kez

karşılaştığı bir durum karşısında tepki ve başarı düzeyini değerlendirmek isteyen genç için önemli ölçütlerden biri, kendi yaşatlarının düşünce ve davranışları olabilir. Bu nedenle, birçok yeni deneyimden geçilen ergenlik döneminde yaşatların önemli ve anne babalarinkinden çok farklı işlevleri olabilir (Horcatsu, 1991, s. 65) .

Ergenlikte yaşanan yoğun öfkenin kaynağı çocuklukta yaşanan sorunlar olabilmektedir. Çünkü ergenlik çocukluk çatışmalarının tekrar yaşandığı bir dönemdir. Bütün bu çatışmaların doğal sonucu olarak genç kendinden emin olmayabilir ve kendi yetersizlikleri için farkında olmadan hep başkalarını suçlayarak, kendi içinde bulamadığı düzeni ve barışı dış dünyada arayabilir. Bu nedenle ideal bir dünya özlemi çekebilir (Ekşi, 1990).

Çok az verici ailelerin çocukları ihmal edilmişlik, reddedilmişlik duyguları ile yetişebilmektedir. Sürekli olarak, ayrılma, yanlış anlaşılma, hayal kırıklığı, korku, kaybetme, üzüntü ve ihanet duyguları ile baş etmek durumunda kalabilmektedir. Bu durumdaki çocuklar, ailelerinin kendilerini daha fazla ret edeceği korkusuyla öfkelerini ifade edemeyebilir. Ailesi tarafından sürekli olarak istismar edilen ve katı eleştirilen çocuklar, her şekilde eleştirileceği inancı ile yetişebilir. Ailesinin ondan beklentilerini karşılayamadığını düşünerek suçluluk hissedebilir. Sözel ve fiziksel istismara uğrayan çocuklar bu haksızlıklara öfkelenebilir. Diğerlerine karşı düşmanlık hisleri, öfke ile yer değiştirmiştir olabilir. Saldırganlık ve şiddet evde gösteriliyorsa, bu durumdaki çocuklar, güçle ilişkili baskıyı öğrenerek davranışlarını bu yönde belirleyebilir (Tambağ ve Öz, 2004).

Çocukluk ve gençlik çağında, engeller karşısında öfkelenmek, kişiliğin korunması, saygınlık kazanması ve bu saygınlığın sürdürülmesi açısından yapıcı yönde rol oynayabilmektedir. Ayrıca gencin özgürlüğü ve sorumluluğu arasındaki sınırın belirlenmesinde de öfkenin ve öfkeye karşı çevrede oluşan tepkinin önemi

bulunmaktadır. Bu çağlarda bir duygulanım ve coşku biçimi olarak yaşanan öfkenin, kişilik üzerinde bıraktığı olumsuz etkiler, daha sonraki yaşamda kin, nefret, kıskançlık, düşmanlık gibi duygulara dönüşebilmektedir. Bu tür duyguların etkisi altında olan kişiler daha sık ve şiddetli öfkelenebilmekte, böylece öfkeden kaynaklanan bazı davranışlar öfkeyle sonuçlanabilmektedir (Köknel, 1986).

Anne-babası ile olan ilişkisinde bağımsızlık isteklerinin engellenmesi, baskıcı, otoriter davranılması, evdeki yasaklar, kısıtlamalar ergeni öfkeli edebilmektedir. Gururunun zedelenmesi hem üzüntü ve kırıklık yaratır hem de öfke doğurabilir. Kısaca herhangi bir durum birey için engelleyici olarak algılanıyorsa kızgınlık ve öfkeye sebep olabilmektedir. Öfke duygusuna, saldırganca davranışlar gösterme tepkisi eşlik edebilmektedir (Koptagel, 1991).

Gençlik çağının karmaşık ruhsal özellikleri bir arada incelendiğinde, ortaya dengesiz ve sağlıksız bir görünüm çıkabilmektedir; sinirlilik, birden tepki gösterme, öfke patlamaları, atak ve düşüncesiz davranışlar, çabuk sevinip çabuk üzüntüye kapılma, içe kapanma ile coşku arasında gidip geliş, bencillik, sayısız kaygılar, güvensizlik, kararsızlık vb. Ebeveynler birden ortaya çıkan huysuzluklara, tedirginliğe ve nedensiz öfke patlamalarına bir anlam veremeyebilir. Gençlerdeki öfkenin nedeni, çevresinde tanık olduğu düzensizliklere ve eşitsizlikler gösterdiği tepki olabilir (Yörükoğlu, 1988). Ergenlik döneminde gençleri etkileyen çeşitli yaşantılar, ergenlik döneminin kendine özgü sorunları ile bir arada, çok yoğun ve sık öfke yaşanmasına neden olabilir. Kendini uygun şekilde ifade edemeyen ya da çevresi tarafından anlaşılamayan gençlerin öfke duygusu, içinde bulunduğu dönemin diğer duyguları ve yaşantıları ile başa çıkabilmeyi bilmediğinde zamanla uyumsuzluk, saldırganlık şiddet hatta intihar eğilimlerine dönüşebilmektedir. Ergenler bu dönemde diğer gelişim dönemlerine göre daha yoğun çatışmalar

yaşayabilir. Kimlik bulma çabası, duygularını anlama ve ortaya koyma konusunda yaşanan güçlükler, toplumsal ve gelişimsel etkenler de öfke duygusuna bağlı sorunları arttırabilmektedir (Yılmaz, 2002).

1.2.8. Öfke İle İlgili Yapılmış Çalışmalar

Son senelerde “Öfke” kavramının üzerine giderek yoğunlaşmış ve hakkında çeşitli araştırmalar yapılmıştır. Bu araştırmaları Yurtdışında ve Türkiye’de yapılan araştırmalar olarak iki kategoride incelemekte fayda vardır.

1.2.8.1. Öfke İle İlgili Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar

Öfke konusu üzerine, yabancı ülkelerde yapılmış olan çalışmaların bazılarında ve bu çalışmalarda elde edilen bulgulara bu bölümde yer verilmiştir.

Spigelman ve arkadaşlarının (1991), 10-12 yaş grubundaki boşanmış ve boşanmamış aile çocuklarının öfke, saldırganlık ve kaygı düzeylerinde farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yaptıkları çalışmalarında, boşanmış anne-baba çocuklarının boşanmamış anne-baba çocuklarına oranla daha fazla öfke, kaygı ve saldırganlık tepkileri gösterdikleri bulunmuştur. Cinsiyet açısından ise, saldırganlığın türü ve yönü açısından farklılık gösterdiği görülmüştür. Erkek çocukları, daha fazla dışsal saldırganlık ve savunma reaksiyonları gösterirken; kız çocuklarının, öfke duygularını daha örtük biçimde yansıttıkları bulunmuştur (Spigelman, Spigelman, & Englesson, 1991).

Silver ve arkadaşları (2000)’nin gerçekleştirdiği, öfkelerinin şiddete doğru yöneldiğini düşünen ergenlerin araştırıldığı çalışmalarında, örneklem olarak 37’si erkek, 52’si kız toplam 89 ergen almışlardır. Bu ergenlerden 31 tanesi bazen çok öfkelendikleri için şiddet kullanacakları hususunda endişe duyduklarını ifade etmişlerdir. Bu ergenler (öfke grubu) öfkeli olmayan gruba karşılaştırılmış ve bazı

farklılıklar bulunmuştur; 1-Öfke grubunun ebeveynleriyle ve kardeşleriyle daha az yakın oldukları ve daha az destek gördükleri, 2- Karşı cinsten daha fazla arkadaşlarının olduğu ve daha sık flört ettikleri, 3-Notlarının ortalamasının altında olduğu, 4-Daha bunalımlı oldukları, 5-Daha sık madde kullandıkları ifade edilmiştir.

Sonuçta, öfkelerinin şiddete dönüşeceğinden endişe duyan ergenlerin ebeveynleriyle yetersiz iletişimlerinin olduğu, bunalım belirtileri gösterdikleri ve intihara yönelik düşüncelerinin olduğu anlaşılmıştır. Olası bir açıklamayla, zayıf aile ilişkileri olan ergenlerin, öfkeli olduklarını ve destek için karşı cinsten arkadaşlara yöneldikleri söylenebilir (Silver ve ark., 2000).

Ireland'ın 18-20 yaş aralığındaki erkek mahkumların katılımıyla gerçekleştirdiği öfke yönetimi terapisi konulu çalışmasında; kısa grup temelli öfke yönetimi çalışmasının etkililiği değerlendirilmiştir. Çalışmaya 87 mahkum katılmıştır. Bu kişilerin 50'si deney grubunu, 37'si kontrol grubunu oluşturmuştur. 12 seanslık uygulamadan iki hafta önce ve 8 hafta sonra ölçüm alınmıştır. Deney grubu seansların tamamlanmasının ardından alınan ölçümlerde kontrol grubuna kıyasla önemli derecede daha düşük öfke düzeyi göstermiştir. Kontrol grubunda ise ölçümler sonucunda bir değişiklik olmamıştır (Ireland, 2004).

Pakaslahti ve Keltikangas, 382 kız ve 398 erkek on dört yaş grubu ergen üzerinde yapmış oldukları çalışmada, saldırgan problem çözme becerilerinin saldırgan davranışlarla ilişkisini ve sosyal kabulün bu ilişkideki aracı rolünü incelemişlerdir. Elde edilen sonuçlara göre saldırgan problem çözme becerileri saldırgan davranışlarla kısmen ilişkili olmakla beraber sosyal kabul bu ilişkide önemli rol oynamaktadır. Sosyal geribildirimleri uyumsuz olan ergenlerin, yani saldırgan davranış sergilediği halde sosyal kabulde yüksek puan alan ya da aksine saldırgan davranış sergilemediği halde sosyal kabulden düşük puan alan ergenlerin

saldırgan problem çözme stratejileri sergiledikleri görülmüştür (Pakaslahti Keltikangas, 1996).

Lutwak ve arkadaşları, yaptıkları araştırmada 174 kız 91 erkek toplam 265 ergen ile çalışmışlardır. Araştırmada; utangaçlık, suçluluk, başarı beklentisi ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişki üzerinde durulmuştur. Kendini Değerlendirme ve Başarı Beklenti Ölçeği kullanılmıştır. Kızların erkeklerden daha çok utanç ve suçluluk duygularına sahip olduğu gözlenmiştir. Kızlar ve erkekler arasında öfkenin içe yansıtılması ile utanç arasındaki ilişki pozitifdir. Öfkenin dışa yansıtılması ve suçluluk arasındaki ilişki ise negatif, öfke kontrolü arasındaki ilişki pozitif bulunmuştur (Lutwak, Panish, Ferrari, & Razzino, 2001).

Cautin ve arkadaşları, yaşları 12 ve 17 arasında değişen, psikiyatri servisinde yatan 45 erkek ve 47 bayan olmak üzere toplam 92 ergen ile çalışmışlardır. Amaç ergenlerin öfke ifade tarzlarını değerlendirmektir. Araştırmada; Rutgers Alkol Problemi İndeksi, İntihar Niyeti Ölçeği, Çocuklar İçin Umutsuzluk Ölçeği, Çocuklar İçin Depresyon Envanteri kullanılmıştır. Araştırma sonuçları şöyledir; öfkelerini yoğun olarak dışa vuran ergenler, öfkelerini düşük oranda dışa vuran ergenlere göre alkolle ilgili daha fazla sorun yaşamaktadırlar. Öfkelerini yoğun olarak bastıran ergenler, öfkelerini daha az bastıran ergenlere göre daha yüksek oranda intihar girişiminde bulunmuşlardır. İçselleştirilmiş öfke depresyon ve umutsuzluğa neden olmaktadır (Cautin ve ark., 2001).

1.2.8.2. Öfke İle İlgili Türkiye’de Yapılmış Çalışmalar

Yurtiçinde ergenlik döneminde öfkenin incelendiği çeşitli araştırmalar yapılmıştır.

Saçar (2007), ilköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin öfke tepkisi ile arkadaş bağlılığını incelemek amacıyla yaptığı araştırmada 8. sınıfa devam eden 356’sı kız ve 350’si erkek olmak üzere toplam 706 öğrenciye “Arkadaş Bağlılık Ölçeği” ve “Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Ölçeği” uygulamıştır. Araştırma sonuçları öğrencilerin öfkeyi içte tutma ve öfkeyi dışa vurma düzeyleri ile arkadaş bağlılığı arasında anlamlı bir ilişki olmadığını, öfkeyi kontrol etme düzeyiyle arkadaş bağlılığı arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir (Saçar, 2007).

Özer (1994) ise araştırmasında; lise son sınıf öğrencileri, üniversite öğrencileri, yönetim seminerine katılan “yöneticiler” ve nörotik sorunlarla bir danışma merkezine başvurmuş olan “nörotikler”den oluşan 225 kişilik örnekleme ile öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin temelinde yatan düşünce biçimlerini belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırma sonuçlarına göre; liseli öğrencilerden oluşan grubun öfkelenmeye yatkınlığının diğer gruplara göre daha fazla olduğu, üniversite öğrencilerinden ve yöneticilerden oluşan grubun ise öfke kontrolünü içeren düşüncelere daha fazla katılma eğilimi içinde oldukları bulgulanmıştır. Öfke duygusunun temelinde olan düşünce biçiminin; ‘başkalarının gözündeki kişilik değerinin düşmemesi için hata yapılmaması gerektiği’ olduğu görülmüştür. Ayrıca; kişinin kendisini ispatlaması gerektiği, başkalarının kişinin mutluluğunu engellediği, ilişkilerin planlandığı gibi yürümesi gerektiğine ilişkin düşünceler, kaygı, öfke ve depresif duyguların altyapısında görülen ortak nedenler olarak bulunmuştur (Özer, 1994).

Karakuş (2003), anne-babası boşanmış ve boşanmamış 9-13 yaş grubundaki 244 ilköğretim öğrencisinin depresyon düzeyleri ve okul başarısına yansımalarına baktığı çalışmada, anne-babalarının boşanıp boşanmama durumlarına göre çocukların depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ve anne-babası boşanmış çocukların okul başarı puanlarının anne-babası boşanmamış çocuklara göre daha yüksek olduğunu bulunmuştur (Karakuş, 2003).

Kanoğlu'nun yaptığı çalışmada ise 1600 öğrenci üzerinde yaptığı çalışmada öğrencilerin sınıfı, bölümü, yaşı, cinsiyeti, okul başarı durumu, aile tipi, anne-baba birliktelik durumu, anne mesleği, ailenin maddi durumu, herhangi bir kısıtlamaya maruz kalıp kalmaması, tedavi gerektiren hastalık geçirip geçirmemesi, son bir ay içinde üzülmeye durumu, haksızlığa uğramanın olup olmadığını incelemiştir. Araştırmasının sonucunda ise kısıtlama algılamayan ergenlerin, fiziksel cezaya maruz kalmayanların, haksızlığa uğramadığını düşünenlerin, okul başarısı iyi olanların, maddi durumu iyi olan ergenlerin öfkelerini daha iyi kontrol edebildikleri görüldüğünü bildirmiştir (Kanoğlu, 2008).

Akgül (2000), öfke denetimi eğitiminin ilköğretim 2. Kademe öğrencilerinin öfke denetimi becerilerine etkisini incelediği deneysel çalışmada veri toplama aracı olarak Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği kullanılmıştır. Araç 450 öğrenciye uygulanmıştır. Öfke düzeyi yüksek, öfke denetim becerileri düşük ve bu çalışmaya gönüllü katılmak isteyen 15'er kişilik iki deney (n=30) ve 30 kişilik kontrol grubu oluşturulmuştur. Deney gruplarına 10 hafta süreyle öfke denetimi eğitimi uygulanmıştır. Kontrol grubu üzerinde ise hiç bir işlem yapılmamıştır. Analiz sonuçlarına göre, öfke denetimi eğitiminin sonunda Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği ön test-son test ölçümleri arasındaki farklılık açısından deney ve kontrol grupları arasında deney grubu lehine anlamlı bir fark bulunmuştur. Öfke denetimi

eğitimi sonunda, deney grubu ve kontrol grubu karşılaştırıldığında, deney grubundaki öğrencilerin sürekli öfke, öfke içte ve öfke dışta puanlarının anlamlı düzeyde azaldığı, öfke kontrol ölçeğinden aldıkları puanların ise anlamlı düzeyde yükseldiği görölmektedir. Kontrol grubundaki öğrencilerin sürekli öfke, öfke içte, öfke dışta ve öfke kontrol puanlarında ise anlamlı düzeyde azalma olmadığı bulunmuştur. Araştırmada elde edilen bulguların ışığında, öfke denetimi eğitiminin, öfke denetimi becerileri kazanılmasında etkili olduğu görölmektedir (Akgöl, 2000).

Baygöl (1997), araştırmasında ergen öfke tepkilerini etkileyen değişkenleri araştırmıştır. Eşit sayıda kız ve erkek öğrenciden oluşan 220 kişilik örnekleme, 14-15 yaslarındaki lise-ilköğretim öğrencileri alınmıştır. Araştırma içerisinde, Özer tarafından Türkçe’ye uyarlanan Sürekli Öfke – Öfke ifade Tarz ölçeği kullanılmıştır. Araştırma bulguları, ergenlerin cinsiyetlerinin öfke tepki biçimlerini etkilemediği ancak ekonomik düzeyin, anne babanın eğitim durumunun yükselmesinin ve annenin çalışıyor olmasının dışa yönelik öfkeyi arttırdığı, kardeş sayısının artmasının ie yönelik öfkeyi arttırdığını saptamıştır (Baygöl, 1997).

Balkaya (2003), 14- 50 yaş arasındaki 756 kişilik örnekleme ile “ok Boyutlu Öfke Ölçeği” geliştirme çalışması yapmıştır. 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 öfke seviyesinde 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 (Balkaya, 2001).

Batıgün ve Utku, yaptıkları araştırmada yeme bozukluklarının sıklıkla görüldüğü ergenlik ve gençlik döneminde bulunan bireylerdeki yeme tutumu ve öfke arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Bu amaçla, yeme tutum bozukluğu gösteren ve göstermeyen bireylerde öfke değişkenleri açısından bir farklılık olup olmadığı araştırılmış ve yeme tutumunu yordayan temel değişkenler belirlenmeye çalışılmıştır. Sosyo-ekonomik durum, yaş, cinsiyet gibi sosyodemografik değişkenlerin yeme tutumu üzerindeki etkisini araştırmak araştırmanın diğer amacıdır. Araştırmanın örneklemini 13-25 yaş arası toplam 675 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada Yeme Tutum Testi ve Çok Boyutlu Öfke Envanteri kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, yeme tutumu ile öfke arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu ve öfkenin yeme tutumunu yordayan bir değişken olduğu, erkeklerin öfke ile ilişkili olarak, saldırgan tutumları daha fazla sergiledikleri saptamıştır (Batıgün & Şahin, 2003).

Yılmaz (2004) yaptığı deneysel araştırmada, ergenlerin öfke ile başa çıkma becerileri üzerinde, öfke ile başa çıkma eğitiminin ve grupla psikolojik danışmanın kısa süreli ve kalıcı etkilerini incelemiştir. 586 öğrenciden oluşan örnekleme Sürekli Öfke-Öfke Tarz ifade Ölçeği uygulanmıştır. 14'er kişilik iki deney ve bir kontrol grubu oluşturulmuştur. Deney gruplarından birine, araştırmacı tarafından geliştirilen, 12 hafta süren öfke ile başa çıkma eğitimi verilmiştir. Diğer deney grubuna ise 12 haftalık grupla psikolojik danışma uygulanmıştır. Kontrol grubundaki deneklere

herhangi bir işlem yapılmamıştır. Üç gruba da grup uygulamalarının bitiminde kısa süreli etkileri, dört ay sonra ise kalıcı etkileri belirlemek için ölçek tekrar uygulanmıştır. Araştırma sonucunda, ergenlerin öfke ile başa çıkma becerileri üzerinde, öfke ile başa çıkma eğitiminin ve grupla psikolojik danışmanın, hiçbir müdahale yapılmayan grupla karşılaştırıldıklarında etkili oldukları görülmüştür. Uygulanan grup deneyimlerinin sürekli öfkenin azalması üzerindeki kalıcı etkileri bakımından, öfke ile başa çıkma eğitiminin önemli ölçüde etkili olduğu anlaşılırken, grupla psikolojik danışma kalıcı etki göstermemiştir. İçe yönelik öfke puanları üzerinde öfke ile başa çıkma eğitimi ve grupla psikolojik danışmanın, kısa süreli ve kalıcı anlamlı etkileri görülmemiştir. Dışa yönelik öfke üzerinde grupla psikolojik danışmanın kısa süreli etkisi daha fazla bulunurken, iki tür uygulamanın kalıcı etkileri birbirinden anlamlı ölçüde fark olmamıştır. Öfke denetimi puanları iki tür uygulamada da benzer biçimde kısa süreli yükselirken, öfke ile başa çıkma eğitiminin öfke denetimi düzeyinin artışı üzerinde kalıcı etkiye sahip olduğu, grupla psikolojik danışmanın ise bu etkiyi göstermediği anlaşılmıştır (Yılmaz N. , 2004).

Okman (1999), ergenlerin öfke ifade tarzlarının kendilik imgesi ile olan ilişkisini araştırmıştır. Araştırmaya 15-16 yas grubu devlet ve Anadolu liselerine devam eden 428 ergen dahil edilmiştir. Araştırmada, Özer tarafından Türkçe'ye uyarlanan Sürekli Öfke – Öfke ifade Tarz ölçeği ve Kendilik İmgesi ölçeği kullanılmıştır. Sonuçta, olumlu kendilik imgesine sahip ergenlerin sürekli öfke düzeylerinin daha düşük olduğu ve öfkelerini kontrol altında tutabildikleri sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, sürekli öfke okul türlerinin farklılığına ve farklı düzeyde yaşanmamasına rağmen, öfkeyi denetleme becerisinin Anadolu liseleri öğrencilerinde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Anne-baba eğitim düzeylerinin

yüksek olmasının, öfkenin dışa vurulması azalttığını ve daha olumlu bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir (Okman, 1999).

Bıyık (2004), 578 üniversite öğrencisinin yalnızlık duyguları ile kişisel ve sosyal özellikleri ve öfke eğilimleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma bulgularına göre, üniversite öğrencilerinden sürekli öfke ve öfkeyi içte tutma düzeyleri yüksek olan öğrencilerin, sürekli öfke ve öfkeyi içte tutma düzeyi orta ve düşük olan öğrencilere göre kendilerini daha fazla yalnız hissetmektedirler. Öfke kontrol etme düzeyleri düşük olanlar ise, öfke kontrolleri orta ve yüksek olanlara göre daha fazla yalnız hissetmektedirler. Ancak araştırma sonuçlarına göre, öfkenin dışa vurulması ile yalnızlık duygusu arasında anlamlı bir ilişki gözlenememiştir (Bıyık, 2004).

Yazgan (2007), Ondokuz Mayıs Üniversitesi'nde öğretim gören 332 üniversite öğrencisinin, öfke ifade tarzları ile tolerans düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin sürekli öfke alt ölçeği ve öfke dışa alt ölçeği ile tolerans ölçeği arasında 'negatif yönde' anlamlı ilişki bulunurken, öfke kontrol alt ölçeği ile tolerans ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülerek; üniversite öğrencilerinin tolerans düzeyleri arttıkça, daha az öfkelenedikleri ve öfkelerini daha az dışa vurdukları ayrıca öfkelerini daha fazla kontrol edebildikleri belirlenmiştir.

Bostancı ve arkadaşları (2006), 398 üniversite öğrencisinin katıldığı araştırmalarında, üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre öfke ifade biçimlerini incelemişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre, öfkeye yol açan durumlar (ciddiye alınmama, haksızlığa uğrama, eleştirilme) cinsiyete göre farklılaşmaktadır ve kızlar, öfkeye yol açan bu gibi durumlarda erkeklere göre daha fazla öfkelenmektedirler. Öfke ile ilgili düşüncelerde "kendisine yönelik öfke" düşünceleri, öfke ile ilgili

davranışlarda “saldırgan davranışlar” erkeklerde kızlara göre anlamlı düzeyde fazla bulunurken kızların “kaygılı davranışları”nın erkeklerden daha fazla olduğu görülmüştür. Kişilerarası öfke alt boyutu incelendiğinde kızlarda pasif agresif ve içe-dönük tepkilerin daha fazla olduğu görülmüştür.

Cenkseven (2003), yaptığı araştırmada bilişsel davranışsal yaklaşımı temel almıştır. Çalışmasında, hazırlanan öfke yönetimi becerileri programının ergenler üzerindeki etkisini incelemeyi amaçlamıştır. Öfke düzeyi yüksek olan ergenler üzerinde yapılan araştırmanın deney ve kontrol grupları 13'er kişiden oluşmuştur. Deney grubundaki öğrenciler haftada bir gün 90 dakika süre ile toplam 10 hafta araştırmacı tarafından yürütülen öfke kontrol beceri eğitimine devam etmişlerdir. Ergenlerin öfke ve saldırganlık düzeylerini belirlemek için “Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği” ve “Saldırganlık Envanteri” ön ölçüm, son ölçüm ve izleme ölçümünde kullanılmıştır. 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 (Cenkseven, 2003).

İmamoğlu, öğretmen adayı üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmasında öfke ve öfke ifade tarzları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda; öğrencilerin sürekli öfke düzeyleri ile çocukluk döneminde yerleşmiş olan ve güvenli olmayan bağlanma (korkulu, kayıtsız ve saplantılı) stilleri arasında duygusal ve önemli ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca araştırmada bastırılmış öfke ile güvenli olmayan bağlanma stilleri arasında da doğrusal ve önemli ilişkiler saptanmıştır (İmamoğlu, 2003).

Özkamalı (2005), kamu veya özel sektöre ait kurumlarda çalışmakta olan 20-30 yas grubu bireylerin cinsiyet ve öğrenim düzeyleri ile sürekli öfke, öfkeyi içte tutma, öfkeyi dışa vurma ve öfkeyi kontrol etme düzeyleri arasındaki ilikeyi incelemek amacıyla yapmış olduğu çalışma sonucunda, cinsiyete göre erkeklerin bayanlara göre anlamlı olarak öfkelerini daha fazla kontrol edebildikleri, öğrenim düzeylerine göre ilkokul ve ortaokul mezunlarının anlamlı olarak lise, üniversite ve lisansüstü mezunlarına göre sürekli öfke düzeylerinin daha yüksek olduğu, ilkokul mezunu bireylerin diğer bireylere göre öfkelerinin içte tutma ve öfkelerini dışa vurma düzeylerinin yüksek olduğunu saptamıştır (Özkamalı, 2005).

Görüldüğü üzere, ergenlerde öfke ve duygusal istismar konularında çok çeşitli araştırmalar yapılmıştır. Ancak, literatür incelendiğinde, öfke ve duygusal istismarın birlikte ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu boşluğun doldurulması amacıyla, ergenlerde öfke ve duygusal istismar ilişkisinin birlikte ele alınmasının farklı bir bakış açısı kazandıracığı düşünülmektedir.

1.3. Araştırmanın Amacı

Duygusal istismar, yapısı ve dinamikleri nedeniyle çocuğun reddedilmesi, korkutulması, aşağılanması, duygusal tepkiler alamaması, yaşından önce ağır sorumluluklar yüklenmesi gibi oldukça süregelen davranışlara maruz kalmasıdır. Aynı zamanda duygusal istismar, çocuğun benliğinde örseleyici etkiler meydana getirebilmektedir (Aydın, 1997). Kulaksızoğlu'nun (1998) belirttiğine göre, yetişkinlerin duygusal istismar yaratan davranışları karşısında, ergenlerin bağımlı bir kişilik geliştirme, huzursuz, gergin ve kaygılı olma, aileden uzaklaşma, saldırgan

tepkiler gösterme, ie dönme, değersizlik duyguları geliştirme gibi belirtiler oluşturdukları gözlenmektedir.

Her yaş grubunda olduğu gibi, ergenlerin sergiledikleri önemli duygusal ifadelerden biri de öfkedir. Eğer fke, uygun yollarla ifade edilemezse ergende fiziksel, psikolojik ve sosyal sorunlara neden olabilir (Albayrak ve Kutlu, 2009). Bu nedenle duygusal istismarın ve öfkenin iyi anlaşılması ve tanınması gerektiği düşünülmektedir. Yapılacak araştırmanın amacı ilişkinin incelenmesidir.

Araştırmanın amacına bağlı olarak hipotezler geliştirilmiştir. Bu hipotezler, şu şekilde sıralanabilir:

1. Anneden algılanan duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenlerin, sürekli öfke düzeyi, bu algısı düşük olanlara göre daha yüksek olacaktır.
2. Anneden algılanan duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenlerin öfke ifade biçimi bu algısı düşük olanlara göre farklılık gösterecektir.
3. Babadan algılanan duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenlerin sürekli öfke düzeyi, bu algısı düşük olanlara göre daha yüksek olacaktır.
4. Babadan algılanan duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenlerin öfke ifade biçimi bu algısı düşük olanlara göre farklılık gösterecektir.

1.4. Araştırmanın nemi

Ahiğlu (2004) tarafından, 1995 - 2000 yılları arasında, eğitim, psikoloji ve psikiyatri alanlarında yapılmış ocuk istismarı ile ilgili bilimsel çalışmaların incelendiği araştırmada, fiziksel istismarın, diğer istismar türlerine göre daha fazla yer

aldığı görülmüştür. Özellikle duygusal istismarın, diğer istismar türlerine göre, daha az incelendiği de dikkati çekmektedir. Araştırmada elde edilen sonuçlardan biri de, Türkiye’de çocuk istismarı ile ilgili olarak, din ya da kültürel özelliklere özgü nitelikli bilimsel bilgi eksikliklerinin de olduğudur (Ahioglu, 2004).

Ergenlere uygulanan duygusal istismarın önlenmesi için ailelerin, eğitimcilerin, sağlık çalışanlarının, ilgili makamların öncelikle bu konuda bilgilendirilmesi gerekmektedir. Buna yönelik olarak, eğitim programları hazırlanarak, aileler, çocuk yetiştirme konusunda doğru şekilde yönlendirilebilir. Bu araştırma, konuyla ilgilenen kişilere rehber niteliğinde bir kaynak oluşturması bakımından önem taşımaktadır.

Ergenlik döneminde öfke yaşantısı incelendiğinde ergen kendi kaderini tayin edebilmek ve denetleyebilmek için mücadele etmekte ve bağımsız olmak istemektedir. Bu nedenle ergenlikte öfke en yoğun şekilde aile içinde yaşanmaktadır (Bauman 1997). Özellikle ergenlerde öfkenin kontrollü yaşanmaması, öfkenin uygun bir şekilde ifade edilmemesinin görülen bazı davranışsal ve fizyolojik sorunlara neden olduğu bilinmektedir. Duygusal istismara maruz kalan ergenin öfkesini kendisine ya da çevresine zarar verecek şekilde yaşayabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle duygusal istismarla öfkenin bir arada ele alınmasının, tedavi edici programların hazırlanması ve uygulanmasına ve bu bağlamdaki eksikliğin giderilmesine yardımcı olacağı ümit edilmektedir.

2.BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemine Kocaeli’de bulunan iki özel ve iki devlet okulu olmak üzere dört okulun 10. sınıf öğrencileridir. Örneklem okul yöneticilerinin izin verdiği sınıflardan seçilmiştir ve bu öğrenciler arasındaki 169 kişiden oluşmaktadır. Araştırma kapsamında 199 kişiden anket toplanmıştır. Ancak 30 kişi, anketteki ölçeklerde cevapsız bıraktığı soru sayısı fazla olması sebebiyle araştırmaya dahil edilmemiştir.

Hedef grup olarak 10.sınıflarda öğrenim görmekte olan öğrenciler seçilmiş, ergenlik döneminde, 15-18 yaş arası gençlerde, algılanan duygusal istismar ile bu gençlerin sürekli öfke düzey ve öfke ifade biçimleri arasında ilişki araştırılmıştır.

Araştırmanın örneklem grubundaki gençlerin cinsiyet bakımından dağılımı hemen hemen eşittir. Bu gençlerin 88’i(%52,1) erkek, geriye kalan 81’i(%47,9) de kızdır.

Örneklem grubundaki gençlerin yaş ortalaması 16,24 (ss=0,512) olmakla birlikte, 2 tanesi(%1,2) 15 yaşında, 117 tanesi(%69,2) 16 yaşında, 31 tanesi(%18,3) 17 yaşında ve 4 tanesi(%2,4) de 18 yaşındadır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak konu ile ilgili ölçekler kullanılmıştır. Araştırma kapsamında hazırlanan bu ölçekler, “Kişisel Bilgi Formu”, “Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği” ve “Yetişkin-Genç İlişkileri Envanteri” olup, ölçekler bu bölümde incelenmiştir.

2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların demografik bilgileri, hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır (EK-1). Bu bilgi formunda, katılımcıların cinsiyeti, yaşı, annesinin yaşı, babasının yaşı, kardeş sayısı, anne-babasının öz ya da üvey olma durumu, anne-babasının sağ olup olmama durumu, anne-babasının birlikte yaşayıp yaşamama durumu, anne-babasının eğitim durumu, anne-babasının çalışma durumu ve ailesinin ekonomik durumu (aylık geliri) gibi sorular bir araya getirilmiştir.

2.2.2. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği

Spielberger ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilmiş olan Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği, öfke duygusu ve ifadesini ölçmektedir. 34 dört maddeden oluşan dörtlü Likert tipi bir öz bildirim ölçeğidir (EK-2). Sürekli öfke, öfke-içer, öfke-dışa ve öfke-kontrol alt ölçeklerinden oluşmaktadır. Verilen ifadelerin araştırmaya katılan kişiyi ne kadar tanımladığı sorusuna, "1" hiç tanımlamıyor, "2" biraz tanımlıyor, "3" oldukça tanımlıyor ve "4" tümüyle tanımlıyor şeklinde yanıtlar verilmektedir. Bu ölçek, ergen ve yetişkinlere uygulanabilmektedir. Sürekli öfke alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfke düzeyinin yüksek olduğunu, öfke-kontrol alt ölçeğindeki yüksek puanlar öfke kontrol düzeyinin yüksekliğini, öfke-dışa alt ölçeğindeki yüksek puanlar öfkenin kolayca ifade edilir olduğunu ve öfke-içer alt

ölçeğindeki yüksek puanlar öfkenin bastırılmış olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması Özer (1994) tarafından yapılmış olup cronbach alfa değerleri "öfke kontrolü" boyutu için .84; "öfke dışı vurumu" boyutu için .78 ve "öfke içe vurumu" boyutu için .62 olarak bulunmuştur. Bu ölçek Türkiye'deki çalışmalarda da kullanılmıştır (Türkçapar, 2004, Yöndem ve Bıçak, 2008; Erkek , 2006; Saçar, 2007).

Ölçeğin ilk 10 maddesi sürekli öfkeyi, sonraki 24 maddesi öfke ifade tarzlarını ölçmektedir. Sürekli öfke ölçümü sonuçları, kişinin genelde kendini nasıl hissettiğini, ne derece öfke yaşadığını göstermektedir. Öfke ifade tarzı ölçeği, öfke içe vurumu (13, 15, 16, 20, 23, 26, 27 ve 31. maddeler), öfke dışı vurumu (12, 17, 19, 22, 24, 29, 32 ve 33. maddeler) ve öfke kontrolü (11, 14, 18, 21, 25, 28, 30 ve 34. maddeler) olmak üzere üç alt gruptan oluşmaktadır. Orijinal ölçeğin Cronbach Alfa değeri .77 ile .88 arasındadır.

2.2.3. Yetişkin-Genç İlişkileri Envanteri

Yetişkin-Genç İlişkileri Envanteri (Anne-Genç ve Baba-Genç İlişkileri Formları) ile ergenlerin anne ve babalarından algıladıkları duygusal istismar düzeyleri ölçülmüştür (EK-3). Anneleri ile olan ilişkileri için ayrı, babaları ile olan ilişkileri için ayrı olmak üzere, araştırmaya katılan gençlere iki ayrı form doldurtulmuştur. Ayrıca hesaplanan puanlar Anne-İstismar Puanı ve Baba-İstismar Puanı ile ergenlerin genel olarak anne ve babalarından algıladıkları duygusal istismar düzeyleri belirlenecektir. Her iki formda da 100'er madde bulunmaktadır. Bu formlar 4'lü likert tipte ölçeklerdir ve 1:hemen her zaman, 2:sık sık, 3:nadiren ve 4:hemen hemen hiçbir zaman seçenekleri bulunmaktadır. Anne babaların şu anda ya da geçmişteki davranışlarının veya çocukları ile aralarındaki sorunların yaşanma sıklığının ölçülmesi esastır. Ölçeklerin güvenilirliği ve iç tutarlılığı araştırmadan elde

edilen veriler ile yeniden analiz edilmiştir. Bu analiz sonuçlarına göre cronbach alfa değerleri; anne-istismar ölçeği için .975; baba-istismar ölçeği için .986 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar ölçeklerin yüksek güvenirlikte ve iç tutarlılıkta olduğunu göstermektedir.

2.3. İşlem

Çalışmanın ilk aşamasında, Kocaeli İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izinlerin alınmasını müteakip Kocaeli ilinde bulunan iki özel okul ve iki devlet okulu ile irtibata geçilmiştir. Bu okullar; yetkililerinin, çalışmanın kendi okullarında yapılmasının, özellikle öğrencileri açısından farklı bir deneyim olacağına inanmaları ve araştırmaya kurum olarak katkıda bulunma konusunda gösterdikleri işbirliği ve istek nedeniyle seçilmiştir. İlgili okulların rehber öğretmenleriyle görüşülüp, belirlenen tarihlerde rehberlik saatinde uygulama yapılmıştır. Katılımcılara araştırmanın içeriği ile ilgili bilgi verilerek onam formunu doldurmaları sağlanmıştır. Daha sonra kendilerinden kişisel bilgi formu ve ölçeklerin eksiksiz doldurması istenmiştir. Uygulama gruplar halinde yapılmıştır.

3.BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde ergenlerde sürekli öfke düzeyi ve öfke ifade tarzlarının, anneler-babalarından algıladıkları duygusal istismar düzeyleri ile birlikte incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen alan araştırmasından elde edilen bulgular verilmiştir. Böylece araştırmanın amacına uygun olarak belirlenen hipotezleri destekleyecek ya da desteklemeyecek sonuçlara ulaşılmıştır.

1.Hipotez: Anneden algılanan duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenlerin sürekli öfke düzeyi, bu algısı düşük olanlara göre daha yüksek olacaktır.

Bu hipotezi test etmek amacıyla sürekli bir değişken olan anneden algılanan istismar düzeyi kategorik değişkene dönüştürülmüştür. Bu dönüştürme işlemi yapılırken toplam 169 katılımcıdan elde edilen dağılımın % 25'lik diliminin altındaki katılımcıları anneden algılanan istismar düzeyi düşük olanlar ve % 75'lik dilimin üstündeki katılımcılar anneden algılanan istismar düzeyi yüksek olacak şekilde kategorize edilmiştir.

Tek yönlü Kovaryans analizi (ANCOVA) yapılmıştır. Çocuğun cinsiyeti istatistiksel olarak kontrol edildiğinde, annesinden yüksek duygusal istismar algılayan çocuklar ($X=2.42$, $ss=0.61$) ile düşük algılayan çocuklar ($X=2.64$, $ss=0.53$) arasında sürekli öfke düzeyi bakımından fark bulunmamıştır, $F(1,83) = 2.94$, $p>.05$.

2.Hipotez: Anneden algılanan duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenlerin öfke ifade biçimi, bu algısı düşük olanlara göre farklılık gösterecektir.

Bu hipotezi test etmek için, birinci hipotezde olduğu gibi anne istismar düzeyini yüksek algılayan % 75'in üstündeki grup ile anne istismar düzeyini düşük algılayan % 25'in altındaki grup öfke ifade biçimleri bakımından üç farklı tek yönlü Kovaryans (ANCOVA) analizi ile karşılaştırılmıştır. Her üç analizde de cinsiyet değişkeni istatistiksel olarak kontrol edilmiştir. Annesinden gördüğü duygusal istismarı yüksek algılayan çocuklar ($X=2.52$, $ss=0.55$) ile düşük algılayan çocuklar ($X=2.26$, $ss=0.58$) arasında öfke kontrol düzeyi bakımından anlamlı fark bulunmuştur, $F(1,83)=4.55$, $p<.05$. Bu bulguya göre, annesinden yüksek duygusal istismar algılayan çocuklar, düşük duygusal istismar algılayanlara göre anlamlı düzeyde yüksek öfke kontrolü sergilemektedirler. Yüksek ve düşük anne istismarı algılayan çocuklar, öfke içe ve öfke dışa tarzları bakımından karşılaştırıldıklarında aralarında anlamlı bir fark gözlenmemiştir.

Tablo.3.1. Anne İstismar Puanlarının Öfke Kontrole Göre İncelenmesi

	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F
Cinsiyet	.26	1	.26	.82
Anne İstismar	1.46	1	1.46	4.55*
Hata	26.62	83	.32	
Toplam	28.34	85		

* $p<.05$

3.Hipotez: Babadan algılanan duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenlerin sürekli öfke düzeyi, bu algısı düşük olanlara göre daha yüksek olacaktır. Bu hipotezi test etmek amacıyla sürekli bir değişken olan babadan algılanan istismar düzeyi kategorik değişkene dönüştürülmüştür. Bu dönüştürme işlemi yapılırken toplam 169 katılımcıdan elde edilen dağılımın % 25'lik diliminin altındaki katılımcıları babadan algılanan istismar düzeyi düşük olanlar ve % 75'lik dilimin üstündeki katılımcılar babadan algılanan istismar düzeyi yüksek olacak şekilde kategorize edilmiştir.

Tek yönlü Kovaryans analizi (ANCOVA) yapılmıştır. Çocuğun cinsiyeti istatistiksel olarak kontrol edildiğinde, babasından yüksek duygusal istismar algılayan çocuklar ($X=2.45$, $ss=0.61$) ile düşük algılayan çocuklar ($X=2.59$, $ss=0.48$) arasında sürekli öfke düzeyi bakımından anlamlı fark bulunamamıştır, $F(1,82) = .85$, $p>.05$.

4.Hipotez: Babadan algılanan duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenlerin öfke ifade biçimi, bu algısı düşük olanlara göre farklılık gösterecektir.

Bu hipotezi test etmek için, 3.hipotezde olduğu gibi baba istismarını yüksek algılayan % 75'in üzerindeki grup ile baba istismarını düşük algılayan % 25'in altındaki grup öfke ifade biçimleri bakımından üç farklı tek yönlü Kovaryans (ANCOVA) analizi ile karşılaştırılmıştır. Her üç analizde de cinsiyet değişkeni istatistiksel olarak kontrol edilmiştir. Babasından gördüğü duygusal istismarı yüksek algılayan çocuklar ($X=2.07$, $ss=0.50$) ile düşük algılayan çocuklar ($X=2.33$, $ss=0.49$) arasında öfke içe yönelme düzeyi bakımından anlamlı fark bulunmuştur, $F(1,82) = 6.53$, $p<.05$. Bu bulguya göre, babadan yüksek duygusal istismar algılayan çocuklar, düşük istismar algılayan çocuklara göre anlamlı düzeyde düşük olarak öfkelerini içe yansıtmaktadırlar.

Tablo.3.2. Baba İstismar Puanlarının Öfke İçe yöneltmeye Göre İncelenmesi

	SS	df	MS	F
Cinsiyet	.23	1	.23	.95
Baba İstismar	1.59	1	1.59	6.53*
Hata	19.91	82	.24	
Toplam	21.58	84		

*p< .05

4.BÖLÜM

TARTIŞMA

Araştırmada ergenlerin anne ve babalarından algıladıkları duygusal istismar ile sürekli öfke düzeyi ve öfke ifade biçimleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Öfke uygun biçimde ifade edilmediğinde; ergende psikolojik sorunlara neden olabilmekte; ebeveynin duygusal istismar yaratan davranışları da, ergende duygusal ve davranışsal problemlere yol açabilmektedir. Duygusal istismarın, öfke ile birlikte ele alındığı bir çalışmaya ulaşılamaması, bu araştırmanın önemini artırmaktadır. Araştırma sonucunda elde edilen bulguların literatüre katkısının yanı sıra, ergen psikolojisinin daha iyi anlaşılabilmesi açısından da yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Elde edilen bulgularda; hem anneden, hem de babadan algılanan duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenler ile düşük olan ergenler arasında sürekli öfke düzeyi bakımından anlamlı fark bulunmamıştır.

Araştırma bulgularına göre ortaya çıkan bu sonuç, literatürdeki sonuçlarla uyuşmamaktadır.

Aydın ve İmamoğlu (2001), 20-45 yaşları arasındaki 275 kadında çocukluğa ilişkin algılanan psikolojik istismarın, öfke ve öfke ifade tarzlarına etkisini incelemiştir. Bulgular, algılanan istismar seviyesiyle sürekli öfke arasında anlamlı

bir ilişki olduğunu göstermektedir. Araştırmaya konu olan örneklem grubunun yaş aralığı ve geçmiş döneme ait duyguların incelenmiş olması iki çalışma arasındaki önemli farklılıklardır. Bulgulardaki farklılığın temel nedenlerinden birinin bu olduğu düşünülmektedir.

Taşdelen'in (1995) "Annelerden Algılanan Duygusal İstismarın Ergenlerin Öz-Kavramı, Duygusal ve Davranışsal Sorunları ve Okul Başarısı Üzerindeki Etkisi" konulu araştırmasının sonucunda, yüksek düzeyde duygusal istismar algılayan gençlerin duygusal ve davranışsal sorunlarının daha fazla olduğu görülmüştür. Sürekli öfke düzeyinin yüksek olması, duygusal ve davranışsal sorunlara neden olabileceğinden, bu yönüyle iki çalışmada elde edilen bulguların benzer olmadığı düşünülmektedir.

Olmuş (2001) 419 lise öğrencisiyle yaptığı çalışmada ergenlerin öfke düzeyi ve ifade biçimlerini, algıladıkları aile içi psikolojik örüntüler bağlamında incelemiştir. Sonuçlar, aile ortamında algılanan birlik beraberlik duygusunun ergenlerde sürekli öfkeyi azaltıcı etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Birlik beraberlik duygusunun yoğun yaşandığı aile ortamlarında duygusal istismar algısının düşük olacağı düşünüldüğünde iki çalışmada elde edilen sonuçlar örtüşmediği görülmektedir. Örneklem sayısındaki farklılık ve örneklem gruplarının sosyokültürel ve demografik özellikleri elde edilen bulgular yönünden belirleyici olabilmektedir.

Silver ve arkadaşları (2000), öfkelerinin şiddete doğru yöneldiğini düşünen ergenleri araştırmak amacıyla yaptıkları çalışmada, öfkelerinin şiddete dönüşeceğinden endişelenen ergenlerin anne-babaları ile yetersiz iletişimlerinin olduğunu, bunalım belirtileri gösterdiklerini ve intihara yönelik düşüncelerinin olduğunu belirtmiş ve zayıf aile ilişkileri olan ergenlerin daha öfkeli oldukları sonucunu çıkarmışlardır. Bu araştırmanın sonucunda da, anne babadan algıladıkları

duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenlerin, düşük olan ergenlere göre sürekli öfke düzeyleri bakımından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ulaşılan bu sonuç, Silver ve arkadaşlarının araştırmalarında ulaştıkları sonuç ile benzerlik göstermemektedir.

Elde edilen bulgularda, anneden algılanan duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenler, düşük duygusal istismar algılayanlara göre anlamlı düzeyde yüksek öfke kontrolü sergilemektedirler. Yüksek ve düşük anne istismarı algılayan ergenler, öfke içe ve öfke dışı tarzları bakımından karşılaştırıldıklarında aralarında anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Ergenin, maruz kaldığı duygusal istismara karşı kendisini güvende hissedebilmek için öfkesini kontrol etmeyi öğrendiği düşünülebilir.

Araştırma bulgularına göre ortaya çıkan bu sonuç, literatürdeki sonuçlarla uyuşmamaktadır.

Okman (1999), ergenlerin öfke ifade tarzlarının benlik algısı ile olan ilişkisini araştırmıştır. Olumlu benlik algısına sahip ergenlerin sürekli öfke düzeylerinin daha düşük olduğu ve öfkelerini kontrol altında tutabildikleri sonucuna ulaşılmıştır. Duygusal istismarın benlik algısını olumsuz etkileyen bir faktör olduğu düşünüldüğünde, iki araştırmada elde edilen bulguların farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır.

Olmuş (2001), ergenlerin aile içi psikolojik örüntülere göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını incelediği çalışmasında, sıcak bir aile ortamını ve aileden destek gördüğünü algılayan ergenlerin öfkelerini kontrol edebildikleri sonucuna ulaşmıştır. Aile ortamları denetleyici ve kontrol edici ergenlerin ise öfkelerini daha çok kendilerine yönelttikleri görülmüştür.

Kısaç (1997), üniversite öğrencilerinin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını bazı değişkenler açısından incelemiştir. Algılanan anne baba tutumu bakımından,

anneninin otoriter olarak algılanması ile öfkeyi dışı vurma arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Literatürdeki araştırmalar ile bu araştırmada elde edilen sonuçların örtüşmemesinin, örneklem gruplarının sosyoekonomik ve sosyokültürel düzeylerindeki farklılıklardan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Babadan algılanan duygusal istismar düzeyi yüksek olan ergenler ile düşük olan ergenler arasında öfke içe düzeyi bakımından anlamlı fark bulunmuştur. Bu bulguya göre, babadan gördüğü duygusal istismarı yüksek algılayan çocuklar, düşük istismar algılayan çocuklara göre anlamlı düzeyde düşük olarak öfkelerini içe yansıtmaktadırlar.

Kılıçarslan (2000), lise öğrencilerinin sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerini bazı değişkenler açısından incelediği çalışmasında; lise öğrencilerinin sürekli öfke düzeyinin, babalarını otoriter olarak algılayanların, babalarını demokratik olarak algılayanlara göre daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Lise öğrencilerinin öfkelerini içte tutma düzeylerinin, anne baba tutumlarını demokratik olarak algılayanların, otoriter olarak algılayanlara göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu gözlenmektedir. Elde edilen bu sonuç, bu araştırmada elde edilen sonuç ile örtüşmektedir.

Bilge (1997), 297 üniversite öğrencisiyle gerçekleştirdiği çalışmasında, sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerinin, ebeveyn tutumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemiştir. Sonuç olarak, babalarının tutumunu demokratik olarak algılayan katılımcılar, babalarını otoriter olarak algılayanlara göre anlamlı düzeyde düşük öfke içe puanları almışlardır. Duygusal istismara maruz kalan ergenlerin, aynı zamanda otoriter ebeveyn tutumuyla karşı karşıya kaldıkları düşünülebilir. Baskıcı

ebeveyn tutumu sonucu sıklıkla kendilerini ifade etmede sıkıntı yaşamaları, hatta kendilerini ifade etmelerinin örselenmesi söz konusu olabilir. Dolayısıyla, iki araştırmanın sonuçları paralellik göstermemektedir.

Bu çalışmada veriler ergenlerden toplanmıştır. Duygusal istismara maruz kalan çocuklar özel seçilmemiştir. Bu nedenle, örneklem içinde tespit edilen düşük ve yüksek gruplar arasında çok yüksek puan farklılıkları oluşmamıştır. Bu durumun elde edilen bulguları etkilediği, diğer literatür araştırmalarıyla genel anlamda paralellik göstermemesinin etkenleri arasında olduğu düşünülmektedir.

Araştırmaların yapıldığı bölge ve illerin, kendine has sosyoekonomik ve sosyokültürel özellikleri mevcuttur. Elde edilen bulgular, bu nedenle çeşitli araştırmalarda farklılaşmaktadır. Bu durumda, bu araştırmada elde edilen bulguların, aynı çalışmanın farklı bir bölgede yeniden yapılması durumunda değişiklik gösterebileceği düşünülmektedir.

Duygusal istismar kavramının, tanımlanması zor olmasının yanı sıra, duygusal istismar olarak kabul edilen davranışların, kültürden kültüre, bölgeden bölgeye, ülkeden ülkeye farklılık gösterebildiği de gözlenmektedir. Toplumların farklı kültürel yapılaraya sahip olduğu göz önüne alındığında, anne babaların çocuk yetiştirme biçimlerinin de buna bağlı olarak farklılaşabileceği düşünülmektedir.

Benzer şekilde, çocuk yetiştirmede başvurulan bir takım disipline etme davranışları, kimi kültürlerde bir gereklilik olarak algılanabilmekteyken, kimilerinde ise ağır duygusal istismar davranışı olarak değerlendirilebilir. Bu nedenle, tanımak, teşhis etmek ve anlamak için evrensel bir dil oluşturulması amacıyla, duygusal istismara neden olduğu düşünülen davranışların kapsamlı bir şekilde incelenmesinde fayda görülmektedir.

4.1. Sınırlılıklar

Araştırma, ankete katılımı sağlanan ve 169 kişiden oluşan örneklem grubunun verdiği cevaplar ile sınırlandırılmıştır. Örneklemdeki sınırlılık, araştırma evreninin tamamının incelenmesinin olanaksızlığıdır. Bu durum, araştırma sonuçlarının genellenebilirliği üzerinde problem oluşturmaktadır. Yetişkin-Genç İlişkileri Ölçeğinin, tanımlanması zor bir kavram olan “duygusal istismar” düzeyini ölçmekte yeterli olduğunun kabulünün yanı sıra, katılımcıların doğru, samimi yanıtlar verdiği ve soruları tam olarak anlayarak cevapladıkları varsayımı araştırmanın bir diğer sınırlılığıdır.

4.2. Öneriler

Bu çalışmada, ergenlerin algıladıkları duygusal istismar düzeyleri ile sürekli öfke düzeyi ve öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkiye veriler doğrultusunda açıklamalar getirilmiştir. Bu yönüyle bu çalışmanın bundan sonra yapılacak olan duygusal istismarın ergenler üzerindeki etkilerine ilişkin diğer çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırma bulguları çerçevesinde konunun önemi ve ergenler üzerindeki olumsuz etkileri göz önüne alındığında, ailelerin, eğitimcilerin, sağlık çalışanlarının ve ilgili makamların öncelikle bu konuda bilgilendirilmesi gerekir. Bu konuda, duygusal istismarı önlemek için ailelerin bilgilendirilmesi amacıyla televizyon, gazete, radyo gibi kitle iletişim araçlarından yararlanılarak konunun önemi anlatılabilir.

Özellikle okullarda görevli rehber öğretmen ve danışmanların, duygusal istismar konusunda bilinçlenmeleri sağlanmalıdır. Böylelikle, duygusal istismara

maruz kalan öğrencilerin teşhisi kolaylaşabilir ve gerekli önlemlerin alınmasına yönelik olarak, ailelerle işbirliği yapılabilir.

Ergenin ruh sağlığının önemi düşünülerek, koruyucu aile hizmetleri yaygınlaştırılabilir.

Araştırmanın, Kocaeli’de bulunan 4 okuldan 169 ergen üzerinde yapılmasının, genellenebilirliğinin çok yüksek olmamasına neden olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda, Türkiye’nin farklı bölgelerinde daha geniş bir örneklem üzerinden daha ayrıntılı bir araştırma yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Acar, F. (1998). *Kadınların İnsan Hakları:Uluslar arası Yükümlülükler*. Ankara: Türkiye ve Ortadoğu Amme İdaresi Enstitüsü Yayınları.
- Acar, N. V. (2004). *Ne Kadar Farkındayım*. Ankara: Babil Yayıncılık.
- Akdeniz, M. (2007). *Öfke Kontrolü Eğitiminin Lise Öğrencilerinin Öfke Kontrolü Becerilerine Etkisi*. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Akgül, H. (2000). *Öfke denetimi eğitiminin ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin öfke denetimi becerilerine etkisi*. Ankara : Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Alantar, M. (1989). *Psychological Maltreatment On Attempt its Definition by Experts and its Assessment Among a Group of Adolescents*. Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Annak, Ş. (2002). *Özel Bir Okulda Öğrenim Gören Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Kızgınlık Düzeyleri'nin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Basılmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Aral, N., & Gürsoy, F. (2001). Çocuk Hakları Çerçevesinde Çocuk İhmal ve İstismarı. *Milli Eğitim Dergisi* , 36-39.

- Arslan, T., İnan, T., Yıldırım, O., Demir, S. & Demir K. (2002). *Ergenlik ve Ergenlik Çağı Psikolojisi*.
- Artan, T. (1996). *Aile İçi Fiziksel Yaşlı İstismarı*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Aşkın, R. (1999). Depresyon. *Depresyon El Kitabı* , 12.
- Atamer, A., & Oral, G. (2004). Psikolojik Kuramlar ve Agresyon Üzerine Bir Derleme. *Adli Psikiyatri Dergisi* , 43-57.
- Aydın, B. (2005). *Boşanmış Ailelerden Gelen Ergenlerle Grup Çalışması, Ergenlikten Yetişkinliğe Grup Çalışmaları*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Aydın, B. (1997). *Çocuk ve Ergen Psikolojisi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Vakfı Yayınları.
- Aydın, B., İmamoğlu, S. (2001). Long Term Effect of Psychological Abuse of Women on Anger and Anger Expression Styles. 8.İspanya European Conference on Child Abuse and Neglect, İstanbul.
- Aytekin, H. (1999). *Grup Rehberliğinin Orta öğretim Basamağındaki Öğrencilerin Öfkeli Davranışlarının Kontrolü Üzerindeki Etkisi* . Adana : Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Basılmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Azizoğlu, M. (2009). *Lise Ergenlerinde Duygusal İstismarın Başarıya Etkisi*. İstanbul: Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Baldwin, S., & Hoffmann, J. (2002). The dynamics of self-esteem: A Growth-Curve Analysis," *Journal of Youth and Adolescence*. *Journal of Youth and Adolescence* , 101-114.
- Balkaya, F. (2001). *Çok Boyutlu Öfke Envanterinin Geliştirilmesi ve Bazı Semptom Gruplarına Etkisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

- Baltaş, A., & Baltaş, Z. (2004). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul : Remzi Kitabevi.
- Baltaş, Z. (2004). *Sağlık Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Batıgün, D., & Şahin, N. (2003). Öfke, Dürtüsellik ve Problem Çözme Becerilerindeki Yetersizlik Gençlik intiharlarının Habercisi Olabilir mi. *Türk Psikoloji Dergisi* , 37-52.
- Başkavak, T. (2009). *Türkiye’de Kadına Yönelik Aile İçi Şiddet*. Ankara:TC Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.
- Baygöl, E. (1997). *Ergenin Öfke Tepkilerinin İncelenmesi*. Bursa : Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Bayrı, F. (2007). *Hemşirelerin Öfke İfade Etme Biçimleri Ve Genel Sağlık Durumları İle İlişkisinin İncelenmesi*. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Becer, E. (2004). *Duygusal İstismarın 12-14 Yaş Arası Ergenlerin Benlik Saygılarına Etkisi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Bekir Onur, A. D. (1995). *Ergenliği Anlamak*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Beşer, A., Kıssal, A. (2009). Yaşlı İstismar ve İhmalinin Değerlendirilmesi. *Taf Preventive Medicine Bulletin*, 4-8.
- Bilge, F. (1997). Eğitim Bilimleri Öğrencilerinin Sürekli Kızgınlık Düzeyleri ve Kızgınlıklarını İfade Biçimlerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 75-80
- Bilir, Ş., Arı, M., Dönmez, N., & Güneysu, S. (1999). *4-12 Yaşları arasında 16100 Çocukta Örseleme Durumları İle İlgili Bir İnceleme*. Ankara: Gözde Repro Ofset.
- Bıyık, N. (2004). *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Duygularının Kişisel ve Sosyal Özellikleri* . Eskişehir : Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.

- Blum, P. (2001). *A Teacher's Guide to Anger Management* . London: Routledge Falmer.
- Budak, S. (2003). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Canat, S. (1994). Ergenlerde Aile İçi Cinsel Taciz. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 1, 18-22.
- Canbuldu, S. (2006). *Çok Boyutlu Okul Öfke Envanterinin (the multidimensional school anger inventory) Uyarılma Çalışması*. Mersin : Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Fakültesi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi .
- Carlivati, J. (2001). Adolescent attachment, peer relationships, and school success: Predictor, mediator, and moderator relations. *Unpublished Undergraduate Thesis, University of Virginia* , 36-56.
- Cautin, R., Overholser, J., & Goetz, P. (2001). Adolescence, Assessment of mode of anger Expression in Adolescent Psychiatric Inpatients. *Adolescence* , 163-171.
- Cenkseven, F. (2003). Öfke Yönetimi Becerileri Programının Ergenlerin Öfke ve Saldırganlık Düzeylerine Etkisi. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama Dergisi* , 153-167.
- Crick, N. (1996). *The role of overt aggression, relational aggression and prosocial behavior in the prediction of children's future social adjustment*. Child Development.
- Cüceloğlu, D. (1992). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2003). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çelen, N. (2007). *Ergenlik ve Genç Yetişkinlik*. İstanbul: Ppatya Yayınları.
- Çelik, G., (2007). Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniğine Başvuran Ergenlerin Özellikleri, Uzmanlık Tezi.
- Çelikkol, A. (1999). *Ruh Hastalıklarından Korunma*. İstanbul: Gendaş.

- Daş, C. (2006). *Bütünleşmek ve Büyümek*. Ankara: HYB Yayınları.
- Dalto, F. (1998). *Causes Des Adolsecents*. Paris: Robert Laffont.
- Danışık, D. (2005). *Ergenlerin Sürekli Öfke Öfke İfade Tarzları ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki*. Bolu : Abant İzzet Basysal Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Deniz, E. (2006). Ergenlerde Bağlanma Stilleri ile Çocukluk İstismarları ve Suçluluk-Utanç Arasındaki İlişki. *Eurasian Journal of Educational Research* , 89-99.
- Dilek, E. (2007). *Okulöncesi Eğitim Kurumlarında Görev Yapan Öğretmenlerin, Çocuklardaki Fiziksel İstismar Belirtilerine İlişkin Farkındalıkları (Eskişehir İl Örneği)*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Dokgöz, H., & Afşin, H. (2004). *Adli D,ş Hekimliği*. İstanbul: Adli Tıp Kurumu Yayınları.
- Dökmen, Ü. (1996). *İletişim Çalışmaları ve Empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Durmuşoğlu, N. (2006). Çocukluk Örseleyici Yaşantılarının Ergenlerdeki Yakın İlişkilerde Bireye Etkisinin İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* , 237-243.
- Dwivedi, K., & A.Gupta. (2000). Keeping cool: anger management through group work. *Support for Learning* , 76-81.
- Ekşi, A. (1990). *Genç Ana - Babalar* . Ankara: Bilgi Yayınevi.
- Ekşi, A. (1990). *Gençlik Dömeminde Uyum ve Davranış Sorunları*. Ankara: TC Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu.
- Engin, E. (2004). *Psikiyatri Kliniğinde Çalışan Hemşirelerin Öfke Düzeyleri İle İş Motivasyonları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* . İzmir: Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi.

- Erkman, F. (1991). ÇAocukların Duygusal Ezimi. *Çocukların Kötü Muameleden Korunması I. Ulusal Kongresi* , 11-16.
- Flisher, A., RAKramer, Hoven, C., & Greenwald, S. (1997). Psychosocial characteristics of physically abused children and adolescents. *Ia m Child Adoslesc Psychiatry* , 123-131.
- Freedman, Sears, Carlsmith (Çeviren: Ali Dönmez). (1998). *Sosyal Psikoloji*. Ankara: İmge Yayınları.
- G.Morgan. (1993). *İste, Yaşamda Stresle Başa çıkmanın Yolları*. İstanbul: Ruh Bilim Yayınları.
- Garefski, N., & Diekstra, R. (1997). Child sexual abuse and emotional and behavioral problems in adolescence: gender differences. *I Am a Child Adolescent Psychiatry* , 323-329.
- Geçtan, E. (1999). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*. İstanbul: Remzi Yayınevi.
- Gökler, I. (2002). Çocuk İstismarı ve İhmali: Erken Dönem Stresin Nörobiyolojik Gelişime Etkisi. *Çocuk Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi* , 25.
- Graham, B., & Levendosky, A. (1997). The Social Functioning of Preschool-Age Children Whose Mothers Are Emotionally and Physicaily Abused . *Paper presented at the Biennial Meeting of the Society for Research in Child Development* , 3-6.
- Güney, M. (1998). Ergenlik Dönemi Depresyonları. *Psikiyatri Dünyası* , 41-44.
- Güvenir, T. (2006). Akran İstismarı. *İlköğretmen Eğitimci Dergisi* , 17-19.
- Hagiliasis, N., Gülbenkoğlu, H., Marco, D., Young, S., & Hodso, A. (2005). The Anger Management Project: A group intervention for anger in people with physical and multiple disabilities. *Journal of Intellectual & Developmental Disability* , 82-96.

- Hamarman, S., & Bernet, W. (2000). Evaluating and Reporting Emotional Abuse in Children: Parent-Based, Action-Based Focus Aids in Clinical Decision-Making. *of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* , 928-930.
- Hazan, C., & Shower, P. (1990). Love and Work: An attachment- theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology* , 270-280.
- Horcatsu, N. (1991). *İnsan İlişkileri*. Ankara: İmge Kitabevi.
- İmamoğlu, S. (2003). *Öğretmen Adaylarının Öfke ve Öfke İfade Tarzları İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Ireland, J. (2004). Anger Management Therapy With Young Male Offenders: An Evaluation of Treatment Outcome. *Agressive Behaviour* , 174-185.
- İşık, E. (1991). *Duygulanım Bozukluğu: Depresyon ve Mani*. İstanbul : Boğaziçi Matbaası.
- İşmen, A. (1993). *Duygusal İstismarın Liseli Ergenlerin Kendini Kabul Seviyelerine Etkisi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Jirapramukpitak, T., Rince, M., & Harpman, T. (2005). The experience of abuse and mental health in the young Thai population: A preliminary survey. *Psychiatry Epidamol* , 955-963.
- Kanoğlu, E. (2008). *Lise Öğrencilerinin Öfke Düzeyleri Ve Öfke İfadelerinin İncelenmesi*. İstanbul: Haliç Üniversitesi Sosyal bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Kaplan, S., Pelcovitz, D., & Labruna, V. (1999). Child and adolescent abuse and neglect research: a review of the past 10 years. *Physical and emotional abuse and neglect* , 22.
- Karabulut, A. (2008). Öfke. *Tıbb-ı Nebevi* , 510-511.
- Karahan, T. (2004). *Psikolojik Danışma ve Terapide Kuramlar*. Samsun : Kültür Yayınları.

- Karadeniz, G., Uçum, E. , Dedeli, Ö. , Oran, S. , Talaz, D. & Sürüm, S. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Yaşlı İstismarına Yönelik Düşünceleri, 5(12), 77.
- Karakuş, S. (2003). *Anne-Babası Boşanmış ve Boşanmamış Çocukların Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi ve Okul Başarısına Yansımaları*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Basılmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Kars, Ö. (1996). *Çocuk İstismarı: Nedenleri ve Sonuçları*. Ankara: Bizim Büro Basım Evi.
- Kasatura, İ. (2006). *Heyecansal Kontrol*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Kaufman, J., Birmaher, B., Brent, D., R. Dahl, J. B., & Ryon, J. (1998). Psychopathology in The Relatives of Depressed-Abused Children. *Child Abuse & Neglect* , 171-181.
- Kılıçarslan, İ. (2000). *Lise Öğrencilerinin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Kırımsoy, E. (2003). *Şuç İşlemiş ve Suç İşlememiş Ergenlerin Algıladıkları Duygusal İstismarın Ve Benlik Saygılarının Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi*. Ankara: Ankara Üniversitesi eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kiecolt-Glaser, J., Mcguire, K., & Robles, L. (2002). Emotions, morbidity, and mortality: New perspectives from psychoneuroimmunology. *Annu Rev Psychol* , 83-107.
- Kısaç, O. (1997). *Üniversite Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Düzeyleri*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Koçak, E. (2008). *Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Kaygısı ve Sürekli Öfke İfade Biçimlerinin İncelenmesi*. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Koptagel, G. (1991). *Tısal Psikoloji*. Ankara: Güneş Kitabevi.

- Köknel, Ö. (1987). *İnsanı Anlamak*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Kulaksızoğlu, A. (2004). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi..
- Lutwak, N., Panish, J., Ferrari, R., & Razzino, B. (2001). Shame and Guilt and Their Relationship to Positive Expectations and Anger Expressiveness. *Adolescence* , 641-654.
- Mash, J., & Wolfe, A. (2005). Abnormal Child Psychology. *Vicki Knight* , 142-178.
- Mayda, A. (1998, 08). Öfke. *Sızıntı Dergisi* , s. 112-115.
- McGee, R., Wolfe, D., & Wilson, S. (1997). Multiple maltreatment experiences and adolescent behavior problems: Adolescents perspectives. *Development and Psychopatology* , 131-149.
- MEB. (Öğretmen El Kitabı). *Benlik Algısı*. Milli Eğitim Bakanlığı.
- Morris, G. (2002). Psikolojiyi Anlamak. *Türk Psikologlar Derneği* , 23.
- Mraovichll, A., & Wilson, J. (1999). Patterns of Child Abuse and Neglect Associated With Chronological Age of Children Living in Midwestern Country. *Child Abuse & Neglect* , 899-903.
- Müderrişoğlu, S. (2002). *Adolesan Döneminde Karşılaşılan İntihar Eğilimlerinde Aile-İçi Duygusal ve Fiziksel İstismar İle Depresyonun Etkileri*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Nelson, J. (1995). *Danışma Psikolojisi Kuramları*. Ankara.
- Okman, S. (1999). *Ergenlik Dönemindeki Öfke ifade Tarzlarının Kendilik İmgesi Bağlamında İncelenmesi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Rehberlik ve Psikoloji Danışma Anabilimdalı Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

- Olumuş, Ö. (2001). *Erinlerin, aile içi psikolojik örüntülere göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının incelenmesi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Öz, F. (2002). Yaşamın Son Evresi: Yaşlılık Psikososyal Açından Gözden Geçirme. *Kriz Dergisi* , 17-28.
- Özbay, Y. (2004). *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi*. Ankara: A Yayınları.
- Özer, K. (1994). Sürekli Öfke (SL-Öfke) ve Öfke İfade Tarzı (Öfke-Tarz) Ölçekleri Ön Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi* , 26-35.
- Özkamalı, E. (2005). *20-30 Yas Grubu Bireylerin Öğrenim Düzeylerine Göre Öfke Düzeyleri ve Öfke İfade Tarzları*. Samsun: On Dokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Aba Bilimdalı.
- Öztürk, S. (2007). *Çocuklarda Duygusal İstismar*. Elazığ: Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans TEzi.
- Pakaslahti, L., & Keltikangas, L. (1996). Social acceptance and the relationship between aggressive problem-solving strategies and aggressive behaviour in 14-year-old adolescents. . *European Journal of Personality* , 249-261.
- Parman, T. (2003). *Ergenlik ya da Merhaba Hüzün*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Polat, O. (1997). *Vurursan Kırılır*. İstanbul: Analiz Yayınları.
- Polat, O. (2006). *Klinik Adli Tıp*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Polat, O. (2001). *Çocuk ve Şiddet*. İstanbul : Der Yayınları.
- Powers, J., Eckenrode, J., & Jaklitsch, B. (1990). Maltreatment among runaway and homeless youth. *Child Abuse Negl* , 87-98.

- Saçar, B. (2007). *İlköğretim Sekizinci Sınıf Öğrencilerinin Öfke Tepkisiyle Arkadaş Bağlılığının İncelenmesi*. Adana: İlköğretim Sekizinci Sınıf Öğrencilerinin Öfke Tepkisiyle Arkadaş Bağlılığının İncelenmesi.
- Salmivalli, C. (2001). Feeling good about oneself, being bad to others? Remarks on self-esteem, hostility, and aggressive behavior. *Aggression and Violent Behaviour* , 375-393.
- Savi, F. (1999). *Ergenlerde Duygusal İstismar ile Benlik Algısı ve Genel Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki*. Bursa : Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi .
- Silver, M., Field, T., Sanders, C., & Diego, M. (2000). Angry Adolescents Who Worry About Becoming Violent. *Adolescence* , 663-670.
- Siyez, D. (2003). *Duygusal İstismara Maruz Kalan ve Kalmayan Ergenlerin Benlik Algıları İle Depresyon ve Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması*. İzmir : Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Soykan, Ç. (2003). Öfke ve Yönetimi. *Kriz Dergisi* , 19-27.
- Spigelman, G., Spigelman, A., & Engleson, I. (1991). Hostility, Aggression, and Anxiety levels of Divorce and Nondivorce Children as Manifested in Their Responses to Projective Tests . *Journal of Personality Assessment* , 438-452.
- Stephen, D. (2004). *Anger Experiences in Violent and Non-Violent male Offenders*. Florida: University of Miami.
- Şahin, H. (2006). Öfke Denetimi Eğitiminin Çocuklarda Gözlenen Saldırma Davranışlar Üzerindeki Etkisi. *Türk Psikoloji Danışma ve Rehberlik Dergisi* , 47-62,.
- Şahin, H. (2005). *Öfke Denetiminin Kuramsal Temelleri*. Burdur: Burdur Eğitim Fakültesi Yayınları.

- Şahiner, Ü., Yurdakök, K., & Kavak, U. (2001). Tıbbi Açıdan çocuğun İstismarı. *Katkı Pediatri Dergisi* , 276-285.
- Tambağ, H., & Öz, F. (2004). Aileleri İle Birlikte ve Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan Ergenlerin Öfke İfade Etme Biçimleri. *Kriz Dergisi* , 11-21.
- Taner, Y., & Gökler, B. (2004). Çocuk istismarı ve ihmali: psikiyatrik yönleri. *Hacettepe Tıp Dergisi* , 82-86.
- Taşdelen, N. (1995). *Examination of Effects of Perceived Psychological Maltreatment of Mothers on Adolescent's Self Concept, Emotional and Behavioral Problems, and Academic Achievement*. İstanbul : Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- TDK. (2009).*Büyük Türkçe Sözlük*. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Temel, Z., & Aksoy, A. (2001). *Ergen ve Gelişimi*. Ankara : Nobel Yayın Dağıtım.
- Thomas, S. (2003). Men's anger: a phenomenological exploration of its meaning in a middle-class sample of American men. *Psychology of Men and Masculinity* , 163-175.
- Thompson, A., & Kaplan, C. (1999). Emotionally Abused Childeren Presenting to Child Psychiatry Clinics. *Child Abuse and Neglects* , 191-196.
- Topbaş, M. (2004). İnsanlığın Büyük Ayıbı, Çocuk İstismarı. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni* , 76-80.
- Trickett, P., Mennen, F., Kim, K., & Sang, J. (2009). Emotional abuse in a sample of multiply maltreated, urban young adolescents: Issues of definition and identification. *Child Abuse and Neglect* , 27-35.
- Unicef. (2003). *Çocuk İstismarı ve İhmali*. İstanbul: Adli Tıp Kurumu Yayınları.

- Uysal, A. (2002). Dünyada Yaygın Bir Sorun: Yaşlı İstismarı Ve İhmali. *Aile ve Toplum Dergisi* , 43-49.
- Ünal, F. (2008). Ailede Çocuk İstismarı ve İhmali, *TSA*, 12, 1-4.
- Üstün, B., & Yavuzarslan, F. (1995). Öfkenin Gücü. *Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* , 42-46.
- Üstün, B., Akgün, E., & Partlak, N. (2005). Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Öfke İfade Biçimleri ve Genel Sağlık Durumlarının İncelenmesi. *Sağlık Eğitimi Araştırma Dergisi* , 34-41.
- Vardar, B. (1994). *The Validity and Reliability of The Perception of Psychological Maltreatment Inventory for Adolescents*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.
- Vitoliona, P., Scalan, J., Kreuz, C., & Fujimoto, W. (1996). Anger. *Psychosom Medical* , 489-499.
- Wolfe, D., Scott, K., Wekerle, C., & Pittman, A. (2001). Child Maltreatment: Risk of Adjustment Problems and Dating Violence in Adolescence. *Journal American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* , 282-289.
- Yalçın, S. (2007). *Ergenlerde Algılanan Duygusal İstismar ile Uyum Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul : Maltepe Üniversitesi Yayınlanmamış Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Yalom, I. (2007). *Anksiyete Terapisi*. İstanbul: Prestij Yayınları.
- Yaşar, F. S. (2009). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Sporcu Öğrenciler Üzerindeki Duygusal İstismar Davranışlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Mersin: Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
- Yavuz, K. (2004). *Duygusal Zeka Gelişimi*. Ankara: Özel Ceceli Yayınları Eğitim Dizisi.

Yavuzer, H. (2003). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, R. (1998). *Çocuk ve Suç*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yıldırım, S. (2005). *Psikiyatri Servisinde Çalışan Hemşirelerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Düzeylerinin Belirlenmesi*. Eskişehir: Osmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi.

Yılmaz, B. (2002). Çocuklarda Cinsel İstismar. *Türk Psikoloji Bülteni* , 24-25.

Yılmaz, N. (2004). *Öfke ile başa çıkma eğitiminin ve grupla psikolojik danışmanın ergenlerin öfke ile başa çıkabilmeleri üzerindeki etkileri*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi.

Yörükoğlu, A. (1988). *Değişen Toplumda Aile ve Çocuk*. Ankara: Aydın Kitabevi.

EKLER

EK:1-KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1) Cinsiyetiniz: kız () erkek ()

2) Doğum Tarihiniz(gün ay yıl):...../...../.....

3) Annenizin Yaşı:.....

Babanızın Yaşı:.....

4) Kaç Kardeşsiniz:

Tek Çocuk () 2 () 3 () 4 () 4 ten daha fazla ()

5) Anne

a)Öz

b) Üvey

Baba

a)Öz

b) Üvey

6) Anne

a)Sağ

b) Vefat etti

Baba

a)Sağ

b) Vefat etti

7) Anne Babanızın evlilik durumu

Evlilikleri sürüyor () Boşandılar () Ayrı yaşıyorlar ()

8)Anne babanızın eğitim durumu:

Anne

Baba

Okur yazar değil

()

()

Okur yazar

()

()

İlkokul Terk

()

()

İlkokul Mezunu

()

()

Ortaokul Terk

()

()

Ortaokul Mezunu

()

()

Lise Terk

()

()

Lise Mezunu

()

()

Üniversite Terk

()

()

Üniversite Mezunu

()

()

Yüksek lisans/Doktora

()

()

9)Anne babanızın iş durumu:

Anne

Baba

Çalışıyor

()

()

Çalışmıyor(İş arıyor)

()

()

Çalışmıyor(İş aramıyor)

()

()

Emekli

()

()

10)Ailenizin ekonomik durumu aşağıdaki gruplardan hangisine uygundur?

(0-750 TL)

()

(751-1500 TL)

()

(1501-3000 TL)

()

(3000 TL ve üzeri)

()

EK:2-SÜREKLİ ÖFKE VE ÖFKE İFADE TARZ ÖLÇEĞİ

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

Sizi ne kadar tanımlıyor?

(1) Hiç (2) Biraz (3) Oldukça (4) Tümüyle

Sizi ne kadar tanımlıyor?

Hiç Tümüyle

- | | |
|--|-----------------|
| 1. Çabuk parlarım. | (1) (2) (3) (4) |
| 2. Kızgın mizaçlıyım. | (1) (2) (3) (4) |
| 3. Öfkemi burnunda bir insanım | (1) (2) (3) (4) |
| 4. Başkalarının hataları, yaptığım işi yavaşlatınca kızarırım. | (1) (2) (3) (4) |
| 5. Yaptığım iyi bir işten sonra takdir edilmemek canımı sıkıyor. | (1) (2) (3) (4) |
| 6. Öfkelenince kontrolümü kaybederim. | (1) (2) (3) (4) |
| 7. Öfkelenince ağzıma geleni söylerim. | (1) (2) (3) (4) |
| 8. Başkalarının önünde eleştirilmek beni çok hiddetlendirir | (1) (2) (3) (4) |
| 9. Engellendiğimde içimden birilerine vurmak gelir. | (1) (2) (3) (4) |
| 10. Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılgına dönerim. | (1) (2) (3) (4) |

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

Sizi ne kadar tanımlıyor?

Hiç Tümüyle

- | | |
|-----------------------------------|-----------------|
| 11. Öfkemi kontrol ederim. | (1) (2) (3) (4) |
| 12. Kızgınlığımı gösteririm. | (1) (2) (3) (4) |
| 13. Öfkemi içime atarım. | (1) (2) (3) (4) |
| 14. Başkalarına karşı sabırlıyım. | (1) (2) (3) (4) |
| 15. Somurtur ya da surat asarım. | (1) (2) (3) (4) |

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

Sizi ne kadar tanımlıyor?

Hiç Tümüyle

- | | |
|---|-----------------|
| 16. İnsanlardan uzak dururum. | (1) (2) (3) (4) |
| 17. Başkalarına iğneli sözler söylerim. | (1) (2) (3) (4) |
| 18. Soğukkanlılığımı korurum. | (1) (2) (3) (4) |
| 19. Kapıları çarpmak gibi şeyler yaparım. | (1) (2) (3) (4) |
| 20. İçin için köpürürüm ama gösteremem. | (1) (2) (3) (4) |

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

Sizi ne kadar tanımlıyor?

21. Davranışlarımı kontrol ederim.

Hiç Tümüyle

(1) (2) (3) (4)

22. Başkalarıyla tartışırım.

(1) (2) (3) (4)

Sizi ne kadar tanımlıyor?

Hiç Tümüyle

23. İçimde, kimseye söyleyemediğim kinler beslerim.

(1) (2) (3) (4)

24. Beni çileden çıkaran her neyse saldırırım.

(1) (2) (3) (4)

25. Öfkem kontrolden çıkmadan kendimi durdurabilirim.

(1) (2) (3) (4)

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

Sizi ne kadar tanımlıyor?

26. Gizliden gizliye insanları epeyce eleştiririm.

Hiç Tümüyle

(1) (2) (3) (4)

27. Belli ettiğimden daha öfkeliyimdir.

(1) (2) (3) (4)

28. Çoğu kimseye kıyasla daha çabuk sakinleşirim.

(1) (2) (3) (4)

29. Kötü şeyler söylerim.

(1) (2) (3) (4)

30. Hoşgörülü ve anlayışlı olmaya çalışırım.

(1) (2) (3) (4)

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

Sizi ne kadar tanımlıyor?

31. İçimden, insanların fark ettiğinden daha fazla sinirlenirim.

Hiç Tümüyle

(1) (2) (3) (4)

32. Sinirlerime hakim olamam.

(1) (2) (3) (4)

33. Beni sınırlendirene, ne hissettiğimi söylerim.

(1) (2) (3) (4)

34. Kızgınlık duygularımı kontrol ederim.

(1) (2) (3) (4)

EK:3-YETİŞKİN-GENÇ İLİŞKİLERİ ENVANTERİ

YÖNERGE

Yetişkinlerin gençlere yönelik bazı davranışları hakkında bir araştırma yürütüyoruz. Bu konuda en doğru bilgiyi yine gençlerden alacağımızı düşünerek sizin kişisel deneyimlerinize başvurmayı düşündük. Bu anket bir bilgi sınavı değildir. Hiçbir ifadenin doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Araştırmamızın sağlıklı olabilmesi için samimiyetle yanıtlamanız çok önemli. Her soruyu cevaplarken, anne ve babanızın ayrı ayrı, şimdi veya gelecekteki davranışlarını göz önünde bulundurursanız bize çok yardımcı olursunuz. Kağıda kimliğinizle ilgili hiçbir şey yazmayın, bizim için kimliğiniz değil nasıl hissettiğiniz önemli.

Sizi ne kadar tanımlıyor?

- (1) Hemen her zaman
- (2) Sık sık
- (3) Nadiren
- (4) Hemen hemen hiçbir zaman

ANNE-GENÇ İLİŞKİLERİ FORMU

- | | |
|--|-----------------|
| 1. Aileye yardım için beni erken yaşta çalışmaya zorlar/zorlardı. | (1) (2) (3) (4) |
| 2. Sevdiğim şeyleri yapmamı engelleyerek, beni cezalandırır/cezalandırırdı. | (1) (2) (3) (4) |
| 3. Aile içinde uyulması gerekli birçok konuda fikir birliği gösterir/gösterirdi. | (1) (2) (3) (4) |
| 4. Benim kendime ait sırlarım olasına tahammül edemez/edemezdi. | (1) (2) (3) (4) |
| 5. Açık davranmam ve duygularımı özgürce ifade etmem için beni teşvik eder/ederdi. | (1) (2) (3) (4) |
| 6. Sırlarımı başkalarına söylemekle tehdit eder/ederdi. | (1) (2) (3) (4) |
| 7. Öfkeli olduğu anda lafa karıştığım, yaramazlık yaptığım zaman beni tokatlar/tokatlardı. | (1) (2) (3) (4) |
| 8. Sorunların çözümünde düşüncelerime önem vermez vermezdi. | (1) (2) (3) (4) |
| 9. Fiziki özelliklerimle ilgili çirkin isimler takar/takardı. | (1) (2) (3) (4) |
| 10. Kendi arkadaşlarına gösteriş yapmak için benim başarılarımdan bahseder/bahsederdi. | (1) (2) (3) (4) |
| 11. Arkadaşlarımla beraber olmamı, eğlenmemi engeller/engellerdi. | (1) (2) (3) (4) |
| 12. Beni suça yöneltici davranışlarda bulunur/bulunurdu | (1) (2) (3) (4) |
| 13. Kardeşlerimin benimle alay etmesine göz yumar/yumardı | (1) (2) (3) (4) |
| 14. Bana çocukmuşum gibi davranır/davranırdı | (1) (2) (3) (4) |
| 15. Aile kararlarında fikrimi sormaz/sormazdı. | (1) (2) (3) (4) |
| 16. Kardeşlerimin beni dövmesine göz yumar/yumardı. | (1) (2) (3) (4) |
| 17. Bana saygı gösterir/gösterirdi | (1) (2) (3) (4) |
| 18. Aile dışında kimselerle beraber olmamı istemez/istemezdi | (1) (2) (3) (4) |
| 19. Bana karşı bazen yumuşak.bazen çok sert davranır/davranırdı. | (1) (2) (3) (4) |
| 20. Geleceğimle ilgili gerçekçi olmayan beklentiler içinde/içindeydi. | (1) (2) (3) (4) |
| 21. Başarılarım karşısında sevinmez.memnun olmaz/olmazdı. | (1) (2) (3) (4) |

22. Bütün boş vakitlerimi onunla geçirmemi ister/isterdi. (1) (2) (3) (4)
23. Sevgisi ile tehdit ederek beni cezalandırır/cezalandırırdı. (1) (2) (3) (4)
24. Yemek, yiyecek ve giyecek ihtiyaçlarım dışında diğer ihtiyaçlarımı karşılamaz /karşılamazdı. (1) (2) (3) (4)
25. Başarısızlıklarımda bana kardeş ve/veya arkadaşlarımı örnek göstererek eleştirir/eleştirirdi. (1) (2) (3) (4)
26. Beni sevdiğini söylemez/söylemezdi. (1) (2) (3) (4)
27. Onun koyduğu kuralları çiğnediğim zaman nankör olduğumu söyler/söylerdi. (1) (2) (3) (4)
28. Benim için bir sürü kural ve düzen koyar/koyardı. (1) (2) (3) (4)
29. Benim çevresinde olmama tahammül edeme/edemezdi. (1) (2) (3) (4)
30. Çeşitli konularda ne düşündüğümü sorar, fikirlerime saygı gösterir/gösterirdi. (1) (2) (3) (4)
31. Hak ettiğim ödüllerden beni mahrum eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
32. Beni yanından uzaklaştırır; Babaanneme, anneanneme(benzeri akraba) yolar/yollardı. (1) (2) (3) (4)
33. Kendi yapacağı en kolay işleri bile benim (televizyonun sesini kısmak) benim yapmamı ister/isterdi (1) (2) (3) (4)
34. Yaptıklarımınla, davranışlarımla, benimle ilgilenmez/ilgilenmezdi. (1) (2) (3) (4)
35. Diğer kardeşlerimi kayırır/kayırdı. (1) (2) (3) (4)
36. Benden yapabileceğimden ötesinde beklentileri var/vardı. (1) (2) (3) (4)
37. Kabahat işlediğimde bunların onları hasta ettiğini, bu yüzden onu öldürebileceğimi söyler/söylerdi. (1) (2) (3) (4)
38. Çevreme arkadaşlarıma karşı saldırgan davranışlarımı ödüllendirir/ödüllendirirdi. (1) (2) (3) (4)
39. Kardeşim doğduktan sonra ben yokmuşum gibi davranmaya başladı/başlamıştı. (1) (2) (3) (4)
40. Çabuk büyüyüp kendi başımın çaresine bakmam gerektiğini söyler/söylerdi. (1) (2) (3) (4)
41. Başka çocuklardan daha başarılı olmam için ısrar eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
42. İstediklerini yapmadığım zaman beni sevmediğini söyler/söylerdi. (1) (2) (3) (4)
43. Duygularımı ona açıkça ifade edebilirim/edebilirdim. (1) (2) (3) (4)
44. Sorunlarıma önem vermez ve benimle konuşmaz/konuşmazdı. (1) (2) (3) (4)
45. Aile içi konuşmalara katılmamı istemez, engeller/engellerdi. (1) (2) (3) (4)
46. Tüm ikazlara rağmen aynı hatayı yaptığım zaman son çare olarak beni döver/döverdi. (1) (2) (3) (4)
47. Beni haksız yere cezalandırır/cezalandırırdı. (1) (2) (3) (4)
48. Beslenme, uyku ve ders çalışma düzenime dikkat eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
49. Bana çirkin, kötü adlar takar/takardı. (1) (2) (3) (4)
50. Aşırı sert ve otoriter bir disiplin anlayışından yana/yanaydı. (1) (2) (3) (4)
51. Maddi olanaklarımız yeterli olduğu halde beni yetersiz ve dengesiz besler/beslerdi. (1) (2) (3) (4)
52. Kız/erkek olduğum için benden beklentisi farklı/farklıydı. (1) (2) (3) (4)
53. Kardeşler arasında kıyaslama yaparak aile içinde rekabet ortamı yaratırdı. (1) (2) (3) (4)
54. Kız/erkek olduğum için bana farklı davranır/davranırdı. (1) (2) (3) (4)
55. Yaşıtlarım kadar başarılı olmadığımı söyler, beni onlarla kıyaslar/kıyaslardı . (1) (2) (3) (4)
56. İsteklerini anında yapılmasını ister/isterdi. (1) (2) (3) (4)
57. Dünyada yalnız olduğumu hissettirir/hissettirirdi. (1) (2) (3) (4)
58. Flört ilişkilerim için beni cezalandırır/cezalandırırdı. (1) (2) (3) (4)

59. Benimle konuşmaz/konuşmazdı. (1) (2) (3) (4)
60. Küçükken evde ve sokakta beni yanlı ve denetimsiz bırakır/bırakırdı. (1) (2) (3) (4)
61. Beni dövmele ve öldürmele tehdit eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
62. (Anne/baba) kavgalarında taraf tutmaya zorlar/zorlardı. (1) (2) (3) (4)
63. Benim kendisi için bir engel olduğumu hissettirir/hissettirirdi. (1) (2) (3) (4)
64. Beni umursamadığını düşünür/düşünürdüm. (1) (2) (3) (4)
65. Ona herhangi bir konuda ihtiyacım olduğunda yardım etmeyi kabul etmez/etmezdi. (1) (2) (3) (4)
66. Ben yokmuşum gibi davranır/davranırdı . (1) (2) (3) (4)
67. Fikirlerime değer vermez/vermezdi. (1) (2) (3) (4)
68. Beni kucaklayıp öpmez/öpmezdi. (1) (2) (3) (4)
69. Yaşımdan Büyük sorumluluklar yüklenmemi ister/isterdi. (1) (2) (3) (4)
70. Sevgi gösterilerinde bulunduğumda beni tersler, reddeder/reddederdi. (1) (2) (3) (4)
71. Okul faaliyet ve gezilerine katılmamı engeller/engellerdi. (1) (2) (3) (4)
72. Sevdiğim ve istediğim şeyleri bana bir şey yaptırmak için pazarlık konusu yapar/yaparđı. (1) (2) (3) (4)
73. Ne yaparsam yapayım onu memnun edemem/edemezdim. (1) (2) (3) (4)
74. Terbiye etmek amacıyla beni iz bırakmadan döver/döverdi. (1) (2) (3) (4)
75. "Sen ne işe yararsın" diye aşağılar/aşağılardı. (1) (2) (3) (4)
76. Beni ceza olarak bir odaya, tuvalete, bodruma kapatır/kapatırdı. (1) (2) (3) (4)
77. Benimle sıcak bir ses tonuyla konuşur/konuşurdu. (1) (2) (3) (4)
78. Beni sevmediğini düşünür/düşünürdüm. (1) (2) (3) (4)
79. Kendimi evde gereksiz ve fazlalık gibi hissetmeme neden olur/olurdu. (1) (2) (3) (4)
80. Ailedeki kavgaların sebebinin "ben" olduğumu söyler/söylerdi. (1) (2) (3) (4)
81. Arkadaşlarının yada başkalarının yanında beni mahcup eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
82. Yanlış bir davranış yaptığımda kendimi suçlu hissetmeme neden olur/olurdu. (1) (2) (3) (4)
83. Terbiye etmek amacıyla beni şiddetli şekilde döver/döverdi. (1) (2) (3) (4)
84. Kendini idare eden kendi kararlarını veren biri olmamı engeller/engellerdi. (1) (2) (3) (4)
85. Beni evde hizmetçi gibi kullanır/kullanırdı. (1) (2) (3) (4)
86. Benim hakkımda kötü, utandırıcı sözler söyler/söylerdi. (1) (2) (3) (4)
87. Beni gerçekten dinlemez, eleştirir/eleştirirdi. (1) (2) (3) (4)
88. Önemli kabahat işlediğimde bir yerimi morartacak şiddetle döver/döverdi. (1) (2) (3) (4)
89. Ona yardım etmediğim zaman sinirlenir/sinirlenirdi. (1) (2) (3) (4)
90. İhtiyacım olan şeyleri almayı unuttur/unutturdu. (1) (2) (3) (4)
91. Başarılarımı küçümser/küçümserdi. (1) (2) (3) (4)
92. Benim gözümün önünde kavga eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
93. Ondan tepki almam için saldırgan davranışlar göstermem gerekir/gerekirdi. (1) (2) (3) (4)
94. Söz dinlemediğim zaman beni yalnız bırakmakla tehdit eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
95. Okul başarılarıma ilgi göstermez/göstermezdi. (1) (2) (3) (4)
96. Beceriksizliğim nedeniyle beni tehdit eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
97. Evde kimin patron olduğunu hissettirir/hissettirirdi. (1) (2) (3) (4)
98. Benim sosyal faaliyetlere katılmamı istemez/istemezdi. (1) (2) (3) (4)

- 99.Cinsellikle ilgili sorularına çok kızar/kızardı. (1) (2) (3) (4)
100. İstedığı bir şeyi yapmadığımda benim için her şeyi yaptığını hayatını bana+feda ettiğini söyler/söyledi. (1) (2) (3) (4)

BABA-GENÇ İLİŞKİLERİ FORMU

1. Evde değer verilen biri olduğumu hissettirir/hissettirdi. (1) (2) (3) (4)
2. Aileye yardım için beni erken yaşta çalışmaya zorlar/zorlardı. (1) (2) (3) (4)
3. Sevdiğim şeyleri yapmamı engelleyerek, beni cezalandırır/cezalandırırdı. (1) (2) (3) (4)
4. Büyüdüğümü kabullenmez/kabullenmezdi. (1) (2) (3) (4)
5. Benim kendime ait sırlarım olasına tahammül edemez/edemezdi. (1) (2) (3) (4)
6. Açık davranmam ve duygularımı özgürce ifade etmem için beni teşvik eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
7. Sırlarımı başkalarına söylemekle tehdit eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
8. Öfkeli olduğu anda lafa karıştığım, yaramazlık yaptığım zaman beni tokatlar/tokatlardı. (1) (2) (3) (4)
9. Sorunların çözümünde düşüncelerime önem verir/verirdi. (1) (2) (3) (4)
10. Fiziki özelliklerimle ilgili çirkin isimler takar/takardı. (1) (2) (3) (4)
11. Kendi arkadaşlarına gösteriş yapmak için benim başarılarımdan bahseder/bahsederdi. (1) (2) (3) (4)
12. Arkadaşlarımla beraber olmamı, eğlenmemi engeller/engellerdi. (1) (2) (3) (4)
13. Beni suça yöneltici davranışlarda bulunur/bulunurdu. (1) (2) (3) (4)
14. Kardeşlerimin benimle alay etmesine göz yumar/yumardı. (1) (2) (3) (4)
15. Bana çocukmuşum gibi davranır/davranırdı. (1) (2) (3) (4)
- 16.Aile kararlarında fikrimi sormaz/sormazdı. (1) (2) (3) (4)
17. Kardeşlerimin beni dövmesine göz yumar/yumardı. (1) (2) (3) (4)
18. Bana saygı gösterir/gösterirdi. (1) (2) (3) (4)
19. Aile dışında kimselerle beraber olmamı istemez/istemezdi. (1) (2) (3) (4)
20. Bana karşı bazen yumuşak bazen çok sert davranır/davranırdı. (1) (2) (3) (4)
21. Geleceğimle ilgili gerçekçi olmayan beklentiler içinde/içindeydi. (1) (2) (3) (4)
22. Başarılarımla karşılaştığında sevinmez memnun olmaz/olmazdı. (1) (2) (3) (4)
23. Sevgisi ile tehdit ederek beni cezalandırır/cezalandırırdı. (1) (2) (3) (4)
24. Yemek, yiyecek ve giyecek ihtiyacımın dışında ihtiyaçlarımı karşılamaz/karşılamazdı. (1) (2) (3) (4)
25. Başarısızlıklarımın bana kardeş veya arkadaşlarımı örnek göstererek eleştirir/eleştirirdi. (1) (2) (3) (4)
26. Beni sevdiğini söylemez/söylemezdi. (1) (2) (3) (4)
- 27.Onun koyduğu kuralları çiğnediğim zaman nankör olduğumu söyler/söyledi. (1) (2) (3) (4)
28. Benim için bir sürü kural ve düzen oyar/koyardı. (1) (2) (3) (4)
29. Benim çevresinde olmama tahammül edemez/edemezdi. (1) (2) (3) (4)
30. Çeşitli konularda ne düşündüğümü sorar fikirlerime saygı gösterir/gösterirdi. (1) (2) (3) (4)
31. Hak ettiğim ödüllerden beni mahrum eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
32. Beni yanından uzaklaştırır; Babaanneme, anneme (benzeri akraba) yollar/yollardı. (1) (2) (3) (4)
33. Kendi yapacağı en kolay işleri bile (televizyonun sesinin kısma) benim yapmamı ister/isterdi. (1) (2) (3) (4)

34. Yaptıklarımıyla davranışlarımla, benimle ilgilenmez/ilgilenmezdi. (1) (2) (3) (4)
35. Diğer arkadaşlarımı kayırır/kayırırdı. (1) (2) (3) (4)
36. Benden yapabileceğimin ötesinde beklentileri var/vardı. (1) (2) (3) (4)
37. Kabahat işlediğimde bunların onları hasta ettiğini, hatta bu yüzden onu öldürebileceğimi söyler/söyledi. (1) (2) (3) (4)
38. Çevreme arkadaşlarıma karşı saldırgan davranışlarımı ödüllendirir/ödüllendirirdi. (1) (2) (3) (4)
39. Kardeşim doğduktan sonra ben yokmuşum gibi davranmaya başladı/başlamıştı. (1) (2) (3) (4)
40. Çabuk büyüyüp kendi başımın çaresine bakmam gerektiğini söyler durur/dururdu. (1) (2) (3) (4)
41. Başka çocuklardan daha başarılı olmam için ısrar eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
42. İsteddiğini yapmadığım zaman beni sevmediğini söyler/söyledi. (1) (2) (3) (4)
43. Sorunlarıma önem vermez ve benimle konuşmaz/konuşmazdı. (1) (2) (3) (4)
44. Aile içi konuşmalara katılmamı istemez, engeller/engellerdi. (1) (2) (3) (4)
45. Tüm ikazlara rağmen aynı hatayı yaptığım zaman son çare olarak beni döver/döverdi. (1) (2) (3) (4)
46. Beni haksız yere cezalandırır/cezalandırırdı. (1) (2) (3) (4)
47. Bana çirkin kötü adlar takar/takardı. (1) (2) (3) (4)
48. Aşırı sert ve otoriter bir disiplin anlayışından yana/yanaydı. (1) (2) (3) (4)
49. Maddi olanaklarımız yeterli olduğu halde beni yetersiz ve dengesiz besler/beslerdi. (1) (2) (3) (4)
50. Kız/erkek olduğun için benden beklentisi farklı/farklıydı. (1) (2) (3) (4)
51. Kardeşler arasında kıyaslama yaparak aile içinde rekabet ortamı yaratır. (1) (2) (3) (4)
52. Kız/erkek olduğum için bana farklı davranır/davranırdı. (1) (2) (3) (4)
53. Yaşıtlarım kadar başarılı olmadığımı söyler/söyledi. (1) (2) (3) (4)
54. İsteklerinin anında yapılmasını ister/isterdi. (1) (2) (3) (4)
55. Dünyada yalnız olduğumu hissettirir/hissettirirdi. (1) (2) (3) (4)
56. Flört ilişkilerim için beni cezalandırır/cezalandırırdı. (1) (2) (3) (4)
57. Benimle konuşmaz/konuşmazdı. (1) (2) (3) (4)
58. Küçükken beni evde veya sokakta yalnız ve denetimsiz bırakır/bırakırdı. (1) (2) (3) (4)
59. Beni dövmekle yada öldürmekle tehdit eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
60. (Anne-Baba) kavgalarında taraf tutmaya zorlar/zorlardı. (1) (2) (3) (4)
61. Benim kendisi için bir engel olduğumu hissettirir/hissettirirdi. (1) (2) (3) (4)
62. Beni umursamadığını düşünür/düşünürdüm. (1) (2) (3) (4)
63. Ona herhangi bir konuda ihtiyacım olduğunda yardım etmeyi kabul etmez/etmezdi. (1) (2) (3) (4)
64. Ben yokmuşum gibi davranır/davranırdı. (1) (2) (3) (4)
65. Fikirlerime değer vermez/vermezdi. (1) (2) (3) (4)
66. Beni kucaklayıp öpmez/öpmezdi. (1) (2) (3) (4)
67. Yaşımdan büyük sorumluluklar yüklenmemi ister/isterdi. (1) (2) (3) (4)
68. Sevgi gösterilerinde bulunduğumda beni tersler, reddeder/reddederdi. (1) (2) (3) (4)
69. Okul faaliyet ve gezilerine katılmamı engeller/engellerdi. (1) (2) (3) (4)
70. Sevdiğim ve istediğim şeyleri bana bir şey yaptırmak için pazarlık konusu yapar/yapardı. (1) (2) (3) (4)
71. Ne yaparsam yapayım onu memnun edemem/edemezdim. (1) (2) (3) (4)
72. Terbiye etmek amacıyla beni şiddetli bir şekilde döver/döverdi. (1) (2) (3) (4)

73. "Sen ne işe yararsın" diyerek aşağılar/aşağılardı. (1) (2) (3) (4)
74. Beni ceza olarak bir odaya kilitler/kilitlerdi. (1) (2) (3) (4)
75. Benimle sıcak bir ses tonuyla konuşur/konuşurdu. (1) (2) (3) (4)
76. Beni sevmediğini düşünür/düşünürüm. (1) (2) (3) (4)
77. Kendimi evde gereksiz ve fazlalık gibi hissetmeme neden olur/olurdu. (1) (2) (3) (4)
78. Ailedeki kavgaların sebebinin "ben" oluşumu söyler/söylerdi. (1) (2) (3) (4)
79. Arkadaşlarımın veya başkalarının yanında beni mahcup eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
80. Yanlış bir davranış yaptığımda kendimi suçlu hissetmeme neden olurdu. (1) (2) (3) (4)
81. Terbiye etmek amacıyla beni şiddetli döver/döverdi. (1) (2) (3) (4)
82. Kendi kendini idare eden ve kendi kararlarını veren biri olmamı engeller/engellerdi. (1) (2) (3) (4)
83. Beni evde hizmetçi gibi kullanır/kullanırdı. (1) (2) (3) (4)
84. Benim hakkımda kötü, utandırıcı sözler söyler/söylerdi. (1) (2) (3) (4)
85. Beni geçekten dinlemez, eleştirir/eleştirirdi. (1) (2) (3) (4)
86. Önemli bir kabahat işlediğimde bir yerimi morartacak şiddetle döver/döverdi. (1) (2) (3) (4)
87. Yaptığım her iş için ondan izin almamı ister/isterdi. (1) (2) (3) (4)
88. Ona yardım etmediğim zaman sinirlenir/sinirlenirdi. (1) (2) (3) (4)
89. İhtiyacım olan şeyleri almayı unuttur/unutturdu. (1) (2) (3) (4)
90. Başarılarımı küçümser/küçümserdi. (1) (2) (3) (4)
91. Benim gözümün önünde kavga eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
92. Kardeşlerime bakmakla yükümlü tutar/tutardı. (1) (2) (3) (4)
93. Ondan tepki almam için saldırgan davranışlar göstermem gerekir/gerekirdi. (1) (2) (3) (4)
94. Söz dinlemediğim zaman beni yalnız bırakmakla tehdit eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
95. Okul başarılarıma ilgi göstermez/göstermezdi. (1) (2) (3) (4)
96. Beceriksizliğim nedeniyle beni tehdit eder/ederdi. (1) (2) (3) (4)
97. Evde kimin patron olduğunu hissettirir/hissettirirdi. (1) (2) (3) (4)
98. Benim sosyal faaliyetlere katılmamı istemez/istemezdi. (1) (2) (3) (4)
99. Cinsellikle ilgili soru sormama çok kızar/kızardı. (1) (2) (3) (4)
100. İsteddiği bir şeyi yapmadığımda benim için her şeyi yaptığımı hayatını bana feda ettiğini söyler/söylerdi. (1) (2) (3) (4)

ÖZGEÇMİŞ

Suzan ULU 01 Ocak 1979 tarihinde İstanbul'da doğmuştur. İlk ve orta öğrenimini babasının mesleği nedeniyle Anadolu'nun çeşitli illerinde tamamlamıştır. 1997 yılında İstanbul'da lise öğrenimini bitirmiş olup, 2001 yılında İstanbul Üniversitesi Psikoloji bölümünden mezun olmuştur.

Mezuniyetinden bu yana Kocaeli ili ve ilçelerinde bulunan çeşitli rehabilitasyon merkezlerinde, psikolojik danışmanlık merkezlerinde ve özel okullarda psikolog olarak görev yapmıştır. Halen Gölcük-Kocaeli'de ikamet etmekte olan Suzan ULU evli ve iki çocuk annesidir.