

T.C.  
NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**ENGELLİ BİREYLERİN  
ÖZ-YETERLİLİK VE ÖFKE DÜZEYLERİ  
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Arzu GÜNER**

**Enstitü Anabilim Dalı: Psikoloji  
Enstitü Bilim Dalı: Psikoloji**

**Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Muhammet ÖZTABAK**

**HAZİRAN – 2016**

T.C.  
NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ


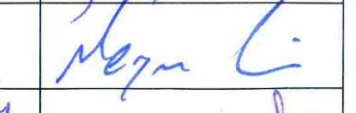

ENGELLİ BİREYLERİN  
ÖZ-YETERLİLİK VE ÖFKE DÜZEYLERİ  
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Arzu GÜNER

Enstitü Anabilim Dalı: Psikoloji  
Enstitü Bilim Dalı: Psikoloji

“Bu tez 17 / 06 / 2016 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATI	İMZA
Yrd. Doç. Dr. Muhammet ÖZTABAK	Bararalı	
Yrd. Doç. Dr. Meryem DEMİR GÜDÜL	Doğru	
Yrd. Doç. Dr. İsak PARDO	Çok Bararalı 14/15	

## **BEYAN**

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

**Arzu GÜNER**

**03.06.2016**

## ÖNSÖZ

Bu tezin yazılması aşamasında, desteğini benden esirgemeyen ve her zaman yanımda olan danışmanım Yrd. Doç. Dr. Muhammet ÖZTABAK'a teşekkür ediyorum. Çalışmamın başından itibaren her anlamda yanımda olmuş, desteğini ve katkılarını esirgememiştir. Jüride bulunarak olumlu eleştirileri ve yönlendirmeleriyle araştırmama son şeklini vermeme katkı sağlayan Yrd. Doç. Dr. Meryem DEMİR GÜDÜL ve Yrd. Doç. Dr. İsak PARDO'ya çok teşekkür ediyorum. Engelliler üzerine araştırma yapabilmek için bende farkındalık oluşturan bu hayatın içinde her an daha iyi hizmet ve daha iyi bir toplum oluşması adına herkese bir rol düştüğüne inanan, saydığım ve sevdiğim bir öğretici olarak gördüğüm Yrd. Doç. Dr. Nurgül ELBAŞI'na, Bayrampaşa Belediyesi Fizik Tedavi ve Engelliler Rehabilitasyon Merkezi'nin sıcak, samimi, dost, güler yüzlü personeline, hayatıma farklı bir bakış açısı getiren tüm engelsiz dostlarıma ve çalışmama kalben destek veren tüm arkadaşlarıma teşekkür ediyorum.

Son olarak; bir ömür boyu eğitim gönüllüsü olarak bir eğitimden diğerine koşarken çalışmalarımnda her türlü desteği sağlayan eşim, Zekai GÜNER'e, sevgili çocuklarım, Onur ve İrem Ezgi'ye ve hayatımın her aşamasında varlığını yanı başımda hissettiğim annem Teslime SÖYLEMEZ'e çok teşekkür ediyorum.

**Arzu GÜNER**

**03.06.2016**

## İÇİNDEKİLER

<b>KISALTMALAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>TABLO LİSTESİ.....</b>	<b>iii</b>
<b>ÖZET.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>v</b>
<b>GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
<b>BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE .....</b>	<b>5</b>
1.1. Kuramsal Çerçeve.....	5
1.1.1. Engellilik İle İlgili Tanımlar ve Açıklamalar.....	5
1.1.1.1. Engellilerin Günümüz Koşullarına Bakış .....	7
1.1.1.2 Engellilerin Karşılaştıkları Problemler .....	7
1.1.2. Öz-yeterlilik İle İlgili Tanımlar ve Açıklamalar.....	10
1.1.2.1. Öz-yeterliliğin Önemi.....	11
1.1.2.2. Öz-yeterliliğin Kaynakları.....	12
1.1.2.3. Öz-yeterlilik İnançının Güçlendirilmesi.....	14
1.1.2.4. Öz-yeterlilik İle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar.....	15
1.1.3. Öfke İle İlgili Tanımlar ve Açıklamalar.....	16
1.1.3.1. Öfke İle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar .....	20
1.1.4. İlgili Araştırmalar.....	23
1.1.4.1.Öz-yeterlilik İle İlgili Araştırmalar.....	23
1.1.4.2. Öfke İle İlgili Araştırmalar.....	27
<b>BÖLÜM II: YÖNTEM.....</b>	<b>33</b>
2.1. Araştırma Modeli .....	33
2.2. Çalışma Grubu.....	33
2.3. Veri Toplama Araçları.....	33
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	34
2.3.2. Genel Öz-yeterlilik İnanç Ölçeği.....	34
2.3.3. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği.....	36
2.4. Verilerin Toplanması.....	37
2.5. Verilerin Çözümlemesi.....	38
<b>BÖLÜM III: BULGULAR.....</b>	<b>39</b>
3.1. Engelli Bireylerin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular.....	39
3.2. Engelli Bireylerin Öz-yeterlilik ve Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	41
3.3. Engelli Bireylerin Öz-yeterlilik Düzeylerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular.....	45
3.4. Engelli Bireylerin Öfke Düzeylerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular.....	53
3.5. Engelli Bireylerin Öz-yeterlilik Düzeyleri ile Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular.....	62
<b>TARTIŞMA VE YORUM.....</b>	<b>63</b>
<b>SONUÇLAR VE ÖNERİLER.....</b>	<b>70</b>
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>76</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>83</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>88</b>

## KISALTMALAR

<b>BM</b>	: Birleşmiş Milletler
<b>DİE</b>	: Devlet İstatistik Enstitüsü
<b>DSÖ</b>	: Dünya Sağlık Örgütü
<b>EKPSS</b>	: Engelli Kamu Personeli Seçme Sınavı
<b>GÖYİÖ</b>	: Genel Öz-yeterlilik İnanç Ölçeği
<b>GSS</b>	: Genel Sağlık Sigortası
<b>WHO</b>	: Dünya Sağlık Örgütü
<b>SÖ-ÖTÖ</b>	: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği
<b>TÜİK</b>	: Türkiye İstatistik Kurumu



## TABLO LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Engelli Bireylerin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular.....	39
<b>Tablo 2.</b> Engel Durumu ve Engel Derecesi Dağılımına İlişkin Bulgular.....	41
<b>Tablo 3.</b> Genel Öz Yeterlilik İnanç Ölçeği ve Boyutlarına İlişkin Bulgular.....	41
<b>Tablo 4.</b> Sürekli Öfke ve Boyutlarına İlişkin Bulgular.....	42
<b>Tablo 5.</b> Engelli Bireylerin Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	43
<b>Tablo 6.</b> Engelli Bireylerin Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	44
<b>Tablo 7.</b> Engelli Bireylerin Yaşa Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	45
<b>Tablo 8.</b> Engelli Bireylerin Cinsiyete Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	46
<b>Tablo 9.</b> Engelli Bireylerin Engel Durumuna Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	47
<b>Tablo 10.</b> Engelli Bireylerin Engel Derecesine Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	47
<b>Tablo 11.</b> Engelli Bireylerin Eğitim Düzeyine Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	49
<b>Tablo 12.</b> Engelli Bireylerin Medeni Duruma Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	50
<b>Tablo 13.</b> Engelli Bireylerin Ekonomik Duruma Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	51
<b>Tablo 14.</b> Engelli Bireylerin Mesleğe Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	52
<b>Tablo 15.</b> Engelli Bireylerin Yaşa Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	53
<b>Tablo 16.</b> Engelli Bireylerin Cinsiyete Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	54
<b>Tablo 17.</b> Engelli Bireylerin Engel Durumuna Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	55
<b>Tablo 18.</b> Engelli Bireylerin Engel Derecesine Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	56
<b>Tablo 19.</b> Engelli Bireylerin Eğitim Düzeyine Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	57
<b>Tablo 20.</b> Engelli Bireylerin Medeni Duruma Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	58
<b>Tablo 21.</b> Engelli Bireylerin Ekonomik Duruma Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	59
<b>Tablo 22.</b> Engelli Bireylerin Mesleğe Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	61
<b>Tablo 23.</b> Engelli Bireylerin Öz-yeterlilik ile Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular.....	62

## Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tez Özeti

<b>Tezin Başlığı:</b> Engelli Bireylerin Öz-yeterlilik ve Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	
<b>Tezin Yazarı:</b> Arzu GÜNER	<b>Danışman:</b> Yrd. Doç. Dr. Muhammet ÖZTABAK
<b>Kabul Tarihi:</b> 17.06.2016	<b>Sayfa Sayısı:</b> v (ön kısım) + 82 (tez) + 6 (ek)
<b>Anabilimdalı:</b> Psikoloji	<b>Bilimdalı:</b> Psikoloji
<p>Bu araştırma, engelli bireylerin öz-yeterlilik ve öfke düzeyleri arasında ilişki olup olmadığını tespit etmek ayrıca engelli bireylerin öz-yeterlilik ve öfke düzeylerinin yaş, cinsiyet, engel durumu, engel derecesi, eğitim durumu, medeni durum, ekonomik durum ve meslek gibi demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul ilindeki 18–55 yaş arasındaki engelli bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, ortopedik, görme, işitme ve süregelen engelli 115 kadın, 100 erkek toplam 215 engelli birey oluşturmaktadır. Veri toplama araçları olarak, “Kişisel Bilgi Formu”, “Genel Öz-yeterlilik İnanç Ölçeği” ve “Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizi SPSS 22.0 for Windows programı yardımıyla yapılmıştır. Verilerin analizinde, frekans, yüzde, ortalama, standart sapma, t-testi, tek yönlü varyans (ANOVA), Kruskal Wallis-H ve Pearson Korelasyon teknikleri kullanılmıştır.</p> <p>Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre; engelli bireylerin öz-yeterlilik ve öfke düzeyleri “orta” düzeyde bulunmuştur. Engelli bireylerin öz-yeterlilik düzeylerinde engel derecesi ve ekonomik durum açısından, öfke düzeylerinde ise engel grubu ve ekonomik durum açısından anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Ayrıca öz-yeterlilik ve öfke arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Genel öz-yeterlilik ve yılmama alt boyutu ile kontrol altına alınmış öfke arasında çok zayıf pozitif bir ilişki bulunmuştur. Genel öz-yeterlilik ve başlama, yılmama alt boyutları ile içte tutulan öfke arasında zayıf, negatif yönde bir ilişki bulunmuştur.</p>	
<b>Anahtar Kelimeler:</b> Engelli bireyler, Öz-yeterlilik, Öfke	



**Nişantaşı Üniuersity Institute of Social Sciences Abstract of Master’s Thesis**

<b>Title of the Thesis</b> Research About The Relation Between Self-Efficacy And Anger Levels İn Disabled People	
<b>Author:</b> Arzu GÜNER	<b>Supervisor:</b> Asist. Prof. Muhammet ÖZTABAK
<b>Date:</b> 17.06.2016	<b>Nu. Of pages:</b> v (pre text) + 82 (main body) + (6App.)
<b>Department:</b> Psychology	<b>Subfield:</b> Psychology
<p>This study analyzes whether there is a correlation between self-efficacy and anger levels of the people with disabilities. It also analyzes in depth whether self-efficacy and anger differs with demographics such as age, gender, disability status, education level, marital status, economical status and occupation. The subjects of this study are gathered from province of Istanbul, who are people with disabilities between 18-55 years old. Research subjects consist of 115 women and 100 men; totaling 215 people with an orthopedic, blindness, hearing and chronic disabilities. The obtained data is analyzed with the aid of the program ‘SPSS 22.0 for Windows’. The tools used to collect the data are; the “Personal Information Form”, “General Self-Efficacy Scale” and “State-Trait Anger Expression Inventory”. Techniques used to analyze the data are frequency, percent, average, standard deviation, t-test, analysis of variance (ANOVA), Kruskal Wallis-H test and Pearson correlation techniques.</p> <p>According to this research, findings on self-efficacy and anger levels of the people with disabilities show to be at a medium level. Significant differences have been observed on the disabled individuals level of self-sufficiency in terms of the level of their disability and economic status, and the level of their anger in terms of the disability type and economic status. A correlation between general self-sufficiency and continuous anger has not been observed. A very low positive correlation has been observed between general self-sufficiency and the perseverance sub dimension and anger-management. A low negative correlation has been observed between general self-sufficiency and commencement, and perseverance sub dimensions and restrained anger.</p>	
<b>Anahtar Kelimeler:</b> People with Disabilities, Self-efficacy, Anger	

## GİRİŞ

Yaşadığımız dünyada nüfusun yaklaşık % 15'i yani 1 milyar insan hayatını engelli olarak sürdürmektedir. İnsanların kimi doğuştan engelli olarak hayata gelmekte, kimisi ise sonradan kaza, hastalık vb. nedenlerle geçici veya sürekli olarak engelli olarak hayatını sürdürmektedir. Tarih boyunca, engelliler toplumlar tarafından utanç kaynağı olarak değerlendirilmiştir. Yaşadıkları toplumda birçok olumsuz tutum ve davranışla karşılaşan engelliler insan olmanın gereği olan hak ve özgürlüklerden yeterince yararlanamayarak toplumsal dışlanmaya maruz kalmaktadır. Fırsat eşitliğinden yararlanamayan engelli ve ailesi, fiziki şartların yetersizliğinden eğitim, sağlık gibi en önemli hizmetlere erişememekte, istihdam içinde yeterince yer alamadığından gün geçtikçe yoksullaşmaktadır. Toplumsal dışlanma ile karşı karşıya kalan birey daha yoğun stres, anksiyete ve depresyona maruz kalmaktadır.

Toplum içinde çoğu zaman öteki olarak görülen engelli olma hali aslında insan olma halinin bir parçasıdır. Dünyada bitmeyen savaş ve terör eylemleri, dünya nüfusundaki yaşlanma, çeşitli kronik hastalıkların ortaya çıkması vb. nedenlerle dünya üzerinde her geçen gün engelli sayısı hızla artmaktadır. Bu nedenle dünyada yaşayan herkes doğrudan ya da dolaylı olarak bir çeşit engellilik ile karşı karşıyadır. Şu bir gerçektir ki engellilik hayatın bazı noktalarında herkesin yaşamını bir şekilde etkileyecektir.

Öz-yeterlilik algısı, kişinin bir işi yapmak için gerekli becerilere sahip olduğu konusundaki inancıdır. Kişinin kendine olan inancı ile birlikte, başarabileceğine dair özgüveni yoksa o işi yapamama olasılığı söz konusudur (Bandura, 1994, Akt. Kurbanoğlu, 2004). Öz-yeterlilik, zamanla, deneyimler aracılığıyla gelişen bir inançtır. Bireyler ne yapabilecekleri konusunda öz yeterliliklerini doğrudan deneyim, diğer insanları gözleme ya da başkalarının yorumlarını dinleme yoluyla geliştirebilirler (Akt. Pekmezci, 2010).

Öfke, bireyin planları, istek ve ihtiyaçları engellendiğinde haksızlık, adaletsizlik ve kendi benliğine yönelik bir tehdit algıladığında yaşanan temel duygulardan biridir (Kısaç, 1997). Kişinin haksızlığa uğradığını düşünmesi, engellenmesi, toplumun

acıması, kaçırılan fırsatlar, yalnızlık hissi, saygısızlık, vb. durumlar bireylerin öfkelenmesine neden olabilir (Sonuç, 2012). Ancak her birey farklıdır ve farklı duygulanımı vardır. Tüm bireyler yaşanan olay ve durumlar karşısında aynı tepkiyi vermezler. Bir birey aynı konuya bazen öfkelenirken bazen öfkelenmeyebilir. Öfke oluştuğunda duygularımızda, düşüncelerimizde, davranışlarımızda, fizyolojik tepkilerimizde ve iletişim şeklimizde her zamankinden farklı durumlar ortaya çıkabilir (Akt. Sonuç, 2012).

Yurt içinde öz-yeterlilik ve öfke ile ilgili ayrı ayrı ele alınan pek çok araştırmaya rastlanmıştır. Bunlara örnek olarak Yılmaz ve Tuzgöl-Dost (2015); Bedel ve Arı (2011); Bayrı ve Kelleci (2009); Tambağ ve Öz, (2005); Balkaya ve Şahin, (2003); Durak Batıgün, (2002); Bolat-Karataş, (2002); Baygöl, (1997); Tuzgöl, (1998)'in öfke ile ilgili araştırmaları, Baltaoğlu, Sucuoğlu ve Yurdabakan, (2015); Uysal ve Kösemen, (2013); Telef, (2013); Çorbacı ve Girli, (2012)'nin öz-yeterlilik ile ilgili araştırmaları verilebilir. Alanyazında öz-yeterlilik ve öfkenin bir arada yer aldığı araştırmaların kısıtlı olduğu dikkati çekmiştir. Üniversite öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Düzeyleri ile Sürekli Öfke ve Öfke İfade Biçimlerinin incelendiği Esen ve Çelikkale'ye (2008) ait bir çalışmaya rastlanmış engelliler ile ilgili bu yönde araştırmaya ise rastlanmamıştır.

Son yıllarda ülkemizde hükümet politikaları ile engellilerin yasal ve sosyal haklarına yönelik gelişmeler yaşanmaktadır. Ancak engellilerle ilgili atılan olumlu adımlara rağmen bu gelişmelerin yeterli düzeyde olmadığı, daha çok yol kat edilmesi gerektiği bilinmektedir. Engellilerin bedensel, zihinsel, ruhsal sıkıntılarının yanı sıra erişilebilirlik sorunları nedeniyle eğitim, sağlık, istihdam vb. konularda olumsuzluk ve zorluklarla karşılaşması bir işi başarma ve hedefe ulaşabilme açısından yetersizlik hissetmelerine, yaşadıkları engellenme ve zorlanma sonucunda yoğun öfke duymasına neden olabilmektedir. Engelli bir birey için en önemli zorluk, toplum içerisinde kendisine “engelli bir kişi” olarak basmakalıp bir anlayışla bakılması ve o şekilde kabul edilmesidir. Bir birey çevresi ve toplum tarafından kabul gördüğü zaman hayatta birçok sorunla daha kolay başa çıkabilmektedir. Ülkemizde son yıllarda getirilen yasal ve sosyal haklar ışığında engelli bireylerin öz-yeterlilik inanç düzeylerinin ne yönde etkilendiği ve öz-yeterlilik ile öfke düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığı merak edildiğinden bu araştırmanın yapılma gereği duyulmuştur.

### **Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı, doğuştan ya da sonradan farklı nedenlerle hayatını engelli olarak sürdüren bireylerin, öz-yeterlilik ve öfke düzeyleri arasında ilişki olup olmadığını tespit etmek, ayrıca engelli bireylerin öz-yeterlilik ve öfke düzeylerinin yaş, cinsiyet, engel durumu, engel derecesi, eğitim durumu, medeni durum, ekonomik durum ve meslek gibi değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir.

Bu araştırmanın problem cümleleri şöyledir:

1. Engelli bireylerin öz-yeterlilik düzeyi nasıldır?
2. Engelli bireylerin öfke düzeyi nasıldır?
3. Engelli bireylerin “Öz-yeterlilik” düzeyleri yaş, cinsiyet, engel durumu, engel derecesi, eğitim durumu, medeni durum, ekonomik durum ve mesleğine göre farklılaşmakta mıdır?
4. Engelli bireylerin “Öfke” düzeyleri yaş, cinsiyet, engel durumu, engel derecesi, eğitim durumu, medeni durum, ekonomik durum ve mesleğine göre farklılaşmakta mıdır?
5. Engelli bireylerin öz-yeterlilik ile öfke düzeyi arasında bir ilişki var mıdır?

### **Araştırmanın Önemi**

İnsanlar günlük yaşamda birçok durumla karşı karşıya kalır. Hayat her zaman doğru ve sorunsuz bir şekilde ilerlemez. Hayatın içinde insanda sevinç ve mutluluk uyandıran durumlar ve duygular olduğu gibi, bireyin hüznü, üzüntü, mutsuzluk, vb. gibi olumsuz duygular içinde olmasına neden olan olgular meydana gelebilmektedir. İnsanların yaşamında var olan her türlü zorlanmalar kimi bireyin özgüvenini azaltıp yetersiz hissetmesine neden olabilirken, kimi bireyin özgüvenini arttırabilir, kimi insanın stres, öfke, depresyon gibi tepkiler göstermesine neden olabilirken, kimi insanı motive edebilir. Bilindiği gibi engelli bireyler günümüz koşullarında bedensel, zihinsel, ruhsal birçok sorunla mücadele etmektedir.

Araştırmadan elde edilecek verilerle, engelli bireylerin öz-yeterlilik ve öfke düzeylerinin ne seviyede olduğu konusuna ışık tutması hedeflenmektedir. Engelli

bireyin cinsiyet, yaş, engel durumu, engel derecesi, eğitim durumu, medeni durum, ekonomik durum ve meslek gibi demografik bilgilere göre öz-yeterlilik ve öfke düzeylerinin nasıl etkilendiğini tespit etmek önem arz etmektedir. Engelli bireyleri kendi bakış açısından anlamak, kendini nasıl gördüğüne ilişkin bilgi edinmek suretiyle engelliler alanında geliştirilebilecek çalışmalara ve bu alanda hizmet veren kurum ve kuruluşlara bilimsel olarak faydalı olacağı düşünülmektedir. Bu çalışmada elde edilecek verilerin literatüre önemli katkılar sunacağı düşünülmektedir.

### **Sınırlılıklar**

Araştırmanın sınırlılıkları şu şekilde belirlenmiştir;

- 1- Bu araştırmadaki engelliler; ortopedik, görme, işitme ve süregen engelliler ile sınırlıdır. Zihinsel engelliler çalışmanın dışında tutulmuştur.
- 2- Bu araştırma; “Genel Öz-yeterlilik İnanç Ölçeği (GÖYİÖ)”, “Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği(SÖ-ÖTÖ)” ve öğrenilmek istenilen değişkenlerin sorularıyla sınırlıdır.
- 3-Bu araştırmaya katılan engelliler İstanbul iliyle sınırlıdır.

### **Tanımlar**

*Engelli - Özürlü:* 5378 Sayılı Özürlüler Kanunu'nun 3.Maddesi, a bendine göre Özürlü/Engelli; doğuştan veya sonradan herhangi bir hastalık veya kaza sonucu bedensel, zihinsel, ruhsal, duyuşal, sosyal yetilerini çeşitli derecelerde kaybetmesi nedeniyle toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük gereksinimlerini karşılama güçlükleri olan ve korunma, bakım, rehabilitasyon, danışmanlık ve destek hizmetlerine ihtiyaç duyan kişilerdir.

*Öz-yeterlilik:* Bandura'ya (1997) göre, “Bireyin, belli bir performansı göstermek için gerekli etkinlikleri organize edip, başarılı olarak yapma kapasitesi hakkında kendine ilişkin yargısı” olarak tanımlanmaktadır (Akt. Aşkar ve Umay, 2001).

*Öfke:* Doyurulmamış isteklere, istenmeyen sonuçlara ve karşılanmayan beklentilere verilen, son derece doğal, evrensel ve insani duygusal bir tepkidir (Akt. Kaya ve diğerleri, 2012).

## BÖLÜM I: KURAMSAL ÇERÇEVE

### 1.1. Kuramsal Çerçeve

#### 1.1.1. Engellilik İle İlgili Tanımlar ve Açıklamalar

Engellilik konusunda alanda çalışanlar ve çalışma yapanlar arasında kavram kargaşasına neden olan “engelli”, “sakat”, “özürlü” kavramları çok fazla tartışılmaktadır. Türk Dil Kurumu’nun yayınladığı Türkçe Sözlükte özürlü; “özürlü olan, kusuru olan, defolu, engelli” olarak açıklanırken Engelli de; “engeli olan, mâniyalı, vücudunda eksik veya kusuru olan” şeklinde açıklanmıştır. Aynı sözlükte “sakat kelimesi” de “vücudunda hasta veya eksik bir yanı olan, bozuk veya eksik bir yanı olan, engelli, özürlü” olarak açıklanmıştır. Ancak anlam farklılıklarına rağmen tüm tanımlar aynı kavramı anlatmak üzere kullanılmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü’ne (WHO) göre Engelli; “Bedensel, zihinsel ve ruhsal özelliklerinden belirli bir oranda ve sürekli olarak fonksiyon ve görüntü kaybına neden olan organ yokluğu veya bozukluğu sonucu kişinin normal yaşam gereklerine uyamama durumudur. Bu durumdaki kişiye engelli denilmektedir” (Mutluer, 1997: 10).

Özürlüler Kanunu’nda Engelli “Doğuştan veya sonradan herhangi bir nedenle bedensel, zihinsel, ruhsal, duysal veya sosyal yeteneklerini çeşitli derecelerde kaybetmesi nedeniyle toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük gereksinimlerini karşılama güçlükleri olan ve korunma, bakım, rehabilitasyon, danışmanlık ve destek hizmetlerine ihtiyaç duyan kişi” olarak tanımlanmıştır (Engelli ve Yaşlı Hizmetleri, 2015).

Engelliler, görme, işitme, dil ve konuşma bozuklukları, ortopedik, zihinsel ve süreğen engelli olmak üzere altı grupta sınıflandırılmıştır (DİE, 2009: 5). Araştırmamızda görme, işitme, ortopedik ve süreğen engelliler değerlendirilmiş, dil ve konuşma bozuklukları ile zihinsel engelliler araştırma kapsamı dışında tutulmuştur. Bu altı grup şu şekildedir;

a) *Görme Engelliler:* Görme engelli “Tek veya iki gözünde tam veya kısmî görme kaybı veya bozukluğu olan kişi, görme kaybıyla birlikte göz protezi kullananlar, renk

körlüğü, gece körlüğü (tavukkarası) olanlar bu gruba girer” şeklinde tanımlanmaktadır (DİE, 2009: 10).

*b) İşitme Engelliler:* İşitme engelli “Tek veya iki kulağında tam veya kısmî işitme kaybı olan kişi, işitme cihazı kullananlar da bu gruba girmektedir” şeklinde tanımlanmaktadır (DİE, 2009: 10).

*c) Konuşma Engelliler:* Genel olarak “Herhangi bir nedenle konuşamayan veya konuşmanın hızında, akıcılığında, ifadesinde bozukluk olan ve ses bozukluğu olan kişiye” konuşma engelli denilebilir. İşittiği halde konuşamayan, gırtlığı alınanlar, konuşmak için alet kullananlar, kekemeler, afazi, dil-dudak-damak-çene yapısında bozukluk olanlar bu gruba girmektedir (DİE, 2009: 10).

*d) Ortopedik Engelliler:* Genel anlamda “Kas ve iskelet sisteminde yetersizlik, eksiklik ve fonksiyon kaybı olan kişi” ortopedik engelli kabul edilmektedir. El, kol, ayak, bacak, parmak ve omurgalarında, kısalık, eksiklik, fazlalık, yokluk, hareket kısıtlılığı, şekil bozukluğu, kas güçsüzlüğü, kemik hastalığı olanlar, felçliler, serebral palsi, spastikler ve spina bifida olanlar bu gruba girmektedir (DİE, 2009: 10).

*e) Zihinsel Engelliler:* Çeşitli derecelerde zihinsel yetersizliği olan kişidir. Zekâ geriliği olanlar (mental retardasyon), Down Sendromu, Fenilketonüri (zekâ geriliğine yol açmışsa) bu gruba girer (DİE, 2009: 10).

*f) Süreğen Engelliler:* Kişinin çalışma kapasitesi ve fonksiyonlarının engellenmesine neden olan, sürekli bakım ve tedavi gerektiren hastalıklardır (Kan hastalıkları, kalp-damar hastalıkları, solunum sistemi hastalıkları, sindirim sistemi hastalıkları, idrar yolları ve üreme organı hastalıkları, cilt ve deri hastalıkları, kanserler, endokrin ve metabolik hastalıklar, ruhsal davranış bozuklukları, sinir sistemi hastalıkları, HIV) (DİE, 2009: 10).

### **1.1.1.1. Engellilerin Günümüz Koşullarına Bakış**

Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı verilerine göre, Türkiye'de nüfusun % 12.29'unun engelli olduğu belirtilmektedir (DİE, 2009: 5). Bu da toplam nüfus hesaba katıldığında yaklaşık 8.5 milyon insan demektir. Devlet İstatistik Enstitüsü ve Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı işbirliği ile yapılan “Özürlüler Araştırması” bu alanda yapılan önemli çalışmalardan biridir. Ülkemizde engellilerin hayat şartlarını iyileştirmek, hak ve özgürlüklerden tam ve eşit bir şekilde yararlanmalarını sağlamak amacıyla mevzuat değişiklikleri, sözleşmeler, kanunlar ve çeşitli düzenlemeler yapılmaktadır. 5378 sayılı Engelliler Kanunu'nun kendisi ve uygulanmasına ilişkin mevzuat ile birlikte bir Engelliler Hukuku oluşturulmuştur. Türkiye Engellilerin Haklarına İlişkin BM Sözleşmesini 30.03.2007 tarihinde ilk imzalayan ülkeler arasında yer almıştır. Eğitim, istihdam, sağlık vb. insan olmanın gereği olan her konu kanuna dayandırılarak engellilerin sosyal yaşam içinde yer almasını sağlayacak tedbirler alınmaya çalışılmaktadır.

### **1.1.1.2. Engellilerin Karşılaştıkları Problemler**

Engelliler toplumun her kesiminin yararlandığı imkânlardan yeterince yararlanamamaktadır. Engellilerin sosyalleşmesini engelleyen bir takım etmenler vardır. Özel ve kamusal alanların erişilebilir olmaması, caddelerin, sokakların, yolların engellilere uygun bir şekilde düzenlenmemesi nedeniyle pek çok engelli, eğitim, sağlık, rehabilitasyon ve istihdam gibi olanaklardan yararlanamamaktadır. İnsana herhangi bir yaşam standardı getirmeyen tek tip insan tipine gören yapılan düzenlemeler “engelli” diye ötekileştirdiğimiz bir grup insanın sistem dışına itilmesine neden olmaktadır. Tüm bu düzenlemelerin engelli hakkı değil bir insan hakkı olduğu göz ardı edilerek yapılan düzenlemelerin abartılarak sunulmasına neden olan yerel ve ulusal söylemler yaşamımızda önemli bir yer tutmaktadır. Ayrıca toplum kaynaklı sorunlar ve engelli bireyin kendinden kaynaklanan sorunlar da onların sosyalleşmelerini engelleyen diğer etmenlerdir. Bu noktada bu sorunlara kısaca temas etmek yerinde olacaktır:

a) *Eğitim:* DİE'nin yaptığı araştırmada ortopedik, görme, işitme, konuşma ve zihinsel engellilerde okuma yazma bilmeyenlerin oranı kentte % 36.33, kırdaki % 43.44 olarak tespit edilmiştir (DİE, 2009: 8). Ülkemizde toplumun tüm kesimini kapsayacak şekilde



eğitim politikalarının oluşturulması büyük önem arz etmektedir. Eğitim kurumlarının engellilerin ulaşabileceği şekilde rampa, asansör vb. düzenlemelerle engellinin erişebilmesine uygun hale getirilmesi, engel gruplarına göre müfredat ve eğitim materyallerinin oluşturulması, engelliye hizmet verecek meslek elemanlarının engellinin gereksinimlerini anlayacak yönde eğitilmesi, yetişkin engellilerin eğitim alabilmesine yönelik kolaylaştırıcı tedbirlerin alınması gibi düzenlemelerle Eğitim hayatını planlamak gerekmektedir.

*b) Sağlık ve Rehabilitasyon:* Engelli bireyler, engelli olmayan bireylere göre daha fazla sağlık sorunu yaşamakla beraber kimi zaman yaşamını sürdürmek üzere destekleyici materyallere ihtiyaç duymaktadır. Bu nedenle engelli bireylerin sağlık harcamaları engelli olmayan bireye göre daha fazla olmaktadır. Engelli birey çoğu zaman ekonomik yoksunluk ve erişilebilirlik sorunları nedeniyle sağlık ve rehabilitasyon hizmetlerinden yararlanamamakta, bedensel, zihinsel ve ruhsal olarak iyilik haline kavuşmamaktadır.

*c) İstihdam:* Engellilerin toplumla bütünleşmesinin önündeki en önemli sorunlarından biri istihdam içerisinde yeterince yer alamamasıdır. Özürlüler Araştırması verilerine göre kurum ve kuruluşlardan parasal destek bekleyenlerin oranı %61,2'dir. Özürlüler Araştırması verilerine göre ortopedik, görme, işitme, dil ve konuşma ile zihinsel engellilerde sosyal güvenliğe sahip olanların oranı %47.55 iken, süreğen hastalığı olanlarda %63.67'dir (DİE, 2009: 16). Ülkemizde mevzuatta yaşanan değişikliklerle tüm vatandaşların GSS (Genel Sağlık Sigortası) sisteminde yer almasına karşın genelde engellilerin ve süreğen hastalığa sahip olanların bakım ve tedavilerinin hem sürekli olması hem de maliyetlerinin yüksek olması nedeniyle istihdam içerisinde yer alamayan engelli ve ailesi her geçen gün yoksullaşmakla karşı karşıya kalmaktadır.

*d) Ulaşım, Fiziksel evre ve Konut:* Engellilerin sosyalleşmelerinin önündeki en şiddetli sorun; fiziksel evre, ulaşım ve binaların tüm insanları kapsayacak şekilde düzenlenmemiş olmasıdır. Hatta modern bir şekilde düzenlendiği iddia edilen yerleşim merkezlerinde bile engellilerin ulaşılabilirliklerinin hesap edilmediğini söylemek mümkündür (Seyyar, 2006: 22). Yollar, kaldırımlar, kamu binaları, parklar ve bahçeler, okullar, içinde yaşanılan konutlar, ulaşım araçları ve bunun gibi daha birçok fiziksel

çevre unsuru, engellilerin topluma katılmasının önünde ciddi birer engel oluşturmaktadır. Sosyal yaşamın her yönden erişilebilir olması ile engelli bireylerin yaşadığı tüm sorunların nispeten azalacağı kanaati taşınmaktadır. Bu nedenle ülkemizde erişilebilirlikle ilgili getirilen yasal düzenlemelerin yürürlüğe konması ve takibinin yapılması önemli bir yer tutmaktadır.

e) *Toplum Kaynaklı Sorunlar:* Engellilerin toplumla bütünleşmelerinin önündeki sorunlardan biri de toplumun engelli bireylere karşı tavır ve tutumlarıdır. Bu tutumların başında da sosyal dışlanmışlık ve ayrımcılık gelmektedir. Birleşmiş Milletler İnsan Hakları Evrensel Beyanamesi 2.Maddesinde“Herkes, ırk, renk, cinsiyet, dil, din, siyasal veya başka bir görüş, ulusal veya sosyal köken, mülkiyet, doğuş veya herhangi başka bir ayırım gözetmeksizin bu Bildirge ile ilan olunan bütün haklardan ve bütün özgürlüklerden yararlanabilir” denmektedir. Ayrıca yine aynı bildirgenin 7.Maddesinde ise “Herkesin yasa önünde eşit ve ayırım gözetilmeksizin yasanın korunmasından eşit olarak yararlanma hakkına sahip olduğu” belirtilmektedir. Engellilerin yaşadığı dışlanmışlık ve ayrımcılıkla ilgili toplumu bilinçlendirmek üzere çeşitli düzenlemeler yapılmaktadır. 1994 yılında Birleşmiş Milletler’in Ortak Bildirisi’nde Toplum Temelli Rehabilitasyon’dan söz edilmekte “Tüm engelli bireylerin rehabilitasyonu, eşit haklardan yararlanması ve sosyal hayata uyum sağlaması için toplumun bilinçlendirilmesini sağlayacak bir strateji” olarak tanımlanmaktadır. Çalışmaların hedefi; toplumdaki engelli bireylerin yaşadıkları toplum içinde ve günlük yaşamda bağımsız, aktif ve üretken kişiler haline gelmelerini kolaylaştırmaktır. Toplumun bu konuda bilinçlendirilmesi, bütün engelli bireylerin toplumla kaynaşmasına, fırsat eşitliğine ve topluma kazandırılmasına yönelik bir çalışma olarak kabul edilmiştir (Bölükbaşı, 2004).

f) *Engelli Bireyin Kendinden Kaynaklanan Sorunlar:* Toplumun engellinin gereksinimlerinin bir insanlık sorunu olduğunu yeterince fark edememesinin yanı sıra engelli birey de çoğu zaman kendi yeterliliklerinin farkında olmadan yaşamını sürdürmektedir. Araştırmalar, engelli bireylerin kabul ve uyum aşamasına geçtikten sonra yapabileceği gayreti içerisinde olmaları halinde sanat, spor, eğitim vb. alanlarda ne kadar başarılı olduğunu göstermektedir (Yılmaz, Şentürk ve Ramazanoğlu, 2014).

Sonuç olarak engellilerin erişilebilirlik, eğitim, istihdam, fiziksel çevre, toplum ve kendinden kaynaklanan sorunları vardır. Son yıllarda gerçekleşen yasal ve sosyal düzenlemelerle engellilerin sorunlarının çözülmesi yolunda oldukça iyi bir mesafe alınmıştır. Ancak daha alınacak çok yol vardır. Dünya Sağlık Örgütü tarafından geliştirilen ve dünyada pek çok ülkede yıllardır uygulanan toplum temelli rehabilitasyon yaklaşımı ile engellilerin toplum hayatına eşit bireyler olarak katılmaları kolaylaşacaktır.

### **1.1.2. Öz-yeterlilik İle İlgili Tanımlar ve Açıklamalar**

Öz-yeterlilik, ilk defa Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramı'nda vurgulanan önemli kavramlardan biridir. Bandura'ya (1997) göre, Öz-yeterlilik İnancı, "Bireylerin belli bir performansı göstermek için gerekli etkinlikleri organize edip, başarılı olarak yapma kapasitelerine ilişkin inancı" olarak tanımlanmaktadır (Senemoğlu, 2009). Sosyal öğrenme kuramına göre bireylerin yaptıkları eylemlerin arkasındaki en temel güdüsel yapı öz-yeterlilik inançlarıdır. Öz-yeterlilik, bireyin kendine duyduğu güvendir ve zamanla, deneyimler aracılığıyla, yaşam döngüsü içinde gelişen bir inançtır (Bandura, 1994; Çubukçu ve Girmen, 2007; Cantürk ve diğerleri, 2007). Bir başka görüşe göre ise öz-yeterlilik, bireylerin kendileri için bir amaç belirlemelerini, bu amaçlara ulaşmak için ne kadar çaba göstereceklerini, amaçlarına ulaşmak için karşılaştıkları zorluklara ne kadar süre dayanabileceklerini ve başarısızlık yaşarlarsa, bu başarısızlık karşısındaki tepkilerini etkilemektedir (Akkoyunlu ve diğerleri, 2005).

Bandura (1977, 1986, 1987), insan işlevselliğini etkileyen faktörlerin pek çoğunun merkezine öz-yeterlilik inançları ve algılarını yerleştirmiştir. Böylece kendilerini yetenekli olarak algılayan bireylerin, hem işlerinde çaba sarf etmelerinin hem de yerine getirdikleri görev ve etkinliklerde daha başarılı olmaları mümkündür (Akt. Öncü, 2012).

Öz-yeterlilik algı düzeyinin doğru kavranması, bireylerin kendi yetenek ve bilgi düzeyleriyle gerçekleştirebilecekleri davranış, eylem ve hareketleri doğru olarak belirlemesini sağlamaya yardımcı olacaktır. Öz-yeterlilik inancı düşük olan bireyler yapmak üzere hareket ettikleri davranış ve eylemlerin, algı düzeyinde zor olduğuna

inanabilmektedir. Bu tür bir algı da; stres düzeyini arttırmakta, bireylerin ilgili sorunu en iyi şekilde çözebilmelerini sağlayacak bakış açılarını daraltabilmektedir (Pössel ve diğerleri, 2005, Akt. Karadağ ve diğerleri, 2009).

#### **1.1.2.1. Öz-yeterliliğin Önemi**

Öz-yeterlilik inançları bireyin bir etkinlik için ne kadar çok çaba göstereceğini, güçlüklerle karşılaştığında ne kadar dirençli ve sabırlı olacağını belirlemede yardımcı olur. Bandura'ya (1977) göre, düşük öz-yeterliğe sahip bireyler bir işi olduğundan daha güç olarak görebilirler, daha streslidirler ve karşılaşılan sorunların nasıl çözülebileceğine ilişkin sınırlı bir bakış açısına sahiptirler. Tersine yüksek öz-yeterlilik inancına sahip olan bireyler güç iş ve etkinliklere karşı daha olumlu bir bakış açısına sahiptirler ve sorunlara daha soğukkanlı yaklaşırlar (Ekinci, 2015).

Öz-yeterlilik, davranışı başlatan (Bandura, 1997; Akt.Kotaman,2008), güdülenmeyi ve devamlılığı artırıcı (Bouffard-Bouchard, 1990; Multon, Brown, Lent, 1991; Akt. Kotaman, 2008) böylece performansın sergilenmesini ve artırılmasını sağlayan bir rol oynar. Aynı zamanda öz-yeterlilik inancı, beceri, kabiliyet ve bilgi gibi diğer değişkenlere aracılık ederek ve onları bağdaştırarak bu değişkenlerin etkin bir şekilde bir arada işlemelerini sağlar (Pajares ve Miller, 1994; Teti ve Gelfand, 1991; Akt. Kotaman, 2008). Bu nedenlerden dolayı, öz-yeterlilik yeni bir becerinin kazanılmasında ya da yeni bir öğrenmenin gerçekleşmesinde ve daha sonra bu yeni becerinin ya da öğrenimin uygulamaya konmasında kritik bir işlev görmektedir (Kotaman, 2008).

Bireyin gerçekleştirmek istediği eylemle ilgili; ihtiyaç duyulan becerinin farkında olma, bir eylemi planlama, örgütleme, yaşamlarını etkileyen kararlarda etkin davranma becerilerine, alternatifler içinden seçim yapabilme yeterliliğine, zorlukların üstesinden gelme, başarısız olduğu konularda yeni güdülenme düzeyi oluşturma, bir sorunla karşılaştığında, sorunun çözümüne yönelik çaba ve ısrar içerisinde olma “Bu durumda bu görevi gerçekleştirebilir miyim?” sorusunun cevabıyla ilgilenen öz yeterlilik inançları; insanların nasıl düşündüklerini, hissettiklerini, kendilerini nasıl motive ettiklerini ve davranış biçimlerini etkiler (Bandura, 1982; Bandura, 1989:1176; Bandura, 1994; Bandura, 1997, 1999:46; Elibol, 2007; Aksoy ve Diken, 2009; Karadağ

ve ark., 2009; Pekmezci, 2010; Yıldırım ve İlhan, 2010; Yardımcı ve Başbakkal, 2011). Bu bağlamda öz yeterlilik inancı; bireyin üstlendiği görevi başarıyla tamamlayabilmesi için, kişisel güdülenmenin kendi kendine düzenlenmesinde hayâfî bir önem taşımakta ve bilişsel, güdusel, duygusal ve karar süreçlerini düzenlemeye yardımcı olmaktadır (Bandura, 2001, 2002; Karademir, 2010).

Öz-yeterliliğin yüksek olması; stres, anksiyete, depresyon, çaresizlik, kötümserlik, umutsuzluk ve olumsuz düşüncelere yol açan etkenleri kontrol altına almada ve bu etkenlere karşı baş edebilmede önemli rol oynadığını gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Bandura, 1982, 1989: 1176, 1997, 1999: 51-52, Akyol, 2003; Yiğitbaş ve Yetkin, 2003; Sergek ve Sertbaş, 2006; Ünal Keskin ve Orgun, 2006; Özata, 2007; Zengin, 2007; Aksoy ve Diken, 2009; Erkuş ve Günlü, 2009:12; Karadağ ve ark., 2009; Pekmezci, 2010; Yıldırım ve İlhan, 2010; Onay ve ark., 2011).

#### **1.1.2.2. Öz-yeterliliğin Kaynakları**

Bandura (1977, 1986) kişilerin öz-yeterlilik duygularının dört kaynaktan beslendiğini belirtmiştir (Kotaman, 2008; Karademir, 2010; Pekmezci, 2010). Bunlar;

- a) Başarılı deneyimler,
- b) Vekâleten deneyimler,
- b) Sözel ikna,
- c) Fizyolojik ve duygusal durumdur.

*a) Başarılı Deneyimler:* Bu dört kaynak arasında öz-yeterlilik gelişimi üzerinde en etkili olanı başarılı deneyimlerdir. Bir görevle ilgili tekrar eden başarılar, kişinin o göreve ilişkin öz-yeterlilik inancının kuvvetlenmesini sağlar. Buna karşın, aynı görevle ilgili başarısızlıklar, o görevle ilgili öz-yeterliliği zayıflatır. Fakat başarısızlık, tekrarlanan başarılar sonucu yerleşmiş güçlü bir öz-yeterlilik inancını etkilemeyebilir. Örneğin; matematik dersinden sürekli yüksek notlar alan bir öğrenci, sadece bir kez düşük not aldığı için matematik dersiyle ilgili öz-yeterlilik inancını kaybetmez (Kotaman, 2008; Zengin, 2007; Akgül, 2008; Karademir, 2010; Pekmezci, 2010; Yıldırım ve İlhan, 2010).

*b) Vekâleten Deneyimler:* Vekâleten deneyimler, bir başka önemli öz-yeterlilik kaynağıdır. Her ne kadar bu kaynak, başarılı deneyimlerden daha az etkili olsa da, başkalarının görev performansını gözlemek, gözleyenin öz-yeterliliğinin artmasında etkili olabilir. Gözlemciler, modelin davranışı, ödüllendiriliyorsa, model davranışa benzer davranışta bulunmak isterler. Diğer yandan, eğer modelin davranışı cezalandırılıyorsa, gözlemcilerin o davranışta bulunma olasılığı düşüktür. Modeller, gözleyenlerin belli bir davranışı güdülenmelerini arttırıcı ya da azaltıcı etkide bulunabilirler (Kotaman, 2008). Modelin süreklilik, yaş, görev konusundaki uzmanlık derecesi gibi özellikleri ve gözlemcinin özellikleri, gözlemcinin öz-yeterliliği üzerinde etkili olabilir (Kotaman, 2008; Karademir, 2010; Pekmezci, 2010; Yıldırım ve İlhan, 2010).

*c) Sözel İkna:* Sözel ikna, öz-yeterliliği geliştirmek için kullanılan üçüncü yoldur. Sözel ikna, kişinin görevle ilgili sergilediği performansa ilişkin diğer insanların, kişinin o görevi başarı ile tamamlayabileceğine dair verdikleri geri bildirimleri içermektedir. Olumlu ikna edici geribildirim, öz-yeterliliği yükseltebilir fakat eğer kişi görevinde sürekli başarısız oluyorsa bu yükselme geçici olacaktır (Kotaman, 2008; Karademir, 2010; Yıldırım ve İlhan, 2010).

*d) Fizyolojik ve Duygusal Durum:* Bandura (1997), bireylerin, fizyolojik ve duygusal algılarından yola çıkarak da öz-yeterliliklerini değerlendirebileceklerini belirtmiştir. Burada öz-yeterliliğe etki eden unsur, kişinin fizyolojik ve duygusal algısını nasıl yorumladığıdır. Örneğin; sınav öncesi veya önemli bir iş yapmadan önce terleyen ve kalbi hızlı atan bir kişi, bu fizyolojik tepkilerinin aşırı sınav stresine veya yapılan işe bağlı olduğunu, fizyolojik tepkilerin konuyla ilgili yetersizliğinin neden olduğunu düşünürse, konuya dair öz-yeterlilik inancı düşecektir. Fakat kişi aynı fizyolojik tepkileri hava sıcaklığına veya sınava yetişmek için çabuk hareket etmiş olmasına bağlarsa, öz-yeterliliği etkilenmeyecektir. Bireyin bu gibi duygular üzerindeki eksik ya da yanlış değerlendirmelerini azaltarak olumsuz duyguları gidermesi ve olumlu duygular geliştirmesi öz-yeterlilik inancını güçlendirirken, olumsuz duygular da bu inancın zayıflamasına sebebiyet vermektedir (Kotaman, 2008; Senemoğlu, 2002; Akkoyunlu ve Orhan, 2003; De Young, 2003; Zengin, 2007; Basım ve ark., 2009;

Karademir, 2010; Pekmezci, 2010; Yıldırım ve İlhan, 2010). Fizyolojik ve duygusal tepkilerin yorumlanması güç olduğundan, öz-yeterliliği etkilemek için bu alana müdahale etmek zordur (Kotaman, 2008).

### 1.1.2.3. Öz-yeterlilik İnancının Güçlendirilmesi

Öz-yeterlilik inancının kişisel bir takım çabalarla güçlendirileceğine inanılan uygulamalar bulunmaktadır (Yardımcı ve Başbakkal, 2011; Zengin, 2007; Akatay, 2008; Coşansu, 2010; Pekmezci, 2010). Bunlar;

- a) Öz düşüncenin geliştirilmesi,
- b) Güdümlü üstünlük sağlanması,
- c) Modelleme yapılması,
- d) Hedef oluşturulması ve sosyal teşvik sağlanması,
- e) Psikolojik ve fiziksel durumun güçlendirilmesi.

*a) Öz Düşüncenin Geliştirilmesi:* Zihinde yapıcı ve olumlu davranışların ortaya çıkmasına yardımcı olacak başarı imgelemleri yoluyla daha güçlü bir öz düşünce geliştirilebilir (Bandura, 1993; Akt. Özteke, 2011).

*b) Güdümlü Üstünlük Sağlanması:* Bir davranışın ödüllendirilmesi, sözle cesaretlendirilmesi, basitten karmaşığa doğru görevler üstlenmesi, başarılı olunan alanlara daha fazla yönelme isteği ve başarmak için daha fazla çaba sağlamaktadır.

*c) Hedef Oluşturulması ve Sosyal Teşvik Sağlanması:* Kişiler arası iletişim içinde olan bireyler, yakın iletişimde buldukları bireylerin olumlu yönlerini ve başarılarını teşvik ederek, karşılıklı bir öz yeterlilik gelişimi sağlayabilecekleri gibi; önceden belirledikleri hedefler sayesinde amaçlarını belirleyerek kişisel öz yeterliliklerine de olumlu katkıda bulunabilirler. Özellikle lider ya da etkin pozisyonda yer alan bireylerin birlikte gerek iş gerekse dostluk, arkadaşlık, akrabalık v.b. bağlar ile birlikte olduğu bireylere cesaret verme ve teşvik etmeleri özgüven ve öz yeterlilik inançlarını geliştirmelerinde onlara rehberlik edecektir (Zengin, 2007; Baltacı, 2008; Coşansu, 2010; Pekmezci, 2010; Yardımcı ve Başbakkal, 2011).

d) *Modelleme Yapılması*: Modelleme tekniği, bireyin başkalarının başarılı deneyimlerini kendisine model almasına dayanır. Bu yöntemle birey, bir iş ya da görevi başarıyla yerine getiren başka bir bireyi gözlemleyerek örnek alır. Genellikle bu tekniği, hemen hemen tüm bireyler bilinç dışı geliştirdikleri bir öğrenme süreci ile gerçekleştirmektedir. Bireyin bu yönde farkındalık seviyesi ne kadar yüksek ise o oranda öz-yeterlilik algısına katkı sağlayacaktır (Bandura, 1994; Pekmezci, 2010).

e) *Psikolojik ve Fiziksel Durumun Güçlendirilmesi*: Bireyin bir eyleme giriştiğinde deneyimlediği heyecan, korku, stres, ağrı, acı, özgüven kaybı vb. psikolojik ve fiziksel durumuna ilişkin yanlış ya da eksik değerlendirmelerini azaltması, olumsuz duyguları üzerine bireysel öz yargılarını azaltmasını sağlayacağı gibi, olumlu duygular geliştirmesini ve öz yeterlilik inancını güçlendirmesini sağlayacaktır (Bandura, 1997, 1999; Senemoğlu, 2002; Akkoyunlu ve Orhan, 2003; Zengin, 2007; Basım ve ark., 2009; Karademir, 2010; Pekmezci, 2010; Yıldırım ve İlhan, 2010).

#### **1.1.2.4. Öz-yeterlilik İle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar**

a) *Sosyal Öğrenme Kuramı*: Sosyal öğrenme kuramına göre, insanlar edilgin olarak kendi denetimleri dışında gerçekleşen durumlarla değil, daha çok kendi eylemlerini düzenleyerek kendilerini şekillendirmektedirler. Bireyin kendisine hedef koymasında, bu hedefi gerçekleştirmek için gerekli olan çevreyi kontrol altına almasında öz-yeterlilik algısı önemli bir araçtır (Bıkmaz, 2004). Öz-yeterlilik bireyin gelecekte karşılaşılabileceği güç durumların üstesinden gelmede ne derecede başarılı olabileceğine ilişkin kendi hakkındaki yargısı, inancıdır (Senemoğlu ve diğerleri, 2009).

Bandura (1977, 1986, 1987), insan işlevselliğini etkileyen faktörlerin pek çoğunun merkezine öz-yeterlilik inançları ve algılarını yerleştirmiştir. Böylece kendilerini yetenekli olarak algılayan bireylerin, hem işlerinde çaba sarf etmelerinin hem de yerine getirdikleri görev ve etkinliklerde daha başarılı olmaları mümkündür (Akt.Öncü, 2012).

b) *Öz-yeterlilik Kuramı*: Öz-yeterlilik kuramı Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramı temel alınarak Schunk (1991) tarafından geliştirilmiştir. Schunk'a göre bir işin başlangıçtaki yeterlilik duyguları daha çok genel yetenek ve ön deneyimlerin etkisindedir.



Daha sonra bir iş yapılırken verilen dönütler, öz-yeterlik üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir (Akt. Açıköz, 2000).

### **1.1.3. Öfke ile İlgili Tanımlar ve Açıklamalar**

Türk Dil Kurumu Sözlüğü'nde öfke, “Engellenme, incinme ya da gözdağı karşısında gösterilen saldırganlık tepkisi, kızgınlık, hışım, hiddet, gazap” olarak tanımlanmıştır.

Psikoloji sözlüğünde ise öfke kavramı, “engellenme, saldırıya uğrama, tehdit edilme, yoksun bırakma, kısıtlama vb. gibi durumlarda hissedilen ve genellikle neden olan şeye ya da kişiye yönelik su ya da bu biçimde saldırgan davranışlarla sonuçlanabilen oldukça yoğun olumsuz bir duygu” olarak ifade edilmektedir (Budak, 2000).

Duygular, bireylerin günlük yaşantısında nasıl hareket edecekleri, ne yönde karar verecekleri, diğer bireylerle hangi düzeyde iletişimde bulunacakları konusunda önemli bir belirleyici niteliğindedir (Çeçen, 2002). Duygu ve heyecanları sınıflandırmak çok kolay olmasa da korku, kızgınlık, neşe, hüzn, yakınlık, nefret, umut ve hayret temel duygular olarak önerilmiştir. Duyguların olumlu-olumsuz ve kuvvetli-zayıf duygular olarak boyutlandırılabilceği belirtilmiştir (Cüceloğlu, 1991).

Genellikle olumsuz bir duygu olarak ele alınan öfke; kızgınlık, şiddet, saldırganlık, zorbalık gibi kavramlarla ilişkilendirilmektedir. Öfke düzeyi ve ifade biçimi bu duyguyu yaşayan kişinin kendisi ve iletişim kurduğu kişiler açısından sorun olabilmektedir. Öfkenin fizyolojik, bilişsel ve davranışsal boyutları bulunmaktadır (Kısaç,1997; Soykan, 2003).

Öfke ve diğer duygular arasında son derece karmaşık bir ilişki bulunmaktadır. Öfkenin anksiyete, suçluluk, depresyon, bağımlılık ve cinsellikle ilgisi olduğu ifade edilmektedir (Akt.Soykan, 2003). Soykan'a (2003) göre kırılma, alınma, gücenme, anlaşılmama, reddedilme, engellenme, korku, kaygı, hayal kırıklığı, yalnızlık gibi acı veren duygular temel duygular; kızgınlık, öfke gibi duygular ise daha çok ikincil duygulardır. Öfke ve kızgınlık bireyin temel duygularına ikincil olarak oluşmaktadır ve bu durumun birey tarafından anlaşılması önemlidir.

Duyguların bastırılması ya da dışa vurulması çeşitli birey ve kültürlerle göre değişir. Örneğin çocukların öfke ya da sevgi duygularını dışa vurmaları, bazı toplumlar ya da ailelerce hoş karşılanmamaktadır. İçe atılan duygular ise ortadan kalkmazlar. Biçim değiştirerek dolaylı yollardan ifade edilirler (Serin ve Genç, 2011).

Köknel'de öfkeden bahsederken yine kültüre atıfta bulunmaktadır. Köknel'e (2000) göre öfke, engellenme ve korku gibi hoş olmayan durumlar karşısında ortaya çıkan duygulanım ve coşku durumlarından biridir. Öfke, insanlar için yaşanması doğal bir duygudur. Buna rağmen, birçok insanın öfkeleri yüzünden başları derde girmekte ve bir dizi problemle karşı karşıya kalmaktadırlar. Bunun sonucu olarak, biraz da sahip olunan kültürel yapının etkisiyle, birçok kişi öfkelenmekten korkar veya öfkelerini göstermek istemezler. Oysa öfkenin bastırılması, var olan enerjinin içe döndürülmesidir ve bu da bireyin kendisine ve çevresine zarar vermesi anlamına gelir (Köknel, 2000).

Golden'e (2003) göre bireyler, ailelerinden, akranlarından, arkadaşlarından, öğretmenlerinden vb. toplumdaki ve çevresindeki diğer kişilerden öfke ile ilgili çeşitli mesajlar alır (Akt. Saçar, 2007). Genel olarak öfke, doyurulmamış isteklere, istenmeyen sonuçlara ve karşılanmayan beklentilere verilen duygusal bir tepkidir. Diğer duygular gibi son derece doğal, evrensel ve sağlıklı ifade edildiğinde yapıcı ve kişiler arası iletişimi düzenleyici bir duygudur. Bununla beraber öfke kontrol edilemediğinde hem birey hem de toplum üzerinde inanılmaz yıkıcı bir etki gösterir (Akt. Soykan, 2003).

Öfkeye verilen tepki, bilinçli olup olmadığı, bir güç sağlayıp sağlamadığı, tepkimizi bastırıp bastırmadığına göre değişir. Öfkemiz bir şekilde azalsa ve bilinçaltına itilse de yok olmaz. Öfke içeren fiziksel tepki, içsel konuşma ve duyguların dramatik etkileşimi her şeyden önce gelir ve biz geçmiş deneyimlerimize dayanarak tepki veririz(Saçar, 2007).

Kısaç'a (1997) göre ise öfke yaşantısında ve öfkenin ifade edilmesinde etkili olan çeşitli boyutlar veya unsurlar bulunmaktadır. Bunlar; fiziksel ve fizyolojik boyut, sosyal ve bilişsel boyut ile davranış ve tepki boyutu şeklinde üç grup altında toplanabilir.

a) *Öfkenin Fiziksel ve Fizyolojik Boyutu:* Bireyin herhangi bir engellenme ya da öfke uyandıran bir durum ile karşılaştığında bedeninde oluşan fizyolojik ve fiziksel değişikliklerle ilgili boyuttur (Kısaç, 1997).

b) *Öfkenin Sosyal ve Bilişsel Boyutu:* Bu boyut bireyin öfke algısındaki sosyal ve bilişsel etkenlerle ilgilidir. Bireylerin öfke, korku, tedirginlik gibi duygularının nedeni, olayın kendisiyle ilgili olmaktan çok, bireylerin bu olaylarla ilgili takındıkları kavramsal gözlükler ya da zihinlerindeki sembollerdir. Yani, o olayla ilgili olarak yerleşmiş inanç, yorum ve değerlendirme kalıpları ve bunlardan türetilen düşüncelerdir (Özer, 1994b).

c) *Öfkenin Davranışsal ve Tepkisel Boyutu:* Algılanan ve yaşanan öfke karşısında bireyler, sahip oldukları bilişsel yapılarına ve uyarıcının türüne göre çeşitli tepkiler ortaya koyarlar (Kısaç, 1997). Öfke açıkça ve doğrudan gözlenebilen sözel ve davranışsal belirtiler yoluyla gösterilebileceği gibi, yine davranışsal ya da sözel olarak, doğrudan olmayan yollarla da ifade edilebilir (Soykan, 2003). Tokat atma, tekme atma, vurma, yüksek sesle konuşma, küfür etme ya da tehdit etme, aşırı eleştirel olma, hata arama, tartışmacı ve saldırgan bir tavır içinde olma, isim takma, suçlama, alay etme, dedikodu yapma, şüphencilik, önyargıyla yaklaşma, gibi açıkça, kışının başkalarını incitmeyi ya da çevreye zarar vermeyi istediğini gösteren sözel ve fiziksel tacizler genellikle öfkenin doğrudan görülebilen belirti ve işaretler olarak tanımlanabilmektedir (Madlow, 1972; Akt. Soykan, 2003). Başkalarından uzak durma ve onlarla iş birliğini reddetme, sessizlik, unutkanlık, psikosomatik hastalıklar, depresyon ve suçluluk duyguları, kazaya yatkınlık, işbirliğine karşı direnç bağımlılık davranışları, aşırı alttan alma, çekingen davranma, ağlama, şiddete ve suça yönelik fanteziler içinde bulunma, yoğun bir rahatsızlık ve stres altında olma duygusu, mutsuzluk ve gerginlik, güceniklik ve ruhsal acı çekme duygularının varlığı gibi belirtiler ise öfkenin dolaylı olarak ifadesini içeren belirti ve işaretlerdir (Madlovv 1972; Hankıns 1993; Akt. Soykan, 2003).

Özer (1994) ise öfke duygusunu ifade ediliş açısından içe atma, dışa yöneltme ve kontrol etme şeklinde sınıflandırmaktadır. İçe atma, öfkeyi baskı altında tutmayı ve ifade etmemeyi içerirken; dışa yöneltme vurma, nesnelere zarar verme gibi fiziksel

olarak ortaya konulduğu gibi küfür, hakaret, eleştiri gibi sözel yollarla da ifade edilmektedir. Öfkenin kontrol edilmesi, bireyin başkalarıyla olan ilişkilerinde genelde sabırlı, soğukkanlı, hoşgörülü, anlayışlı davranması ve çoğu zaman öfkesini kontrol etme ve sakinleşme eğilimi içinde olmasıdır (Özer, 1994b).

Bazı bireyler öfkesini bastırır veya kontrol ederken bazısı da dışa vurmaya tercih eder. İnsanlar genelde hoşlanmadıkları kişilere daha yoğun öfkelenirken, en yakınlarına ise daha çok öfkelenirler (Kısaç, 1997). Bireyler günlük hayatta öfke uyandıracak çeşitli uyarılara maruz kalmaktadır. Birey, kontrol edemediği, karşı koyamadığı, fiziksel veya sosyal güçlerin (basınçların) etkilerine her an açıktır ve kendisinin katkısı olmaksızın belirgin duygusal tepkiler gösterir. Yani, duygusal tepkilerin nedeni, bireyin yüz yüze geldiği olaylardır (Özer, 1994b).

Engelleyici bir durumla karşılaşan bireylerden bazıları öfkelerini o anda sergilerken, bazıları o durum sona erdikten sonra öfkelerini fark edebilir veya bu duyguyu bastırabilirler (Geçtan, 1995).

Hem biyolojik açıklamalara hem de psiko-sosyal yaklaşıma dayalı olarak yapılan birçok araştırmada öfke ve saldırganlık ilişkisine dikkat çekilmiştir. Bununla birlikte Anderson'a göre, öfke ve saldırganlık arasında bir ilişki olmakla birlikte ikisinin birbirlerinden ayrılmaları gerektiği belirtilmektedir. Ona göre öfke geçici bir duygu hali, saldırganlık ise bir başka kişiye veya eşyaya zarar verme girişimidir (Akt. Şahin 2002).

Balkaya ve Şahin, 2003'e göre ise öfkenin ifade biçimlerinden birisi, belki de en önemlisi saldırganlık olarak görülmektedir (Balkaya ve Şahin, 2003). Alinyazındaki birçok araştırma, bireylerin saldırganlık göstermelerinde öfkenin önemli bir değişken olduğunu bildirmektedir (Kesen, Deniz ve Durmuşoğlu, 2007; Karataş, 2008; Yavuzer ve Karataş, 2012). Saldırganlık ve öfke ile ilgili yapılan bu araştırmaların çoğu ergenlik dönemine odaklanmakla birlikte engelli bireylere yönelik yapılmış çok fazla araştırmaya rastlanmamıştır.

Saçar'a (2007) göre öfke duygusu ve tepkisi psikolojik, fizyolojik ve de patolojik olarak tam olarak tanımlanamamıştır.

Öfkeyi daha iyi anlayabilmek için kısaca öfke nedir ve ne değildir diye bakacak olursak (Soykan, 2003);

*Öfke nedir?*

- Öfke, son derece normal ve yaşamın sürdürülmesi için gerekli bir duygudur.
- Öfke, duygusal bir tepkidir.
- Öfke, uyarıcı bir işarettir.
- Öfke, kişiyi tehditlere karşı uyarır ve kendisini korumasına olanak sağlar.
- Öfke, yeni öğrenmeler için bir motivasyon kaynağıdır.
- Öfke, sınırlandırılabilirdiği sürece sağlıklıdır ve işe yarar.
- Öfke, kontrol edilmediğinde kişinin kendisi ve çevresi için zararlı olabilir.
- Öfkenin sağlıklı ve işe yarar olabilmesi için inkâr edilmemesi, bastırılmaması ve öncelikle kabul edilmesi, tanınması ve kontrollü bir biçimde ifade edilebilmesi gerekir.

*Öfke ne değildir?*

- Öfke, bir problem çözme aracı değildir.
- Öfke, Öfke bir öç alma veya intikam yolu değildir.
- Öfke başkalarını suçlama biçimi değildir.
- Öfke, şiddet göstermeye veya suç işlemek için bir neden değildir.
- Öfke, başkalarını kontrol etme yolu değildir.
- Öfke, kontrol edilmediğinde kişinin kendisi ve çevresi için zararlı olabilir.
- Öfke bir haklı olma yolu değildir.

### **1.1.3.1. Öfke İle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar**

Farklı psikolojik yaklaşımlar öfke konusunu farklı noktaları odak alarak ele almışlardır. Bu bölümde temel yaklaşımlardan Biyolojik Yaklaşım, Davranışçı Yaklaşım, Bilişsel Davranışçı Yaklaşım, Gestalt Yaklaşımı, Sosyal Öğrenme Yaklaşımı ve Varoluşçu Yaklaşımın değerlendirmelerine yer verilmiştir.

a) *Biyolojik Yaklaşım:* 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 (Akt. Koçak, 2008).

Biyolojik kurama göre insanda, saldırgan davranışlar ve bunlarla ilişkili acı, kaygı, kızgınlık, öfke, kin gibi duyguların oluşmasında rol oynayan biyokimyasal yapılar ve işlevler vardır. Bu yapılar merkezi sinir sistemi tarafından yönlendirilirler ve hormonların etkinliğiyle işlerler. Bu yapı içerisinde, otonom sinir sistemini harekete geçirecek bir durum ortaya çıktığında öfke yaşantısı başlar. Biyolojik yapıyla duyguları açıklayan James Lange kuramı, öfke yaşantısının oluşumuna ışık tutmaktadır. (Akt. Köknel, 2000). Lorenz (1966), insanın genetik miras olarak kavga içgüdüsüne sahip olduğunu belirtir (Akt. Cüceloğlu, 1991).

*b) Davranışçı Yaklaşım:* Davranışçı kuram öfkeyi engellenme ve saldırganlık ile birlikte ele alır. Bu yaklaşıma göre saldırganlık her zaman engellenme durumuna bağlı olarak ortaya çıkar. Engellenme “Bireyin doyum sağlayıcı, amaçlı davranışlarına ulaşmasının bölünmesi şeklinde tanımlanır. 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 (Akt. Koçak, 2008).

*c) Bilişsel Davranışçı Yaklaşım:* Bilişsel davranışçı yaklaşıma göre öfke, biliş ve davranışın karşılıklı olarak etkilendiği, bilişsel kökenli duygusal durum olarak tanımlanmaktadır (Balkaya, 2001).

UYARICI → OLAY → BİLİŞSEL YAPI → DUYGU → DAVRANIŞ → ETKİ

Engel ⇒ Düşman ⇒ Öfke ⇒ Isırma ⇒ Vurma ⇒ Yok etme

Beck'e (1979) göre, bireylerde öfkeye neden olabilecek durumlar iki şekilde öfkeyi ortaya çıkarırlar (Akt. Avcı, 2009);

*1. Öfkenin ortaya çıkmasına doğrudan etkide bulunan etmenler:* Bireyin hoş olmayan fiziksel saldırı, eleştiri, engellenme, reddedilme vb. yaşantılarla yüzleşmesi ve bu

yaşantılarda rol alan asıl uyarıcının, bireyde hoş olmayan bir yaşantıya yol açması veya kendi haklarına doğrudan saldırı olarak nitelendirdiği sınırlamalar, engellenmeler öfkenin ortaya çıkmasında etkili olmaktadır. Örneğin, genç bir kişinin fiziksel bir saldırıya uğraması, bireyin sevgilisi tarafından reddedilmesi vb. verilebilir (Akt. Avcı, 2009).

2. *Öfkenin ortaya çıkmasına dolaylı yoldan etkide bulunan etmenler:* Bireye başkaları tarafından yöneltilen olumsuz davranış nedeniyle kişinin kendi benlik değerinin düştüğünü algılaması öfkeyi ortaya çıkaran etkenlerden biri olarak görülür. Bireye yöneltilen bu davranışların anlamlandırılması, bireyin bu durumları kendisine bir saldırı olarak algılayıp algılamamasına bağlıdır. Beck' in (1979) söz ettiği bu dolaylı etki durumlarına örnek olarak; kız arkadaşının başka bir erkekle neşeli bir biçimde sohbet ettiğini gören bir gencin hissettiklerinin öfkeye dönüşmesi verilebilir (Akt. Şahin, 1997).

d) *Gestalt Yaklaşımı:* Gestalt yaklaşımı, bireylerin, farkındalık kazanması, bitirilmemiş işlerini bitirmesi ve sorumluluk alabilmesi temeline dayalıdır (Voltan-Acar, 2004). Gestalt kuramına göre, duygulardan çok onların yaşanması önemlidir. Şekil zeminden çıktığı halde çözümlenmemişse, bireylerin, küskünlük, öfke, nefret ve suçluluk gibi açığa vurulmamış duygularında açığa çıkan bitirilmemiş işleri kalmış demektir. Bu duygular, tam bir farkındalık içinde yaşanmadığından, arka planda gizlenirler ve kişinin kendisi veya başkalarıyla etkin bir biçimde ilişki kurmasını engelleyen biçimlerde şimdiki yaşama taşınırlar. Bitmemiş işler, bireyin açıklayamadığı duygularıyla yüzleşip, bu duygularıyla baş edemediği ana kadar varlıklarını sürdürürler (Akt. Koçak, 2008).

e) *Sosyal Öğrenme Yaklaşımı:* Sosyal öğrenme yaklaşımına göre öfke davranışları, model alma, taklit, özdeşleşme ve pekiştirmeler ile öğrenilen tepkilerdir. Çocuklar, küçüklükten itibaren anne ve babasını gözlemleyerek, onlardan davranışlarıyla ilgili geribildirimler alarak toplumca doğru bulunan davranışları tekrar etmeyi ve benimsemeyi öğrenirler. Toplumca onay gören davranışları özümseyen çocuk, öfkesini sağlıklı bir biçimde ifade etmeyi başaramazsa, yoğun öfke duygularını hep taşır ve içsel çatışmalarını çözmek için saldırgan davranışlara yönelebilir (Köknel, 2000). Bandura,

çocukların başkalarının davranışlarını gözleyerek, taklit ederek ve model alarak öğrendiklerini belirtmektedir. Bandura'ya (1977) göre çocuklar, anne babalarının çocuk bakma, çim biçme, yemek yeme, konuşma, yürüme, giyinme biçimlerini yansıtan, davranışlarını taklit eden taklitçilerdir. Ancak bu taklit, otomatik olarak gerçekleşmez. Çocuklar taklit edecekleri davranışlar konusunda seçicidirler ve gözledikleri her davranışı taklit etmezler. Taklidin yapılıp yapılmayacağını çocuğun kişiliği, geçmiş yaşantıları, modelle olan ilişkisi ve içinde bulunduğu durum belirlemektedir. Ayrıca çocuğun sahip olduğu bilişsel beceriler de gözlem yoluyla öğrenmede önemli bir rol oynamaktadır. Çünkü çocukların modelin davranışlarını hatırlayıp taklit etmeleri amacıyla yeterince tekrarlayabilmeleri için etkin bilişsel stratejiler kullanmaları gerekmektedir (İnanç, Bilgin ve Atıcı, 2005).

*f) Varoluşçu Yaklaşım:* Varoluşçular öfkeyi insanın kendisini çaresiz ve güçsüz hissetmesine ve hayatın anlamsızlığına bir cevap olarak açıklamaktadırlar Örneğin; doğal bir afet sonucu ailesinin bütün fertlerini kaybetmiş olan bir kişi öfke duyar. Kişinin duyduğu bu öfke, depreme ve ölüme karşı çaresiz kalmanın bir sonucudur (Ankay, 2002).

#### **1.1.4. İlgili Araştırmalar**

##### **1.1.4.1. Öz-yeterlilik İle İlgili Araştırmalar**

Engellilerde Öz-yeterlilik üzerine oldukça az literatüre rastlanmıştır. Genel olarak üniversite öğrencilerine yönelik olarak öz-yeterlilik üzerine araştırmalar yapılmıştır.

Baltaoğlu, Sucuoğlu ve Yurdabakan (2015), aynı üniversitede öğrenim görmekte olan öğretmen adaylarının öz-yeterlilik ve başarı/başarısızlık yüklemelerini betimlemek ve yıllara göre değişimini karşılaştırmalı olarak ele almak amacıyla bir araştırma yapmıştır. Çalışma için veriler Öğretmen Öz-yeterlilik ve Başarı/başarısızlık Yüklemeleri Ölçekleriyle örnekleme yer alan gruplardan iki yıl arayla (2. ve 4. sınıf, n=296) toplanmıştır. Yapılan analizlerin sonucunda, öğretmen adaylarının 2. sınıftan 4. sınıfa öz-yeterlilik algılarının yükseldiği, başarı ve başarısızlık yüklemelerinin ise düştüğü, son sınıf öğrencilerinin öğretmenlik öz-yeterlilik algılarının daha olumlu olduğu ayrıca, söz



konusu farkların cinsiyete göre değişmediği fakat öğretmen adaylarının devam etmiş oldukları bölümlerine göre anlamlı farklılıklar gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır.

Gül ve Adıgüzel (2015), Sağlık Kurumları Yöneticiliği lisans bölümünde eğitim gören öğrencilerin öz yeterlilik düzeylerini incelemek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmanın evrenini Afyon Kocatepe Üniversitesine bağlı Afyon Sağlık Yüksek Okulu bünyesinde bulunan tüm Sağlık Kurumları Yöneticiliği öğrencileri oluşturmuştur. Araştırma Kasım-Aralık 2014 tarihleri arasında 316 öğrenciye anket uygulanarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın veri toplama aşamasında, Sherer ve arkadaşları (1982) tarafından geliştirilen ve Gözüm ve Aksayan (1999) tarafından Türkçe'ye çevrilip güvenilirlik ve geçerlik çalışması yapılan "Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği" kullanılmıştır. Verilere göre, ölçeğin güvenilirlik katsayısı (Cronbach Alpha) .81 olarak bulunmuş ve veriler tek yönlü ANOVA, bağımsız gruplar için t-testi kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, öğrencilerin öz yeterlilik ölçeği puan ortalaması  $85.68 \pm 11.21$  bulunarak iyi seviyede olduğu, Sağlık Kurumları Yöneticiliği lisans bölümünü isteyerek seçen öğrencilerin Genel öz-yeterlilik ortalamasının daha yüksek olduğu, ailesi ilçe merkezinde bulunan öğrencilerin davranışa başlama ve genel öz yeterlilik puan ortalamaları daha yüksek olduğu, öğrencilerin ailelerinin yapısı ve babalarının eğitim düzeyi öz-yeterlilik inançlarında farklılık oluşturmazken, annesi üniversite mezunu olan öğrencilerin davranışı tamamlama öz yeterlilik inancı daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet, medeni durum, kardeş sayısı, sınıf düzeyine göre öz-yeterlilik puan ortalamasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Ayık, Savaş ve Yücel (2015), ilkokullarda görev yapan okul müdürlerinin genel öz yeterlilik inançları ile örgütsel bağlılıkları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmanın örneklemini, basit rastlantısal örnekleme tekniği ile seçilen Erzurum il merkezinde bulunan ilkokullarda görevli 101 okul müdürü oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak, Genel Öz yeterlik Ölçeği ve Üç Boyutlu Örgütsel Bağlılık Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde standart sapma, ortalama, Pearson Momentler Çarpım korelasyonu ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre, okul müdürlerinin genel öz yeterlik ile örgütsel

bağlılıkları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Regresyon analizi sonuçlarına göre, genel öz yeterliğin yetenek ve güven boyutu, örgütsel bağlılığın normatif bağlılık boyutunu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamıştır.

Uysal, ve Kösemen, (2013), öğretmen adaylarının genel öz-yeterlik inançlarını yaş, cinsiyet, sınıf ve bölüm değişkenleri açısından incelemek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Tarama modelinin kullanıldığı bu çalışmada, araştırma grubunu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim görmekte olan 117 öğretmen adayı oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak “Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ)” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda öğretmen adaylarının genel öz-yeterlilik inançlarının cinsiyet, yaş, sınıf ve bölüm değişkenleri açısından anlamlı şekilde farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Telef (2013), engelli çocuğa sahip ebeveynlerin öz-yeterlikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla betimsel yöntemle dayanan bir araştırma yapmıştır. Araştırmanın çalışma grubu, 2010–2011 eğitim öğretim yılında özel eğitim desteğine gereksinim duyan çeşitli engellere sahip 165 öğrenci velisinden oluşmaktadır. Ebeveynlerin %63,6’sı (n= 105) anne, %36,4’ü (n= 60) babadır. Araştırma verileri “Ebeveyn Öz-yeterlik Ölçeği” ve “Kısa Semptom Envanteri” ile toplanmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde bağımsız örneklem için t-testi, Anova ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, ebeveyn öz-yeterliği ile psikolojik belirtiler arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu saptanmış, ebeveynlerin öz-yeterlikleri arttıkça psikolojik belirtilerin azaldığı sonucuna varılmıştır.

Çorbacı Serin ve Girli (2012), Zihinsel engelli ergenlerin, sosyal beceri düzeyleri ve davranış problemleri ile ebeveynlerinin genel öz yeterlilik algı düzeylerini karşılaştırılarak incelemek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırma grubu, 161 öğrenci ve 59’u baba, 126’sı anne olmak üzere 185 ebeveyninden oluşmaktadır. Araştırmada, “Öğrenci-Ebeveyn Bilgi Formu”, öğrencilerin okul içi sosyal yeterlilik düzeyleri ve problem davranışlarını ölçmek için, “Okul Sosyal Davranış Ölçekleri

(OSDÖ)” ile ebeveynlerin genel öz-yeterlilik algılarını ölçmek için “Genel Öz Yeterlilik Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, zihinsel engelli ergenlerin sosyal beceri düzeyleri ile ebeveynlerinin genel öz yeterlilikleri arasında pozitif yönlü; zihinsel engelli ergenlerin davranış problemleri ile ebeveynlerinin genel öz yeterlilikleri arasında ise negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır.

Uysal (2013), akademisyenlerin genel öz-yeterlilik inançlarını akademik ünvan, cinsiyet ve bölüm değişkenlerine göre incelemek amacıyla bir araştırma yapmıştır. İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı bu çalışmada, araştırma grubunu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesinde görev yapan 80 akademisyen oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Shwarzer ve Jerusalem (1995) tarafından geliştirilen ve Aypay (2010) tarafından Türk kültürüne uyarlanan Genel Öz Yeterlilik Ölçeği (GÖYÖ) kullanılmıştır. Nicel veriler 2012–2013 öğretim yılı güz döneminde toplanmıştır. Verilerin analizinde bağımsız örneklem için t testi ve Kruskal Wallis H-Testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda akademisyenlerin Genel Öz-yeterlilik inancının cinsiyet, bölüm ve ünvan değişkenleri açısından farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Çelik ve Çevik (2010), işsiz gençlerin bilgisayar öz-yeterlilik algılarını belirlemek, cinsiyet, bilgisayara sahip olma durumu ve bilgisayar kullanım sıklığı gibi değişkenlere göre bu algılarının farklılık gösterip göstermediğini incelemek üzere bir araştırma yapmıştır. Çalışmanın örneklemini, 2009-2010 öğretim yılında Siirt Üniversitesinde düzenlenen temel bilgisayar eğitimi kursuna katılan 58 işsiz genç oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak; Aşkar ve Umay (2001) tarafından geliştirilmiş “Bilgisayar Öz-yeterlilik Algısı Ölçeği” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, Gençlerin bilgisayar öz-yeterlilik algılarının genel olarak yüksek olduğu, erkek kursiyerlerin bilgisayar öz-yeterlilik algılarının bayanlara göre daha yüksek olduğu, ancak bu farkın anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca bilgisayar kullanma sıklıklarına göre her gün sürekli bilgisayar kullananların diğerlerine göre bilgisayar öz-yeterlilik algılarının daha yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Sergek ve Sertbaş (2006), tanımlayıcı nitelikte yapmış olduğu araştırmayı, hemşirelerin öz-etkililik-yeterlilik düzeyi ile sosyo-demografik özellikleri arasında ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla yapmıştır. Araştırma 22 Aralık 2003 – 09 Ocak 2004’de Gaziantep SSK Bölge Hastanesinde 140 hemşirenin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından oluşturulmuş “Sosyo-Demografik Anket Formu” ve “Öz-Etkililik-Yeterlilik Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmaya katılan hemşirelerin %77,9’unun yaşı 18-30 arasında, % 22,1’inin yaşı 31 yaş ve üzerinde bulunmuştur. %50,7’sinin sağlık meslek lisesi, %43,6’sının önlisans, % 5,7’sinin lisans mezunu oldukları belirlenmiştir. Hemşirelerin %60’ının mesleklerini isteyerek seçtikleri, %40’ının ise isteyerek seçmediği, %73,6’sının mesleklerini sevdiğikleri %27,4’ünün mesleklerini sevmedikleri belirlenmiştir. Hemşirelerin sosyo-demografik özellikleri ile öz-etkililik-yeterlilik düzeyleri arasında anlamlı fark saptanmamıştır ( $p>0,05$ ). Hemşirelerin genel olarak öz-etkililik-yeterlilik düzeyi yüksek ( $93.78 \pm 10,51$ ) bulunmuştur.

#### **1.1.4.2. Öfke İle İlgili Araştırmalar**

İlgili literatür tarandığında öfke ile ilgili yapılan birçok betimsel çalışmaya rastlanmıştır. Ancak engelliler ile ilgili yapılan araştırmaya çok fazla rastlanmamıştır. Yapılan bu çalışmalardan bazıları aşağıda verilmiştir.

Yılmaz ve Tuzgöl-Dost (2015), polislerin kişilerarası problem çözme becerilerinin ve sürekli öfke-öfke ifade tarzlarının cinsiyet, rütbe, hizmet süresi, mezun olunan okul ve benlik saygısı değişkenlerine göre incelenmesi amacıyla betimsel bir çalışma yapmıştır. Araştırmada polislerin kişilerarası problem çözme becerilerini belirlemek amacıyla Çam ve Tümkaya (2007) tarafından geliştirilen Kişilerarası Problem Çözme Envanteri, sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını belirlemek amacıyla Spielberger (1983) tarafından geliştirilen ve Özer (1994) tarafından uyarlanan Sürekli Öfke/Öfke İfade Tarzı Ölçeği, Benlik Saygısı düzeylerini belirlemek amacıyla ise Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ve uyarlaması Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği-Kısa Formu ve diğer bağımsız değişkenleri belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmada çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) kullanılmış, Tukey ve Tamhane çoklu

karşılaştırma testlerinden yararlanılmıştır. Ayrıca bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerinde ne derece etkili olduğunu gösteren etki büyüklüğü (eta kare) değerleri incelenmiştir. Sonuç olarak, polislerin kişilerarası problem çözme becerilerinin cinsiyete, rütbeye, mezun olunan okul değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği; hizmet süresi ve benlik saygısı düzeyine göre anlamlı olarak farklı olduğu belirlenmiştir. Ayrıca araştırma sonucunda polislerin sürekli öfke/öfke ifade tarzlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği; rütbe, hizmet süresi, mezun olunan okul ve benlik saygısı değişkenlerine göre ise anlamlı olarak farklılaştığı saptanmıştır.

Baltacı ve Demir (2012), Sınıf öğretmeni adaylarının duygusal zekâları ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelendiği ilişkiyel tarama modeli ile bir araştırma yapmıştır. Araştırmaya Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği anabilim dalı birinci ve dördüncü sınıfa devam eden, 189’u kız ve 153’ü erkek toplam 342 öğrenci katılmıştır. Araştırmada ölçümler için, “Öfke İfade Tarzı Ölçeği” ile “Bar-On Duygusal Zeka Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada, duygusal zekanın empati ve bağımsızlık hariç tüm alt boyutları ile içe yönelik öfke arasında negatif anlamlı korelasyon bulunmuştur. Duygusal zekanın; dürtü kontrolü, stres toleransı, esneklik, gerçeklik, sosyal sorumluluk ve empati alt boyutları ile dışa yönelik öfke arasında negatif; bağımsızlık ve kendine güven alt boyutları ile pozitif anlamlı korelasyon bulunmuştur. Ayrıca, kendine güven ve bağımsızlık dışındaki duygusal zeka alt boyutları ile öfke denetimi arasında pozitif anlamlı korelasyon bulunmuştur. Sonuç olarak, sınıf öğretmeni adaylarının duygusal zeka becerilerinin, öfke ifade tarzlarının anlamlı yordayıcısı olduğu bulunmuştur.

Sonuç (2012), Zihinsel Engellilerde Sporun Öfke Düzeyi üzerine etkisinin incelenmesi amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmaya 2011-2012 Eğitim Döneminde Özel Eğitim alan 10-19 yaşları arasındaki 25 eğitilebilir zihinsel engelli birey katılmıştır. Katılımcılara “Kişisel Bilgi Formu” ve “Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği” uygulanarak sporun öfke düzeyi üzerine etkisi incelenmiştir. Analizin ilk aşamasında, “Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği”nden elde edilen verilere ait betimsel istatistikler incelenmiştir. Ön-test ve son-test puanları arasındaki farklılığın anlamlılığını

sınamak için de bağımlı gruplar için t-testi kullanılmıştır. Sonuç olarak zihinsel engelli bireylerin içe yönelik öfke düzeylerinin Sürekli Öfke İfade Tarzı ölçeğinden aldıkları ön-test ve son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Dışa yönelik öfke düzeylerinin Sürekli Öfke İfade Tarzı ölçeğinden aldıkları ön-test ve son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Zihinsel engelli bireylerin sürekli öfke düzeylerinin sürekli öfke alt ölçeğinden aldıkları ön-test ve son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılığın ön-test lehine bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Düzenli ve sistemli olarak spor yapan zihinsel engelli gençlerin öfkeyi kontrol etme eğiliminde olduğu tespit edilmiştir.

Bedel ve Arı (2011), kişiler arası sorun çözme beceri eğitiminin yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerin yapıcı problem çözme becerilerine ve sürekli öfke düzeylerine etkisini incelemek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmada ön test son test kontrol gruplu deneme deseni kullanılmış olup, deneme grubunda 8, kontrol grubunda ise 15 katılımcı yer almıştır. Verilerin toplanmasında “Kişiler Arası Problem Çözme Envanteri” ve “Sürekli Öfke Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma bulguları, kişiler arası sorun çözme beceri eğitiminin deneme grubunda yer alan ergenlerin yapıcı problem çözme beceri düzeylerinin artmasında, sürekli öfke düzeylerinin azalmasında anlamlı düzeyde etkisinin olduğunu göstermiştir.

Karaca ve Şahin (2011), görme engelli ergenlerin öfke düzeyleri, öfke ifade tarzlarını, cinsiyet, yaş, ebeveyn eğitim durumu gibi bazı değişkenlerle ilişkilerini incelemek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmaya yaşları 11-17 arasında değişen toplam 59 ergen katılmıştır. Araştırmada ölçümler için, “Demografik Bilgi Formu” ile “Öfke İfade Tarzı Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada, Görme engelli ergenlerin sürekli öfke puan ortalamalarının yüksek olduğu, cinsiyete göre erkeklerin sürekli öfke puan ortalamaları ve öfkeyi dışa vurma puan ortalamalarının kızlara göre yüksek olduğu belirlenmiştir. Literatürde görme engelli ergenlerle yapılan benzer bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte, genel ergen grubunda da cinsiyet açısından benzer sonuçlara rastlanmıştır.

Gündoğdu (2010), 9. sınıfa devam eden öğrencilerin cinsiyet ve ailelerinin maddi gelir durumu değişkenleri açısından çatışma çözme, saldırganlık ve öfke düzeylerinin farklılaşp farklılaşmadığını, aynı zamanda çatışma çözme, öfke ve saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki bulunup bulunmadığına dair bir araştırma yapmıştır. Araştırma Ankara ili, Mamak ilçesinde bulunan Abidinpaşa Lisesine devam eden toplam 266 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmada öğrencilerin çatışma çözme, saldırganlık ve öfke düzeyleri ile ilgili veri toplamak için “Çatışma Çözme Davranışını Belirleme Ölçeği (Koruklu, 1998)”, “Saldırganlık Ölçeği (Can, 2002)” ve Özer (1994) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Sürekli Öfke ve Öfke Tarz Ölçeği” kullanılmıştır. Sonuç olarak, öğrencilerin fiziksel saldırganlık, öfke içte, çatışma çözmenin alt boyutu saldırganlık ve problem çözme düzeylerinde cinsiyetleri açısından anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Öğrencilerin toplam, fiziksel, sözel, dolaylı saldırganlık ve öfke düzeylerinde ailelerinin maddi gelir durumları açısından anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Öğrencilerin öfke dışa ve çatışma çözme alt boyutu saldırganlık düzeylerinde ailelerinin maddi gelir durumları açısından önemli farklılıklar bulunmuştur. Ayrıca çatışma çözme, öfke ve saldırganlık arasında pozitif ve negatif yönlerde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Bayrı ve Kelleci (2009), hemşirelerin sürekli öfke düzeyi ve öfke ifade tarzları ile genel sağlık durumları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmanın örneklemini 614 hemşire oluşturmakta, veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu", "Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği" ve "Genel Sağlık Anketi (GSA-28)" kullanılmıştır. Araştırmada istatistiksel analiz olarak yüzdellik dağılım ve korelasyon analizi kullanılmıştır. Sonuç olarak, Hemşirelerin Sürekli Öfke puan ortalamaları orta, Öfke Kontrol puan ortalamaları yükseğe yakın, İçe Atılan Öfke puan ortalamaları orta düzeyin biraz altında, Dışa Vurulan Öfke puan ortalamaları ise orta düzeyde tespit edilmiştir. Hemşirelerin tamamı Genel Sağlık Anketi'ne göre depresyon ve anksiyete bozuklukları açısından risk grubundadır. Hemşirelerin İçe Atılan Öfke puan ortalamaları arttıkça, Dışa Vurulan Öfke puan ortalamaları ile Kontrol Edilen Öfke puan ortalamaları ise azaldıkça Genel Sağlık Anketi'ne göre ruh sağlıkları bozulmaktadır. Sonuç olarak; Hemşirelerin öfkelerini kontrol edebildikleri ancak ruh sağlığı (özellikle depresif bozukluklar ve anksiyete) açısından tamamının riskli grupta olduğu belirlenmiş ve sonuçlar doğrultusunda uygun öneriler getirilmiştir.

Kıran-Esen ve Çelikkaleli (2008), üniversite öğrencilerinin sosyal yetkinlik düzeyleri ile sürekli öfke ve öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla 195 kız, 159 erkek öğrenciden oluşan bir araştırma yapmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak “Sosyal Öz-yeterlik Algısı Ölçeği”; “Sürekli Öfke- Öfke İfade Tarzı Ölçeği” kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, sosyal yetkinlik puanı ile sürekli öfke puanı, öfke içte puanı ve öfke kontrol puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmişken; öfke dışta puanı ile anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Sosyal yetkinlik düzeyi düşük olan öğrencilerin sürekli öfke puanı ve öfke içte puanı, sosyal yetkinlik düzeyleri orta ve yüksek olan gruplara göre daha yüksek bulunmuşken, sosyal yetkinlik düzeyleri açısından öfke dışta puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Sosyal yetkinlik puanı yüksek olan öğrencilerin öfke kontrol puan ortalamaları sosyal yetkinlik puanları düşük olanlara göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Karataş (2008), lise öğrencilerine yönelik öfke ve saldırganlık arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla cinsiyet, istediği okula gidip gitmeme, sınıf düzeyi ve alan türü değişkenleri açısından bir araştırma yapmıştır. Lise 9. 10. ve 11. sınıfa devam eden 260 öğrenciye “Saldırganlık Ölçeği” ve “Sürekli Öfke ve Öfke Tarz Ölçeği” uygulanarak öfke ve saldırganlık arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Sonuç olarak, öğrencilerin fiziksel saldırganlık düzeylerinde cinsiyetleri açısından, öfke düzeylerinde istedikleri okula gidip gitmemeleri açısından, saldırganlık ve öfke düzeylerinde, sınıf düzeyleri açısından anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Dolaylı saldırganlık düzeylerinde ise, alan türü açısından anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ayrıca öfke ve saldırganlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Yöndem ve Bıçak (2008), öğretmen adaylarının bölüm, cinsiyet, yaş, sınıf, yerleşim birimi ve gelir düzeyi değişkenlerine göre öfke düzeylerini ve öfke tarzlarını incelemek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmanın katılımcıları, Eğitim Fakültesi’nin farklı bölümlerinde öğrenim gören 377 1. Sınıf, 336 4. Sınıf olmak üzere toplam 713 öğretmen adayından oluşmaktadır. Katılımcıların yaş aralığı 17-27, yaş ortalaması ise 20,72 (Ss:2,11)’dir. Araştırma verilerinin toplanmasında “Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği (SÖÖTÖ)” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, bölüm ve cinsiyet değişkenleri açısından öfke düzeyi ve öfke tarzlarında anlamlı



farklar olduğu gözlenmiştir. Sınıf, yaş, yaşamını geçirdiği yerleşim birimi ve gelir düzeyine göre ise anlamlı farklılara rastlanmamıştır.

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 fark olmadığını, öfkeyi kontrol etme düzeyiyle arkadaş bağlılığı arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir.

Alan yazına bakıldığında; öfke ile ilgili yapılan çalışmalarda, ilk-orta öğretim düzeyi çocuklar, ergenler ve üniversite öğrencileri ile ilgili çeşitli çalışmalar ortaya konmuştur. Bu çalışmalar değişkenler açısından incelenmiş genelde, cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, ana-baba tutumları, ana-baba eğitim düzeyi ve ailenin gelir düzeyi açısından saldırganlığın ve öfkenin değişip değişmediği ortaya koyulmuştur (Bacıoğlu ve Özdemir 2002; Karataş 2008; Baygöl, 1997; Tuzgöl, 1998; Durak Batıgün, 2002; Bolat-Karataş, 2002; Balkaya ve Şahin, 2003; Tambağ ve Öz, 2005; Saçar, 2007; Karataş, 2008; Yöndem ve Bıçak, 2008). Ancak engellilere yönelik öfke ile ilgili çalışmalara pek yer verilmemiştir (Sonuç, 2012; Karaca ve Şahin, 2011). Bu nedenle bu araştırma, sürekli engellenen, mücadele etmek durumunda olan, toplumsal baskı ile karşı karşıya kalan engellilerin öfke düzeyinin nasıl olduğunu ortaya koymasından önem arz etmektedir.

## BÖLÜM II: YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, çalışma grubu, örneklem, veri toplama araçları ve verilerin çözümlenmesinde kullanılan istatistiksel yöntemler ile ilgili ayrıntılı bilgiler yer almaktadır.

### 2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada engellilerin Öz-yeterlilik ve Öfke düzeylerinin, cinsiyet, yaş, engel durumu, engel oranı, eğitim durumu, medeni durum, ekonomik durum ve meslek gibi değişkenlerle ilişkisini incelemek için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

### 2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul ilindeki 18–55 yaş arasındaki engelli bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, ortopedik, görme, işitme ve süregen engelli seçkisiz olmayan uygun örnekleme yöntemiyle seçilmiş 115 kadın, 100 erkek toplam 215 engelli birey oluşturmaktadır. Seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi, zaman, para ve işgücü açısından var olan sınırlılıklar nedeniyle örneklemin kolay ulaşılabilir ve uygulama yapılabilir birimlerden seçilmesidir. Örneklem, Kasım-Aralık 2015 tarihlerinde, İstanbul ilinde bulunan Bayrampaşa Belediyesi Fizik Tedavi ve Engelliler Rehabilitasyon Merkezi, Türkiye Sakatlar Derneği Aksaray Şubesi, İşitme Engelliler ve Aileleri Derneği Aksaray Şubesi, Şişli İşitme ve Konuşma Engelliler Derneği Mecidiyeköy Şubesi, Altınokta Körler Vakfı Mecidiyeköy Şubesi ve Gözder Görme Engelliler Derneği'nde kayıtlı engellilerden seçilmiştir.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada engellilerle ilgili bilgi edinmeye yönelik araştırmacı tarafından geliştirilmiş “Kişisel Bilgi Formu”, Öz-yeterliliklerini ölçmeye yönelik “Genel Öz Yeterlilik İnanç Ölçeği” ve Öfke Düzeyini incelemeye yönelik “Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği (SÖ-ÖTÖ)” kullanılmıştır.

### 2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu'nda engelli cinsiyet, yaş, engel durumu, engel oranı, eğitim durumu, medeni durum, ekonomik durum ve mesleğe ilişkin bilgiler bulunmaktadır.

### 2.3.2. Genel Öz-yeterlilik İnanç Ölçeği (GÖYİÖ)

Genel Öz Yeterlilik İnanç Ölçeği'nin orijinal formu 23 maddeden oluşmakta olup, Sherer ve arkadaşları (1982) tarafından geliştirilmiştir. Özgün ölçekte iki boyut kullanılmakta olup, bunlar; “Genel Öz Yeterlilik” (açıklanan varyans %26,5, Cronbach alfa=0,86) ve “Sosyal Öz Yeterlilik” (açıklanan varyans %8,5, Cronbach alfa=0,71) şeklindedir. Birinci boyutta yer alan maddeler özel ya da özgül bir davranışı tespitiye yönelik olmadığı için bu faktöre “Genel Öz Yeterlilik” başlığı konulmuştur. “Sosyal Öz Yeterlilik” boyutu ise; sosyal durumlardaki yeterlilik beklentilerini ölçmeye yöneliktir.

Özgün haliyle 14 dereceli olan ölçeğin Sherer ve Adams (1983) tarafından geliştirilen sonraki hali beş dereceli Likert tipi bir ölçeğe çevrilmiştir. Geliştirilmiş çalışmada ölçeğin “Sizi ne kadar tanımlıyor?” sorusuna beş dereceli olarak “hiç” ve “çok iyi” yanıtları arasında değişen (Hiç, Çok az, Yeterince, İyi, Çok iyi) yanıtların verilebildiği Likert formatındaki hali kullanıldı.

GÖYİÖ'de her sorunun puanı 1 ile 5 arasında değişmektedir. Ölçekteki 2., 4., 5., 6., 7., 10., 11., 12., 14., 16. ve 17. sorular (toplam on bir soru) ters puanlanmakta olup; 1., 3., 8., 9., 13. ve 15. sorular (toplam altı soru) düz puanlanmaktadır. Düz puanlamada; Hiç: 1 puan, Çok az: 2 puan, Yeterince: 3 puan, İyi: 4 puan ve Çok iyi: 5 puan alınırken, ters puanlamada; Hiç: 5 puan, Çok az: 4 puan, Yeterince: 3 puan, İyi: 2 puan ve Çok iyi: 1 puan almaktadır. Ölçekte toplam puan 17 ile 85 arasında değişebilmekte, puanın artması Genel Öz Yeterlilik İnanç'ının arttığını göstermektedir

Ölçeğin Türkiye için geçerlilik güvenilirlik çalışması, Yıldırım ve İlhan (2010) tarafından yapılmıştır. Türkçeleştirilen Genel Öz Yeterlilik Ölçeği'ndeki madde sayısı 17'dir.

Türkçeleştirilmiş ölçek;

*Boyut 1:* Başlama (2., 4., 5., 6., 7., 10., 11., 12. ve 17. sorulardan oluşan toplam dokuz madde),

*Boyut 2:* Yılmama (3., 13., 14., 15. ve 16. sorulardan oluşan toplam 5 madde) ve

*Boyut 3:* Sürdürme Çabası/Israr (1., 8. ve 9. sorulardan oluşan toplam üç madde) olarak üç boyuttan oluşmuş olup; birinci boyutun özdeğeri 4,150, açıkladığı varyans %20,2, ikinci boyutun özdeğeri 1,786, açıkladığı varyans %11,9 ve üçüncü boyutun özdeğeri 1,114 ve açıkladığı varyans %9,5 olarak bulundu. Tüm ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach alfa) 0,80 ve ikinci kez ulaşılabilen toplam 236 kişiden elde edilen veriler üzerinden elde edilen test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0,69 olarak bulundu. Çalışmanın Cronbach's alfa güvenilirlik katsayısı; boyutlar için 0,49-0,84 arasında (Başlama: 0,84; Yılmama:0,49; Sürdürme:0,57), total ölçek için 0,83 olarak bulundu (Yıldırım ve İlhan, 2010). Bu çalışmada Genel Öz-yeterlilik İnanç Ölçeğinin Cronbach's Alpha Değeri tüm ölçek için 0,86; Başlama:0,82; Yılmama:0,73; Israr:0,83 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutları şu şekilde açıklanabilir;

*Başlama Boyutu:* Başlama boyutu; zor ve karmaşık işlere, beklenmedik sorunlara karşı bir işe zamanında başlayıp başlayamama durum ve derecesini ölçmektedir. Bu boyutta; 2., 4., 5., 6., 7., 10., 11., 12. ve 17. sorulardan oluşan toplam dokuz madde yer almaktadır. Boyuttaki maddelerin tamamı (dokuz madde) ters puanlanmaktadır. Boyuttan alınan toplam puanın yüksekliği olumlu tutumu ifade etmekte olup, zorluk ya da güçlüklerle karşı işe başlamada öz güvenilirlik inancının yüksekliğini ifade eder (Uyaniker, 2014).

*Yılmama Boyutu:* Yılmama boyutu; bireyin kendine güven derecesini, başarısızlığa karşı tutumunu, mücadele gücünü ve kendi yeteneklerine olan inancını ölçmeye yöneliktir. 3., 13., 14., 15. ve 16. sorulardan oluşan toplam 5 maddeyi içerir. Bu boyutta; 14. ve 16. maddeler ters, 3., 13. ve 15. maddeler düz puanlanmaktadır. Boyuttan alınan toplam puanın yüksekliği olumlu tutumu ifade etmekte olup, bireyin yeteneklerine karşı özgüveninin ve başarısızlığa karşı mücadele gücünün iyi olduğunun göstergesi olarak kabul edilir (Uyaniker, 2014).

*Sürdürme Çabası/Israr Boyutu:* Sürdürme Çabası/Israr boyutunda; bireyin başladığı işi sürdürmede kararlılığı, plan yaparken kendi öz yeterliliğinin farkında olup olmadığı ve istemediği durumlar karşısında iş sürdürme çabası ölçülmeye çalışılmaktadır. Bu boyut; 1., 8. ve 9. sorulardan oluşan toplam üç maddeyi içermekte olup, maddelerin tamamı (toplam üç madde) düz puanlanmaktadır. Boyuttan alınan toplam puanın yüksekliği olumlu tutumu ifade etmekte olup, bireyin başladığı işi sürdürmek konusunda iyi olduğunun bir göstergesidir (Uyaniker, 2014).

### **2.3.3. Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SÖ-ÖTÖ)**

İngilizcedeki özgün ismi “Trait Anger and Anger Expression Scale” olan Durumluk-Sürekli Öfke Ölçeği Spielberger, Jacobs, Russell ve Crane (1983) tarafından geliştirilmiştir. Daha sonra bu araç Öfke İfadesi Ölçeği ile birleştirilerek Durumluk Sürekli Öfke İfadesi Ölçeği adını almıştır (Spielberger, 1988). Geliştirilen Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Ölçekleri, Özer (1994) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Öfkenin yoğunluğu ve bir kişilik özelliği olarak öfkeye yatkınlığa ilişkin bireysel farklılıkları değerlendirmek üzere hazırlanan ölçek, toplam 34 maddeden oluşmaktadır (Özer, 1994a).

Ölçek, kişilerin kendilerini genel olarak nasıl hissettiklerine dayalı olarak cevaplamalarını gerektirecek şekilde düzenlenmiştir. Araştırmada ölçeklerin zihinsel engelli gençlerin annelerine uygulanması konusunda uzman üç ayrı akademisyenin görüşleri ve onayları doğrultusunda ölçekler gözleme dayalı değerlendirilebilmesi için şekillenmiştir. Sürekli Öfke düzeyi, ölçeğin ilk 10 maddesi ile belirlenmektedir. 24 maddelik Öfke İfade Tarzı Ölçeğinde ise İçe Yönelik Öfke, 13, 15, 16, 20, 23, 24, 27, 31. maddelerle, Dışa Yönelik Öfke, 12, 17, 19, 22, 24, 29, 32, 33. maddelerle, Öfke Kontrolü ise 11, 14, 18, 21, 25, 28, 30, 34. Maddelerle belirlenmektedir (Savaşır ve Şahin 1997).

Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği’ndeki maddelerin tümü düzdür. Maddeler öfkenin yokluğundan değil varlığından hareketle ölçülürler. Likert tipi dördümlü derecelendirmeye göre verilen cevaplar şu şekilde puanlanmaktadır; Her madde için, “hemen hiçbir zaman”, “bazen”, “çok zaman” ve “hemen her zaman” şıklarından birinin

seçilmesi ve işaretlenmesi istenir. Maddelere verilen “hemen hiçbir zaman” yanıtına “1” puan, “bazen” yanıtına “2” puan, “çok zaman” yanıtına “3” puan, “hemen her zaman” yanıtına “4” puan verilir (Öner, 1996; Özer, 1994a). Ölçeğin, Sürekli Öfke Alt Ölçeğinden 10 ile 40 arasında bir puan elde edilebilir. Öfke İfade Tarzı Ölçeği'nin alt boyutlarından elde edilebilecek puan aralığı 8 ila 32 arasındadır. Sürekli öfke, içe yönelik öfke ve dışa yönelik öfke puanlarının düşük, öfke kontrolü puanlarının yüksek olması olumlu olarak değerlendirilmektedir. Ölçeğin tümüne ilişkin bir toplam puan hesaplanmamaktadır.

Özer (1994a) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin alfa katsayıları, Sürekli Öfke için 0,67 -0,92, Öfke Kontrolü için 0,80 -0,90, İçe Yönelik Öfke için 0,58 -0,76, Dışa Yönelik Öfke için 0,69-0,91 arasında bulunmuştur. Bilge (1996) test tekrar test güvenilirliği için 93 üniversite öğrencisine üç hafta arayla ölçeği iki kez uygulamış, sonuçta Sürekli Öfke için 0,83, İçe Yönelik Öfke için 0,71, dışa yönelik öfke için 0,80 ve öfke kontrolü için 0,82 test-tekrar test katsayısı bulmuştur.

Yılmaz (2004) ölçeği, test tekrar test güvenilirliği için dokuz ve 10. sınıflardan oluşan 105 kişilik bir gruba üç hafta ara ile uygulamıştır. Uygulama sonucu elde edilen Pearson katsayıları, Sürekli Öfke 0,93, İçe Yönelik Öfke 0,77, Dışa Yönelik Öfke 0,86, Öfke Kontrolü 0,90 şeklinde bulunmuştur.

Bu çalışmada Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeğinin Cronbach's Alpha Değeri tüm ölçek için 0,86; Kontrol Altına Alınmış Öfke:0,87; Dışa Vurulan Öfke:0,82; İçte Tutulan Öfke:0,66 olarak bulunmuştur.

#### **2.4. Verilerin Toplanması**

Form ve ölçekler Kasım ve Aralık 2015 tarihlerinde Bayrampaşa Belediyesi Fizik Tedavi ve Engelliler Rehabilitasyon Merkezi üyeleri, İstanbul Altınokta Körler Vakfı Mecidiyeköy Şubesi, Gözder Bakırköy Şubesi, Türkiye Sakatlar Derneği Aksaray Şubesi, İşitme Engelliler ve Aileleri Derneği Aksaray Şubesi, Şişli İşitme ve Konuşma Engelliler Derneği Mecidiyeköy Şubesi'ndeki engellilere uygulanmıştır.

Kasım ve Aralık 2015 tarihleri arasında, ortak belirlenen zamanlarda kurumlara gidilerek üye ya da kayıtlı engellilerle çalışma yapılmıştır. Engellilere öncelikle araştırma hakkında bilgi verilmiştir. Araştırmaya katılmayı kabul eden engellilere birebir ölçekler uygulanmıştır. Araştırmada kullanılan ölçekler katılımcılara tek tek okunarak araştırmacı tarafından doldurulmuştur.

## **2.5.Verilerin Çözümlemesi**

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemleri olarak sayı, yüzde, ortalama, standart sapma, t testi, tek yönlü varyans (Anova) Testi, Kruskal Wallis-H Testi ve Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Ayrıca verilerin normal dağılım sınaması Levene Testi ile test edilmiştir.

Normal dağılım gösteren iki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında t-testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında tek yönlü varyans (Anova) testi, normal dağılım göstermeyen verilerin karşılaştırılmasında Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır. Gruplar arasındaki anlamlı farklılaşmanın, kaynağını belirlemek amacıyla Post-Hoc Scheffe Testi kullanılmıştır. Araştırmada öfke ve öz-yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır. Elde edilen bulgular %95 güven aralığında, %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

## BÖLÜM III: BULGULAR

Bu bölümde, araştırmaya katılan engellilerin ölçekler yoluyla toplanan verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır. Elde edilen bulgulara dayalı olarak açıklama ve yorumlar yapılmıştır.

### 3.1. Engelli Bireylerin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Bu bölümde engelli bireylerin demografik özelliklerine ilişkin bulgular ile engel durumu ve engel derecesinin karşılaştırmalı dağılımı ele alınmıştır.

**Tablo 1.**  
**Engelli Bireylerin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular**

Tablolar	Gruplar	Frekans(n)	Yüzde (%)
Yaş	18-25	28	13,00
	26-33	42	19,50
	34-40	42	19,50
	41 ve üzeri	103	48,00
	Total	215	100,00
Cinsiyet	Kadın	115	53,50
	Erkek	100	46,50
	Total	215	100,00
Engel Durumu	Ortopedik	57	26,50
	Görme	52	24,20
	İşitme	52	24,20
	Süreğen	54	25,10
	Total	215	100,00
Engel Derecesi	40-59	85	39,50
	60-79	56	26,00
	80-100	74	34,40
	Total	215	100,00
Eğitim Durumu	Okur-yazar değil	4	1,90
	Okur-yazar	8	3,70
	İlkokul	70	32,60
	Ortaokul	44	20,50
	Lise	67	31,20
	Üniversite	22	10,20
	Total	215	100,00



Medeni Durum	Evli	116	54,00
	Bekar	80	37,00
	Dul	4	2,00
	Boşanmış	15	7,00
	Total	215	100,00
Ekonomik Durum	999TL. ve altı	42	19,50
	1.000TL-1.999TL.	113	52,60
	2.000TL. ve üstü	60	27,90
	Total	215	100,00
Meslek	Öğrenci	15	7,00
	İşsiz	15	7,00
	Ev Hanımı	60	27,90
	Memur/İşçi	62	28,80
	Serbest	19	8,80
	Emekli	44	20,50
	Total	215	100,00

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların 28'inin (%13,00) 18-25 yaş aralığında, 42'sinin (%19,50) 26-33, 42'sinin (%19,50) 34-40, 103'ünün (%48,00) 41 ve üzeri yaş aralığında olduğu, 115'inin (%53,50) kadın, 100'ünün (%46,50) erkek olduğu, 57'sinin (%26,50) ortopedik engelli, 52'sinin (%24,20) görme engelli, 52'sinin (%24,20) işitme engelli, 54'ünün (%25,10) süreğen engelli olduğu, 85'inin (%39,50) %40-59, 56'sının (%26,00) %60-79, 74'ünün (%34,40) %80-100 engel oranında olduğu, 4'ünün (1,90) okur-yazar değil, 8'nin (3,70) okur-yazar, 70'inin (%32,60) ilkokul, 44'ünün (%20,50) ortaokul, 67'sinin (%31,20) lise, 22'sinin (%10,20) üniversite mezunu olduğu, 116'sının (%54,00) evli, 80'inin (%37) bekar, 4'ünün (%2) dul, 15'inin (%7) boşanmış olduğu, 42'sinin (%19,50) 999TL ve altı, 113'ünün (%52,60) 1.000-1.999TL, 60'ının (%27,90) 2.000TL ve üstü gelir durumunda olduğu, 15'inin (%7) öğrenci, 15'inin (%7) işsiz, 60'ının (%27,90) ev hanımı, 62'sinin (%28,80) memur/işçi, 19'unun (%8,80) serbest çalışan, 44'ünün (%20,50) emekli olduğu görülmektedir.

**Tablo 2.**  
**Engel Durumu ve Engel Derecesi Dağılımına İlişkin Bulgular(n=215)**

		Engel Derecesi (n)			(n) Total
		40-59	60-79	80-100	
Engel Durumu	Ortopedik	25	11	21	57
	Görme	7	5	40	52
	İşitme	14	30	8	52
	Süreğen	39	10	5	54
(n) Total		85	56	74	215

Tablo 2’de görüldüğü gibi katılımcılardan, ortopedik engelli bireylerin 25’inin (% 40-59), 11’inin (% 60-79), 21’inin (%80-100) engel derecesinde olduğu, görme engelli bireylerin 7’sinin (% 40-59), 5’inin (% 60-79), 40’ının (%80-100) engel derecesinde olduğu, işitme engelli bireylerin 14’ünün (% 40-59), 30’unun (% 60-79), 8’inin (%80-100) engel derecesinde olduğu, süreğen engelli bireylerin 39’unun (% 40-59), 10’unun (% 60-79), 5’inin (%80-100) engel derecesinde olduğu bulunmuştur.

### 3.2. Engelli Bireylerin Öz-yeterlilik ve Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular

Genel Öz-yeterlilik, Başlama, Yılmama, Sürdürme / Israr, Sürekli Öfke, İçe Yönelik Öfke, Dışa Yönelik Öfke ve Öfke Kontrol sürekli değişkenlerdir. Araştırmada bu değişkenler aşağıda belirtildiği gibi süreksiz değişkenler haline dönüştürülmüştür.

**Tablo 3.**  
**Genel Öz Yeterlilik İnanç Ölçeği ve Boyutlarına İlişkin Bulgular (n=215)**

Ölçek	Boyutlar	Ort	Ss	Min	Max
<b>Genel Öz-yeterlilik İnanç Ölçeği</b>		<b>63,56</b>	<b>12,23</b>	<b>25</b>	<b>85</b>
	Başlama	34,08	7,40	11	45
	Yılmama	19,14	4,28	5	25
	Sürdürme/Israr	10,34	2,55	3	15

Genel Öz-yeterlilik, Başlama, Yılmama, Sürdürme / Israr, Sürekli öfke, İçe Yönelik Öfke, Dışa Yönelik Öfke ve Öfke Kontrol düzeyleri aritmetik ortalama ve standart sapmalar göz önünde bulundurularak; düşük, orta ve yüksek düzey belirlenmiştir.

Genel öz-yeterlilik düzeylerini belirlemek için aritmetik ortalama, 63,56 standart sapma 12,23 bulunmuştur. Bu durumda 76'nın üstündeki puanlar, yüksek genel öz-yeterlilik düzeyini, 52–75 arasındaki puanlar orta düzeyi, 51'in altındaki puanlar düşük düzeyde öz-yeterliliği göstermektedir.

Başlama boyutunu belirlemek için aritmetik ortalama, 34,08 standart sapma 7,40 bulunmuştur. Bu durumda 41'in üstündeki puanlar, yüksek başlama düzeyini, 27–40 arasındaki puanlar orta düzeyi, 26'nin altındaki puanlar düşük düzeyde başlama göstermektedir.

Yılmama boyutunu belirlemek için aritmetik ortalama, 19,14 standart sapma 4,28 bulunmuştur. Bu durumda 23'in üstündeki puanlar, yüksek yılmama düzeyini, 16–22 arasındaki puanlar orta düzeyi, 15'nin altındaki puanlar düşük düzeyde yılmama düzeyini göstermektedir.

Sürdürme/Israr boyutunu belirlemek için aritmetik ortalama, 10,34 standart sapma 2,55 bulunmuştur. Bu durumda 13'ün üstündeki puanlar, yüksek sürdürme düzeyini, 9–12 arasındaki puanlar orta düzeyi, 8'in altındaki puanlar düşük düzeyde sürdürme düzeyini göstermektedir.

**Tablo 4.**  
**Sürekli Öfke ve Boyutlarına İlişkin Bulgular (n=215)**

Ölçek	Boyutlar	Ort	Ss	Min	Max
<b>Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı</b>	Sürekli Öfke	21,04	6,94	10	40
	Kontrol Altına Alınmış Öfke	23,67	4,46	16	32
	Dışa Vurulan Öfke	15,68	5,13	8	32
	İçte Tutulan Öfke	17,73	4,41	9	30

Sürekli öfke düzeylerini belirlemek için aritmetik ortalama, 21,04, standart sapma 6,94 bulunmuştur. Bu durumda 28'in üstündeki puanlar, yüksek sürekli öfke düzeyini, 15–27 arasındaki puanlar orta düzeyi, 14'ün altındaki puanlar düşük düzeyde sürekli öfkeyi göstermektedir.

Kontrol altına alınmış öfke düzeylerini belirlemek için aritmetik ortalama, 23,67, standart sapma 4,46 olarak bulunmuştur. Bu durumda 28'nin üstündeki puanlar, yüksek öfke kontrol düzeyini, 20–27 arasındaki puanlar orta düzeyi, 19'un altındaki puanlar düşük düzeyde öfke kontrol düzeyini göstermektedir.

Dışa vurulan öfke düzeylerini belirlemek için aritmetik ortalama, 15,68, standart sapma 5,13 bulunmuştur. Bu durumda 21'in üstündeki puanlar, yüksek dışa yönelik öfke düzeyini, 11–20 arasındaki puanlar orta düzeyi, 10'in altındaki puanlar düşük düzeyde dışa yönelik öfkeyi göstermektedir.

İçte tutulan öfke düzeylerini belirlemek için aritmetik ortalama, 17,73, standart sapma 4,41 bulunmuştur. Bu durumda 22'nin üstündeki puanlar, yüksek içe yönelik öfke düzeyini, 14–21 arasındaki puanlar orta düzeyi, 13'ün altındaki puanlar düşük düzeyde içe yönelik öfkeyi göstermektedir.

**Tablo 5.**  
**Engelli Bireylerin Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular**

Ölçek Boyutları	Engel Türü	N	Ort	Ss	Min	Max
Öz-yeterlilik	Ortopedik	57	64,89	10,63	40	84
	Görme	52	65,37	14,49	25	85
	İşitme	52	60,96	11,75	36	83
	Süreğen	54	62,93	11,73	27	84
	Toplam	215	63,56	12,23	25	85
Başlama	Ortopedik	57	34,67	7,41	14	45
	Görme	52	35,08	7,98	13	45
	İşitme	52	32,85	6,88	14	44
	Süreğen	54	33,70	7,30	11	45
	Toplam	215	34,08	7,40	11	45
Yılmama	Ortopedik	57	19,67	3,63	8	25
	Görme	52	19,96	5,05	5	25
	İşitme	52	17,94	3,88	10	25
	Süreğen	54	18,93	4,32	7	25
	Toplam	215	19,14	4,28	5	25

Sürdürme/Israr	Ortopedik	57	10,56	2,44	5	15
	Görme	52	10,33	2,99	3	15
	İşitme	52	10,17	2,18	6	14
	Süreğen	54	10,30	2,60	4	15
	Toplam	215	10,34	2,55	3	15

Tablo 5’te görüldüğü gibi tüm engel grubundaki katılımcıların öz-yeterlilik ölçeği ile başlama, yılmama ve ısrar alt boyutlarından aldıkları puanların ortalaması “orta” düzeyde olmakla beraber işitme engelli katılımcılar yönünde öz-yeterlilik ortalamasının nispeten düşük olduğu dikkat çekmektedir. Ancak bu oran istatistiksel açıdan anlamlı bir oran değildir.

Tüm elde edilen veriler değerlendirildiğinde engellilerin zorluk ve güçlüklerle karşı işe başlama, yeteneklerine karşı özgüvenin ve başarısızlığa karşı mücadele gücü ve işi sürdürme kararlılığı düzeyinin “orta” düzeyde olduğu görülmektedir.

**Tablo 6.**  
**Engelli Bireylerin Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular**

Ölçek Boyutları	Engel Türü	N	Ort	Ss	Min	Max
Sürekli Öfke	Ortopedik	57	19,93	7,03	10	38
	Görme	52	19,92	6,38	10	37
	İşitme	52	20,06	5,90	12	34
	Süreğen	54	24,24	7,45	12	40
	Toplam	215	21,04	6,94	10	40
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Ortopedik	57	24,56	4,94	16	32
	Görme	52	24,96	4,75	16	32
	İşitme	52	22,13	5,02	17	32
	Süreğen	54	21,41	5,17	17	32
	Toplam	215	23,67	4,46	16	32
Dışa Vurulan Öfke	Ortopedik	57	15,30	5,69	8	32
	Görme	52	15,42	4,56	8	30
	İşitme	52	15,38	4,68	9	28
	Süreğen	54	16,61	5,44	8	31
	Toplam	215	15,68	5,13	8	32

İçte Tutulan Öfke	Ortopedik	57	15,89	4,86	9	29
	Görme	52	16,77	4,80	10	27
	İşitme	52	17,21	4,10	11	28
	Süreğen	54	17,67	4,48	11	30
	Toplam	215	15,89	4,86	9	30

Tablo 6’da görüldüğü gibi tüm engel grubundaki katılımcıların sürekli öfke, kontrol altına alınmış, dışa vurulan ve içte tutulan öfke puanları ortalamasının “orta” düzeyde olduğu görülmektedir.

Ancak süreğen engelli bireylerin öfke düzeyinin diğer engel gruplarına kıyasla daha yüksek olduğu, ortopedik ve görme engelli bireylerin ise kontrol altına alınmış öfke düzeylerinin işitme ve süreğen engelli bireylerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

### 3.3. Engelli Bireylerin Öz-yeterlilik Düzeylerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Bu bölümde engelli bireylerin öz-yeterlilik düzeylerine ilişkin bulgular ele alınmıştır.

**Tablo 7.**  
**Engelli Bireylerin Yaşa Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Başlama	18-25	28	34,18	6,99	0,99	0,39
	26-33	42	35,67	5,59		
	34-40	42	34,26	7,47		
	41 ve üzeri	103	33,34	8,09		
Yılmama	18-25	28	19,50	3,35	0,287	0,84
	26-33	42	19,29	3,56		
	34-40	42	19,41	4,41		
	41 ve üzeri	103	18,86	4,74		
Israr	18-25	28	10,54	1,89	0,78	0,51
	26-33	42	10,76	2,37		
	34-40	42	9,95	2,36		
	41 ve üzeri	103	10,28	2,84		

Genel Öz Yeterlilik	18-25	28	64,21	9,67	0,72	0,54
	26-33	42	65,71	9,64		
	34-40	42	63,62	12,39		
	41 ve üzeri	103	62,48	13,67		

Tablo 7’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan engellilerin başlama, yılmama, ısrar ve genel öz-yeterlilik puanlarının yaş değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 8.**  
**Engelli Bireylerin Cinsiyete Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Başlama	Kadın	115	34,29	7,77	0,43	0,67
	Erkek	100	33,85	6,99		
Yılmama	Kadın	115	19,50	4,37	1,33	0,19
	Erkek	100	18,72	4,17		
Israr	Kadın	115	10,63	2,49	1,80	0,07
	Erkek	100	10,01	2,60		
Genel Öz -yeterlilik	Kadın	115	64,42	12,70	1,10	0,27
	Erkek	100	62,58	11,65		

Tablo 8’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan engellilerin başlama, yılmama, ısrar ve genel öz-yeterlilik puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan t-testi sonucunda farklılık anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 9.**  
**Engelli Bireylerin Engel Durumuna Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Başlama	Ortopedik	57	34,67	7,41	0,96	0,41
	Görme	52	35,08	7,98		
	İşitme	52	32,85	6,88		
	Süreğen	54	33,70	7,30		
Yılmama	Ortopedik	57	19,67	3,63	2,37	0,07
	Görme	52	19,96	5,05		
	İşitme	52	17,94	3,89		
	Süreğen	54	18,93	4,32		
Israr	Ortopedik	57	10,56	2,43	0,22	0,88
	Görme	52	10,33	2,99		
	İşitme	52	10,17	2,18		
	Süreğen	54	10,30	2,60		
Genel Öz Yeterlilik	Ortopedik	57	64,89	10,63	1,44	0,23
	Görme	52	65,37	14,49		
	İşitme	52	60,96	11,75		
	Süreğen	54	62,93	11,73		

Tablo 9’da görüldüğü gibi araştırmaya katılan engellilerin başlama, yılmama, ısrar ve genel öz-yeterlilik puanlarının engel durumu değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 10.**  
**Engelli Bireylerin Engel Derecesine Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Başlama	40-59	85	34,72	6,78	1,72	0,18	
	60-79	56	32,52	6,91			
	80-100	74	34,54	8,31			



Yılmama	40-59	85	19,27	4,09	6,83	<b>0,00</b>	<b>1 &gt; 2</b> <b>3 &gt; 2</b>
	60-79	56	17,50	3,95			
	80-100	74	20,22	4,42			
Israr	40-59	85	10,55	2,26	1,50	0,22	
	60-79	56	9,84	2,43			
	80-100	74	10,49	2,91			
Genel Öz Yeterlilik	40-59	85	64,54	10,81	3,63	<b>0,03</b>	<b>1 &gt; 2</b> <b>3 &gt; 2</b>
	60-79	56	59,86	11,86			
	80-100	74	65,24	13,54			

Tablo 10’da görüldüğü gibi araştırmaya katılan engellilerin yılmama puanlarının engel derecesi değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmuştur ( $F=6,83$ ;  $p<0,05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Post-Hoc analizi uygulanmıştır. Engel derecesi 40-59 olanların yılmama puanları ( $19,27 \pm 4,09$ ), engel derecesi 60-79 olanların yılmama puanlarından ( $17,50 \pm 3,95$ ) yüksek bulunmuştur. Engel derecesi 80-100 olanların yılmama puanları ( $20,22 \pm 4,42$ ), engel derecesi 60-79 olanların yılmama puanlarından ( $17,50 \pm 3,95$ ) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan engellilerin genel öz-yeterlilik puanlarının engel derecesi değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmuştur ( $F=3,63$ ;  $p<0,05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Post-Hoc analizi uygulanmıştır. Engel derecesi 40–59 olanların genel öz-yeterlilik puanları ( $64,54 \pm 10,81$ ), engel derecesi 60–79 olanların genel öz-yeterlilik puanlarından ( $59,86 \pm 11,86$ ) yüksek bulunmuştur. Engel derecesi 80–100 olanların genel öz-yeterlilik puanları ( $65,24 \pm 13,54$ ), engel derecesi 60–79 olanların genel öz-yeterlilik puanlarından ( $59,86 \pm 11,86$ ) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan engellilerin başlama ve ısrar puanlarının engel derecesi değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 11.**  
**Engelli Bireylerin Eğitim Düzeyine Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>x<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Başlama	Okur-yazar değil	4	29,50	13,40	7,36	0,19
	Okur-yazar	8	30,75	8,65		
	İlkokul	70	34,14	6,96		
	Ortaokul	44	32,36	8,62		
	Lise	67	34,95	6,51		
	Üniversite	22	36,73	6,25		
Yılmama	Okur-yazar değil	4	16,75	7,09	7,17	0,21
	Okur-yazar	8	17,12	4,32		
	İlkokul	70	19,36	4,40		
	Ortaokul	44	18,16	4,45		
	Lise	67	19,54	4,13		
	Üniversite	22	20,36	2,95		
Israr	Okur-yazar değil	4	9,25	2,50	5,89	0,32
	Okur-yazar	8	8,87	3,14		
	İlkokul	70	10,56	2,71		
	Ortaokul	44	10,18	2,44		
	Lise	67	10,19	2,57		
	Üniversite	22	11,18	1,74		
Genel Öz Yeterlilik	Okur-yazar değil	4	55,50	21,56	8,62	0,12
	Okur-yazar	8	56,75	14,57		
	İlkokul	70	64,06	11,49		
	Ortaokul	44	60,68	13,89		
	Lise	67	64,69	11,11		
	Üniversite	22	68,27	9,70		

Tablo 11’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan engellilerin başlama, yılmama, ısrar, genel öz-yeterlilik puanlarının eğitim düzeyi değişkenine göre istatistiksel olarak

farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Kruskal Wallis-H Testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 12.**  
**Engelli Bireylerin Medeni Duruma Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	$\chi^2$	p
Başlama	Evli	116	34,05	7,72	1,95	0,58
	Bekar	80	34,02	7,26		
	Dul	4	38,75	5,56		
	Boşanmış	15	33,40	6,06		
Yılmama	Evli	116	18,97	4,58	0,94	0,82
	Bekar	80	19,17	3,94		
	Dul	4	20,25	1,71		
	Boşanmış	15	19,93	4,38		
Israr	Evli	116	10,52	2,77	3,89	0,27
	Bekar	80	10,02	2,31		
	Dul	4	11,75	1,50		
	Boşanmış	15	10,33	2,06		
Genel Öz-Yeterlilik	Evli	116	63,53	13,02	1,70	0,64
	Bekar	80	63,22	11,42		
	Dul	4	70,75	7,76		
	Boşanmış	15	63,67	11,32		

Tablo 12’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan engellilerin başlama, yılmama, ısrar ve genel öz-yeterlilik puanlarının medeni durum değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Kruskal Wallis-H Testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 13.**  
**Engelli Bireylerin Ekonomik Duruma Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Başlama	999TL ve altı	42	31,09	6,86	5,83	<b>0,00</b>	<b>2 &gt; 1</b> <b>3 &gt; 1</b>
	1.000 -1 999 TL	113	34,14	7,50			
	2.000TL ve üstü	60	36,07	6,99			
Yılmama	999TL ve altı	42	18,33	4,36	0,96	0,38	
	1.000 -1.999 TL	113	19,67	4,30			
	2.000TL ve üstü	60	19,47	4,20			
İsrar	999TL ve altı	42	10,21	2,32	0,09	0,91	
	1.000 -1.999 TL	113	10,41	2,50			
	2.000TL ve üstü	60	10,32	2,82			
Genel Öz-yeterlilik	999TL ve altı	42	59,64	10,91	3,30	<b>0,04</b>	<b>2 &gt; 1</b> <b>3 &gt; 1</b>
	1.000 -1.999TL	113	63,80	12,48			
	2.000TL ve üstü	60	65,85	12,16			

Tablo 13’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan engellilerin başlama puanlarının ekonomik durum değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmuştur (F=5,83; p<0,05). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Post-Hoc analizi uygulanmıştır. Ekonomik durumu 1.000–1.999TL olanların başlama puanları (34,14 ± 7,50), ekonomik durumu 999TL ve altı olanların başlama puanlarından (31,09 ± 6,86) yüksek bulunmuştur. Ekonomik durumu 2.000TL ve üstü olanların başlama puanları (36,07 ± 6,99), ekonomik durumu 999TL ve altı olanların başlama puanlarından (31,09 ± 6,86) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan engellilerin genel öz-yeterlilik puanlarının ekonomik durum değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmuştur(F=3,30; p<0,05). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Post-Hoc analizi uygulanmıştır. Ekonomik durumu 1.000–1.999TL olanların genel öz-yeterlilik puanları

(63,80 ± 12,48), ekonomik durumu 999TL ve altı olanların genel öz-yeterlilik puanlarından (59,64 ± 10,91) yüksek bulunmuştur. Ekonomik durumu 2.000TL ve üstü olanların genel öz-yeterlilik puanları (65,85 ± 12,16), ekonomik durumu 999TL ve altı olanların genel öz-yeterlilik puanlarından (59,64 ± 10,91) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan engellilerin yılmama, ısrar puanlarının ekonomik durum değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır (p>0,05).

**Tablo 14.**  
**Engelli Bireylerin Mesleğe Göre Öz-yeterlilik Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Başlama	Öğrenci	15	35,67	6,49	1,25	0,29
	İşsiz	15	31,33	5,65		
	Ev Hanımı	60	32,78	7,96		
	Memur/İşçi	62	35,10	7,07		
	Serbest	19	35,10	7,69		
	Emekli	44	34,39	7,63		
Yılmama	Öğrenci	15	20,47	3,25	0,58	0,71
	İşsiz	15	19,07	4,22		
	Ev Hanımı	60	18,85	5,05		
	Memur/İşçi	62	19,43	3,56		
	Serbest	19	19,42	4,80		
	Emekli	44	18,54	4,28		
Israr	Öğrenci	15	10,67	2,19	0,48	0,79
	İşsiz	15	10,00	2,24		
	Ev Hanımı	60	10,70	2,64		
	Memur/İşçi	62	10,23	2,52		
	Serbest	19	10,32	2,89		
	Emekli	44	10,04	2,60		
Genel Öz-yeterlilik	Öğrenci	15	66,80	9,73	0,71	0,62

	İşsiz	15	60,40	9,01		
	Ev Hanımı	60	62,33	13,65		
	Memur/İşçi	62	64,76	11,05		
	Serbest	19	64,84	13,90		
	Emekli	44	62,98	12,84		

Tablo 14'te görüldüğü gibi araştırmaya katılan engellilerin başlama, yılmama, Israr, genel öz-yeterlilik puanlarının meslek değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

### 3.4. Engelli Bireylerin Öfke Düzeylerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Bu bölümde engelli bireylerin öfke düzeylerinin demografik özelliklerine ilişkin bulgular ele alınmıştır.

**Tablo 15.**  
**Engelli Bireylerin Yaşa Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Sürekli Öfke	18-25	28	20,75	5,32	0,15	0,93
	26-33	42	20,62	6,10		
	34-40	42	21,57	7,52		
	41 ve üzeri	103	21,08	7,45		
Kontrol Altına Alınmış Öfke	18-25	28	23,68	5,31	1,87	0,14
	26-33	42	22,07	4,77		
	34-40	42	22,45	5,08		
	41 ve üzeri	103	24,00	5,26		
Dışa Vurulan Öfke	18-25	28	15,96	4,04	0,80	0,50
	26-33	42	16,17	4,59		
	34-40	42	16,36	6,26		
	41 ve üzeri	103	15,13	5,10		

İçte Tutulan Öfke	18-25	28	16,86	4,81	0,10	0,96
	26-33	42	17,21	3,75		
	34-40	42	16,79	5,09		
	41 ve üzeri	103	16,77	4,69		

Tablo 15’te görüldüğü gibi araştırmaya katılan engellilerin sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke puanlarının yaş değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 16.**  
**Engelli Bireylerin Cinsiyete Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Sürekli Öfke	Kadın	115	20,67	6,70	-0,84	0,40
	Erkek	100	21,47	7,21		
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Kadın	115	23,57	5,47	0,90	0,37
	Erkek	100	22,94	4,80		
Dışa Vurulan Öfke	Kadın	115	15,28	4,78	-1,23	0,22
	Erkek	100	16,14	5,48		
İçte Tutulan Öfke	Kadın	115	17,00	4,63	0,44	0,66
	Erkek	100	16,72	4,57		

Tablo 16’da görüldüğü gibi engellilerin sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşmadığını incelemek için uygulanan t testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 17.**  
**Engelli Bireylerin Engel Durumuna Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>F</b>	<b>p</b>	<b>Fark</b>
Sürekli Öfke	Ortopedik	57	19,93	7,03	5,43	<b>0,00</b>	<b>4 &gt; 1</b>
	Görme	52	19,92	6,38			<b>4 &gt; 2</b>
	İşitme	52	20,06	5,90			<b>4 &gt; 3</b>
	Süreğen	54	24,24	7,45			
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Ortopedik	57	24,56	4,94	6,71	<b>0,00</b>	<b>1 &gt; 3</b>
	Görme	52	24,96	4,75			<b>2 &gt; 3</b>
	İşitme	52	22,13	5,02			<b>1 &gt; 4</b>
	Süreğen	54	21,41	5,17			<b>2 &gt; 4</b>
Dışa Vurulan Öfke	Ortopedik	57	15,30	5,69	0,80	0,50	
	Görme	52	15,42	4,56			
	İşitme	52	15,38	4,68			
	Süreğen	54	16,61	5,44			
İçte Tutulan Öfke	Ortopedik	57	15,89	4,86	1,51	0,21	
	Görme	52	16,77	4,80			
	İşitme	52	17,21	4,10			
	Süreğen	54	17,67	4,48			

Tablo 17 incelendiğinde Anova Testi sonuçlarına göre engel durumu değişkenine göre engellilerin sürekli öfke puanları istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir (F=5,43; p<0,05). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Post-Hoc analizi uygulanmıştır. Engel durumu süreğen olanların sürekli öfke puanları (24,24 ± 7,45), engel durumu ortopedik olanların sürekli öfke puanlarından (19,93 ± 7,03) yüksek bulunmuştur. Engel durumu süreğen olanların sürekli öfke puanları (24,24 ± 7,45), engel durumu görme olanların sürekli öfke puanlarından (19,92 ± 6,38) yüksek bulunmuştur. Engel durumu süreğen olanların sürekli öfke puanları (24,24 ± 7,45), engel durumu işitme olanların sürekli öfke puanlarından (20,06 ± 5,90) yüksek bulunmuştur.



Araştırmaya katılan engellilerin kontrol altına alınmış öfke puanlarının engel durumu değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmuştur ( $F=6,71$ ;  $p<0,05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Post-Hoc analizi uygulanmıştır. Engel durumu ortopedik olanların kontrol altına alınmış öfke puanları ( $24,56 \pm 4,94$ ), engel durumu işitme olanların kontrol altına alınmış öfke puanlarından ( $22,13 \pm 5,02$ ) yüksek bulunmuştur. Engel durumu görme olanların kontrol altına Alınmış Öfke puanları ( $24,96 \pm 4,75$ ), engel durumu işitme olanların kontrol altına alınmış öfke puanlarından ( $22,13 \pm 5,02$ ) yüksek bulunmuştur. Engel durumu Ortopedik olanların kontrol altına alınmış öfke puanları ( $24,56 \pm 4,94$ ), engel durumu süreğen olanların kontrol altına alınmış öfke puanlarından ( $21,41 \pm 5,17$ ) yüksek bulunmuştur. Engel durumu görme olanların kontrol altına alınmış öfke puanları ( $24,96 \pm 4,75$ ), engel durumu süreğen olanların kontrol altına alınmış öfke puanlarından ( $21,41 \pm 5,17$ ) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan engellilerin dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke puanlarının engel durumu değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 18.**  
**Engelli Bireylerin Engel Derecesine Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Sürekli Öfke	40-59	85	21,56	7,12	0,40	0,67
	60-79	56	20,77	6,89		
	80-100	74	20,65	6,82		
Kontrol Altına Alınmış Öfke	40-59	85	23,06	5,03	2,03	0,13
	60-79	56	22,41	4,70		
	80-100	74	24,19	5,58		
Dışa Vurulan Öfke	40-59	85	15,36	4,87	0,42	0,65
	60-79	56	16,18	5,23		
	80-100	74	15,66	5,37		

İçte Tutulan Öfke	40-59	85	16,83	4,48	0,81	0,44
	60-79	56	17,48	4,82		
	80-100	74	16,45	4,56		

Tablo 18 incelendiğinde araştırmaya katılan engellilerin engel derecesi değişkenine göre sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke puanları Anova Testi sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir. ( $p>0,05$ ).

**Tablo 19.**  
**Engelli Bireylerin Eğitim Düzeyine Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	$\chi^2$	p
Sürekli Öfke	Okur-yazar değil	4	26,50	9,04	2,38	0,79
	Okur-yazar	8	22,75	8,91		
	İlkokul	70	21,23	7,56		
	Ortaokul	44	20,66	6,32		
	Lise	67	20,73	6,66		
	Üniversite	22	20,55	5,97		
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Okur-yazar değil	4	24,75	5,25	2,33	0,80
	Okur-yazar	8	23,38	5,55		
	İlkokul	70	23,79	5,69		
	Ortaokul	44	23,16	5,06		
	Lise	67	22,78	4,85		
	Üniversite	22	23,14	4,82		
Dışa Vurulan Öfke	Okur-yazar değil	4	16,50	3,42	2,14	0,83
	Okur-yazar	8	17,37	6,89		
	İlkokul	70	15,47	5,65		
	Ortaokul	44	15,07	4,29		
	Lise	67	16,16	5,31		
	Üniversite	22	15,32	4,02		
İçte Tutulan Öfke	Okur-yazar değil	4	20,00	1,41	4,27	0,51
	Okur-yazar	8	18,62	5,68		
	İlkokul	70	16,37	4,09		
	Ortaokul	44	17,05	5,02		
	Lise	67	17,07	4,88		
	Üniversite	22	16,27	4,28		

Tablo 19 incelendiğinde, araştırmaya katılan engellilerin sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke puanlarının eğitim düzeyi değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Kruskal Wallis H-Testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 20.**  
**Engelli Bireylerin Medeni Duruma Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	$\chi^2$	p
Sürekli Öfke	Evli	116	21,65	7,44	3,42	0,33
	Bekâr	80	20,06	6,14		
	Dul	4	17,50	1,73		
	Boşanmış	15	22,53	7,24		
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Evli	116	23,40	5,21	5,46	0,14
	Bekâr	80	23,39	5,00		
	Dul	4	27,00	3,74		
	Boşanmış	15	20,73	5,50		
Dışa Vurulan Öfke	Evli	116	15,74	5,30	2,34	0,50
	Bekâr	80	15,19	4,58		
	Dul	4	15,00	2,16		
	Boşanmış	15	18,00	6,68		
İçte Tutulan Öfke	Evli	116	16,99	4,49	1,07	0,78
	Bekâr	80	16,61	4,65		
	Dul	4	15,50	3,68		
	Boşanmış	15	17,67	5,51		

Tablo 20’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan engellilerin sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke puanlarının medeni durum değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Kruskal Wallis-H Testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 21.**  
**Engelli Bireylerin Ekonomik Duruma Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Sürekli Öfke	999TLve altı	42	24,81	6,70	8,30	<b>0,00</b>	1 > 2 1 > 3
	1.000-1.999TL	113	19,98	6,78			
	2.000TL ve üstü	60	20,40	6,59			
Kontrol Altına Alınmış Öfke	999TLve altı	42	22,21	5,38	1,27	0,28	
	1.000-1 999TL	113	23,70	5,25			
	2.000TL ve üstü	60	23,23	4,83			
Dışa Vurulan Öfke	999TLve altı	42	17,86	6,14	5,46	<b>0,005</b>	1 > 2 1 > 3
	1.000-1 999TL	113	14,86	4,60			
	2 000TL. ve üstü	60	15,70	4,93			
İçte Tutulan Öfke	999TLve altı	42	18,76	5,03	7,90	<b>0,00</b>	1 > 2 3 > 2
	1.000-1 999TL	113	15,79	4,32			
	2.000TL ve üstü	60	17,58	4,26			

Tablo 21’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan engellilerin ekonomik durum değişkenine göre sürekli öfke puanlarının istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmuştur (F=8,30; p<0,05). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Post-Hoc analizi uygulanmıştır. Ekonomik durumu 999TL. ve altı olanların sürekli öfke puanları (24,81 ± 6,70), ekonomik durumu 1.000-1.999TL olanların sürekli öfke puanlarından (19,98 ± 6,78) yüksek bulunmuştur. Ekonomik durumu 999TL ve altı olanların sürekli öfke puanları (24,81 ± 6,70), ekonomik durumu 2.000TL ve üstü olanların sürekli öfke puanlarından (20,40 ± 6,59) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan engellilerin dışa vurulan öfke puanlarının ekonomik durum değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmuştur (F=5,46; p<0,05).

Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Post-Hoc analizi uygulanmıştır. ekonomik durumu 999TL ve altı olanların dışı vurulan öfke puanları ( $17,86 \pm 6,14$ ), ekonomik durumu 1.000-1.999TL olanların dışı vurulan öfke puanlarından ( $14,86 \pm 4,56$ ) yüksek bulunmuştur. Ekonomik durumu 999TL ve altı olanların dışı vurulan öfke puanları ( $17,86 \pm 6,14$ ), ekonomik durumu 2.000TL ve üstü olanların dışı vurulan öfke puanlarından ( $15,70 \pm 4,93$ ) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan engellilerin içte tutulan öfke puanlarının ekonomik durum değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmuştur ( $F=7,90$ ;  $p<0,05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Post-Hoc analizi uygulanmıştır. Ekonomik durumu 999TL ve altı olanların içte tutulan öfke puanları ( $18,76 \pm 5,03$ ), Ekonomik durumu 1.000-1.999TL olanların içte tutulan öfke puanlarından ( $15,79 \pm 4,32$ ) yüksek bulunmuştur. Ekonomik durumu 2.000TL ve üstü olanların içte tutulan öfke puanları ( $17,58 \pm 4,26$ ), ekonomik durumu 1.000-1.999TL olanların içte tutulan öfke puanlarından ( $15,79 \pm 4,32$ ) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan engellilerin kontrol altına alınmış öfke puanlarının ekonomik durum değişkenine göre istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova Testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 22.**  
**Engelli Bireylerin Mesleğe Göre Öfke Düzeylerine İlişkin Bulgular**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Sürekli Öfke	Öğrenci	15	21,400	5,03	0,88	0,50
	İşsiz	15	23,27	6,13		
	Ev Hanımı	60	21,63	7,34		
	Memur/İşçi	62	20,06	6,47		
	Serbest	19	22,21	7,81		
	Emekli	44	20,23	7,44		
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Öğrenci	15	23,00	4,87	0,57	0,72
	İşsiz	15	22,93	4,94		
	Ev Hanımı	60	23,82	5,73		
	Memur/İşçi	62	23,06	4,99		
	Serbest	19	21,74	5,58		
	Emekli	44	23,73	4,71		
Dışa Vurulan Öfke	Öğrenci	15	16,67	3,56	0,79	0,56
	İşsiz	15	17,47	5,63		
	Ev Hanımı	60	15,33	5,60		
	Memur/İşçi	62	15,60	4,48		
	Serbest	19	16,47	6,47		
	Emekli	44	14,98	4,99		
İçte Tutulan Öfke	Öğrenci	15	17,53	5,50	0,59	0,71
	İşsiz	15	17,80	5,33		
	Ev Hanımı	60	17,30	4,53		
	Memur/İşçi	62	16,79	4,26		
	Serbest	19	16,16	4,14		
	Emekli	44	16,16	4,83		

Tablo 22’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan engellilerin meslek değişkenine göre sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke puanlarının istatistiksel olarak farklılık oluşturup oluşturmadığını incelemek için uygulanan Anova testine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

### 3.5. Engelli Bireylerin Öz-yeterlilik Düzeyleri İle Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular

Bu bölümde Engelli bireylerin Öz-yeterlilik Düzeyleri ile öfke düzeyleri arasındaki ilişkiye ait bulgular ele alınmıştır.

**Tablo 23.**  
**Engelli Bireylerin Öz-yeterlilik İle Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular**

		Sürekli Öfke	Kontrol Altına Alınmış Öfke	Dışa Vurulan Öfke	İçte Tutulan Öfke
<b>Başlama</b>	r	-0,12	0,07	-0,04	<b>-0,28*</b>
<b>Yılmama</b>	r	-0,17	<b>0,20*</b>	-0,05	<b>-0,26*</b>
<b>Israr</b>	r	0,03	0,10	0,06	-0,11
<b>Genel Öz Yeterlilik</b>	r	-0,11	<b>0,14*</b>	-0,03	<b>-0,28*</b>

\*p<0,05

Tablo 22 incelendiğinde, engelli bireylerin genel öz-yeterlilik ve sürekli öfke düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Kontrol altına alınmış öfke ve yılmama arasında çok zayıf, pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır (r=0,20; p<0,05).

Kontrol altına alınmış öfke ve genel öz-yeterlilik arasında çok zayıf, pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır (r=0,14; p<0,05).

İçte tutulan öfke ve başlama arasında zayıf, negatif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır (r=-0,28; p<0,05).

İçte tutulan öfke ve yılmama arasında zayıf, negatif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır (r=-0,26; p<0,05).

İçte tutulan öfke ve genel öz-yeterlilik arasında zayıf, negatif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır (r=-0,28; p<0,05).

## TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde engelli bireylerin öz-yeterlilik ve öfke düzeyleri arasındaki ilişki, cinsiyet, yaş, engel durumu, engel derecesi, eğitim durumu, ekonomik durum, medeni durum ve meslek değişkenlerine ait bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Öz-yeterlilik temel olarak belirli sonuçları üretebilmek için bireyin kendi yeterliliği hakkındaki düşüncesidir. Öz-yeterliliğin yüksek olması; stres, anksiyete, depresyon, çaresizlik, kötümserlik, umutsuzluk ve olumsuz düşüncelere yol açan etkenleri kontrol altına almada ve bu etkenlere karşı baş edebilmede önemli rol oynamaktadır. Literatürde bu yönde araştırmalara rastlanmaktadır (Bandura, 1982, 1989, 1997, 1999; Akyol, 2003; Yiğitbaş ve Yetkin, 2003; Sergek ve Sertbaş, 2006; Ünal Keskin ve Orgun, 2006; Özata, 2007; Zengin, 2007; Aksoy ve Diken, 2009; Erkuş ve Günlü, 2009:12; Karadağ ve ark., 2009; Pekmezci, 2010; Yıldırım ve İlhan, 2010; Onay ve ark., 2011). Düşük öz-yeterliliğe sahip kişilerde depresyon, anksiyete ve çaresizlik hissi birlikte ele alınmakta, ayrıca böyle bireylerin düşük öz güvene sahip ve bireysel başarıları ve gelişmeleri hakkında kötümser düşünceler beslediğine vurgu yapılmaktadır.

Bu araştırmada engellilerin genel öz-yeterlilik ile alt boyutları olan başlama, yılmama ve ısrar düzeyinin orta düzeyde olduğu görülmüştür. Diğer bir ifadeyle araştırmaya katılan engellilerin zor ve güç işlere başlama ve başarısızlığa karşı mücadele gücü ile yeteneklerine karşı inancı ve hedeflenen işi sürdürme kararlılığı orta düzeydedir. Son 10 yılda ülkemizde çıkan yasal ve sosyal haklarla beraber engelli birey ve ailesi sağlık, eğitim, istihdam gibi olanaklardan daha fazla yararlanmakta, yaşam kaliteleri ile birlikte özgüvenleri gelişmektedir. Ülkemizde gerçekleşen pozitif yaklaşım ve gelişmelere rağmen engelli ailesi ve engelli birey uzun yıllar ekonomik yoksunluk, eğitim, sağlık, rehabilitasyon olanaklarına erişememiş, sosyal dışlanma ile karşı karşıya kalmış, bu nedenle toplum içinde var olabilme, eşit fırsatlarda mücadele edebilme ve kendi öz yeterliliğinin farkına varma konusunda yetersiz kalmış olabilir. Engelli bireyler bir işe başlama ve mücadele etmede yüksek öz yeterliliğe sahip olsa da yaşamış oldukları tıbbi ve psiko-sosyal zorluklar nedeniyle alışlagelmiş olduğu gibi belirlemiş olduğu hedef ve sonuca varma noktasında kötümser ve olumsuz düşünceler besliyor olabilir. Benzer



sonuç sınıf öğretmenlerinin öz-yeterlilik inanç düzeyinin araştırıldığı çalışmada il merkezindeki okullarda görev yapan öğretmenlerin ilçe ve köylerdeki okullarda görev yapan öğretmenlere göre öz yeterlik inançlarının yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Korkut ve Babaoğlu, 2012). Bu durum çalışmada bireyin öz-yeterlilik algısının ve kendine inancının, bireyin bulunduğu yerleşim yerinden, çevrenin kendisinden beklentisinden, ulaşım şartlarından, eğitim alınan okulun fiziksel özelliklerinden, olumlu-olumsuz eğitim yaşantılarından etkilenmesiyle ilişkilendirilmiştir.

Engellilerin genel öz-yeterlilik ve alt boyutlarından aldıkları puanlara baktığımızda yaş, cinsiyet, engel durumu, eğitim durumu, medeni durum ve mesleğe göre anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu sonuç engelli bireyin bir işe başlayabilme, mücadele gücü ve sürdürme çabasında; cinsiyet, yaş, engel durumu, eğitim durumu, medeni durum ve mesleğin etkili olmadığını göstermektedir. Bandura'ya (1977) göre kişilerin öz-yeterlilik duyguları başarılı deneyimler, vekâleten deneyimler, sözel ikna, fizyolojik ve duygusal durumdan beslenmektedir. Öz-yeterlilik bireyin kendisi hakkındaki yargısı ve inancıdır. Bu nedenle öz-yeterlilik, bireyin kişisel birtakım çabalarıyla güçlendirilebilmektedir. Alan yazına bakıldığında engellilere yönelik yapılmış Genel Öz-yeterliliği yordayan bir çalışmaya rastlanmamıştır ancak, Uysal'ın (2013) öğretmen adaylarına yönelik yapmış olduğu araştırma bu görüşü destekler niteliktedir.

Engellilerin genel öz-yeterlilik ve yılmama alt boyutlarından aldıkları puanlara baktığımızda engel derecesine göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu çalışmaya göre engel oranı 40-59 olanların puanları ile engel derecesi 80-100 olanların puanları, engel oranı 60-79 olanların genel öz-yeterlilik ve yılmama puanlarından yüksek bulunmuştur. En düşük ve en yüksek engel derecesine sahip grupların öz-yeterlilik düzeyinin birbirine yakın seviyede olması sebebiyle çalışmamızdaki verilere göre, 60-79 engel derecesine sahip engelli kitlesinin hangi grupta olduğunu anlamak üzere yaptığımız analizde (Tablo 2) işitme engelli bireylerin ağırlıkta olduğu görülmektedir. İnsan sosyal bir varlıktır ve diğer kişilerle iletişim kurmak ister. İletişim sağlayamadığında duygu ve düşüncelerini paylaşamayan kişi psiko-sosyal anlamda yalnız kalır. İşitme engelli bireyler toplumda rahat iletişim kuramadığından kendilerini soyutlanmış hissedebilirler. Bununla beraber sesleri duyamadığından sözel uyarıyı algılayamayan bireyler soyut

düşünmede, genel koordinasyon ve denge gerektiren konularda daha başarısız olabilirler. Bu nedenlerle kendilerini yetersiz hissedebilirler. Araştırmamızda elde edilen verilere göre, 40-59 engel derecesindeki bireyler, bir işi ve etkinliği bağımsız olarak yapabilen daha çok ortopedik ve süreğen engelli bireylerden oluşmaktadır. Bu gruptaki bireyler normal bir birey gibi toplumda kabul görerek yaşamını sürdürdüğü gibi engellilere tanınan her türlü yasal ve sosyal haktan da yararlanmaktadır. 80-100 engel derecesindeki bireylerde ise görme engelli bireylerin ağırlıkta olduğu görülmektedir. Elbette ki görme engelli bireylerin de kendi engellerine yönelik sorun ve zorlukları bulunmaktadır. Ancak görme engelli bireyler bağımsız yaşam becerilerini kazanmaları halinde toplumda diğer bireylerle rahatlıkla kaynaşabilmekte, eğitim ve istihdam olanaklarından yararlanarak, bağımsızlığını kazanabilmektedir. Ayrıca görme engelli bireylerin bir kısmı, tam görme kaybı yaşamakta, renk körlüğü, tavukkarası ve kısmi görme kaybı olan bireyler, teknolojik materyallerle, hayata daha kolay adapte olabilmekte bu nedenle görme engelli bireylerin kendine olan inançları ve başarısızlığa karşı mücadele gücü yükselebilmektedir. Engelli bireylerin başlama ve ısrar düzeyine göre ise engel dereceleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ancak genel olarak araştırmamızdan elde edilen bulgulara göre engelli bireylerin bir iş ve etkinliğe başlama ve başladığı işi sürdürme kararlılığının orta düzeyde olduğu bulunmuştur.

Ekonomik duruma göre engelli bireylerin öz-yeterlilik düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ekonomik durumu 2.000TL ve üstü olan bireylerin, ekonomik durumu 999TL ve altı olan bireylerden daha yüksek öz-yeterlilik düzeyine sahip olduğu bulunmuştur. Engelli bireyin ekonomik durumu arttıkça kendine özgüveni de artmaktadır. Başlama alt boyutunda ise ekonomik durumu 1.000TL ve üzerinde olan bireylerin, 999TL ve altı olanlardan daha yüksek öz-yeterlilik düzeyinde olduğu bulunmuştur. Bu durum zor ve karmaşık işlere, beklenmedik sorunlara karşı bir işe zamanında başlama konusunda ekonomik durumun önemli bir değişken olduğunu göstermektedir. Bireyin ekonomik olarak iyi seviyede olması risk almasını kolaylaştırmakta, zor ya da güç işlere başlarken kendilerine olan inancı artmaktadır. Yılmama ve ısrar alt boyutlarından alınan puanlara göre ise anlamlı bir fark bulunmamıştır. Araştırmamızdaki tüm katılımcılar başarısızlığa karşı tutum ve mücadele gücünü ölçen yılmama ve başladığı işi sürdürme kararlılığını ölçen ısrar alt

boyutlarından benzer puanlar almış, anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bireyin ekonomik durumunun iyi olması bir iş ve etkinlik konusunda yoğun çaba göstererek mücadele etme ve kararlılıkla hedefe ulaşmasında tek başına yeterli değildir, kişisel bir takım çabaları da gerektirmektedir.

Engellilerin sürekli öfke ve alt boyutlarından aldıkları puanlara göre sürekli, kontrol altına alınmış, içte tutulan ve dışa vurulan öfke düzeyinin “orta” düzeyde olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Öfke, bireyin planları, istek ve ihtiyaçları engellendiğinde, kendi benliğine yönelik tehdit algıladığında yaşanan temel duygulardan biri, yeni öğrenmelerde motivasyon kaynağıdır. Bireyin yaşadığı öfke duygusunun, sıklığı, şiddeti ve süresi hem bireyin kendisi ve hem de çevresi açısından önemlidir (Bayrı ve Kelleci, 2009). Engelli bireylerin orta düzeyde öfkeye sahip olması öfkenin olumlu etkilerinden yararlandıklarını, yaşamlarını sürdürürken hedeflerine motive olmalarını ve hedeflerine ulaşmalarını kolaylaştırıcı bir etkiye neden olduğunu düşündürmektedir.

Engellilerin sürekli öfke düzeyleri ve alt boyutlarından aldıkları puanlara baktığımızda cinsiyet, yaş, engel derecesi, eğitim durumu, medeni durum ve mesleğe göre anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu durum alan yazındaki bilgileri destekler niteliktedir. Öfke, insan yaşamı için gerekli bir duygudur. Ancak; aynı zamanda insanın doğuştan getirdiği ve hayatta kalmayla doğrudan bağlantılı olan bir duygu durumudur (From, 1993; Akt. Yazgan-İnanç ve diğerleri, 2008). Bu açıdan bakıldığında sürekli öfke durumunun cinsiyet, yaş, engel derecesi, eğitim durumu ve medeni duruma göre farklılık göstermemesi doğal karşılanabilir. Nitekim (Buss ve Perry, 1992), olumsuz duygu durumları içinde yer alan düşmanlık duygularının genellikle duygu denetim zayıflığı sonucunda kendisini öfke, kıskançlık, nefret, duyguları olarak gösterdiğini belirtmiştir (Akt. Yazgan-İnanç ve diğerleri, 2008). Literatürde engellilere yönelik yapılmış sürekli öfkeyi yordayan Karaca ve Şahin’e (2011) ait görme engelli ergenlere yönelik bir çalışmaya rastlanmıştır. Bu çalışmada görme engelli ergenlerin sürekli öfke puan ortalamalarının yüksek olduğu, cinsiyete göre erkeklerin sürekli öfke puan ortalamaları ve öfkeyi dışa vurma puan ortalamalarının kızlara göre yüksek olduğu belirlenmiştir. Literatürde engellilerle yapılan benzer bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte, ergenlere yönelik öfkeyi yordayan araştırmalarda, her iki cinste de birbirine yakın düzeyde öfke

olduğu ancak erkek ve kızların farklı durumlara öfke duyduğu tespit edilmiştir (Yazgan-İnanç ve diğerleri, 2008). Yapılan araştırmalarda ergenlerin öfke düzeyinin yüksek olduğu, bireyin yaş ortalaması arttıkça öfke düzeyinin düştüğü görülmektedir (Yazgan-İnanç ve diğerleri, 2008; Balkaya, 2001). Bu durumu Yazgan ve arkadaşları (2008), yaşın ilerledikçe benlik kavramının da ayrımlaşmaya başladığı ile ilişkili olduğuna bağlamaktadır. Bowen (1978), benliğin ayrışmasını, kişinin duygu ve düşünce süreçlerini ayırt edebilme becerisi ve diğer kişilerle dengeli bir yakınlık kurabilme becerisi olarak ifade etmektedir (Karaman, 2013). Balkaya (2001) ise öfkenin ifade edilmesinde, erkeklerin doğrudan ifade yöntemlerini, kadınların ise dolaylı yolları daha fazla kullandıklarını ifade etmektedir. Bu araştırmada yaşa göre engellilerin Sürekli Öfke ölçeği ve alt boyutları “orta” düzeyde çıkmıştır. Bu çalışma 18-55 yaş aralığını kapsadığından literatürde yer alan araştırmaları doğrular niteliktedir.

Engel durumuna göre engelli bireylerin öfke düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Süreğen engel grubundaki engelli bireylerin öfke düzeylerinin ortopedik, görme ve işitme engelli bireylerden daha yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 17). Süreğen engel grubundaki bireyler, daha çok sonradan oluşan bir hastalık neticesinde kişinin çalışma kapasitesinin de etkilenecek yaşamını engelli olarak sürdürmek durumunda kalan engelli grubudur. MS, Kanser, Böbrek yetmezliği gibi sonradan oluşan, beklenmeyen ve öngörülemeyen nedenlerle sosyal hayattan uzaklaşan, çalıştığı işinden dahi ayrılmak durumunda kalabilen bireyin bu durumu kabullenmesi ve uyum sağlaması daha güç olmaktadır. Sağlık sorunlarına ek olarak ekonomik sıkıntıların da yaşamına eşlik etmesi bireyin öfke düzeyini arttırdığı kanaati taşınmaktadır.

Engel durumuna göre engelli bireylerin kontrol altına alınmış öfke düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ortopedik ve görme engelli bireylerin işitme ve süreğen engelli bireylere göre öfkesini daha fazla kontrol edebildiği bulunmuştur. Son dönemlerde ülkemizde çıkan yasalar ve erişilebilirlik imkânlarının artırılmasıyla ortopedik ve görme engelliler daha fazla kendilerini ifade edebilmekte ve hayatı kolaylaştıran çeşitli araçlarla sosyal yaşamın içerisinde yer alabilmektedir. Sosyal yaşam içinde daha fazla yer alan engelli birey daha olumlu duygular geliştirebilir ve böylece öfkesini kontrol etme, daha sakin bir iletişim ve ilişki geliştirerek öfke düzeyi

azalabilir. İşitme engellilerin önündeki en büyük engel iletişim sorunudur. Kendisini ifade etmekte güçlük duyan bireyin öfkesini kontrol etmesi de güçleşmektedir. Süreğen engelli bireylerin ise hastalıkları nedeniyle yaşadıkları psiko-sosyal değişim ve belirsizlikler, sürekli öfke düzeyinin artmasına ve öfkesini kontrol edememesine neden olmaktadır kanaati taşınmaktadır.

Engellilerin Sürekli Öfke Ölçeği ve alt boyutlarından aldıkları puanlara baktığımızda ekonomik duruma göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Ekonomik durumu, 999TL ve altı olanların almış olduğu sürekli öfke ve dışa vurulan öfke puanları ekonomik durumu 1.000 ve üstü olanlardan yüksek bulunmuştur. Engelli bireylerin ekonomik durumu düştükçe sürekli öfke ve dışa vurulan öfke düzeyi artmaktadır. İçte tutulan öfke alt boyutunda ise 999TL ve altı ekonomik durumdaki bireyler ile 2.000TL ve üstü olan bireylerin aldıkları puan ortalamaları 1.000-1.999TL olanlardan daha yüksek bulunmuştur. 1.000-1.999TL geliri olan bireyler öfkesini daha az içine atmakta kendini daha fazla ifade edebilmektedir. Gelir durumu 999TL ve altı olanlar ile gelir durumu 2.000TL ve üstü olanlar çeşitli nedenlerle daha fazla öfkesini içinde tutmakta, kendisini ifade etmeyi tercih etmemektedir. Araştırmamızın soruları ölçekle sınırlı olduğu için öfkesini içe yönelten bireylerin neden ifade etmediği konusuna ışık tutulamamıştır.

Alanyazına bakıldığında; öfke ile ilgili ergenlerle yapılan çeşitli çalışmalar ortaya konmuştur. Değişkenler açısından genelde cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, ana-baba tutumları, ana-baba eğitim düzeyi ve ailenin gelir düzeyi açısından saldırganlığın ve öfkenin değişip değişmediği ortaya koyulmuştur. (Karataş, 2008; Karaca ve Şahin, 2011; Gündoğdu, 2010; Baygöl, 1997; Tuzgöl, 1998; Durak Batıgün, 2002; Bolat-Karataş, 2002; Balkaya ve Şahin, 2003; Tambağ ve Öz, 2005). Sağlık çalışanlarıyla ilgili yapılan cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu değişkenlerine göre öfkenin değişip değişmediğine yönelik araştırmada öfkenin erkek katılımcılar ve boşanmış katılımcılar yönünde anlamlı farklılık yaratacak ölçüde yüksek olduğu görülmüştür (Keskin, Gümüş ve Engin 2011).

Araştırmada engellilerin öz-yeterlilik ve öfke düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Öz-yeterlilik kişinin bir işi ve etkinliği yapabilme, mücadele edebilme ve hedefe ulaşabilme konusunda kendine inancıdır. Öfke ise tüm bireylerde var olan

doğru yönlendirme halinde bireye motivasyon sağlayan güdüleyici bir güçtür. Literatürde, öfkenin gerçek veya varsayılan bir engellenme, tehdit, hayal kırıklığı, eleştirilme, küçümsenme veya haksızlık karşısında oluştuğu vurgulanmaktadır (Balkaya ve Şahin, 2003). Öfkenin kaynağı, kültüre, kişiden kişiye ve yaşamsal dönemlere göre değişiklik gösterebilir. Öz-yeterliliğin kaynakları ise, kişisel deneyimler, vekâleten deneyimler, sözel ikna ve fizyolojik ve psikoloji durumudur. Öz-yeterlilik ile öfkenin farklı kaynaklardan beslenmesinden dolayıyla aralarında anlamlı bir ilişki oluşturmayabilir.

Genel öz-yeterlilik ve yılmama alt boyutu ile kontrol altına alınmış öfke arasında çok zayıf olmakla birlikte pozitif bir ilişki bulunmaktadır. Engellilerin öz-yeterlilik düzeyi arttıkça öfkesini kontrol etme düzeyi de artmaktadır. Kendine olan inancı ve mücadele gücü olumlu olan birey öfkesini kontrol edebilmekte tersi durumda ise öfkesini kontrol edememektedir. Ancak araştırmamızdan elde edilen sonuca göre bu ilişki çok zayıf bir ilişki düzeyindedir.

Genel öz-yeterlilik ve başlama, yılmama alt boyutları ile içte tutulan öfke arasında zayıf, negatif yönde bir ilişki bulunmaktadır. Engellilerin zor ve karmaşık işlere girebilme yeterliliği, mücadele gücü ve kendine güven düzeyi arttıkça içte tutulan öfke düzeyi azalmaktadır. Birey kendine güveni arttıkça, öfkesini içine atmak yerine ifade etme yoluna başvuruyor, kendine güveni azaldıkça öfkesini içine atmayı tercih ediyor olabilir. Araştırmamızda bu ilişki anlamlı olmasına karşın aralarında zayıf bir ilişkinin olduğu dikkati çekmiştir.

Genel öz-yeterlilik ve alt boyutları ile dışa vurulan öfke arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Bireylerin, engellenme, eleştirilme, reddedilme vb. olumsuz yaşantılar nedeniyle öfke duyması, bilişsel yapılarına ve uyarıcının türüne göre çeşitli yollarla ifade edilebilmektedir. Tokat, tekme atma, küfür veya tehdit etme gibi kişinin başkalarını incitmeyi ve zarar vermeyi hedefleyerek sergilediği öfke duygusu, kişinin bilişsel algılarıyla şekil almakta olduğundan öz-yeterlilik ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmaması beklenebilir bir sonuç olarak değerlendirilmektedir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma, engelli bireylerin öz-yeterlilik ve öfke düzeyleri arasında ilişki olup olmadığını tespit etmek ayrıca engelli bireylerin öz-yeterlilik ve öfke düzeylerinin yaş, cinsiyet, engel durumu, engel derecesi, eğitim durumu, medeni durum, ekonomik durum ve meslek gibi demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul ilindeki 18–55 yaş arasındaki engelli bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, ortopedik, görme, işitme ve süregen engelli seçkisiz olmayan uygun örnekleme yöntemiyle seçilmiş 115 kadın, 100 erkek toplam 215 engelli birey oluşturmaktadır. Örneklem, Kasım-Aralık 2015 tarihlerinde, İstanbul ilinde bulunan Bayrampaşa Belediyesi Fizik Tedavi ve Engelliler Rehabilitasyon Merkezi, Türkiye Sakatlar Derneği Aksaray Şubesi, İşitme Engelliler ve Aileleri Derneği Aksaray Şubesi, Şişli İşitme ve Konuşma Engelliler Derneği Mecidiyeköy Şubesi, Altınokta Körler Vakfı Mecidiyeköy Şubesi ve Gözder Görme Engelliler Derneği'nde kayıtlı engellilerden seçilmiştir. Veri toplama araçları olarak, “Kişisel Bilgi Formu”, “Genel Öz-yeterlilik İnanç Ölçeği” ve “Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizi SPSS 22.0 for Windows programı yardımıyla yapılmıştır. Verilerin analizinde, frekans, yüzde, ortalama, standart sapma, t-testi, tek yönlü varyans (Anova) analizi, Kruskal Wallis-H Testi ve Pearson korelasyon teknikleri kullanılmıştır. Ayrıca varyans analizi ve t-testi için önce Levene testi uygulanarak dağılımın normal olup olmadığına bakılmıştır. Varyans analizinde  $p < 0,05$  olduğunda gruplar arasındaki farkın kaynağını öğrenmek için tamamlayıcı Post-Hoc analizi olarak Scheffe testleri kullanılmış, sonuçlar %95 güven aralığında,  $p < 0,05$  anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar şu şekildedir:

- 1- Engelli bireylerin genel öz-yeterlilik ile başlama, yılmama ve ısrar alt boyutlarının “orta” düzeyde olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.
- 2- Engelli bireylerin sürekli öfke ile kontrol altına alınmış, içte tutulan ve dışa vurulan öfke alt boyutlarının “orta”, düzeyde olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

3- Engelli bireylerin öz-yeterlilik düzeyi ile cinsiyet, yaş, engel durumu, eğitim durumu, medeni durum, meslek değişkenleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

4- Engel derecesi %60–79 oranında olan engelli bireylerin, engel derecesi %40–59 ile %80–100 arasında olan engellilerden daha düşük öz-yeterlilik ve yılmama düzeyine sahip olduğu bulgusuna erişilmiştir.

5- Bu araştırma verilerine göre %60–79 oranındaki bireylerin işitme engelliler, %40–59 oranındaki bireylerin, ortopedik ve süreğen engelliler ve %80–100 oranındaki bireylerin görme engelliler lehine ağırlıkta olduğu tespit edilmiştir.

6- Ekonomik durumu 2.000TL ve üstü olan engelli bireylerin öz-yeterlilik düzeyleri 999TL ve altı olanlardan daha yüksek bulunmuştur. Ekonomik durumu 1.000TL ve üstü olan engelli bireylerin başlama düzeyi, 999TL ve altı olan bireylerden daha yüksek bulunmuştur.

7- Engellilerin öfke düzeyi ile cinsiyet, yaş, engel derecesi, eğitim durumu, medeni durum ve mesleğe göre anlamlı bir fark bulunmamıştır.

8- Süreğen engel grubundaki bireylerin, öfke düzeyleri, ortopedik, görme ve işitme engelli bireylerden daha yüksek bulunmuştur.

9- Ortopedik ve görme engelli bireylerin öfke kontrol düzeyi işitme ve süreğen engelli bireylerden daha yüksek bulunmuştur.

10- Ekonomik durumu, 999TL ve altı olan bireylerin sürekli öfke ve dışa vurulan öfke düzeyleri ekonomik durumu 1.000TL ve üstü olanlardan daha yüksek bulunmuştur.

11- Ekonomik durumu, 999 TL ve altı ile 2.000TL ve üstü olan bireylerin içte tutulan öfke düzeyi 1.000-1.999TL olanlardan daha yüksek bulunmuştur.

12- Engelli bireylerin öz-yeterlilik ve öfke düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.



13- Genel öz-yeterlilik ve yılmama alt boyutu ile kontrol altına alınmış öfke arasında çok zayıf olmakla birlikte pozitif bir ilişki bulunmuştur.

14- Genel öz-yeterlilik ve başlama, yılmama alt boyutları ile içte tutulan öfke arasında zayıf, negatif yönde bir ilişki bulunmuştur.

15- Genel Öz-yeterlilik ve alt boyutları ile Dışa vurulan öfke arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Araştırma genel olarak ele alındığında, engelli bireylerin öz-yeterlilik ve öfke düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıkmamıştır. Araştırma sonucuna göre “orta” düzeyde alınan öz-yeterlilik ve öfke puanlarının olumlu bir değer olduğu düşünülmektedir. Engellilerin, yaşamış oldukları tıbbi, mesleki, sosyal, toplumsal sorunlarını olumlu bir bakış açısı ile ele alma şekilleri öz-yeterlilik ve öfke düzeyinin belirlenmesinde etkili olmuştur.

Süreğen engelli bireylerin, öfke düzeyleri, ortopedik, görme ve işitme engelli bireylerden daha yüksek bulunmuştur. Süreğen engellilik, kalp damar hastalıkları, kanserler, sinir sistemi hastalıkları vb. kişinin çalışma kapasitesinin etkilendiği, sürekli bakım ve tedavi gerektiren hastalıklar grubundadır. Bireyin yaşamında sonradan oluşan ve yaşam kalitesinin bozulmasına, sosyal yaşamdan uzaklaşmasına neden olan bu tür rahatsızlıklar bireyin engelini kabul sürecinin uzamasına ve öfke düzeyinin artmasına neden olabilmektedir.

İşitme engelli bireylerin öz-yeterlilik düzeyleri ortopedik, görme ve süreğen engelli bireylerden daha düşük bulunmuştur. İşitme engelli bireylerin iletişim kanallarının ve eğitim-öğretim imkânlarının diğer engel gruplarına kıyasla sınırlı olması, kendilerini yeterince ifade edememesi, öğrenmelerini olumsuz etkilemektedir. Yaşadığı işitme kaybı nedeniyle hem duyuşal bozukluk hem de iletişim ve öğrenmede sorunlar yaşayan birey toplumsal alanda yalnızlaşmaktadır. Bu nedenle işitme engelli bireyin en önemli sorunlarından biri olan iletişim ve eğitim sorunlarının ivedilikle çözümlenmesi için uygulamalar getirilmesi gerekmektedir.

Bu araştırmaya göre bireyin öz-yeterlilik ve öfke düzeylerinde ekonomik gelirin önemli bir değişken olduğu tespit edilmiştir. Bu nedenle engellilerin istihdamının kolaylaştırılması ve arttırılması yönünde gerekli tedbir ve takiplerin yapılması gerekmektedir.

Son yıllarda yürürlüğe konan hükümet politikaları ile getirilen her türlü yasal ve sosyal haklar ışığı altında engelliler her geçen gün daha iyi bir yaşam kalitesine kavuşmaktadır. Ülkemizdeki tüm bireylerin SGK kapsamında Genel Sağlık Sigortası'ndan yararlanması nedeniyle sağlık hizmetinden gerektiği gibi yararlanması, ağır engelli bireylerin refakatçilerine Evde Bakım Parası bağlanması, EKPSS (Engelli Kamu Personeli Seçme Sınavı) ile istihdam içinde yer alması, İş Kanunu'nda yer alan engelli çalıştırmayan işletmelere getirilen yüksek cezalar nedeniyle engelli istihdamının artması, engelli bireylerin Őehir içi ve Őehirlerarası ulaşımdan ücretsiz/indirimli yararlanması, çeşitli sanat ve müze faaliyetlerinden ücretsiz yararlanması, telefon, su gibi giderlerde indirim uygulanması vb. uygulamalar nedeniyle engelliler daha iyi bir yaşam seviyesine kavuşabilmektedir. Hayat standardı yükselen her bireyde olduğu gibi engelli bireyin de hayat standardının yükselmesi öz-yeterlilik düzeyini arttıracadığı gibi öfke düzeyinin de düşmesine sebebiyet verecektir.

z-yeterliliğin güçlendirilmesi için engelli bireylere fırsat eşitliği sağlanarak topluma tam ve etkin katılımının sağlanması gerekmektedir.“Fırsat eşitliği” bazı kişi ya da grupların özel durumları nedeniyle diğerlerinden daha başlangıçta farklı olduğunu ve bu kişilerin fırsatlara erişimleri sağlanmadığı ve yasal güvenceye kavuşturulmadığı sürece toplumun geri kalanıyla eşit olamayadığını savunan bir eşitlik türüdür (ağlar, 2009). Devlet bu nedenle engelli vatandaşlarından yana pozitif ayrımcılıkla tüm bireyleri topluma dâhil edecek gerekli önlemleri almalıdır. Ancak unutulmamalıdır ki, toplumun içinde yaşamak, topluma dâhil olmak anlamına gelmez. Topluma dâhil olmak, toplumun içinde herkesle birlikte ve toplumsal yaşamın tüm alanlarında (ekonomik, sosyal, politik, kültürel ve kamusal) aktif olarak yer almaktır (ağlar, 2009). Oysa engelli bireylerin topluma katılmada karşılaştıkları engellerin bedensel sınırlılıklarından daha fazla kısıtlayıcı olduğu görülmektedir (Canarşlan ve Tezel, 2005).

Tüm engel gruplarının toplum içinde var olabilmesi için ihtiyaç duyulan yasal düzenlemelerin getirilerek takibinin yapılması sadece engellilerin değil tüm insanlığın yaşamını kolaylaştıracaktır. Engelli olma hali aslında insan olma halinin bir parçasıdır ve bu nedenle tüm insanlığı ilgilendirmektedir. Dünyada bitmeyen savaş ve terör eylemleri, dünya nüfusundaki yaşlanma, çeşitli kronik hastalıkların ortaya çıkması vb. nedenlerle dünya üzerinde her geçen gün engelli sayısı hızla artmakta, herkes doğrudan ya da dolaylı olarak bir çeşit engellilik ile karşı karşıya kalmaktadır.

Ülkemizde engel türlerine göre ayrıştırılmış okullar büyük kentlerle sınırlı ve sayısı engelli çocuklarımızı kapsamayacak kadar yetersizdir. Kaynaştırma eğitimi alabilecek engelli çocukların normal gelişim gösteren çocuklarla aynı okullarda eğitim alabilmeleri için fiziki şartların ve eğitim araç-gereçlerinin tüm bireyleri kapsayacak şekilde düzenlenmesi gerekmektedir. Normal okula devam edemeyecek engelliler için ise engel grubuna göre ayrıştırılmış okulların sayısının artırılarak, tüm engellilerin eğitim sistemine dâhil olması engelli bireyin kendine olan inancını arttıracaktır. Engellilerle ilgili toplumsal farkındalığı artıracak çalışmalara yer verilmesi, özellikle öğrencilere, öğretmenlere, kamu kurum ve kuruluşlarında çalışan personele engellilerle iletişim yollarının öğretilmesi, projeler geliştirilmesi, işaret dilinin yaygınlaştırılması vb. engelli bireylerin toplumsal alanda hayatını kolaylaştıracak uygulamaların geliştirilmesi engelli bireyin kendini inancını arttırarak depresyon, stres, anksiyete, öfke, umutsuzluk vb. olumsuz duygu ve düşüncelere yol açan etkenleri kontrol altına almasını ve olumsuzluklarla baş edebilmesini kolaylaştıracaktır.

Engelli bireylerin hayatlarını kolaylaştırmak için yürürlüğe konacak her türlü yasal ve sosyal haklarla engelli bireylerin öz-yeterlilik düzeyinin yükseltilmesi, toplum içinde yer alarak daha fazla söz sahibi olması insan olmanın bir gereğidir.

## **Öneriler**

Bu araştırmanın sonuçları ışığında uygulayıcılara ve araştırmacılara aşağıdaki önerilerde bulunulabilir;

### **Uygulayıcılara Öneriler**

- 1- Engellilere eşit hak ve fırsatlar verilerek eğitim, istihdam, erişilebilirlik olanaklarının artırılması sağlanmalıdır.
- 2- Engelliler ile ilgili yapılacak her türlü yasa, uygulama, düzenleme ve temsilde engellilere yer ve söz verilmelidir.
- 3- “Engelli hakkı” değil “insan hakkı” bilincinin yerleştirilmesi için toplumsal farkındalık çalışmaları yapılmalıdır.
- 4- Bu alanda etkin ve kaliteli sivil toplum çalışmaları yapılması sağlanmalıdır.

### **Araştırmacılara Öneriler**

- 1- Alanyazında engellilerin öz-yeterlilik ve öfke düzeylerine yönelik araştırmalara yeterince ulaşılamadığından bu yönde araştırmalar yapmak yararlı olacaktır.
- 2- İstanbul ili örneği ele alınarak yapılan bu araştırmanın benzeri başka illerde de gerçekleştirilerek karşılaştırmalar yapılabilir.
- 3- Engellilerin soruları cevaplayabilme ve algılayabilmesi oldukça güç olmaktadır. Bu nedenle araştırmacının sabırlı olması ve araştırmayı uzun bir süreye yayması daha sağlıklı olacaktır.
- 4- İşitme engellilerin kelime hazineleri oldukça yetersiz olduğundan ölçek sorularını cevaplandırmalarında güçlükler yaşanmıştır. Bu sorunu aşmak adına katılımcılara soruları açıklamak ve aynı anlama gelecek şekilde basitleştirmek sağlıklı veri elde etmek için yararlı olacaktır.
- 5- Bu araştırma öfke ifade etme açısından sınırlıdır. Araştırma bireylerin hangi durumlarda öfkelerini kime karşı ve nasıl ifade ettiğini ortaya koymamaktadır. Araştırma sonuçları öfkeyi ifade etme açısından bireylerin kimlere karşı bu öfkelerini içe, dışa yansıttığı ve öfkelerini kontrol ettiği ele alınabilmiş olsaydı daha farklı ve ayrıntılı değerlendirilme yapılabilirdi. Bu nedenle engellilerin kimlere ve hangi duruma göre öfke düzeyinin arttığını araştırmak yararlı olacaktır.

## KAYNAKÇA

### *Kitaplar*

- ANKAY, Aydın (2002), *Psiko Siyasal Yönüyle Saldırganlık ve Terör*, Turhan Kitabevi, Ankara.
- BUDAK, Selçuk (2000), *Psikoloji Sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara.
- ÇAĞLAR, Selda (2009), *Uluslararası Hukuk ve Türk Hukuk Sisteminde Engellilerin Eğitim Hakkı ve Devlet Yükümlülükleri*, Beta Yayınları, İstanbul.
- CÜCELOĞLU, Doğan (1991), *İnsan ve Davranışı*, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- DİE (T.C. Başbakanlık Devlet İstatistik Enstitüsü), (2004) *2002 Türkiye Özürlüler Araştırması*, Devlet İstatistik Enstitüsü Matbaası, 150s, Ankara.
- GEÇTAN, Engin (1995), *İnsan Olmak*, 16. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- KARASAR, Niyazi (2013), *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- KÖKNEL, Özcan (1999), *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*, 15.Basım, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.
- KÖKNEL, Özcan (2000), *Bireysel ve Toplumsal Şiddet*, 2. Basım, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.
- SENEMOĞLU, Nuray (2009) *Gelişim Öğrenme Ve Öğretim: Kuramdan Uygulamaya*, Geliştirilmiş 15.Baskı, Pegem Akademi, Ankara.
- SEYYAR, Ali (2006), *Özürlülere Adanmış Sosyal Politika Yazıları*, Adapazarı Büyükşehir Belediyesi, 358s, Adapazarı.
- ŞENOCAK, Mustafa (1986), *Tıbbi İstatistik (Genel Kavramlar-Uygulama Modelleri)*, Arkadaş Tıp Kitapları, İstanbul.
- ÜN-AÇIKGÖZ, Kamile (2000), *Etkili Öğrenme ve Öğretme*, Kan Yılmaz Matbaası, İzmir.
- VOLTAN-ACAR, Nilüfer (2004), *Ne kadar farkındayım? Gestalt Terapi*, Babil Yayıncılık, Ankara.
- YAZGAN İNANÇ, Banu, BİLGİN, Mehmet ve KILIÇ ATICI, Meral (2005), *Gelişim Psikolojisi: Çocuk ve Ergen Gelişimi*, 2.Baskı, Nobel Kitabevi, Adana.
- YILMAZ, Emre ve TUZGÖL-DOST, Meliha (2015), *13.Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetler Kitabı*, Sayfa, 24, Mersin.

## ***Sürelî Yayınlar***

- AKKOYUNLU, Buket, ORHAN, Feza, ve UMay, Aysun (2005), *Bilgisayar Öğretmenleri İçin Bilgisayar Öğretmenliği Öz-Yeterlik Ölçeği Geliştirme Çalışması*, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt-Sayı 29: 1-8, Ankara.
- AKSOY, Veysel ve DİKEN, H.İbrahim (2009), *Rehber Öğretmenlerin Özel Eğitimde Psikolojik Danışma ve Rehberliğe İlişkin Öz Yeterlik Algılarının İncelenmesi*, Elementary Education Online, 8(3):709-719, Ankara.
- AKYOL, Ufuk (2003), *Depresyon*, *Bütün Dünya Dergisi*, (1):129, Ankara.
- ALBAYRAK, Banu ve KUTLU, Yasemin (2009). *Ergenlerde Öfke İfade Tarzı Ve İlişkili Faktörler*, Maltepe Üniversitesi, Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi, Cilt:2, Sayı:3, İstanbul.
- AŞKAR, Petek ve UMay, Aysun (2001). *İlköğretim Matematik Öğretmenliği Öğrencilerinin Bilgisayarla İlgili Öz Yeterlik Algısı*, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi, 21, 1-8, Ankara.
- AYIK, Ahmet , SAVAŞ, Mücella ve YÜCEL, Engin (2015), *İlkokullarda Görev Yapan Okul Müdürlerinin Genel Öz Yeterlik ile Örgütsel Bağlılık Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Sayı 22: 193-218, Uşak.
- DONAT-BACIOĞLU, Seda ve ÖZDEMİR, Yalçın (2012), *İlköğretim Öğrencilerinin Saldırgan Davranışları ile Yaş, Cinsiyet, Başarı Durumu ve Öfke Arasındaki İlişkiler*, Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi, Uluslar arası E-Dergi, Cilt:2, Sayı:2, İstanbul.
- BALKAYA, Feza (2001), *Öfke: Temel Boyutları, Nedenleri ve Sonuçları*, Türk Psikoloji Dergisi, 4 (7), 21- 45, Ankara.
- BALKAYA, Feza ve ŞAHİN, Nesrin H. (2003), *Çok Boyutlu Öfke Ölçeği*, Türk Psikiyatri Dergisi, 14 (3), 192-202, Ankara.
- BASIM, H.Nejat, KORKMAZYÜREK, Haluk ve TOKAT, A.Osman (2008), *Çalışanların Öz-yeterlilik Algılamasının Yenilikçilik Ve Risk Alma Üzerine Etkisi*, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 19:121-139, Konya.
- BAYRI, Fadime ve KELLEÇİ, Meral (2009), *Hemşirelerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları ile Genel Sağlık Durumları Arasındaki İlişki*, Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri Dergisi, Cilt:1, Sayı:2, Ankara.
- BÖLÜKBAŞI, Renan (2004), *Toplum Temelli Rehabilitasyon*, Öz-Veri Dergisi, 1 (1).

- BULUT SERİN, Nerguz ve GENÇ, Hicran (2011), *Öfke Yönetimi Eğitimi Programının Ergenlerin Öfke Denetimi Becerilerine Etkisi*, Türk Eğitim Derneği, Eğitim ve Bilim Dergisi, Cilt 36, Sayı 159, Ankara.
- CANARSLAN, Harun ve TEZEL, Dilber (2005), *Trakya Üniversitesi Engelli Çocuklar Merkezindeki Çocuklarda Özürlü Kimlik Kartı Kullanımı, Toplum ve Sosyal Hizmet*, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Bölümü Yayını, Cilt 16, Sayı 1, 45-59, Ankara.
- COŞANSU, Gülhan ve ERDOĞAN, Semra (2010), *Çok Boyutlu Diyabet Anketi Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması*, Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 13(4):10-18, Erzurum.
- ÇUBUKÇU, Zühal ve GİRMEN, Pınar (2007), *Öğretmen Adaylarının Sosyal Öz-yeterlik Algılarının Belirlenmesi*, Osmangazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Dergisi, 8(1), Eskişehir.
- EKİNCİ, Necla (2015). *Öğretmen Adaylarının Öğrenme Yaklaşımları ve Öğretmen Öz-yeterlik İnançları Arasındaki İlişki*, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 30(1): 62-76, Ankara.
- ERKUŞ, Ahmet ve GÜNLÜ, Ebru (2009), *İletişim Tarzının Ve Sözsüz İletişim Düzeyinin Çalışanların İş Performansına Etkisi: Beş Yıldızlı Otel İşletmelerinde Bir Araştırma*, Anatolia, Turizm Araştırmaları Dergisi, 20(1):7-24, Ankara.
- GÜL, İsa ve ADIGÜZEL, Orhan (2015), *Sağlık Kurumları Yöneticiliği Lisans Bölümü Öğrencilerinin Öz Yeterlilik Düzeylerinin İncelenmesi*, Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, Cilt:8, Sayı:36, Sinop.
- GÜNDOĞDU, Rezzan (2010), *9.Sınıf Öğrencilerinin Çatışma Çözme, Öfke ve Saldırganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt 19, Sayı 3, Sayfa 257-276, Adana.
- CANTÜRK GÜNHAN, Berna ve BAŞER, Neşe (2007), *Geometriye Yönelik Öz-yeterlilik Ölçeğinin Geliştirilmesi*, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi, 33, 68-76, Ankara.
- HAZIR BIKMAZ, Fatma (2004), *Sınıf Öğretmenlerinin Fen Öğretiminde Öz-yeterlilik İnanç Ölçeğinin Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması*, Milli Eğitim Dergisi, 31(161), 172-180, Ankara.
- KARACA, Semra, ŞAHİN, Oksay ve ŞAHİN Ayşegül (2011), *Görme Engelli Ergenlerin Öfke Düzeyi ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi*, Yeni Sempozyum, Psikiyatri, Nöroloji ve Davranış Bilimleri Dergisi, Cilt 49, Sayı 4, İstanbul.

- KARADAĞ, Ezgi, AKSOY DERYA, Yeşim, UCUZAL Meral (2009), *Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Öz Etkililik-Yeterlik Düzeyleri*, Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi, 4(1):13–20, İstanbul.
- KARADEMİR, Nadire (2010), *Coğrafya Öğretmenlerinin Alanlarına İlişkin Öz-yeterlik Algılarının İncelenmesi*, e-Journal of New World Sciences Academy, 5(4):2034–2048, Elazığ.
- KAYA, Nurten, KAYA Hatice, YALÇIN ATAR, Nurcan ve diğerleri (2012), *Hemşirelik ve Ebelik Öğrencilerinin Öfke ve Yalnızlık Özellikleri*, Koç Üniversitesi, Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 2012;9 (2): 18-26, İstanbul.
- KESEN, N.Feyzal, DENİZ, M.Engin ve DURMUŞOĞLU, Neslihan (2007), *Ergenlerde Saldırganlık Ve Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişki: Yetiştirme yurtları üzerinde bir araştırma*, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17: 353-364, Konya.
- KESKİN, Gülseren, BABACAN GÜMÜŞ, Aysun ve ENGİN, Esra (2011), *Bir Grup Sağlık Çalışanında Öfke ve Mizaç Özellikleri: İlişkisel Bir İnceleme*, Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi, Cilt 24, Sayı 3, İstanbul.
- KIRAN ESEN, Binnaz ve ÇELİKKALELİ, Öner (2008), *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Düzeyleri ile Sürekli Öfke ve Öfke İfade Biçimlerinin İncelenmesi*, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt 3, Sayı 29, Ankara.
- KORKUT, Kübra ve BABAOĞLAN Emine (2012), *Sınıf Öğretmenlerinin Öz-yeterlilik İnançları*, Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi, Cilt 8, Sayı 16, Zonguldak.
- KOTAMAN, Hüseyin (2008), *Öz-yeterlilik İnanç ve Öğrenme Performansının Geliştirilmesine İlişkin Yazın Taraması*, Uludağ Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi, XXI (1), 111-133, Bursa.
- KURBANOĞLU, S.Serap (2004), *Öz-Yeterlik İnanç ve Bilgi Profesyonelleri için Önemi*, Bilgi Dünyası, 5(2):137-152, Ankara.
- ONAY, Meltem, SÜSLÜ, Zeynep Hale, KILCI, Sevde (2011), *İletişim Tarzının ve Sözsüz İletişimin Çalışanların İş Performansına Etkisi, Posta dağıtıcıları ve Hemşireler üzerine bir araştırma*, Selçuk Üniversitesi İ.İ.B.F. Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi, 15(21):139-175, Konya.
- ÖNCÜ, Hüseyin (2012), *Akademik Özyeterlik Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması*, Ahi Evran Üniversitesi, Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD) Cilt 13, Sayı 1, Sayfa 183-206, Kırşehir.
- ÖZER, Abdülkadir (1994a), *Sürekli Öfke (SL-ÖFKE) ve Öfke İfade Tarzı (ÖFKE-TARZ) Ölçekleri Ön Çalışması*, Türk Psikoloji Dergisi, 9(31): 26–35, Ankara.



- ÖZER, Abdülkadir (1994b), *Öfke, Kaygı ve Depresyon Eğilimlerinin Bilişsel Alt Yapısıyla İlgili Bir Çalışma*, Türk Psikoloji Dergisi, 9(31), 12-25, Ankara.
- SAVAŞIR, Işık ve ŞAHİN, Nesrin (1997), *Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 71-78, Ankara.
- SENEMOĞLU, Nuray, DEMİREL, Melek, YAĞCI, Esed, ve ÜSTÜNDAĞ, Tülay (2009), *İlköğretim Sınıf Öğretmenlerinin Öz yeterlik inanç Düzeyleri*, Humanity & Social Sciences Journal, 4(2): 164-171.
- SERGEK, Esra, SERTBAŞ ve Gülümser (2006), *SSK Hastanesinde Çalışan Hemşirelerin Sosyo-demografik Özellikleri ve Öz-etkililik, Yeterlilik Düzeyleri*, Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 9(1):41-48, Erzurum.
- SOYKAN, Çiğdem (2003), *Öfke ve Öfke yönetimi*, Kriz Dergisi, 11 (2): 19-28, Ankara.
- TAMBAĞ, Hatice ve Öz, Fatma (2005), *Aileleri İle Birlikte Ve Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan Ergenlerin Öfke İfade Etme Biçimleri*, Kriz Dergisi, 13 (1): 11-21, Ankara.
- UYSAL, İbrahim (2013), *Akademisyenlerin Genel Öz-Yeterlik İnançları*, Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt:3, Sayı:2, Edirne.
- ÜNAL KESKİN, Gülseren ve ORGUN, Fatma (2006), *Öğrencilerin Öz-etkililik-yeterlilik Düzeyleri İle Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi*, Anadolu Psikiyatri Dergisi, 7:92-99.
- YARDIMCI Figen ve BAŞBAKKAL, Zümrüt (2011), *İlköğretim Öğrencilerinin Öz-yeterlilik Düzeylerinin Ve Etkileyen Değişkenlerin İncelenmesi*, Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 27(2):19-33, İzmir.
- YILDIRIM, Fatma ve İLHAN, İnci Özgür (2010), *Genel Özyeterlilik Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması*, Türk Psikiyatri Dergisi, 21 (4), 301-308, Ankara.
- YİĞİTBAŞ, Çağla ve YETKİN, Ayşen (2003), *Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Öz-etkililik-yeterlilik Düzeyinin Değerlendirilmesi*, Cumhuriyet Üniversitesi, Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 7(1):6-13, Sivas.
- ZENGİN, Neriman (2007), *Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinde Öz-etkililik-yeterlilik Algısı ve Klinik Uygulamada Yaşanılan Stresle İlişkisinin İncelenmesi*, Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 10(1):49-57, Erzurum.
- YAVUZER, Yasemin ve KARATAŞ, Zeynep (2012), *Ergenlerde Otomatik Düşünceler İle Fiziksel Saldırganlık Arasındaki İlişkide Öfkenin Aracı Rolü*, Türk Psikiyatri Dergisi, 23, 1-7, Ankara.

YILMAZ, Atike, ŞENTÜRK, Uğur ve RAMAZANOĞLU, Fikret (2014), *Bedensel Engellilerde Spor Konulu Araştırmaların İçerik Analizi*, Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi, Cilt:3, Sayı:1-2.

### **Tezler**

AKGÜL, Nurcan (2008), *Sivas İl Merkezi Birinci Basamak Sağlık Kurumlarında Çalışan Sağlık Personelinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Öz-Etkililik-Yeterlilik Düzeylerinin Belirlenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Programı Toplum Sağlığı Hemşireliği Anabilimdalı, Sivas.

BALTACI, Hakan (2008), *İlköğretim Okullarında Görev Yapan Yöneticilerin Bilgisayar Tutumları İle Öz-Yeterlilikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

BAYGÖL, Emel (1997), *Ergenin Öfke Tepkilerinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

ÇEÇEN, Ayşe Rezan (2002), *Duyguları Yönetme Becerileri Eğitimi Programının Öğretmen Adaylarının Duyguları Yönetme Becerileri Üzerindeki Etkisi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

ELİBOL, Fatma (2007), *12-36 Aylar Arasında Çocukları Olan Annelere Verilen Grup Eğitiminin Annelerin Anne-Babalık Görevlerinde Öz yeterliklerine Yönelik Katkısının İncelenmesi*, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

KARAMAN, Nur (2013), *Evlilik Öncesi İlişki Değerlendirmenin Yordayıcısı Olarak Aile İletişim Kalıpları*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

KARATAŞ, Zeynep (2008), *Bilişsel Davranışsal Teknikler İle Psikodrama Teknikleri Kullanılarak Yapılan Grupla Psikolojik Danışma Uygulamalarının Ergenlerde Saldırganlığı Azaltmadaki Etkilerinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

KISACI, İbrahim (1997), *Üniversite Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Göre Sürekli Öfke Ve Öfke İfade Düzeyleri*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

KOÇAK, Erhan (2008), *Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Fakültesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana.

- ÖZTEKE, Hatice İrem (2011), *İlköğretim Okullarında Çalışan Psikolojik Danışmanların Sosyal Karşılaştırma ve Öz Bilinç Düzeyleri İle Psikolojik Danışman Öz-yeterlik İnancı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- UZUN PEKMEZCİ, Gülperi (2010), *Hemşirelerin Örgütsel Bağlılıkları ile Öz yeterlilik Algısı Arasındaki İlişkiler*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü Hastane ve Sağlık Kuruluşlarında Yönetim Bilim Dalı, İstanbul.
- SAÇAR, Berna (2007), *İlköğretim Sekizinci Sınıf Öğrencilerinin Öfke Tepkisiyle Arkadaş Bağlılığının İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Adana.
- SONUÇ, Aysen (2012), *Zihinsel Engellilerde Sporun Öfke Düzeyine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu MehmetBey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
- TUZGÖL, Meliha (1998), *Ana-baba Tutumları Farklı Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- UYANIKER, Eray Adar (2014), *Yönetici Hemşirelerin Genel Öz Yeterlilik İnancı ile Zaman Yönetimi Arasındaki İlişki*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Tez Yöneticisi; Yrd. Doç. Dr. Makbule Batmaz, Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

### ***İnternet Adresleri***

<http://www.eyh.gov.tr>

[http://eyh.aile.gov.tr/data/54a2794a369dc573a8b4aa6f/ozurlulerin\\_sorun\\_ve\\_beklentile\\_ri\\_arastirmasi\\_2010.pdf](http://eyh.aile.gov.tr/data/54a2794a369dc573a8b4aa6f/ozurlulerin_sorun_ve_beklentile_ri_arastirmasi_2010.pdf)

<http://eyh.aile.gov.tr/data/544f6149369dc328a057cfc1/bilgilendirmerehberi2.pdf>

<http://eyh.aile.gov.tr/yayin-ve- kaynaklar/ozveri-dergisi/2004-cilt1-sayi1>

<http://www.ied.org.tr/forum/thread-207.html>

[www.tdk.gov.tr](http://www.tdk.gov.tr)

[http://www.unicankara.org.tr/doc\\_pdf/h\\_righths\\_turkce.pdf](http://www.unicankara.org.tr/doc_pdf/h_righths_turkce.pdf)

[http://www.istatistikanaliz.com/regresyon\\_analizi.asp](http://www.istatistikanaliz.com/regresyon_analizi.asp)

## EKLER

### Ek 1. Kişisel Bilgi Formu

Bu çalışma Engelli Bireyin Öz-yeterlilik İnancının Öfke Düzeyine Etkisinin incelenmesi amacıyla yapılmaktadır. Araştırmadan elde edilen veriler araştırmanın amacı olan bilimsel çalışma dışında kullanılmayacağı gibi herhangi bir kişi ve kuruluşa da verilmeyecektir. Lütfen her bir maddeyi cevaplandırınız.

Araştırmaya gösterdiğiniz ilgiden dolayı teşekkür ederim.

Arzu GÜNER

1) Adı Soyadı:

2) Yaş:

3) Cinsiyet : ( ) Erkek ( ) Kadın

	Ortopedik	Görme	İşitme	Süreğen
4) Engel Durumu				

5) Engel Derecesi : ( ) %40–%59 ( ) %60–%79 ( ) %80–%100

6) Eğitim Durumunuz nedir?

( ) Okur-yazar Değil ( ) Okur-yazar ( ) İlkokul ( ) Ortaokul

( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Yüksek Lisans

7) Medeni Durum: ( ) Evli ( ) Bekâr ( ) Dul ( ) Boşanmış

	Öğrenci	İşsiz	Ev Hanımı	Memur/İşçi	Serbest	Emekli
8) Meslek						

9) Ekonomik Durum:

( ) 999TL ve altı ( ) 1.000–1.999TL ( ) 2.000TL ve üstü

## Ek 2. Genel Öz Yeterlilik İnanç Ölçeği (GÖYİÖ)

Aşağıdaki ifadeler, sizin genel öz yeterliliğinize yönelik inançlarınızı ölçmek için geliştirilmiştir. Bunlar; çeşitli durum veya olaylarla karşılaştığında kişilerin neler yapabileceğini anlatan ifadelerdir. Vereceğiniz yanıtlar araştırmacılar dışında hiç kimse tarafından okunmayacak ve farklı bir amaçla kullanılmayacaktır.

Lütfen her maddeyi dikkatle okuyarak o maddede yer alan ifadenin size ne derece uygun olduğuna karar veriniz.

Verdiğiniz karara göre aşağıdaki ölçeği dikkate alarak yandaki sayılardan uygun olanı daire içine alarak işaretleyiniz.

	GENEL ÖZ-YETERLİLİK İNANÇ ÖLÇEĞİ SORULARI	Sizi ne kadar tanımlıyor?				
		Hiç	Çok az	Yeterince	İyi	Çok İyi
1	Planlar yaparken, onları hayata geçirebileceğimden eminimdir	1	2	3	4	5
2	Sorunlarımdan biri, bir işe zamanında başlayamamamdır.	1	2	3	4	5
3	Eğer bir işi ilk denemede yapamazsam, başarana kadar uğraşırım.	1	2	3	4	5
4	Belirlediğim önemli hedeflere ulaşmada, pek başarılı olamam.	1	2	3	4	5
5	Her şeyi yarım bırakırım.	1	2	3	4	5
6	Zorluklarla yüz yüze gelmekten kaçınırım.	1	2	3	4	5
7	Eğer bir iş çok karmaşık görünüyorsa onu denemeye bile girişmem.	1	2	3	4	5
8	Hoşuma gitmeyen bir şey yapmak zorunda kaldığımda onu bitirinceye kadar kendimi zorlarım.	1	2	3	4	5
9	Bir şey yapmaya karar verdiğimde hemen işe girişirim.	1	2	3	4	5
10	Yeni bir şey denerken başlangıçta başarılı olamazsam çabucak vazgeçerim.	1	2	3	4	5
11	Beklenmedik sorunlarla karşılaştığımda kolayca onların üstesinden gelemem.	1	2	3	4	5
12	Bana zor görünen yeni şeyleri öğrenmeye çalışmaktan kaçınırım.	1	2	3	4	5
13	Başarısızlık benim azmimi arttırır.	1	2	3	4	5
14	Yeteneklerime her zaman çok güvenmem.	1	2	3	4	5
15	Kendine güvenen biriyimdir.	1	2	3	4	5
16	Kolayca pes ederim.	1	2	3	4	5
17	Hayatta karşıma çıkacak sorunların çoğuyla baş edebileceğimi sanmıyorum.	1	2	3	4	5

### Ek 3: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SÖ-ÖTÖ)

#### I. Bölüm

**YÖNERGE:** Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatırken kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da genel olarak nasıl hissettiğinizi düşünün ve ifadelerin sağ tarafındaki sayılar arasında size en iyi tanımlayanı seçerek üzerek (x) işareti koyun. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarfetmeksizin, genel olarak nasıl hissettiğini gösteren cevabı işaretleyiniz.

1. Hiç
2. Biraz
3. Oldukça
4. Tümüyle

	ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA	Sizi ne kadar tanımlıyor?			
		Hiç	Biraz	Oldukça	Tümüyle
1	Çabuk Parlarım.	1	2	3	4
2	Kızgın mizaçlıyım.	1	2	3	4
3	Öfkesi burnunda bir insanımdır	1	2	3	4
4	Başkalarının hataları, yaptığım işi yavaşlatınca kızarım.	1	2	3	4
5	Yaptığım iyi bir işten sonra takdir edilmemek canımı sıkar.	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 hiddetlendirir.	1	2	3	4
9	Engellendiğimde içimde birilerine vurmaya gelir.	1	2	3	4
10	Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirilmesinde çılgına dönerim.	1	2	3	4

## II. Bölüm

**YÖNERGE:** Herkes zaman zaman kızgınlık veya öfke duyabilir. Ancak, kişilerin öfke duygularıyla ilgili tepkileri farklıdır. Aşağıda, kişilerin öfke ve kızgınlık tepkilerini tanımlarken kullandıkları ifadeleri göreceksiniz. Her bir ifadeyi okuyun ve öfke ve kızgınlık duyduğunuzda genelde ne yaptığınızı düşünerek o ifadenin yanında sizi en iyi tanımlayan sayının üzerine (x) işareti koyarak belirtin. Doğru veya yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarfetmeyin.

1. Hiç
2. Biraz
3. Oldukça
4. Tümüyle

	ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA	Sizi ne kadar tanımlıyor?			
		Hiç	Biraz	Oldukça	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	Biraz	Oldukça	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?			
		Hiç	Biraz	Oldukça	Tümüyle
21	Davranışlarımı kontrol ederim.	1	2	3	4
22	Başkalarıyla tartışırım.	1	2	3	4
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?			
		Hiç	Biraz	Oldukça	Tümüyle
26	Gizliden gizliye insanları epeyce eleştiririm.	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?			
		Hiç	Biraz	Oldukça	Tümüyle
31	İçimden insanların fark ettiğinden daha fazla sinirlenirim.	1	2	3	4
32	Sinirlerime hakim olamam.	1	2	3	4
33	Beni sinirlendirenlere, ne hissettiğimi söylerim.	1	2	3	4
34	Kızgınlık duygularımı kontrol ederim.	1	2	3	4



## ÖZGEÇMİŞ

Arzu GÜNER 1973 yılında İstanbul'da doğdu. İlkokulu Etiler Şair Behçet Kemal Çağlar İlkokulunda, Ortaokul ve Lise'yi İstanbul Etiler Lisesi'nde bitirdi. Marmara Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi İktisat bölümünü 1998 yılında derece ile tamamladı. Üniversiteden mezun olduktan sonra İstanbul Menkul Kıymetler Borsası'nda 3 yıl Broker olarak görev yaptıktan sonra çalışma hayatına bir süre ara verdi. Bu arada çeşitli sivil toplum kuruluşlarında gönüllü olarak hizmetler verdi. 2008 yılında Bayrampaşa Belediyesi Fizik Tedavi ve Engelliler Rehabilitasyon Merkezi'nde Müdür olarak göreve başladı. Engellilere yönelik çalışma hayatına devam ederken sosyal bakış kazanabilmek için Anadolu Üniversitesi Sosyoloji Bölümünde ikinci üniversite eğitimini tamamladı. Hasan Kalyoncu Üniversitesi'nde Aile Danışmanlığı eğitimi alarak Aile Danışmanı oldu. Halen Bayrampaşa Belediyesi Fizik Tedavi ve Engelliler Rehabilitasyon Merkezi'nde yönetici ve Aile Danışmanı olarak görev yapmaktadır. Evli ve 2 çocuk annesidir.