

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**ÇOCUKLUK ÇAĞINDA AİLE İÇERİSİNDE ŞİDDETE MARUZ KALMIŞ
BİREYLERDE ÖZGÜVEN VE ÖFKE KONTROL DURUMLARININ
İNCELENMESİ**

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Edagül DURSUN

Tez Danışmanı
Prof.Dr. Mustafa BİLİCİ

İSTANBUL – 2018

TEZ TANITIM FORMU

- YAZAR ADI SOYADI** : Edagül DURSUN
- TEZİN DİLİ** : Türkçe
- TEZİN ADI** : Çocukluk Çağında Aile İçinde Şiddete Maruz Kalmış Bireylerde Özgüven ve Öfke Kontrol Durumlarının İncelenmesi
- ENSTİTÜ** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- ANABİLİM DALI** : Psikoloji
- TEZİN TÜRÜ** : Yüksek Lisans
- TEZİN TARİHİ** : 20.02.2018
- SAYFA SAYISI** : 57
- TEZ DANIŞMANLARI** : Prof.Dr. Mustafa BİLİCİ
- TERİMLERİ** : Aile İçi Şiddet= Domestic Violence
Çocukluk Çağı = Childhood
Öfke Kontrolü = Anger Management
Özgüven =Self-reliance
- TÜRKÇE ÖZET** : Şiddet tüm dünyayı ilgilendiren evrensel bir sorundur. Önemli durumlardan birisi de şiddete çocukluk çağında maruz kalmış olmaktır. Bu çalışma ile çocukluk çağında aile içerisinde şiddete maruz kalan bireylerin özgüven ve öfke kontrol durumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma bulguları, çocukluk çağında aile içerisinde şiddete maruz kalan bireylerin özgüven ve öfke kontrol problemi yaşadıklarını göstermektedir.
- DAĞITIM LİSTESİ** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Edagül DURSUN

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**ÇOCUKLUK ÇAĞINDA AİLE İÇERİSİNDE ŞİDDETE MARUZ KALMIŞ
BİREYLERDE ÖZGÜVEN VE ÖFKE KONTROL DURUMLARININ
İNCELENMESİ**

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Edagül DURSUN

Tez Danışmanı
Prof.Dr. Mustafa BİLİCİ

İSTANBUL – 2018

BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının ederlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Edagül DURSUN

..../..../2018



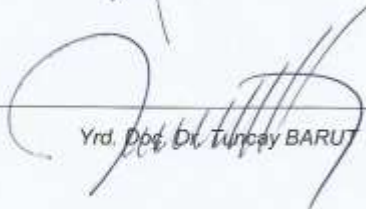
T.C
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Edagül DURSUN'un "Çocukluk Çağında Aile İçerisinde Şiddete Maruz Kalmış Bireylerde Özgüven ve Öfke Kontrol Durumlarının İncelenmesi" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan


Prof. Dr. Mustafa BİLİCİ
(Danışman)

Üye


Yrd. Doç. Dr. Turçay BARUT

Üye


Yrd. Doç. Dr. Necmettin AKSOY

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylanır.

.... / / 2018

Prof. Dr. Nezir KÖSE
Enstitü Müdürü

ÖZET

Şiddet hayatın hemen her alanında karşımıza çıkan ve tüm dünyayı ilgilendiren evrensel bir sorundur.

Önemli noktalarından birisi de birçok kimsenin şiddete çocukluk çağında maruz kalmasıdır. Bu çalışma, aile içerisinde şiddete maruz kalan bireylerin özgüven ve öfke kontrol durumlarını incelemek üzerine yapılmıştır. Araştırmanın evrenini, çalışmaya katılmayı kabul eden 150'si denek grubu (şiddete maruz kalmış bireyler) ve 150'si kontrol grubundan (şiddete maruz kalmamış bireyler) oluşan toplam 300 kişi oluşturmaktadır. Kişiliğin geliştiği ve benliğin oluştuğu bu dönemde şiddete maruz kalmak çocuk için olumsuz bir durumdur. Çocuk, bir yetişkin olduğunda çocukken maruz kaldığı şiddeti ya öğrenerek öfke kontrolü sağlayamayan bir birey olarak varlığını sürdürecektir ya da zarar gören benliği kendine olan güvenini sarsacak, düşük benlik algısı geliştirecektir. Elde edilen bulgular doğrultusunda da çocukluk çağında aile içerisinde şiddete maruz kalan bireylerin özgüven seviyesinin düşük olduğunu ve öfke kontrolünde problem yaşadıklarını söylemek mümkündür.

Anahtar Kelimeler: Şiddet, özgüven, öfke kontrolü.

SUMMARY

Violence is a universal question that comes to mind in almost every field of life and deals the whole world.

One of the important points is that many people are exposed to violence during childhood. This study was undertaken to examine the self-confidence and anger control situations of individuals exposed to violence within the family. The study's universe consists of a total of 300 people, 150 of whom have agreed to participate in the study (individuals exposed to violence) and 150 of whom are not exposed to violence (control group). It is a negative situation for the child to be exposed to violence during this period when your personality develops and you born with. When a child is an adult, he or she will continue to exist as an individual who can't learn the anger of the child by learning about the violence experienced by the child, or the self that is damaged will shake the self-esteem will develop. It is also possible to say that individuals who are exposed to violence within the family during childhood have a low level of self-confidence and experience problems in anger control.

Keywords: Violence, self-reliance, anger management.

İÇİNDEKİLER

	SAYFA
ÖZET	I
SUMMARY	II
İÇİNDEKİLER	III
TABLolarLİSTESİ	V
GRAFİKLER LİSTESİ	VI
EKLER LİSTESİ	VII
ÖNSÖZ	VIII
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM: ŞİDDETİN KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ	2
1.1.ŞİDDET KAVRAMI	2
1.2.ŞİDDETİN TÜRLERİ	4
1.2.1.Psikolojik Şiddet	5
1.2.2.Fiziksel Şiddet	5
1.3.ŞİDDETİN ÇOCUK ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ	6
1.3.1.Şiddetin Çocuk Üzerindeki Psikolojik Etkileri	6
1.3.2.Şiddetin Çocuk Üzerindeki Fiziksel Etkileri	7
1.4.ŞİDDETE TANIK OLMANIN ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ ETKİSİ	7
1.5.ŞİDDETİN MEYDANA GETİRDİĞİ DÖNGÜ	8
İKİNCİ BÖLÜM: ÖZGÜVEN KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ	10
2.1.ÇOCUKTA ÖZGÜVEN GELİŞİMİ	10
2.2.ŞİDDETİN ÖZGÜVEN ÜZERİNE ETKİLERİ	10
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: ÖFKE VE KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ	12
3.1.ÖFKE OLUŞUMUNU ETKİLEYEN DURUMLAR	12
3.2.ÖFKE KONTROLÜNÜN KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ	12
3.2.1. Öfke Kontrolünü Etkileyen Durumlar	13
3.2.2. Şiddetin Çocuklarda Meydana Gelecek Öfke Kontrolü Üzerinde Etkisi	13
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: ÇOCUKLUK ÇAĞINDA AİLE İÇERİSİNDE ŞİDDETE MARUZ KALMIŞ YETİŞKİNLERDEKİ ÖZGÜVEN VE ÖFKE KONTROLÜ İLİŞKİSİ	16
4.1.ARAŞTIRMANIN AMACI	16

4.2.ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	16
4.3.VARSAYIMLAR	17
4.4.ARAŞTIRMA SORULARI	17
4.5.HİPOTEZLER	18
4.6.KAPSAM VE SINIRLILIKLAR	18
4.7.EVREN VE ÖRNEKLEM	18
4.8.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	19
4.9.VERİLERİN İSTATİSTİKSEL ANALİZİ	20
BEŞİNCİ BÖLÜM: BULGULAR VE YORUMLAR	22
SONUÇ VE YORUMLAR	30
KAYNAKÇA	35
EKLER	-



TABLÖLAR LİSTESİ

	SAYFA
Tablo-1 Gruplara Göre Tanımlayıcı Özelliklerin Dağılımı	22
Tablo-2 Sürekli Öfke ve Öfke Kontrolünün Gruplara Göre Ortalamaları	24
Tablo-3 Çocukluk Çağında Ailede Şiddete Maruz Kalanlarda Özgüven, Sürekli Öfke ve Öfke Kontrolü Arasındaki Korelasyon Analizi	25
Tablo-4 Kontrol Grubunda Özgüven, Sürekli Öfke ve Öfke Kontrolü Davranışları Arasındaki Korelasyon Analizi Çocukluk Çağında Ailede Şiddete Maruz Kalan Bireylerde	26
Tablo-5 Sürekli Öfke ve Öfke Kontrolü Davranışlarının Tanımlayıcı Özelliklere Göre Karşılaştırılması	28

GRAFİKLER LİSTESİ

Grafik-1

Özgüvenin Gruplara Göre Ortalamaları

SAYFA

24



EKLER LİSTESİ

EK-A	Demografik Özellikler
EK-B	Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği
EK-C	Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği



ÖN SÖZ

Hayatın hemen her alanında görülebilen şiddet, herkes için önemli bir problemdir. Günümüzde şiddet içeren davranışlara ya da sözel yaklaşımlara sıklıkla rastlanmaktadır.

Şiddet davranışının önlenmesi ve bu konuda gereken tedbirlerin alınması hem kişiler hem de toplum için etkili bir yöntem olacağı düşünülmektedir. Bu çalışma şiddeti önlemek, bu konuda yapılan çalışmalara katkı sağlayabilmek ve konu ile ilgili literatüre katkıda bulunabilmek amacıyla çocukluk çağında aile içerisinde şiddete maruz kalmış bireylerin şu an ki özgüven ve öfke kontrol durumları incelenerek yapılmıştır.

Araştırmanın oluşturulup uygulanmasındaki önerileri ve desteği için danışmanım Sayın Prof.Dr. Mustafa BİLİCİ'ye sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Araştırmaya katılan ve çalışmanın önemini kavrayıp destek sağlayan tüm bireylere teşekkürlerimi sunarım.

GİRİŞ

Şiddet kavramı nedir? Çeşitleri var mıdır? Şiddete tanık olan çocuklar bu durumdan nasıl etkilenir? Şiddete maruz kalan çocuklar, birer yetişkin olduklarında bu durumdan nasıl etkilenirler? Şiddet kişilik gelişimi üzerinde nasıl etki oynar? Şiddetin özgüven ve öfke kontrolü ile ilişkisi nasıldır? Bu ve bunun gibi birçok sorunun cevabı aslında kişinin kendisinde vardır. İnsanlar şiddete neden başvuruyor? Önemli bir sorudur ve cevabı da mümkündür. Diğer önemli olan ise şiddetin çocuklar üzerindeki etkisidir. Ögel ve arkadaşlarına göre; şiddetin tam bir tanımını yapmak mümkün değildir. Şiddeti yalnızca fiziksel şiddet ile sınırlandırmak da mümkün değildir. Şiddet içerisinde farklı çeşitlerini barındırır; sözel ve psikolojik şiddet bunlara örnektir. Şiddet kişilerin topluma ve kendilerine zarar verme davranışı olarak da adlandırılmaktadır.¹ Şiddet konusu aslında tüm toplumu ilgilendiren bir konudur. Toplum denildiğinde ise akla ilk gelen toplumun en küçük yapı birimi olan ailedir. Aile içerisinde olmaması gereken bu davranış, kişiliğin yapı taşlarının olduğu çocukluk dönemi de dâhil hiçbir dönemde ve kurumda var olmamalıdır. Çünkü çocukluk dönemi bireyin hayatının temellerinin atıldığı bir dönemdir. Bu dönemde hassas olunmalı ve davranılmalıdır. Çocuklar psikolojik ve fiziksel şiddetin her çeşidinin uzağında, sağlıklı bir ortamda yetiştirilmelidir.² Çünkü şiddet, öğrenilir. Bu nedenle şiddet hem kişinin çocukluk döneminde başlayacak olan kişilik gelişimini etkilememesi hem de öğrenilmemesi için önlenmeli ve bu alanda çalışmalar yapılmalıdır.³

¹ Kültekin Ögel vd. ,**Okullarda Suç ve Şiddeti Önleme**, Yeniden Yayınları, İstanbul,2005,s.9.

² Yusuf İnci ve Ali Duman, Çocuğa Yönelik Şiddetin Sosyo-Kültürel ve Ekonomik Boyutları: Erzurum İli Örneği, **Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi**, 31(7),2014,525-536,s.525.

³ Arzu Cinoğlu, Sağlık Kurumlarında Şiddet, Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü,2015, s.2 (**Yayınlanmamış Dönem Projesi**) .

BİRİNCİ BÖLÜM

ŞİDDETİN KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ

1.1.ŞİDDET KAVRAMI

Hayatımızın hemen her alanında ve anında karşımıza çıkabilen şiddet, gündün güne daha da büyüyen ve önüne geçilemeyen bir tehdit olarak varlığını sürdürmektedir. Birçoğumuzun yaşantısını, bedensel ve ruhsal sağlığını, huzurunu ve mutluluğunu etkileyen tehlikeli bir durumdur. Kişinin içindeki öfkenin ve saldırganlık dürtüsünün açığa çıkmış hali olarak adlandırılabilir. Canpolat'a göre; bireylerin beden sağlıklarının ve ruhsal sağlıklarının zarar görmesine sebep olacak tüm hareketleri şiddet olarak tanımlayabiliriz.⁴ Bulut ise; kişilerin birbirlerine zarar vermeleri ve duygusal manada yoğun zor kullanmaları olarak tanımlamaktadır. Bireylerin bedenine zarar vermeye yönelik olan ve toplum tarafından da uygun olmayan ve doğru kabul edilmeyen davranışlardır.⁵

Şiddet hakkında pek çok şey söylenebilir. Çünkü şiddet, meslek hayatından, sosyal hayata hayatımızın her alanına yayılmış durumdadır. Günlük hayatta birçok kişi doğrudan veya dolaylı şiddete maruz kalmaktadır. Kimisi maruz kaldığı bu durumun şiddet olduğunun farkındayken, kimisi bu durumun şiddet olduğunun farkında bile değildir. İnsanların şiddete maruz kaldıklarını fark edememelerinin, bu durumu bu kadar görmezden gelmelerinin asıl sebebi ise; zihinlerinde tam anlamıyla bir şiddet tanımının olmamasıdır.⁶ Birçok kimsenin şiddet denildiği zaman aklına ilk gelen, fiziksel şiddet olmaktadır. Psikolojik şiddetin de ne demek olduğunu bilen kişi sayısı oldukça azdır. Bu nedenle de kişi sosyal ve mesleki alanda maruz kaldığı psikolojik şiddetin farkında değildir. Psikolojik şiddet yanında psikolojik bir savaşı da getirmektedir. Yemek yemesi için bir annenin çocuğuna söylediği "Yemeğini yemediğin için çok üzülüyorum." , cümlesi bile çocuğun kişiliğinde psikolojik manada bir çatışmaya neden olmaktadır. Yani bu durum duygusal bir sömürülme yaratmaktadır. Bu da demek oluyor ki; psikolojik şiddetin var olması için sadece hakaret içerikli ya da aşağılayıcı cümlelerin kurulmasına gerek yoktur.⁷ Duygusal

⁴ Uğur Canpolat, *Psikoloji Sohbetleri-Kendinizi Nasıl Hissetmek İsterdiniz?* ,Timaş Yayınları, İstanbul, 2010,s.90.

⁵ Meryem Bulut, Aile İçi Şiddet Uygulama Nedenlerine İlişkin Görüşler, Şiddet ve Kültür, *Mardin Saha Araştırmasının Raporu*, Mardin, 2010,s167.

⁶ Ayten Zara Page ve Merve İnci, Aile İçi Şiddet Konusunda Bir Derleme, *Türk Psikoloji Yazıları*,11(22), 2008,81-94,s.82.

⁷ Âdem Güneş, *Çocuk Neyi Neden Yapar?* , Nesil Yayınları, İstanbul, 2014, s.30.

sömürülmeler, iş yerlerinde uygulanan sözel baskılar ya da benliğe zarar verecek sözel veya sözel olmayan, direkt ya da dolaylı tüm durumlar içerisinde şiddeti barındırmaktadır.

İnsanlık için en acı durumlardan birisi de şiddete en çok huzurun ve mutluluğun kaynağı olması gereken aile içinde rastlanıyor olmasıdır. Şiddete maruz kalmış aile bireylerinde ise hayatları boyunca kapanması zor ve telafisi güç yaralar açılmaktadır. Günümüz şartlarında ise insan ilişkilerinde iletişimindeki azalmalar, zorlaşan ekonomik şartlar, mesleki ve sosyal hayatlarındaki sorunlar gibi birçok sebep dolayısıyla birbirlerine olan toleranslarını kaybetmeleri sonucu, öfke patlamalarına yönelik şiddet girişimleri ortaya çıkabilmektedir. Uygulanan şiddette ise kişi hem kendine hem de çevresine; hem maddi hem manevi zararlar verebilmektedir. Sosyal veya mesleki anlamda dışarı yansıtılamayan öfke ise kişinin aile içine yansiyabilir. Özellikle çocuklu ailelerde hem çocuğa uygulanan şiddet hem de eşlerin birbirlerine uyguladıkları şiddet, çocuğun kişilik oluşumunda büyük sorunlar ortaya çıkartmaya başlayabilir ve unutulmamalıdır ki; çocuğun yetişmesinde ve kişilik özelliklerinin oluşmasında en önemli yapı ailedir.

Aile aynı zamanda çocuğun ilk eğitim aldığı kurum yani aslında hayata uygun yetiştirildiği bir okuldur ve aile içindeki iletişim şekli çocuğa örnek olmalıdır.⁸ Doğan'a göre; aile içi şiddet yalnızca aileyi ilgilendirmez, toplumu da ilgilendiren bir hatalı davranıştır.⁹ Çünkü kişi şiddeti, ailede öğrenecek ve öğrendiği bu davranışı, uygulamaya yönelecektir. Aile içi şiddet denilen durum eşlerin birbirlerine ya da çocuklarına yöneliktir. İçerisinde kişilerin psikolojik ve fiziksel açıdan zarar görmesine ve acı çekmesine sebep olan davranışları barındırır.

Şiddet olaylarına günümüzde çoğunlukla ergenler arasında, özellikle de eğitim ve öğretim yuvası olan okullarda rastlanmaktadır.¹⁰ Aytürk'e göre; bu dönemde çocukların yaşadıkları çatışmalar; sosyal kimlik oluşturma çabaları, kendi benliklerini kanıtlama girişimleri, tarz ve davranış değişimleri; arkadaş seçme, büyüklere saygı ve buna benzer birçok konu ebeveyn ve çocuk arasında çatışma meydana getirmektedir.¹¹ Bazı ileri tablolarda bu duruma tahammül edemeyen

⁸ Nihat Aytürk, İnsan Sanatı, Yediveren Yayınları, Yediveren Yayınları, II. Baskı,2016,s.320-321.

⁹ Süleyman Doğan, **Ailenin Aynası Çocuk**, Selis Yayınevi, İstanbul, II. Baskı,2010,s.76.

¹⁰ Gönül Özgür vd. , Lise Öğrencilerinin Şiddet Algıları, Şiddet Eğilim Düzeyleri ve Etkileyen Faktörler, **Psikiyatri Hemsireliği Dergisi**,2(2),2011, 53-60, s.54.

¹¹ Aytürk, a.g.e., s.327.

ebeveynlerin şiddet uyguladıkları görülebilir. Şiddete maruz kalmış olmakta çocuk için travmatik bir durum meydana getirebilir.

Şiddet içeren bütün davranışlar insanlığın var olduğu ilk günden bugüne tüm toplumlarda farklı şekil ve içeriklerde meydana gelmektedir. Aynı zamanda çocuğun gelişimini ve büyümesini olumsuz etkileyen bu davranış çocuğa hem akran grubu hem de büyükleri tarafından uygulanmaktadır.¹² Aile içindeki şiddetin aile hayatının bir parçasıymış gibi görülmesi, doğal bir davranışmış gibi karşılanması şiddet ortamında yetişen çocuklar üzerinde olumsuz ve kötü sonuçlar meydana getirmektedir. Aile içinde doğal bir davranışmış gibi karşılanan şiddet, bu davranışın öğrenilmesi ve uygulanması bakımından da olumsuz sonuçlar oluşturmaktadır.¹³

1.2.ŞİDDETİN TÜRLERİ

Aile içi şiddet de, şiddetin tüm çeşitleri gibi evrensel bir problemdir. Tüm dünyada oldukça fazla yaşanmasına rağmen, aile içinde yaşanan durumlar mahremiyet içeriğinden, kişiler bilgi vermekten ve konuşmaktan kendilerini alıkoymaktadır.

Günlük yaşamda şiddet dendiğinde, kavga etmek veya saldırmak ilk akla gelen davranışlardır. Hâlbuki toplum içerisinde şiddetin pek çok türüne rastlamak mümkündür. Küfür, hakaret, fiziksel olarak zarar verme, ekonomik baskı veya cinsel istismar da var olan şiddet türleridir.¹⁴ Aile içi şiddet denildiğinde akla gelen çoğunlukla erkek tarafından kadına uygulanan şiddettir. Aile içi şiddet için genel bir tanım yapacak olursak, "aile bireyinin hayatının, vücudunun, sağlığının, psikolojik bütünlüğünün güç kullanılarak tehlikeye uğratılması" şeklinde olabilir.¹⁵ Bunun yanı sıra şiddet kavramını sınıflandırmak istediğimizde, şiddetin çok geniş bir yelpazede seyretmesinden dolayı kaynaklarda farklı gruplandırmalarla karşılaşmak mümkündür. Şiddeti, davranışın türüne veya davranışı ortaya çıkaran sebeplere ve etkilediği taraflara göre sınıflandırabilmek mümkündür.¹⁶ Kaynaklarda sıklıkla karşılaşılan sınıflandırmaya göre şiddet: fiziksel, psikolojik, ekonomik ve cinsel olmak üzere dört ana başlıkta incelenmektedir.

¹² İnci, a.g.e., s.527.

¹³ Nida Bayındır, Aile İçinde Yaşanan Şiddete Karşı Çocuğun Gösterdiği Tepkiler, **Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 2(2), 2010,1-9,s.2.

¹⁴ Cinoğlu, a.g.e., s.3.

¹⁵ Page, a.g.e., s.82.

¹⁶ Cinoğlu, a.g.e., s.19.

Aile içerisinde karşılaşılan şiddet türü de genel olarak içinde duygusal sömürülmeleri, istismarı, travmatik anıları ve ihmali barındıran psikolojik şiddet ile daha çok kişinin bedenine yönelik zarar vermeyi kapsayan fiziksel şiddettir.¹⁷

1.2.1.Psikolojik Şiddet

Kişiyi yıpratmaya yönelik tehditler veya sözel saldırılar ile alay etme, yüksek sesle veya gizil bir şekilde öfkeyi ve kını yönelme, küçümseme, kişinin gereksinimlerini ve kişiyi sürekli olarak ihmal etme, görmezden gelme, varlığını kabul etmeyip benliğine saygı duymama, aşağılayıcı sözcükler kullanma ve sözel tacizleri içermektedir. Bu şiddet türü bireyleri duygusal ve ruhsal anlamda inciten, kıran, yoran bir süreci içinde barındırır. Duygusal şiddet davranışına maruz kalan bireyler fark edemedikleri bir dış güce maruz kalırlar. Bu dış güç görünmez bir şekilde varlığını sürdüren bir “kontrol” ve “güçlü olma” isteğini barındırmaktadır. Sonucunda da bu durumun etkisi altında kalan kişiler, yaptıkları yanlış olmasa dahi kabullenmekte ve yardım talebinde bulunmamaktadırlar. Bazı durumlarda ise; kişi yardım talebinde bulunmak istemekte ancak psikolojik şiddetin tam bir tanımı yapılmadığından, durumu “normal” gören bakış açılarıyla karşılaşmaktadır. Duygusal şiddetten söz edebilmek için bu şiddetin bir defa ile sınırlı olmaması, süreğen ve düzenli olarak uygulanıyor olması gerekmektedir.¹⁸ Bağırarak, alay etmek, küfür etmek, aşağılamak, küçük düşürmek, sürekli kontrol altında tutmaya çalışmak, karşı tarafa üstünlüğünü ispatlamaya çalışmak da psikolojik şiddetin içerisinde yer alır. Psikolojik şiddet kişiyi oldukça yıpratmaktadır. Çünkü kişi yaşamış olduğu bu görünmez şiddet dolayısıyla kendisine yönelik yanlış inançlar geliştirebilir ya da durumla başa çıkamayıp duygusal yıpranmalar yaşayıp psikolojik açıdan çökkünlükler yaşayabilir. Kendine olan güvenini ve inancını kaybedip, düşük benlik algısının oluşmasına sebebiyet verebilir.

Aile içinde eşlerin yanı sıra çocuklara da uygulanan bu şiddet türü, her bakımdan gelişen ve yetişen çocuk için fazlasıyla sarsıcı travmatik anıları içerisinde barındırabilir. Cinoğlu' na göre de; kişilerin bedensel ve kişilik özelliklerini kullanarak, üzerinde baskı kurarak, duygularını yıpratıcı davranışlarla karşı karşıya bırakmasıdır. İçerisinde korkutma, tehdit etme, aşağılama, özgüveni sarsma, benliğe zarar verme amacı olan sözlü tutumların ve davranışların tamamıdır.¹⁹

¹⁷ Cinoğlu, a.g.e., s.19.

¹⁸ Füsün Sokullu Akıncı vd. , *İşyerinde Şiddet*, Beta Yayınları, İstanbul,2011,s.34.

¹⁹ Cinoğlu, a.g.e., s.19.

1.2.2.Fiziksel Şiddet

Kişilerin bedenine yönelik olan ve fiziksel olarak zarara uğramasına sebep olan davranışlardır. Kişiyi cezalandırmak ve kişiye acı çektirmek adına, bedenen zarar vermeye yönelik olan her türlü davranışı fiziksel şiddet olarak tanımlamak mümkündür.²⁰ Karşıdaki kişinin canının yanmasına, yaralanmasına hatta ölümüne sebep olan davranışlardır. Tokat atmak, dövmek, yumruklamak, ısırarak, sert bir cisim, kesici veya delici alet veya ateşli silah kullanarak yaralamak şeklinde olabilir. Demir'e göre; farkında olarak ve güç kullanarak savunmasız kişiyi kontrol altına alma amacı içeren, tokat veya yumruk atmak, itelemek, şiddetli bir şekilde sarsmak, ısırarak, tekmelemek, sert bir cisimle veya kesici bir alet ile yaralamak sonucu ortaya çıkan şiddet türüdür.²¹

1.3. ŞİDDETİN ÇOCUK ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Şiddetin kişiler üzerinde psikolojik ve fiziksel birçok etkisi vardır. Özellikle aile içinde yaşanan şiddet eşlerin birbirlerine, çocuklarına, ebeveynlerine, kardeşlerine yönelik olan ve bünyesinde saldırganlık davranışlardır. Bu tanım içinde sadece bedene zarar veren davranışları barındırmaz; küçük düşürmek, hakaret etmek aşağılayıcı sözcükler kullanmak, baskı uygulamak, özgürlüğünü kısıtlamak, sevgiden, şefkatten yoksun bırakmak gibi şiddet gören kişinin kendisine olan inancını, saygısını, kendisine ve çevresine olan güvenini azaltan, korku ve yoğun kaygıya sebep olan davranışları da barındırır

1.3.1.Şiddetin Çocuk Üzerindeki Psikolojik Etkileri

Psikolojik şiddete maruz kalan kişiler, yoğun stres, korku, kaygı ve gerilime bağlı olarak çeşitli fiziksel, psikolojik ve sosyal sorunlarla karşılaşmaktadırlar.²² Psikolojik şiddet arttıkça ve süresi uzadıkça, kişi üzerindeki etkisi de artar. Herkesin ruhsal süreçleri farklıdır bu nedenle psikolojik şiddete dayanma sınırları da farklıdır. Birisi için dayanılabilir olan bir durum, diğerine büyük zarar verebilir, travma oluşturabilir. Uzun süre devam eden psikolojik şiddet, maruz kalan kişinin psikolojik,

²⁰İlyas Özgentürk vd. , Aile İçi Şiddet ve Şiddetin Nesilden Nesile İletilmesi, *Polis Bilimleri Dergisi*,14(4),2012,57-77,s.58.

²¹Şamir Demir, Arabuluculuk İle Aile İçi Şiddet ve Uzlaşmaya Tabi Suçların İlişkisi, *Ankara Barosu Dergisi*, 2, 2014,213-228,s.217.

²²Dilek Yıldırım ve Aytolan Yıldırım, "Sağlık Alanında Çalışan Akademisyenlerin Karşılaştıkları Psikolojik Şiddet Davranışları ve Bu Davranışların Etkileri", *Türkiye Klinikleri*,30(2),2010,559-570,s.560.

fizyolojik ve sosyal düzenini olumsuz anlamda etkiler.²³ Kişide var olan tüm savunma mekanizmalarının zarar görmesine neden olmuştur.²⁴

Psikolojik şiddetin birey üzerinde; ekonomik, sosyal ve ruhsal sağlığına ilişkin olumsuz sonuçları vardır. Ekonomik açıdan bakılacak olursa; sahip olunan işin yitirilerek düzenli bir yaşam ve gelir kaybının yaşanmasına; eğitim hayatındaki bir çocuk için ders başarısının düşmesine, kişinin yaşadığı stres sonucu ruhsal sağlığını yitirmesiyle yapılan yüksek sağlık harcamalara sebep olabilir. Sosyal açıdan; depresif ve saldırgan davranışlar sebebiyle çevresindeki kişilerin kendisinden uzaklaşmasına yani kişilerarası ilişkilerinin zarar görmesine sebep olabilir. Ruhsal sağlığa ilişkin olarak; panik atak, depresif ruh hali, kendini işine odaklayamama, özgüven ve öz saygının yitirilmesi ve benzeri durumların yaşanmasına daha ağır durumlarda ise travma sonrası stres bozukluğuna sebep olabilir.²⁵

1.3.2.Şiddetin Çocuk Üzerindeki Fiziksel Etkileri

Şiddetin kişi üzerinde psikolojik etkisinin yanı sıra fiziksel etkileri de vardır. Gülşen'e göre bu etkiler; çocukta oluşan uyku bozuklukları ve kötü rüyalar görme, yeme bozuklukları, öz-bakım becerilerini yerine getirememe, davranışlarda gerileme bazı tablolarda ise yeniden yatağını ıslatma şeklinde kendisini gösterebilir. Bunun yanı sıra vücudun belli bölgelerinde ortaya çıkan ağrılar, evde veya okulda saldırganlık içeren davranışlar, suça yönelme, alkol, sigara veya madde bağımlılığı eğilimleri oluşabilir.²⁶

1.4. ŞİDDETE TANIK OLMANIN ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Şiddete tanık olmak büyük küçük, genç yaşlı birçok kişi üzerinde olumsuz etki oluşturur. Özellikle şiddetin ailede yaşanması çocuğun kişilik gelişimi açısından negatif sonuçlar doğurmaktadır. İbiloğlu'na göre; anne ve baba arasındaki fiziksel şiddete şahit olan çocuklar kendileri fiziksel olarak şiddette maruz kalmasalar dahi, saldırganlık barındıran davranışların artması konularında, uyku bozuklukları ve yeme sorunları konularında problemler yaşayabilirler. Aynı zamanda, okul yaşantısında da sorunlar yaşayabilirler. Sosyal ilişkilerinde ise arkadaş edinirken

²³ Yıldırım, a.g.e., s.560.

²⁴ Polat Gülşen, İşletmelerde Psikolojik Şiddet ve Örgütsel Sessizlik Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Kültür Üniversitesi, İstanbul, 2015,s.17(**Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**) .

²⁵ Bülent Tokat vd. , **Değerlerin Psikolojik Kuşatması Mobbing**, Ekin Basın Yayın, Bursa, 2011,s.57.

²⁶ Gülşen, a.g.e., s.17.

zorluk çekerler.²⁷ Çocukların özellikle kendilerini güvende hissetmeleri gereken aile içinde, anne ya da baba arasındaki şiddete tanık olmaları onların duygusal gelişimleri üzerinde olumsuz yönde etkiler doğurur. Çocuklar ev ortamındaki şiddete doğrudan maruz kalmasalar bile dolaylı olarak şahit olmaları onları derinden yaralamaktadır.²⁸

Çocuklar onları etkileyen şiddetin meydana getirdiği, korkma, üzüntü yaşama, kaygı, kızgınlık, utanç duyma, güvensizlik, suçluluk ve umutsuzluk gibi duygu ve davranışları daha sonra dışa vururlar. Ayrıca şiddet çocukların kendilerine olan öz güvenini, yaşama isteğini, sağlığını, başarı düzeyini, arkadaş edinme ve sosyal faaliyetlere katılma kabiliyetlerini olumsuz etkiler.²⁹

Çocuklar, ebeveynlerin aile ilişkilerindeki davranışlarını gözlemlerler. Şiddet içeren davranışların olduğu bir aile ortamında büyüyen çocukta da bu davranışın öğrenilme durumu oluşur. Çocuk, devamlı olarak ailesi tarafından maruz kaldığı veya şahit olduğu davranışların uyulması gereken kurallar olduğu sonucunu çıkarır. Eğer, aile bireyleri karşılaştıkları strese, hayal kırıklıklarına ve sorunlara öfke ve saldırganlıkla yanıt veriyorsa, çocuklar da birer yetişkin olduklarında çocukken maruz kaldıkları veya şahit oldukları benzer olaylara öfke ve saldırganlıkla yanıt verebilirler.³⁰

1.5. ŞİDDETİN MEYDANA GETİRDİĞİ DÖNGÜ

Şiddet konusunda yapılan birçok araştırmanın ortak sonucu; çocukluk çağında şiddeti barındıran bir ortamda yetişen kişilerin kendi çocuklarına da şiddet uyguladığını, şiddete maruz kalmış veya tanık olmuş çocuklarda psikolojik ve fiziksel sorunlar ortaya çıktığını, çocuklarda başta saldırgan davranışlar olmak üzere, bir takım psikosomatik belirtiler de oluştuğunu göstermektedir.³¹

Bunun sonucu ise, aile içinde şiddete maruz kalmış çocukların, yetişkin olduklarında ve bir aile kurmak istediklerinde; sağlıklı bir aile ortamı oluşturamayacakları şeklinde olabilir. Dolayısıyla, hem ruh sağlığı açısından hem de çocukların gelişimi düşünüldüğünde yapılması gereken; şiddet içeren aile ortamında

²⁷ Aslıhan Okan İbioğlu, Aile İçi Şiddet, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(2), 2012,204-222,s.208.

²⁸ Özgentürk, a.g.e., s.61.

²⁹ Özgentürk, a.g.e., s.61.

³⁰ Özgentürk a.g.e., s.61-62.

³¹ Bayındır, a.g.e. , s.2.

yetişen çocukların bu durumdan en az hasarla geçmeleri için kalıcı önlemler alınması ve düzenlemeler yapılmasıdır. Çünkü böyle bir ortamda yetişkin olmuş çocuğun kişiliği, psikolojik durumu ve hayata bakışı hem kendisini hem de yaşadığı toplumu oldukça zor durumlara düşürebileceği göz ardı edilmemesi gereken bir gerçektir.³²



³² Bayındır, a.g.e. , s.3.

İKİNCİ BÖLÜM

ÖZGÜVEN KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ

2.1. ÇOCUKTA ÖZGÜVEN GELİŞİMİ

Genel anlamda bakılacak olursa, özgüven bireyin yeteneklerini, duygularını tanıması, kendini sevmesi, varlığına saygı duyması ve kendine güvenmesi olarak tanımlanır.³³ Ayrıca özgüven, bireyin kişiliğini yapılandıran önemli kavramlardandır. Bireyin içinde var olan ve sahip olduğu sonsuz kapasitesini kullanma biçimini oluşturur, benliğine olan inancını ve hayattaki başarısını artırır.³⁴ Doğan'a göre; özgüven bakımından güçlü olan bir kişi, kendi değerini ve varlığını hissedene, kendisinin farkında olan bir kişidir. Bununla beraber ayrıca özgüvenini daha da güçlendirebilmek adına ve kendi benliğini ortaya çıkarabilmek, var olan potansiyelini ortaya koyabilmek için bir takım hareketler yapar ve çabalar gösterir.³⁵ Özgüven bireyin psikolojik anlamda var olabilmesinin temelini oluşturmaktadır.³⁶

Çocuklarda özgüven gelişimi doğduğu andan itibaren başlar, erken yaşlarda da yerleşir, hayat boyu da çocuğun gelişmesiyle devam eder. Çocuklar ergenlik dönemine adım attıklarında özgüvenlerini şekillendirmeye başlarlar. İlk yıllarda ailenin çocuğa verdiği sözel ve sözel olmayan konuşmalar ve hareketlerle gelişen özgüven, çocuğun okula başlamasıyla aile dışındaki kişiler ile kurduğu ilişkilerden etkilenecek şekilde şekillenir. Özgüven, bireyden bireye değişiklik gösterir ve devamlı olarak gelişir.³⁷ Özellikle de çocukluk döneminden yetişkinlik dönemine geçerken kişinin sahip olduğu özgüven, hayata verdiği değeri ve anlamı belirler.³⁸

2.2.ŞİDDETİN ÖZGÜVEN ÜZERİNE ETKİLERİ

Özgüven, doğduğumuz andan itibaren temelleri atılan bir kavram olsa da çocuğun gelişim sürecinde ailesi, arkadaşları ve çevresi ile girdiği etkileşim, çocuğun özgüveninin gelişiminde önemli bir yere sahiptir. Ailesi ve toplum tarafından kabul edilen ve yaptığı işlerde desteklenen çocuk, kendisini başarılı, motive edilmiş ve

³³ Ayşe Günalp, Farklı Anne Baba Tutumlarının Okul Öncesi Eğitim Çağındaki Çocukların Özgüven Duygusunun Gelişimine Etkisi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2007,s.2.(**Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**) .

³⁴ Süleyman Doğan, **Mutlu Aile Mutlu Çocuk**, Selis Yayınevi, İstanbul IV. Baskı,2010,s.80.

³⁵ Doğan, a.g.e., s.77.

³⁶ Günalp, a.g.e., s.30.

³⁷ Günalp, a.g.e., s.30.

³⁸ Doğan, a.g.e., s.80.

güvende hissedeceği için yaptığı işe karşı olumlu bir tutum geliştirecek ve özgüven oluşumu pozitif anlamda ilerleme gösterecektir. Çocuğa karşı yapılan davranışlar başta aile olmak üzere çevreden devam ederek yapılan eleştiriler, kabul görmemeler çocukların özgüvenleri üzerinde olumlu ya da olumsuz etkilere sebep olabilmektedir. Ailenin çocukla girdiği iletişim ve etkileşim çocuğun özgüven yapısını olumlu ya da olumsuz olarak etkileyebilir. Anne-baba veya çocuğun çevresindeki diğer önemli kişiler, ona model olduğuna göre eğer çocuk genel olarak doğduğu andan itibaren sevilen, sevildiğini hisseden, onaylanan, övülen, desteklenen, dinlenen, birlikte oyunlar oynanan, vakit geçirilen, sevgi, şefkat, anlayış ile büyütülen bir ortamda yetiştiyse, çocuğun özgüveni sağlıklı bir şekilde gelişir. Ancak bunun aksi bir durum gerçekleştiyse; yani duygusuzluk, aşağılanma, azarlanma, küçük düşürme, eleştirme, fiziksel açıdan şiddete maruz kalma gibi sevgisizliğin ve ilgisizliğin var olduğu, ayrıca gerçekçi olmayan beklentilere, aşağılayıcı sözlere maruz kalan ortamlarda yaşamak zorunda kalan çocuğun özgüveni düşük düzeydedir.³⁹

Özgüven sahibi olmuş, bunu geliştirmiş bireyler sahip oldukları başarılar karşılığında desteklenmek ister ve bu onların kendilerine olan inançlarını artırır, mutlu olmalarına katkı sağlar. İlgii ve değeri hak ettikleri inancına sahiptirler. Özgüveni gelişmemiş biri ise, çok az başarıya sahip olduğu için yeterince övgü almamış, değerli olduğunu hissetmemiştir. Bu nedenle elde ettiği başarılarından sonra gelen övgüleri kabul etmeyebilir. Yani övülmekten ve başkalarının ilgisini çekmekten hoşlanmayabilir.⁴⁰

³⁹ Doğan, a.g.e., s.81-82.

⁴⁰ Günalp, a.g.e., s.31.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ÖFKE VE KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ

3.1.ÖFKE OLUŞUMUNU ETKİLEYEN DURUMLAR

Öfkeyi bireyler ile beraber tüm topluma etkileyen ve olumsuz sonuçlar doğuran bir durum olarak tanımlamak mümkündür. Diğer yandan Doğan ve arkadaşlarına göre; öfke bireylerin kendilerini tehdit altında, tehlikede hissetme, engellenme veya haksızlığa uğrama durumlarına bağlı olarak yaşamış oldukları stres, kaygı ve çaresiz hissetme durumlarının bir uzantısı olarak tanımlanmaktadır.⁴¹ Öfke, kişilerin doyurulmamış isteklerini ve karşılanmayan beklentilerini barındıran, normal ayrıca evrensel ve her insanda var olan duygusal bir tepkidir. Bunun yanı sıra kişilere zarar veren diğer eylemler göz önünde tutulduğunda belki de en zarar verici olabilen duygusal yaşantı ve tepki olarak da tanımlanabilir. Öfke kontrol edilmediği takdirde hem bireye hem de bireyin içinde yaşamış olduğu topluma etki eder.⁴² Avcı ve Güçray'a göre; öfke insanda doğduğu andan itibaren oluşabilen ve hayatının ilk yıllarında başlayıp devam eden ve gelişen, günlük hayat içerisinde sık oluşan doğal bir tepkidir.⁴³

3.2. ÖFKE KONTROLÜNÜN KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ

Hayatı boyunca her insan kendisini öfkeli hale getirecek bir durumla karşı karşıya kalabilir. Önemli olan kişilerin öfkelerini doğru ifade edemediğidir. Bu nedenle öfke kontrolü denilen aslında kişilerin öfkelerini doğru ifade edilebilmesi durumudur. Öfke kontrollü bir biçimde ifade edildiğinde sağlıklı ve olması gereken bir duygudur. Ancak öfke doğru ve uygun ifade edilmeyip, kontrol edilemediğinde kişilerin kendilerine de çevrelerine de zarar verici etkileri olabilir. Öfke, yaşamımızın her alanında; aile içinde, iş yerinde, sosyal ve kişisel yaşamımızda, fiziksel şekilde ya da sözlü olarak görülebilir. Bu nedenle de hem kişinin kendi psikolojisini hem de toplum psikolojisini olumsuz etkiler ve problemlerin ortaya çıkmasında rol oynar.⁴⁴

⁴¹ Selma Doğan vd. , "Hastaların Öfkeli Davranışları Karşısında Hemşirelerin Yaklaşımları " **C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi**, 5(1),2001,26-32,s.26.

⁴² Çiğdem Soykan, Öfke ve Öfke Yönetimi, **Kriz Dergisi**,11(2),2003,19-27,s.20.

⁴³ Raşit Avcı ve Songül Sonay Güçray, "Şiddet Davranışı Gösteren ve Göstermeyen Ergenlerin Ailelerinin Aile İşlevleri, Öfke ve Öfke İfade Tarzları Açısından İncelenmesi", **Kuram ve Uygulama Eğitim Bilimleri Dergisi**,10(1) ,2006,48-63,s.48.

⁴⁴ Soykan, a.g.e., s.23.

Öfke kontrolünde amaç; saldırgan davranışlardan uzak, şiddetin oluşmadığı, bireyin kendisine ve çevresindekilere zarar vermeyecek biçimde duygusunu yansıtabilme ve ifade edebilme becerisine sahip olmasını sağlamaktır.⁴⁵ Öfkelerini kontrol etmede problem yaşayan bireyler genel olarak diğer duygularını ifade ederken de problemler yaşamaktadırlar ve bu bireylerde gerginlik, stresli hal gibi ruhsal sağlığı olumsuz etkileyen sorunlar ortaya çıkabilir.⁴⁶

3.2.1. Öfke Kontrolünü Etkileyen Durumlar

Öfkenin oluşumunda, bireylerin diğer insanlarla olan kişisel ve sosyal ilişkilerindeki birçok sorunun ve problem çözme becerilerindeki eksikliğin etkin olduğu söyleyebilir. Bu nedenle de öfkeyi azaltma ve öfkeden korunma amacı güden birçok yaklaşımda etkin iletişim becerilerine sahip olmak, girişken davranışlar göstermek ve sosyal ilişkilerde anlayışlı olmak, sorunları çözebilmek, olaylara empati kurarak yaklaşabilmek ve duygusal açıdan kontrolün sağlanması gibi insan ilişkilerinde etkin olmayı kolaylaştıran becerilerin kazandırılması önemlidir.⁴⁷ Karanlı'ya göre; öfke duygusuna neden olan pek çok içsel ve dışsal sebep bulunmaktadır. Öfke duygusuna neden olan içsel sebepler arasında bastırılmış ve stresli olma, engellenme, suçluluk ve utanç duygusu, düşük özgüven, düşük benlik saygısı, kişinin kendine olan inancındaki yetersizlik, olumsuz yaşantılar olabilir. Öfke duygusuna neden olan dışsal nedenler arasında, kronik hastalıklar, alkol ve uyuşturucu gibi maddelerin kullanımı, tehdit edilmek, saldırıya uğramak, aldatılmak, aşağılanmak, dışlanmak, değersiz görülme, umursanmamak, cinsel taciz ve intihar olabilir.⁴⁸

3.2.2. Şiddetin Çocuklarda Meydana Gelecek Öfke Kontrolü Üzerinde Etkisi

Öfke ortaya çıktığında, bireylerin bir kısmı tepkilerini sözlü veya fiziksel saldırıda bulunarak gösterirler. Bir kısmı ise, öfkelenedikleri anlarda fiziksel saldırı içermeyen dolaylı bir saldırganlığı tercih ederler. Bu tercih de öfke duygusunun her zaman kişilerde saldırganlık davranışına sebep olmadığına göstergesidir.⁴⁹ Bireylerde ortaya çıkan öfkenin kaynağı çevresel bazı faktörler olabilmekle birlikte

⁴⁵ Hülya Kökdemir, Öfke ve Öfke Kontrolü, *Pivolka*,3(12),2004,7-10,s.7.

⁴⁶ Soykan, a.g.e., s.23.

⁴⁷ Soykan, a.g.e., s.25.

⁴⁸ Necmi Karanlı, Dindarlık ve Öfke Kontrolü İlişkisi Üzerine Tecrübî Bir Araştırma, *Ekev Akademi Dergisi*,16(50),2012,57-70,s.58.

⁴⁹ Suna Kaymak Özmen, Aile İçinde Öfke ve Saldırganlığın Yansımaları, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*,37(2),2004,27-39,s.29.

aile içerisinde yaşanan bazı şiddet içeren olaylar da olabilir. Bu olaylar şiddete tanık olma, dolaylı olarak dahi olsa şiddete maruz kalma ya da şiddete doğrudan maruz kalma şeklindedir. Çocukluk çağında şiddet davranışlarına maruz kalan bireylerin, bir yetişkin olduklarında çeşitli davranış bozuklukları gösterdikleri de görülmektedir. Ayrıca bu bireylerin çocuklarına da öfke ve saldırganlık barındıran davranışlar gösterdikleri ortaya çıkmaktadır.⁵⁰

Çocuk için özdeşim nesnesi olan biri, aile içindeki bir kişiye sürekli olarak şiddet uyguluyorsa, bu çocuk dolaylı bir şekilde şiddete maruz kalmıştır ve doğrudan şiddete maruz kalmış çocuğa kıyasla şiddeti uygulayan kişi ile daha kolay etkileşim kurar. Saldırgan davranış gösterme eğilimi daha çok artar. Aile içinde şiddete dolaylı olarak maruz kalmış çocuklara sessiz veya görünmez mağdurlar da denilebilir. Doğrudan, öfkeye zarar görmeye saldırıya ya da şiddete maruz kalmaları da, doğrudan şiddete maruz kalmış olan ya da ihmal edilmiş çocuklarla aynı tür davranış özelliklerini göstermektedirler.⁵¹

Şiddete uğradığı düşünülen çocuklarda çok çeşitli davranış bozuklukları gözlenmektedir. Sosyal ilişkileri zarar görmekte ve ayrıca ruhsal açıdan birçok zarar meydana getirmektedir.⁵²

Aile içinde annenin şiddete ve saldırganlığa maruz kaldığı durumlarda ise, çocuğun bu durumdan etkilenmesi, annenin şiddete maruz kalması bittikten sonra da sürmektedir. Bu çocuklar desteğe ve bakıma ihtiyaç duyan, yaralanmış, bir annenin sorumluluğunu üstlenmek zorunda kalabilmektedirler. Annenin öz-bakımını sağlayamaması ya da ebeveynlik becerilerini kaybetmesi dışında birçok olumsuz sonuçta meydana gelmektedir. Fiziksel şiddete maruz kalan kadınlarda psikiyatrik bozukluklarda meydana gelebilmektedir. Bunun yanı sıra, çocuk da içinde bulunduğu ortamın bu çökkün ve sıkıntılı duyguları içselleştirir. Bazı durumlarda çocuk, annenin görevini üstlenir ve aile içinde rol değişiklikleri oluşur. Sonuç olarak, rollerin değiştiği çarpık ilişki ve sağlıklı bir ilişki meydana gelir.⁵³

Hangi penceren bakılırsa bakılsın aile içerisinde şiddet gören çocuklar bu durumdan olumsuz anlamda etkilenmektedir. Onların sağlıklı gelişim süreçlerine

⁵⁰ Özmen, a.g.e., s.30.

⁵¹ Özmen a.g.e., s.31.

⁵² Sezer Ayan, Aile İçinde Şiddete Uğrayan Çocukların Saldırganlık Eğilimleri, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*,2007,8, 206-214,s.209.

⁵³ Özmen a.g.e. , s.31.

sahip olabilmeleri için gerekli olan önlemler alınmalı, kimlik ve kişilik gelişimleri için uygun adımlar atılmalıdır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ÇOCUKLUK ÇAĞINDA AİLE İÇERİSİNDE ŞİDDETE MARUZ KALMIŞ BİREYLERDEKİ ÖZGÜVEN VE ÖFKE KONTROLÜ İLİŞKİSİ

4.1.ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırma çocukluk çağında şiddete maruz kalmış bireylerin özgüven ve öfke kontrol durumlarını incelemek üzerine yapılan bir çalışmadır. Yapılan araştırmanın amacı; çocukken şiddete doğrudan veya dolaylı olarak maruz kalan yetişkinlerin şu an ki özgüven durumları ve öfke kontrollerini sağlama üzerine etkisini bulmak üzerinedir.

Şiddet kavramını tek bir başlık altında birleştirip tanımlamak zordur. Çünkü şiddetin, tanımı ile birlikte birçok çeşidi vardır. Bunlar fiziksel, duygusal, ekonomik, cinsel şiddet olarak sınıflandırılmaktadır. Bu çalışmada ise ele alınan; fiziksel ve psikolojik şiddettir. Şiddet toplumda her alanda görülebilir. İş yerinde, okulda, yaşadığımız sosyal ortamda... Ancak bu inceleme de aile içinde yaşanan şiddet ele alınacaktır. Gelişim dönemi dâhil, doğduğu andan itibaren fiziksel ya da psikolojik şiddete; doğrudan veya dolaylı olarak maruz kalmış çocukların yetişkin olduklarında kendilerine olan özgüvenleri nasıl etkilenir, bunu çevreye nasıl yansıtır, öfke ile ilişkisi nasıldır, öfke kontrol durumları ile nasıl ilişkilendirilir? Bu sorulara cevap bulmayı amaçlayan bir çalışmadır.

4.2.ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Aile içi şiddet tüm dünyada olduğu kadar ülkemizde de oldukça yaygındır. Bu şiddet davranışından da en çok etkilenen geleceğin yetişkinleri bugünün çocuklarıdır. Yapılacak olan bu çalışmada çocukluk döneminde aile içerisinde şiddete maruz kalmış olan yetişkinler belirlenerek, maruz kalmanın bugün ki sonuçlarını incelemek üzerine önem taşımaktadır. Şiddet mağduru çocukların, birer yetişkin olduklarında özgüven ve öfke kontrol durumlarını araştırarak, oluşturdukları sonuçları değerlendirerek gerekli önlemlerin alınması açısından da önemlidir. Aslında araştırma aile içerisinde bu durumdan yalnızca çocukların etkilenmediğini, aile bireylerinin ve çevredeki diğer kimselerinde bu durumdan etkilendiğini göstermektedir. Ayrıca önemli olan durumlardan birisi de çocukluk çağında şiddete maruz kalmış yetişkinin maruz kaldığı şiddet türünün çeşididir. Bu nedenle bireyin

çocukken aile içerisinde ne tür bir şiddete maruz kaldığı ve maruz kaldığı bu şiddetin farkında olup olmadığı, özgüven ve öfke problemleri yaşayan bireylerin gerçekten aile içinde şiddete maruz kalan çocuklardan mı oluştuğu nicel verilerle derinlemesine incelenecektir.

Geçmiş yıllarda benzer araştırmalar yapılmıştır. Ancak konu aile içi olunca mahremiyet alanına girdiğinden kişilerden tam ve güvenilir bilgi almak araştırmanın sürecini yavaşlatmıştır. Ayrıca insanlar fiziksel şiddeti kavram olarak bilseler de, psikolojik şiddetin farkında olan ve ayırt edebilen kişi sayısı oldukça azdır. Bu nedenle, çalışma sürecinde toplanan nicel veriler,öncesinde çalışmayı ve anketlerin içeriğini anlatan kısa bir görüşmeyi de barındırmaktadır. Bu nedenle çalışma, şiddetin çocukların hem psikolojisini hem de tutum ve davranışlarını etkilediğini, etkilenen bu tutum ve davranışların yetişkinlik dönemine de yansıdığını açıklamaya yöneliktir.

4.3.VARSAYIMLAR

Bu araştırmanın varsayımı çocukluk çağında aile içinde şiddete maruz kalmış olmanın, yetişkinlik döneminde özgüven ve öfke kontrolsüzlüğü üzerinde etkileri olduğu üzerinedir. Çünkü çocukken şiddete maruz kalmış olmak, kişiliğin geliştiği bu süreçte çocuğun kendine olan güveni, inancı, saygısı, benlik algısı üzerinde olumsuz etkiler oluşturmaktadır. Aile bireyleri tarafından bastırılan, sindirilen çocuk, yetişkin olduğunda bastırıldığı ve sindirmeye çalıştığı bu şiddeti ya içine döndürecek, kendisine olan güvenini ve saygısını yitirecek ya öfkesini içinde yaşayacak ya da yıllarca içinde bastırılmış olduğu öfkeyi dışarı yansıtarak, kontrolsüz davranışlarda bulunacaktır.

4.4.ARAŞTIRMA SORULARI

- 1-Çocukluk çağında aile içerisinde şiddete maruz kalmış olman kişiler özgüven problemi yaşarlar mı?
- 2-Çocukluk çağında aile içerisinde şiddete maruz kalan kişilerde öfke kontrol problemi oluşur mu?
- 3-Çocukluk çağında aile içerisinde şiddete maruz kalmış olmak yetişkinlik döneminde psikolojik problemler oluşturur mu?
- 4-Çocukken aile içerisinde şiddete maruz kalmış olmak yetişkinlerin şu an ki, eğitimi gibi demografik değişkenleri arasında bir ilişki vardır mıdır?

4.5.HİPOTEZLER

H1: Çocukken aile içerisinde şiddete maruz kalmış yetişkinler, bu durumdan olumsuz etkilenir.

H2: Çocukken aile içerisinde şiddete maruz kalmış yetişkinlerin özgüven duygusu olumsuz etkilenir.

H3: Çocukken aile içerisinde şiddete maruz kalmış yetişkinler öfke kontrolü sağlayamaz.

H4: Çocukken aile içerisinde şiddete maruz kalmış yetişkinler psikolojik problemler yaşarlar.

H5: Çocukken aile içerisinde şiddete maruz kalmış olmak yetişkinlerin şu an ki, eğitimi gibi demografik değişkenleri arasında bir ilişki vardır.

4.6.KAPSAM VE SINIRLILIKLAR

Bu araştırma, çocukluk çağında aile içerisinde şiddete maruz kalmış olan ve çalışmada yer almayı kabul eden yetişkinler ile sınırlıdır.

Şiddet kavramı ve şiddetin sonuçları geniş bir çalışma alanını barındırır. Bu nedenle bu araştırma da çocukluk çağındaki aile içerisinde maruz kalınan şiddeti ele alarak birer yetişkin olan bireylerin şu an da ki öfke kontrol durumlarını ve özgüven ilişkilerini incelemek ile sınırlıdır.

4.7. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın örneklemini çocukluk döneminde aile içinde şiddete maruz kalmış ve kalmamış yetişkinler oluşturmaktadır. Örneklemin yetişkin grubundan oluşmasının nedeni bireylerin çocukken maruz kaldıkları şiddeti yetişkin olduklarında kabul edebilecek, farkında olabilecek ve ifade edebilecek yetkinlikte oldukları kabul edildiğindedir. Bu çalışmada şiddetin ölçütü maruz kalınan fiziksel ve psikolojik şiddetin süreğenliğidir. Bir kereye mahsus şiddete maruz kalmış olmak değil, sürekli olarak şiddete maruz kalmış olmak esas alınmıştır. Sürekli olarak şiddete maruz kalmış olmasının ölçütü ise; çocuğun, annesi veya babası tarafından en az haftada bir kez aşağılayıcı, küçümseyici, alaycı, hakaret içeren, kişiliğine ve benliğine saygı duyulmadığı ifade edilen sözcüklere ya da cümlelere maruz kalmasıdır. Ayrıca yine çocuğun annesi veya babası tarafından bedenine zarar verecek şekilde itelenmesi, tokat atılması, yumruklanması, bir alet kullanarak yara verilmesi, saçının çekilmesi

şeklinde yine en az haftada bir kez bu eylemlerden birine maruz kalması durumu olarak belirlenmiştir. Bireyler 150'si denek ve 150'si kontrol grubunu oluşturacak şekilde seçilmiştir. Şiddete uğrayan kişilerin öznel yargıları hangi grupta yer alacaklarını belirlemiştir. Toplam 300 kişiye uygulanan anketlerde; çocukluk çağında şiddete maruz kalmış olan yetişkinler denek grubunda, çocukluk çağında şiddete maruz kalmamış yetişkinler ise kontrol grubunda yer almaktadır. Bu seçimin sebebi, araştırmada elde edilecek verilerin eşit dağılımı sağlamak üzerinedir. Tüm dünyada şiddete maruz kalan ve kalmayan bireyleri bulmak mümkündür. Bu nedenle örneklem formülü, çalışmanın süresi ve sınırlılıkları bakımından değerlendirildiğinde yüksek sonuç vermiştir. Diğer bir formülde konu ile ilgili ve araştırmada yer alan ölçeklerin kullanıldığı benzer çalışmaları incelemektir. Bu sınırlılıkta yapılan literatür taramaları sonucunda elde edilen örneklem sayısı araştırmanın geçerliliği ve güvenilirliği açısından da değerlendirildiğinde 300 kişi olarak belirlenmiştir.

Verilerin elde edilmesinde tanımlayıcı özelliklerin yer aldığı demografik özelliklere ulaşabilmek, özgüven seviyesini tespit edebilmek ve öfke kontrol durumunu incelemek amacıyla; demografik bilgiler formu, Rosenberg benlik saygısı ölçeğinin benlik saygısı alt ölçeği ve sürekli öfke ve öfke tarzı ölçeği kullanılmıştır.

4.8. VERİ TOPLAMA ARACI

Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ): 1988 yılında bireylerin öfke duygusunu ve öfke ifade şekillerini ölçmek amacıyla Spielberger tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe revize çalışması Özer tarafından 1994 yılında yapılmıştır. Ölçek 34 maddeden ve dört alt ölçekten oluşmaktadır. Sürekli öfke alt ölçeği bireyin genel olarak öfkeliyken neler hissettiği ve ne derece öfke yaşadığıyla alakalıdır ve 10 maddeden oluşmaktadır. Kişilerin öfkelerini ifade etme tarzı alt ölçekleri ise, dışa vurulan öfkeden (Öfke/Dışa Yönelik, 8 madde), içte tutulan öfkeden (Öfke/İçe Yönelik, 8 madde) ve kontrol altına alınmış öfkeden (Öfke/Kontrol, 8 madde) oluşturmaktadır. Bu alt ölçekler, bireyin genel olarak içinde var olan öfkesini dışarıya vurma (Öfke/Dışa yönelik), içinde tutma (Öfke/içe yönelik) ve kontrol etme (Öfke/kontrol) düzeylerini ölçebilmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek dörtlü likert tarz bir ölçektir. "Hiç (1)" ve "Tümüyle (4)" arasında olan bir bireyin

kendini değerlendirme şekli vardır. Bu ölçekten alınabilecek en yüksek puan 136, en düşük puan ise 34'tür.⁵⁴

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ): 1963 yılında Morris Rosenberg tarafından geliştirilmiş olan bu ölçeğin 1985 yılında geçerlik ve güvenirlik çalışmasını Çuhadaroğlu yapmıştır.⁵⁵ 12 alt ölçekten oluşan bu ölçeğin birinci alt ölçeği benlik saygısının tespiti ile ilgilidir. Diğer alt ölçekler ise benlik saygısıyla ilişkili olduğu düşünülen bölümlerden meydana gelmektedir.⁵⁶

Benlik saygısı bölümünü 5'i olumlu 5'i olumsuz toplam 10 madde oluşturmaktadır. Bu on madde olumlu ve olumsuz yüklü maddelerdir. Ölçekten 0 ile 6 puan arasında toplam puan alınmaktadır. Yüksek puan alınması, düşük benlik algısının bir kanıtıdır. Bu duruma göre; 0 ile 1 puan yüksek benlik saygısını, 2 ile 4 puan orta düzey benlik saygısını, 5 ile 6 puan arasında düşük düzey benlik saygısı olarak değerlendirilmektedir.⁵⁷

4.9. VERİLERİN İSTATİSTİKSEL ANALİZİ

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 kullanılmıştır.

İki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında t-testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Tek yönlü (One way) Anova testi kullanılmıştır. Anova testi sonrasında farklılıkları belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analizi olarak Scheffe testi kullanılmıştır.

Araştırmanın sürekli değişkenleri arasında pearson ve korelasyon analizi uygulanmıştır. Gruplu değişkenler arasındaki ilişki ki kare testiyle analiz edilmiştir.

⁵⁴ Kadir Özer, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçekleri Ön Çalışması, *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 1994, 26-35, s.27.

⁵⁵ Füsün Çuhadaroğlu, Adolesanlarda Özdeğer Duygusu ve Çeşitli Psikopatolojik Durumlarla İlişkisi, *Düşünen Adam Dergisi*, 3(3), 1989, 71-75, s.72.

⁵⁶ Mediha Korkmaz, Yetişkin Örneklem İçin Bir Benlik Saygısı Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ege Üniversitesi, İzmir, 1996, s.48 (**Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁵⁷ Korkmaz, a.g.e. , s.49.

Elde edilen bulgular %95 güven aralığında, %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.



BEŞİNCİ BÖLÜM: BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde, araştırma probleminin çözümü için, araştırmaya katılan kişilerin ölçekler yoluyla toplanan verilerinin analizi sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır. Elde edilen bulgulara dayalı olarak açıklama ve yorumlar yapılmıştır.

Bu araştırmada katılımcıların demografik bilgileri cinsiyet, yaş, medeni durum, öğrenim durumu, çalışma durumu ve psikolojik destek alma durumu kişisel bilgi toplama şeklinde alınmıştır.

Tablo-1 Gruplara Göre Tanımlayıcı Özelliklerin Dağılımı

		Çocukluk Çağında Ailede Şiddete Maruz Kalan		Kontrol		P
		N	%	n	%	
Cinsiyet	Kadın	92	%61,3	82	%54,7	$X^2=1,368$ $p=0,146$
	Erkek	58	%38,7	68	%45,3	
Yaş	24-28	37	%24,7	61	%40,7	$X^2=10,617$ $p=0,031$
	29-33	29	%19,3	24	%16,0	
	34-38	27	%18,0	21	%14,0	
	39-43	23	%15,3	12	%8,0	
	44 Yaş Ve üzeri	34	%22,7	32	%21,3	
Medeni Durum	Evli	77	%51,3	70	%46,7	$X^2=0,654$ $p=0,244$
	Bekâr	73	%48,7	80	%53,3	
Eğitim Durumu	İlköğretim Ve Lise	56	%37,3	38	%25,3	$X^2=24,009$ $p=0,000$
	Ön lisans	40	%26,7	17	%11,3	
	Lisans Ve üzeri	54	%36,0	95	%63,3	
Çalışma Durumu	Evet	86	%57,3	107	%71,3	$X^2=6,406$ $p=0,008$
	Hayır	64	%42,7	43	%28,7	
Daha Önce Psikolojik Destek Alma Durumu	Evet	55	%36,7	25	%16,7	$X^2=15,341$ $p=0,000$
	Hayır	95	%63,3	125	%83,3	

Tablo 1'de cinsiyet ile grup arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır ($X^2=1,368$; $p=0,146>0.05$). Çocukluk çağında aile içinde şiddete maruz kalan bireylerin 92'si (%61,3) kadın, 58'i (%38,7) erkek; kontrol grubunda yer alanların 82'si (%54,7) kadın, 68'i (%45,3) erkek olduğu görülmektedir.

Yaş ile grup arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ($X^2=10,617$; $p=0,031<0.05$). Çocukluk çağında ailede şiddete maruz kalanların 37'si (%24,7) 24-28, 29'unun (%19,3) 29-33, 27'si (%18,0) 34-38, 23'ünün (%15,3) 39-43, 34'ünün (%22,7) 44 yaş ve üzeri olduğu tespit edilmiştir. Kontrol grubunun; 61'i (%40,7) 24-28, 24'ünün (%16,0) 29-33, 21'i (%14,0) 34-38, 12'si (%8,0) 39-43, 32'si (%21,3) 44 yaş ve üzeri olduğu görülmektedir.

Medeni Durum ile grup arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır ($X^2=0,654$; $p=0,244>0.05$). Çocukluk çağında ailede şiddete maruz kalanların 77'si (%51,3) evli, 73'ünün (%48,7) bekâr; kontrol olanların 70'i (%46,7) evli, 80'i (%53,3) bekâr olduğu görülmektedir.

Eğitim Durumu ile grup arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ($X^2=24,009$; $p=0,000<0.05$). Çocukluk çağında ailede şiddete maruz kalan olanların 56'sının (%37,3) ilköğretim ve lise, 40'inin (%26,7) ön lisans, 54'ünün (%36,0) lisans ve üzeri; kontrol olanların 38'i (%25,3) ilköğretim ve lise, 17'si (%11,3) ön lisans, 95'i (%63,3) lisans ve üzeri olduğu görülmektedir.

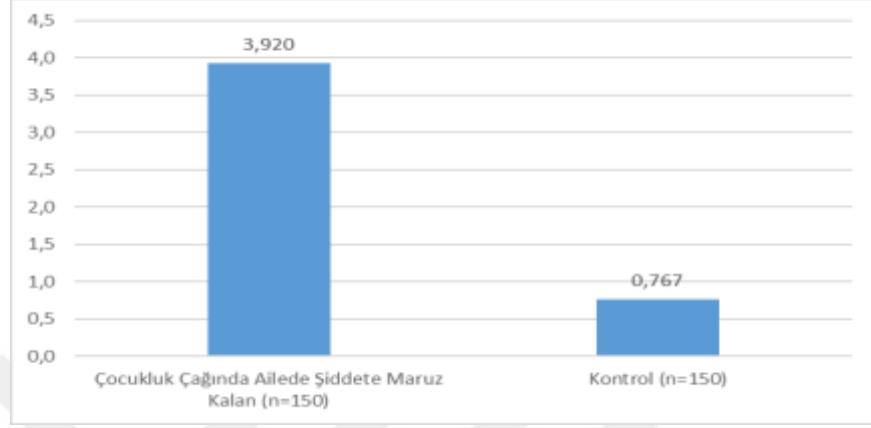
Çalışma Durumu ile grup arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ($X^2=6,406$; $p=0,008<0.05$). Çocukluk çağında ailede şiddete maruz kalan olanların 86'sının (%57,3) evet, 64'ünün (%42,7) hayır; kontrol olanların 107'si (%71,3) evet, 43'ünün (%28,7) hayır olduğu görülmektedir.

Daha Önce Psikolojik Destek Alma Durumu ile grup arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ($X^2=15,341$; $p=0,000<0.05$). Çocukluk çağında ailede şiddete maruz kalan olanların 55'i (%36,7) evet, 95'i (%63,3) hayır; kontrol olanların 25'i (%16,7) evet, 125'i (%83,3) hayır olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan kişilerin özgüven puanları ortalamalarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($t(298)=17.102$; $p=0.000<0,05$). Çocukluk çağında ailede

şiddete maruz kalanların özgüven puanları ($\bar{x}=3,920$), kontrol grubunun özgüven puanlarından ($\bar{x}=0,767$) yüksek bulunmuştur.

Aşağıdaki grafik incelendiğinde özgüvenin gruplara göre dağılımı arasındaki farklılık görsel olarak yansımaktadır.



Grafik-1 Özgüvenin Gruplara Göre Ortalamaları

Tablo-2 Sürekli Öfke Ve Öfke Kontrolünün Gruplara Göre Ortalamaları

Gruplar	Çocukluk Çağında Ailede Şiddete Maruz Kalan (n=150)		Kontrol (n=150)		t	p
	Ort	Ss	Ort	Ss		
Sürekli Öfke	25,033	5,857	19,807	4,768	8,476	0,000
Kontrol Altına Alınmış Öfke	17,367	5,985	23,807	4,772	-10,304	0,000
Dışa Vurulan Öfke	19,460	5,354	14,580	2,820	9,877	0,000
İçte Tutulan Öfke	18,593	3,895	15,033	3,789	8,024	0,000

Araştırmaya katılan kişilerin sürekli öfke puanları ortalamalarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki istatistikî fark anlamlı bulunmuştur($t(298)=8.476$; $p=0.000<0,05$). Çocukluk çağında ailede şiddete maruz kalanların sürekli öfke puanları ($\bar{x}=25,033$), kontrol grubunun sürekli öfke puanlarından ($\bar{x}=19,807$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan kişilerin kontrol altına alınmış öfke puanları ortalamalarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki istatistikî fark anlamlı bulunmuştur($t(298)=-10.304$; $p=0.000<0,05$). Kontrol grubunun kontrol

altına alınmış öfke puanları ($\bar{x}=23,807$), çocukluk çağında ailede şiddete maruz kalanların kontrol altına alınmış öfke puanlarından ($\bar{x}=17,367$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan kişilerin dışa vurulan öfke puanları ortalamalarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki istatistikî fark anlamlı bulunmuştur($t(298)=9.877$; $p=0.000<0,05$). Çocukluk çağında ailede şiddete maruz kalanların dışa vurulan öfke puanları ($\bar{x}=19,460$), kontrol grubunun dışa vurulan öfke puanlarından ($\bar{x}=14,580$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan kişilerin içte tutulan öfke puanları ortalamalarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki istatistikî fark anlamlı bulunmuştur($t(298)=8.024$; $p=0.000<0,05$). Çocukluk çağında ailede şiddete maruz kalanların içte tutulan öfke puanları ($\bar{x}=18,593$), kontrol grubunun içte tutulan öfke puanlarından ($\bar{x}=15,033$) yüksek bulunmuştur.

Tablo-3 Çocukluk Çağında Ailede Şiddete Maruz Kalanlarda Özgüven, Sürekli Öfke Ve Öfke Kontrolü Arasındaki Korelasyon Analizi

		Özgüven	Sürekli Öfke	Kontrol Altına Alınmış Öfke	Dışa Vurulan Öfke	İçte Tutulan Öfke
Özgüven	R	1,000				
	P	0,000				
Sürekli Öfke	R	0,289**	1,000			
	P	0,000	0,000			
Kontrol Altına Alınmış Öfke	R	-0,384**	-0,594**	1,000		
	P	0,000	0,000	0,000		
Dışa Vurulan Öfke	R	0,200*	0,709**	-0,762**	1,000	
	P	0,014	0,000	0,000	0,000	
İçte Tutulan Öfke	R	0,261**	0,275**	0,048	0,091	1,000
	P	0,001	0,001	0,563	0,269	0,000

* $<0,05$; ** $<0,01$

Çocukluk çağında ailede şiddete maruz kalan bireylerde; sürekli öfke ve özgüven durumu incelendiğinde durumlar arasındaki korelasyon zayıf ve pozitif yönde olmuştur. Bu durum, iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ispat etmektedir($r=0.289$; $p=0,000<0.05$). Diğer tüm değişkenler de tek tek incelenmiştir. Elde edilen veriler, anket içinde yer alan ve alt ölçek olarak belirtilen kontrol altına alınmış öfke ile özgüven durumu arasında zayıf ve negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır($r=-0.384$; $p=0,000<0.05$). Yine aynı alt

ölçek; kontrol altına alınmış öfke ile diğer bir alt ölçek olan sürekli öfke arasındaki ilişki incelenmiştir. Sonucunda ise orta ve negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu kanıtlanmıştır($r=-0.594$; $p=0,000<0.05$). Anket içerisinde yer alan ve başka bir alt ölçek olan; dışa vurulan öfke ile özgüven durumu arasındaki ilişki değerlendirildiğinde; çok zayıf ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($r=0.2$; $p=0,014<0.05$). Tekrar aynı alt ölçek; dışa vurulan öfke ile sürekli öfke alt ölçeği arasındaki ilişkiye bakıldığında; yüksek ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır($r=0.709$; $p=0,000<0.05$). Dışa vurulan öfke alt ölçeğinden devam edildiğinde, aynı anket içinde yer alan ve başka bir alt ölçek olan kontrol altına alınmış öfke ile arasındaki ilişki incelenmiştir. Sonuç olarak; yüksek ve negatif yönde anlamlı ilişki olduğu kanıtlanmıştır($r=-0.762$; $p=0,000<0.05$). İçte tutulan öfke ile özgüven durumu arasındaki ilişkiye bakıldığında zayıf ve pozitif yönde anlamlı değerlerin seyrettiği bir sonuca ulaşılmıştır($r=0.261$; $p=0,001<0.05$).Anlamlı ilişkilerin bulunduğu diğer bir alt ölçek ise; içte tutulan öfke ile sürekli öfke alt ölçeği arasındaki ilişkidir. Sonucunda ise zayıf ve pozitif yönde anlamlı ilişki bulunduğu tespit edilmiştir($r=0.275$; $p=0,001<0.05$). Diğer değişkenler arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p>0.05$).

Tablo-4 Kontrol Grubunda Özgüven, Sürekli Öfke Ve Öfke Kontrolü Davranışları Arasındaki Korelasyon Analizi

		Özgüven	Sürekli Öfke	Kontrol Altına Alınmış Öfke	Dışa Vurulan Öfke	İçte Tutulan Öfke
Özgüven	R	1,000				
	P	0,000				
Sürekli Öfke	R	0,200*	1,000			
	P	0,014	0,000			
Kontrol Altına Alınmış Öfke	R	-0,075	-0,520**	1,000		
	P	0,364	0,000	0,000		
Dışa Vurulan Öfke	R	0,048	0,561**	-0,466**	1,000	
	P	0,558	0,000	0,000	0,000	
İçte Tutulan Öfke	R	0,148	0,467**	-0,156	0,457**	1,000
	P	0,070	0,000	0,057	0,000	0,000

* $<0,05$; ** $<0,01$

Kontrol grubunu değerlendirdiğimizde ise; sürekli öfke durumu ile özgüven durumu arasında çok zayıf ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir ($r=0.2$; $p=0,014<0.05$). Sürekli öfke ve öfke tarzı ölçeğini kendi içinde incelediğimizde karşımıza çıkan tabloda; kontrol altına alınmış öfke alt ölçeği ile sürekli öfke alt ölçeği arasındaki ilişki orta ve negatif yönde anlamlıdır($r=-0.52$; $p=0,000<0.05$). Dışa vurulan öfke alt ölçeği ile sürekli öfke alt ölçeği arasındaki ilişki incelenmiş ve iki alt ölçek arasında orta ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır($r=0.561$; $p=0,000<0.05$). Dışa vurulan öfke alt ölçeği ile

arasında anlamlı bir ilişki bulunan diğer bir alt ölçek ise ve kontrol altına alınmış öfkedir. Bu iki alt ölçek incelendiğinde aralarında zayıf ve negatif yönde bir ilişki bulunduğu ispatlanmıştır($r=-0.466$; $p=0,000<0.05$). İçte tutulan öfke alt ölçeği ile sürekli öfke alt ölçeği arasındaki korelasyon incelendiğinde ise aralarında zayıf ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir($r=0.467$; $p=0,000<0.05$). Yine içte tutulan öfke alt ölçeği ile dışa vurulan öfke alt ölçeği arasındaki ilişkide anlamlı sonuç vermektedir. Bu anlamlılık zayıf ve pozitif yöndedir($r=0.457$; $p=0,000<0.05$). Diğer değişkenler arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p>0.05$).

Araştırmaya katılan kişilerin özgüven puan ortalamaları ve incelenen demografik değişkenler değerlendirildiğinde, cinsiyet değişkeni ile aralarında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için yapılmış olan test sonuçlarına göre grup ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0.05$). Diğer değişkenlerde tek tek incelenmiş ve yaş, medeni durum, eğitim durumu, çalışma durumu, daha önceden psikolojik destek alma durumu değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan test sonuçlarına göre grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır($p>0.05$).

Tablo-5 Çocukluk Çağında Ailede Şiddete Maruz Kalan Bireylerde Sürekli Öfke Ve Öfke Kontrolü Davranışlarının Tanımlayıcı Özelliklere Göre Karşılaştırılması

Demografik Özellikler	n	Sürekli Öfke	Kontrol Altına Alınmış Öfke	Dışa Vurulan Öfke	İçte Tutulan Öfke
Cinsiyet		Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS
Kadın	92	24,402±5,978	18,261±5,878	18,630±5,109	18,935±4,360
Erkek	58	26,035±5,563	15,948±5,928	20,776±5,512	18,052±2,970
t=		-1,672	2,339	-2,429	1,356
p=		0,097	0,021	0,016	0,143
Yaş		Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS
24-28	37	24,892±6,195	18,243±6,990	19,676±6,046	18,676±4,276
29-33	29	25,724±5,014	17,035±5,564	19,897±4,959	18,793±4,057
34-38	27	25,407±4,925	14,519±4,987	20,185±5,152	19,407±2,952
39-43	23	25,652±6,739	18,044±4,507	18,522±3,788	18,348±4,018
44 yaş ve üzeri	34	23,882±6,333	18,500±6,307	18,912±6,052	17,853±3,971
F=		0,519	2,196	0,446	0,642
p=		0,722	0,072	0,775	0,633
Medeni Durum		Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS
Evli	77	25,143±5,944	16,870±5,177	19,429±4,578	18,416±3,357
Bekâr	73	24,918±5,802	17,890±6,730	19,493±6,099	18,781±4,407
t=		0,234	-1,044	-0,074	-0,573
p=		0,815	0,302	0,942	0,568
Eğitim Durumu		Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS
İlköğretim ve lise	56	25,839±6,690	17,286±5,051	19,607±5,109	19,054±3,675
Ön lisans	40	25,500±5,301	17,000±6,805	20,025±6,137	18,650±4,423
Lisans ve üzeri	54	23,852±5,199	17,722±6,317	18,889±5,019	18,074±3,705
F=		1,774	0,174	0,548	0,874
p=		0,173	0,841	0,579	0,420
Çalışma Durumu		Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS
Evet	86	25,012±5,650	17,605±5,916	19,477±5,348	18,721±3,699
Hayır	64	25,063±6,169	17,047±6,109	19,438±5,404	18,422±4,166
t=		-0,052	0,563	0,044	0,464
p=		0,958	0,574	0,965	0,643
Daha Önce Psikolojik Destek Alma Durumu		Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS	Ort±SS
Evet	55	25,036±6,736	18,127±5,969	18,836±6,221	18,891±4,272
Hayır	95	25,032±5,320	16,926±5,981	19,821±4,780	18,421±3,672
t=		0,005	1,186	-1,086	0,711
p=		0,996	0,238	0,314	0,478

Araştırmaya katılan kişilerin kontrol altına alınmış öfke puanları ortalamalarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan T-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur($t=2,339$; $p=0,021<0,05$). Kadınların kontrol altına alınmış öfke puanları ($x=18,261$), erkeklerin kontrol altına alınmış öfke puanlarından ($x=15,948$) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan kişilerin dışa vurulan öfke puanları ortalamalarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan T-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur($t=-2,429$; $p=0.016<0.05$). Kadınların dışa vurulan öfke puanları ($x=18,630$), erkeklerin dışa vurulan öfke puanlarından ($x=20,776$) düşük bulunmuştur.

Araştırmaya katılan kişilerin sürekli öfke ve içte tutulan öfke puanlarından elde edilen ortalamanın, cinsiyet değişkeni ile arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için yapılmış olan test sonuçlarına göre elde edilen ortalamalar aralarında anlamlı bir fark olmadığı ortaya çıkmıştır($p>0.05$).

Araştırmaya katılmayı kabul eden kişilerin sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke ve içte tutulan öfke puanları ortalamalarının yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan test sonuçlarına göre grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır($p>0.05$).

Araştırmaya katılmayı kabul eden kişilerin sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke ve içte tutulan öfke puanları ortalamalarının medeni durum değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan test sonuçlarına göre grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır($p>0.05$).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Şiddet evrensel bir sorundur. Şiddetin önüne geçilmediği, gerekli önlemler alınmadığı takdirde hem birey hem de toplum büyük ölçüde zarar görecektir. Şiddete maruz kalan çocukların bir yetişkin olduklarında bu durumdan olumsuz etkilendiklerini gösteren bu çalışma birçok araştırmaya da ışık tutacaktır.

Yapılan araştırma sonuçları, şiddete çocukluk döneminde maruz kalan bireylerde olumsuzluklar meydana getirdiği yönündedir. Çalışma, aile içinde şiddete doğrudan ya da dolaylı olarak maruz kalan çocukların, aile içinde şiddete maruz kalmayan çocuklara göre birer yetişkin olduklarında özgüven problemleri yaşadıklarını ortaya koymaktadır.

Verilerin istatistiksel analizinde denek ve kontrol gruplarına bakılarak incelemeler yapılmıştır. Denek grubunu oluşturan çocukluk çağında şiddete maruz kalan bireyler ve kontrol grubunu oluşturan çocukluk çağında şiddete maruz kalmayan bireyler arasında istatistikî açıdan anlamlı veriler elde edilmiştir. Bu anlamlılık, çocukken şiddete maruz kalan bireylerin, kontrol grubuna göre puanları yüksek çıkması yönündedir. Çocukluk çağında şiddete maruz kalan bireylerin Rosenberg'in Benlik Saygısı ölçeğinin benlik saygısı alt ölçeğindeki puanlarının yüksek çıkması, kişilerin düşük benlik algısına sahip olduklarının bir göstergesidir. Benlik algısı, bireyin varlığına ve kendisine duyduğu inanç ve güvendir. Bu nedenle bu bireylerin özgüven problemi yaşadıkları söylenebilir. Düşük benlik algısına sahiptirler ve kendilerine dair olumsuz inançları mevcuttur.

İncelenen diğer bir hipotez ise, çocukluk çağında şiddete maruz kalan bireylerin öfke kontrol problemi yaşamasıdır. Yapılan araştırma doğrultusunda elde edilen verilerin istatistikî sonucu anlamlı bulunmuştur.

Çalışma için Sürekli Öfke ve Öfke Tazları ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçeğin kendi içinde alt ölçekleri mevcuttur. Her alt ölçek ayrı değerlendirilmiş ve sonuca eklenmiştir. İlk olarak sürekli öfke alt ölçeğine bakılacak olursa, çocukluk çağında şiddete maruz kalan bireyler ile kontrol grubu arasında anlamlı bir farklılık görülmektedir. Bu farklılık çocukken şiddete maruz kalan yetişkinlerin sürekli öfkelerinin yüksek olduğu yönündedir. Sürekli öfke olarak adlandırılan terim ise, sosyal ve mesleki anlamda süregelen bir öfke halinin varlığıdır. İkinci alt ölçek kontrol altına alınmış öfkedir. Çocukluk çağında şiddete maruz kalan bireylerin, kontrol grubuna göre öfkelerini kontrol edemedikleri sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir alt

ölçek, dışa vurulan öfkedir. Çalışmanın sonuçlarına göre çocukluk çağında şiddete maruz kalmış bireylerin, kontrol grubuna göre dışa vurulan öfkeleri anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Yani bu kişilerin öfkeleri, zarar verme davranışları, saldırgan hareketler ve sözel saldırıları içermektedir. Son alt ölçeği ise içte tutulan öfke oluşturmaktadır. Bu alt ölçekten elde edilen veriler, çocukken şiddete maruz kalan bireylerin, kontrol grubunu oluşturan bireyler ile arasında anlamlı bir farklılık olduğu yönündedir. Bu anlamlı farklılık, çocukken şiddete maruz kalan bireylerin içte tutulan öfke puanlarının yüksek olduğudur. Bu kişiler, öfkelerini içte yaşarlar.

Bu sonuçlar çocukluk çağında şiddete maruz kalan bireylerin özgüven problemi yaşarlar hipotezini de desteklemektedir. Ayrıca, çocukluk çağında şiddete maruz kalan bireyler özgüven problemi yaşarlar mı, soruna bir yanıt olarak değerlendirilebilir.

Ayrıca elde edilen demografik bilgiler arasında da bir inceleme yapılmıştır. Bu inceleme sonuçlarına göre, çocukluk çağında şiddete maruz kalan bireylerin ve kontrol grubu arasındaki anlamlı farklılık ilk olarak yaş aralıklarının değerlendirilmesinde ortaya çıkmıştır. Her yaş grubu kendi arasında değerlendirilmiş ve gruplar arası değerlendirmenin ortalaması sonucunda anlamlı yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. 24-28 yaş grubunun %24,7'si çocukluk çağında şiddete maruz kalan kişilerden oluşurken; %40,7'si çocukluk çağında şiddete maruz kalmayan kişiler tarafından oluşmaktadır. Bu veri doğrultusunda 24-28 yaş grubunun çocukluk çağında şiddete diğer gruplara oranla daha az maruz kaldığını söylemek mümkündür. Ayrıca, 39-43 yaş grubunun %15,3'ü çocukluk çağında şiddete maruz kalan kişilerden oluşurken, %8,0'ı çocukluk çağında şiddete maruz kalmayan kişiler tarafından oluşmaktadır. Ulaşılan bu veri doğrultusunda da 39-43 yaş grubunun diğer gruplara oranla şiddete daha fazla maruz kaldıklarını söylemek mümkündür. Diğer anlamlı değişken ise eğitim durumudur. Bu değişken içindeki grupları incelersek, ilköğretim, lise ve ön lisans grubunun yoğunluğu çocukken şiddete maruz kalan bireylerden oluşmaktadır. Lisans ve lisansüstü grubunun yoğunluğunu kontrol grubu oluşturmaktadır. Bu sonuca göre, çocukken şiddete maruz kalan bireyler eğitim ve öğretim hayatlarında, kontrol grubuna göre daha az ilerleme göstermişlerdir.

Bireylerin çalışma durumlarını inceleyen değişkende de anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Çocukken şiddete maruz kalan bireyler, kontrol grubuna göre çalışma durumuna daha az evet ve çalışmama durumuna daha çok hayır

demişlerdir. Yani bu bireylerin çalışmama durumları, kontrol grubuna göre daha fazladır.

Önemli değişkenlerden birisi de, psikolojik destek alıp almama durumudur. Çocukken şiddete maruz kalan bireyler ve kontrol grubu arasında yapılan incelemede anlamlı bir farklılık görülmüştür. Bu anlamlı farklılık, çocukken şiddete maruz kalan bireylerin, kontrol grubuna göre daha fazla psikolojik destek almalarıdır. Çalışmada neden psikolojik destek aldıkları araştırılmamıştır ancak, çocukken şiddete maruz kalan bireylerin, kontrol grubu ile arasındaki anlamlı farklılık, şiddetin sebep olduğu olumsuzlukların bir sonucu olduğunu düşündürmektedir.

Çocukluk çağında şiddete maruz kalan bireylerde sürekli öfke ve öfke kontrolünün tanımlayıcı özelliklere göre karşılaştırıldığı tabloda elde edilen verilere göre, kadınların kontrol altına alınmış öfke puanları, erkeklere oranla daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuç, kadınların erkeklere göre öfkelerini daha fazla kontrol ettiğini göstermektedir. Elde edilen diğer anlamlı bulgu ise; kadınların dışa vurulan öfke puanlarının, erkeklerin dışa vurulan öfke puanlarından düşük çıkması yönündedir. Bu veri kadınların öfkelerini erkeklere oranla daha az yansıttıklarının göstergesidir. Bu durumun neden olduğu konusunda bir açıklama yapılacak olursa, kadının toplumda sahip olduğu yerin etkisinden söz edilebilir. Birçok toplumda kadının erkekten sonra gelmesi, söz hakkı verilmemesi, engellemesi, baskılanması, ihmal edilmesi, ekonomik özgürlük verilmemesi, kadının istek ve arzularının önemsenmemesi kadının duygu ve düşüncelerini ifade edebilmesini engellemektedir. Kadın yalnızca kendisini ifade edememekle kalmaz öfkesini dahi ifade edemez, sürekli kontrol altında tutmaya çalışır. Bu nedenle öfkesini dışa vuramayan ve yansıtamayan birey halini alır.

Tanımlayıcı özelliklere göre elde edilen kadın ve erkek bireyler arasındaki farklılıklar için bu araştırma kapsamında kesin bir söz söylemek mümkün değildir. Çünkü araştırmadaki kadın erkek dağılımı eşit değildir. Elde edilen bu veri konu ile ilgili farklı araştırmalara ışık tutabilir.

Ulaşılan sonuçlar doğrultusunda çocukken şiddete maruz kalan bireylerde meydana gelen düşük özgüven ve öfke kontrolü sağlayamama durumu şiddetin nedeni kötü bir davranış olduğunun ispatıdır. Düşük özgüven kişilerin kendilerini fiziksel ve psikolojik anlamda başarılı ve yeterli görmemesi, kendisinden yeterince hoşnut olmamasıyla ilişkilidir. Kendi varlığına ve benliğine yeterli saygıyı

göstermemesiyle ilişkilidir. Bu bireyler içlerinde var olan potansiyeli düşük özgüven neticesinde kullanamıyor olabilirler. Girişimci ruhları bu nedenle bastırılıyor olabilir. Rezil olma, bir işi başaramama inançları çok güçlüdür. Bu da birey olarak onların ilerlemesini ve dolayısıyla toplum olarak da bizlerin ilerlemesini engeller.

Öfke kontrolsüzlüğü durumu da hem birey hem de toplum için tehlikeli bir durumdur. Hem öfke davranışı gösteren kişi hem de maruz kalan kişi bu durumdan hem maddi hem manevi zarara uğrayabilir. Çünkü öfke kişinin önce içinde vardır. Çocukken ebeveyni tarafından şiddete maruz kalmış ve bu davranışın yapılabilir, normal bir davranış olduğunu öğrenmiş bir birey, öfkelenildiğinde, sinirlendiğinde, kızdığına etrafa ya da insanlara saldırarak içindeki bu duyguyu dışarı çıkartabilir. Başka bir durumda ise, ebeveyni tarafından çocukken şiddete maruz kalmış, sindirilmiş çocuk, bir yetişkin olduğu zaman içinde biriken bu öfkeyi, saldırgan davranışlarla ya da sözel saldırılarla dışarı çıkartabilir. Yalnızca davranış olarak göstermese de yapılan araştırmaya göre kişiler bu öfkeyi içte de yaşamaktadır. Yani içten içe kişilere kin ve nefret besledikleridir. Aynı zamanda çocukken karşılaştıkları şiddet neticesinde, kendisine yapılan saldırıya aile içinde tepki ve cevap veremeyen çocuk, bir yetişkin olduğunda sosyal bir ortama girdiğinde öfke patlamaları ya da saldırgan davranışlar gösterebilir. Bu yüzden de içinde bulunduğu grup ya da topluluk tarafından dışlanabilir veya kabul görmeyebilir. Dışlanan veya kabul görmeyen çocukta olumsuz kişilik yapılanmaları meydana gelmeye başlar. Bu da hayatının her evresinde ciddi bir problem oluşturur.

Şiddet kişinin hem ruh hem beden sağlığında ciddi problemlere sebep olmaktadır. Elde edilen verilerin sonuçları da hipotezleri desteklemektedir. Bu nedenle toplumun bu konu ile ilgili bilgilendirilmesi, çocuk sahibi kişilerin sadece evlatlarına değil, birbirlerine de şiddet içeren davranışlar göstermemeleri gerektiği kesin bir sonuçtur. Şiddetin meydana getirdiği olumsuz sonuçlar hakkında ebeveyn olmaya aday ve ebeveyn olan bireylerin bilgilendirilmesi amacıyla seminerler ve eğitimler düzenlenmelidir. Anne ve babalara konu ile ilgili farkındalık kazandırılmalıdır.

Çocukluk çağında şiddete maruz kalan bireylerde var olan özgüven eksikliği ve yine şiddetin sonuçlarından biri olan öfke kontrolsüzlüğü durumu, kişilerin iç dünyalarında yaşadıkları çatışmaların bir sonucu olarak sosyal ve mesleki işlevselliklerini etkileyebilir. Özgüven eksikliği sonucu, kişinin kendisine ve benliğine saygı duymama, toplum içerisinde geri çekilme, potansiyeli gösterememe ve bunun

gibi birçok sorunu beraberinde getirmesi kişinin zihninde olumsuz kognitif düşüncelerinde oluşmasını sağlar. Bu nedenle bu bireylerde var olan özgüven eksikliğinin kaynağının belirlenmesi ve oluşan olumsuz kognitif düşüncelerin profesyonel bir destek yardımıyla yeniden yapılandırılması, kişinin daha kaliteli bir yaşam sürmesi açısından önemlidir. Ayrıca yine şiddetin meydana getirdiği bir sonuç olan öfke kontrolü sağlayamama durumu için de profesyonel bir yardım almak hem kişinin kendisine hem de kişilerarası ilişkilerine pozitif yönde yarar sağlayacaktır.



KAYNAKÇA

Kitaplar

AYTÜRK Nihat, İnsan Sanatı, Yediveren Yayınları, İstanbul, II. Baskı,2016.

CANPOLAT Uğur, Psikoloji Sohbetleri-Kendinizi Nasıl Hissetmek İsterdiniz? , Timaş Yayınları, İstanbul, 2010.

DOĞAN Süleyman, Ailenin Aynası Çocuk, Selis Yayınevi, İstanbul, II. Baskı,2010.

DOĞAN Süleyman, Mutlu Aile Mutlu Çocuk, Selis Yayınevi, İstanbul, IV. Baskı,2010.

GÜNEŞ Âdem, Çocuk Neyi Neden Yapar? , Nesil Yayınları, İstanbul, 2014.

ÖGEL Kültekin, TARI İtir, YILMAZÇETİN EKE Ceyda, Okullarda Suç ve Şiddeti Önleme, Yeniden Yayınları, İstanbul, 2005.

SOKULLU AKINCI Füsün, AYTAÇ Mustafa, BİLGEL Nazan, BAYRAM Nuray, BOZKURT Veysel, AYTAÇ Serpil ve YILDIZ Selver, İşyerinde Şiddet, Beta Yayınları, İstanbul, 2011.

TOKAT Bülent, CİNDİLOĞLU Mihriban, KARA Hakan, Değerlerin Psikolojik Kuşatması Mobbing, Ekin Basın Yayın, Bursa,2011.

Makaleler

AVCI Raşit, SONAY Songül, GÜÇRAY Sonay, Şiddet Davranışı Gösteren ve Göstermeyen Ergenlerin Ailelerinin Aile işlevleri, Aile Bireylerine İlişkin Problemler, Öfke ve Öfke İfade Tarzları Açısından İncelenmesi, Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 10(1), 2006.

AYAN Sezer, Aile İçinde Şiddete Uğrayan Çocukların Saldırganlık Eğilimleri, Anadolu Psikiyatri Dergisi,8, 2007.

BAYINDIR Nida, Aile İçinde Yaşanan Şiddete Karşı Çocuğun Gösterdiği Tepkiler, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2(2), 2010.

ÇUHADAROĞLU Füsün, Adolesanlarda Özdeğer Duygusu ve Çeşitli Psikopatolojik Durumlarla İlişkisi, Düşünen Adam Dergisi, 3(3), 1989.

DEMİR Şamir, Arabuluculuk İle Aile İçi Şiddet ve Uzlaşmaya Tabi Suçların İlişkisi, Ankara Barosu Dergisi, 2, 2014.

DOĞAN Selma, GÜLER Handan, KELLEÇİ Meral, Hastaların Öfkeli Davranışları Karşısında Hemşirelerin Yaklaşımları, C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 5(1),2001.

İNCİ Yusuf, DUMAN Ali, Çocuğa Yönelik Şiddetin Sosyo-Kültürel ve Ekonomik Boyutları: Erzurum İli Örneği, Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 31(7),2014.

KARSLI Necmi, Dindarlık ve Öfke Kontrolü İlişkisi Üzerine Tecrübî Bir Araştırma, Ekev Akademi Dergisi,16(50),2012.

KAYMAK ÖZMEN Suna, Aile İçinde Öfke ve Saldırganlığın Yansımaları, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi,37(2),2004.

KÖKDEMİR Hülya, Öfke ve Öfke Kontrolü, Pivolka,(12),2003.

OKAN İBİLOĞLU Aslıhan, Aile İçi Şiddet, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 4(2), 2012.

ÖZER Kadir, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçekleri Ön Çalışması, Türk Psikoloji Dergisi, 9(31), 1994.

ÖZGENTÜRK İlyas, KARĞIN Vedat, BALTACI Halil, Aile İçi Şiddet ve Şiddetin Nesilden Nesile İletilmesi, Polis Bilimleri Dergisi,14(4),2012.

ÖZGÜR Gönül, YÖRÜKOĞLU Gülden, BAYSAN ARABACI Leyla, Lise Öğrencilerinin Şiddet Algıları, Şiddet Eğilim Düzeyleri ve Etkileyen Faktörler, Psikiyatri Hemşireliği Dergisi,2(2),2011.

SOYKAN Çiğdem, Öfke ve Öfke Yönetimi, Kriz Dergisi,11(2),2003.

YILDIRIM Dilek, YILDIRIM Aytolan, Sağlık Alanında Çalışan Akademisyenlerin Karşılaştıkları Psikolojik Şiddet Davranışları ve Bu Davranışların Etkileri, Türkiye Klinikleri,30(2),2010.

ZARA PAGE Ayten, İNCİ Merve, Aile İçi Şiddet Konusunda Bir Derleme, Türk Psikoloji Yazıları, 11(22), 2008.

Raporlar

BULUT Meryem, Aile İçi Şiddet Uygulama Nedenlerine İlişkin Görüşler, Şiddet ve Kültür, Mardin Saha Araştırmasının Raporu, Mardin: Mardin Valiliği,2010.

Tezler

CİNOĞLU Arzu, Sağlık Kurumlarında Şiddet, Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2015 (Yayınlanmamış Dönem Projesi).

GÜLŞEN Polat, İşletmelerde Psikolojik Şiddet ve Örgütsel Sessizlik Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, İstanbul Kültür Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2015 (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

GÜNALP Ayşe, Farklı Anne Baba Tutumlarının Okul Öncesi Eğitim Çağındaki Çocukların Özgüven Duygusunun Gelişimine Etkisi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İlköğretim Anabilim Dalı, Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalı, Konya, 2007 (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

KORKMAZ Mediha, Yetişkin Örneklem İçin Bir Benlik Saygısı Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İzmir, 1996 (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

EKLER LİSTESİ
DEMOGRAFİK ÖZELLİKLER

- Cinsiyetiniz:

- Kadın:
- Erkek:

- Yaşınız:

- 24-28 yaş
- 29-33 yaş
- 34-38 yaş
- 39-43yaş
- 44 yaş ve yukarı yaş:

- Medeni Haliniz:

- Evli:
- Bekâr:

- Eğitim Durumunuz:

- İlköğretim:
- Ortaöğretim (Lise):
- Ön lisans:
- Lisans:
- Yüksek Lisans:

- Çalışıyor musunuz?

- Evet:
- Hayır:

- Daha önceden hiç psikolojik destek aldınız mı?

- Evet:
- Hayır:

- Çocukken aile içerisinde fiziksel şiddete maruz kaldınız mı?

- Evet:
- Hayır:

- Çocukken aile içerisinde psikolojik şiddete maruz kaldınız mı?

- Evet:
- Hayır:



ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

1.Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.

A. Çok doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok yanlış

2.Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.

A. Çok doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok yanlış

3.Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.

A. Çok doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok yanlış

4.Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabiliyim.

A. Çok doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok yanlış

5.Kendimle gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.

A. Çok doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok yanlış

6.Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.

A. Çok doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok yanlış

7.Genel olarak kendimden memnunum.

A. Çok doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok yanlış

8.Kendime karşı daha fazla saygı duymayı isterdim.

A. Çok doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok yanlış

9.Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.

A. Çok doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok yanlış

10.Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.

A. Çok doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok yanlış



SÜREKLİ ÖFKE VE ÖFKE TARZI ÖLÇEĞİ

YÖNERGE: Aşağıda yer alan ifadeleri okuyun ve ifadelerin sağ tarafındaki sayılar arasında sizi en iyi tanımlayanı işaretleyin.

NOT: Doğru ya da yanlış cevap yoktur.

1. Hiç
2. Biraz
3. Oldukça
4. Tümüyle

	Hiç		Tümüyle
	(1)	(2)	(3) (4)
1. Çabuk parlam.	(1)	(2)	(3) (4)
2. Kızgın mizaçlıyım.	(1)	(2)	(3) (4)
3. Öfkesi burnunda bir insanım.	(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. Öfkeli olduğimde ağızma geleni söylerim.	(1)	(2)	(3) (4)
8.Başkalarının önünde eleştirilmek beni çok hiddetlendirir.	(1)	(2)	(3) (4)
		Hiç	Tümüyle
9. Engellendiğimde içimden birilerini vurmaya gelir.	(1)	(2)	(3) (4)
10.Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılgına dönerim.	(1)	(2)	(3) (4)
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)
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)
21. Davranışlarımı kontrol ederim. (1) (2) (3) (4)
22. Başkalarıyla tartışırım. (1) (2) (3) (4)
Hiç Tümüyle
23. İçimde, kimseye söylemediğim kinler beslerim. (1) (2) (3) (4)
24. Beni çileden çıkararak her neyse saldırırım. (1) (2) (3) (4)
25. Öfkem kontrolden çıkmadan kendimi durdurabilirim. (1) (2) (3) (4)
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. Hoşgörülu ve anlayışlı olmaya çalışırım. (1) (2) (3) (4)
31. İçimden insanların fark ettiğinden daha fazla sinirlenirim. (1) (2) (3) (4)
32. Sınırlarıme hakim olamam. (1) (2) (3) (4)
33. Beni sınırlendirene, ne hissettiğimi söylerim. (1) (2) (3) (4)
34. Kızgınlık duygularımı kontrol ederim. (1) (2) (3) (4)

