

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN ANNE BABA TUTUMLARINA GÖRE
ÖFKE İFADE TARZLARININ İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Serap BULUT

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Mustafa BİLİCİ

İSTANBUL – 2018

TEZ TANITIM FORMU

YAZAR ADI SOYADI : Serap BULUT

TEZİN DİLİ : Türkçe

TEZİN ADI : Lise Öğrencilerinin Anne Baba Tutumlarına Göre Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi

ENSTİTÜ : İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

ANA BİLİM DALI : Psikoloji

TEZİN TÜRÜ : Yüksek Lisans

TEZİN TARİHİ : 06.06.2018

SAYFA SAYISI : 89

TEZ DANIŞMANLARI : Prof. Dr. Mustafa BİLİCİ

DİZİN TERİMLERİ : Öfke, Öfke tarzları, Anne-Baba tutumları.

TÜRKÇE ÖZET : Öfke, genellikle istenmeyen ve beklenmedik bir duygusal durumdur. Bu duygu, her insanda mevcuttur ve günlük yaşamda farklı yoğunlukta yaşanır. Temelde öfke bir haklılık algısıdır ve öfke duyan kişi yaptığına doğruluğuna inanır. Öfkenin ifadesi ise, bireyin öfke duygusuna karşı gösterdiği tepkidir. Öfke duygusunun ifade ediliş biçimi öğrenmeyle bağlantılı olması nedeniyle insandan insana değişir. Aile içinde kişilerarası ilişkiler ve anne baba tutumları da öfkeyi etkilemektedir.

DAĞITIM LİSTESİ : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Serap BULUT

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN ANNE BABA TUTUMLARINA GÖRE
ÖFKE İFADE TARZLARININ İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Serap BULUT

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.

Serap BULUT

.../ .../2018



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Serap Bulut'un "Lise öğrencilerinin anne baba tutumlarına göre öfke ifade tarzlarının incelenmesi" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından KLİNİK PSİKOLOJİ bilim dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan

Üye

Üye

Üye

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2018

ÖZET

Giriş: Öfke, genellikle istenmeyen ve beklenmedik bir duygusal durumdur. Bu duygu, her insanda mevcuttur ve günlük yaşamda farklı yoğunlukta yaşanır. Temelde öfke bir haklılık algısıdır ve öfke duyan kişi yaptığıının doğruluğuna inanır. Öfkenin ifadesi ise, bireyin öfke duygusuna karşı gösterdiği tepkidir. Öfke duygusunun ifade edilmiş biçimi öğrenmeyle bağlantılı olması nedeniyle insandan insana değişir. Aile içinde kişilerarası ilişkiler ve anne baba tutumları da öfkeyi etkilemektedir. Öfkenin ifade tarzında anne ve babanın tutumları da oldukça önemlidir.

Amaç: Bu araştırmanın amacı, lise öğrencilerinin anne baba tutumları ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişkisinin incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Araştırmada Çekmeköy İlçesinde bulunan Nesrin Uçmaklıoğlu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde, lise öğrencileri üzerinde anket gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evreni İstanbul ili Çekmeköy ilçesindeki tüm öğrencilerdir, örnekleme ise 4-17 yaş arasındaki öğrenciler arasından 160 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, Sürekli Öfke, Öfke Tarz Ölçeği ve Anne Baba Tutum Ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: Elde ettiğimiz bulgulara göre anne baba tutumunun lise öğrencilerinin sürekli öfkesi üzerinde etkisi olduğu saptanmıştır. Anne baba tutumlarının da kendi aralarında farklılıklar olduğu görülmüştür. Sürekli öfke de koruyucu anne baba tutumuyla doğrudan bir ilişkisi olduğu elde edilen verilere göre bulunmuştur. Sürekli öfkenin artması durumunda koruyucu tutumda da artış görülmüştür.

Sonuç: Bu araştırma araştırma sonucunda anne baba tutumlarının öğrencilerin öfkeleriyle ilişkili olduğu saptanmıştır. Elde edilen veriler literatür ışığında değerlendirilerek gerekli önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Öfke, Öfke tarzları, Anne Baba tutumları.

SUMMARY

Introduction: Anger is usually an unwanted and unexpected emotional state. This emotion is available in every person and experienced at different intensity in daily life of people. Basically anger is a perception of justice and the angry person believes inside that it is right. The expression of anger is a reaction to anger sense. Form of expression of anger sentiment depends on person because the anger is about learning. Interpersonal relationships, family relationships and parental attitudes effects anger. Parents' attitudes are so important in the expression of anger.

Purpose: The aim of this study is to examine the relationship between parents' attitude and anger expression for high school students.

Materials and Methods: This study has been applied in Nesrin Uçmakoğlu High school in Çekmeceköy. The universe of this study is all students in Çekmeceköy in İstanbul, sample of this study is that 160 people have chosen from 14-17 years old students. Personal information concept, constant anger-angers care and parent's attitude scale were used in this study.

Findings: According to findings, there is relationship between parents' attitude and constant anger. Also there are differences for parents' attitude with itself. There is relationship between constant anger and protective parents' attitude. If protective parents' attitude decreases, constant anger decreases as well.

Result: There is a significant relationship between parents' attitude and students' anger. Findings were evaluated by literature and making necessary suggestions.

Keywords: Anger, Type of Anger, Parents' attitude

İÇİNDEKİLER

SAYFA

ÖZET.....	I
İÇİNDEKİLER.....	III
KISALTMALAR LİSTESİ	V
TABLolar LİSTESİ	VI
EKLER	VII
ÖNSÖZ.....	VIII
GİRİŞ.....	1
BİRİNCİ BÖLÜM:	2
1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ	2
1.2. HİPOTEZLER.....	2
1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI	3
1.4. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	3
1.5. SAYILTIAR.....	3
1.6. SINIRLILIKLAR	3
İKİNCİ BÖLÜM	4
ÖFKE İRADE TARZLARI	4
2.1. ÖFKE KAVRAMI	4
2.1.1. Öfkenin İşlevleri	7
2.1.2. Öfkenin Nedenleri	10
2.1.3. Öfke İle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar	12
2.1.3.1 Psikanalitik Yaklaşım	12
2.1.3.2. Engellenme ve Saldırganlık Kuramı	13
2.1.3.3. Sosyal Öğrenme Kuramı.....	14
2.1.3.4. Davranışçı Kuram	14
2.1.3.5. Bilişsel Davranışçı Kuram	15
2.1.4. Öfkenin İfade Edilme Tarzları.....	16
2.1.4.1. Öfkenin İçe ve Dışa Vurumu	17
2.1.4.2. Öfke Kontrolü.....	20
2.1.5. Öfke İfade Tarzlarının İlişkilere Etkisi	20
2.1.6. Ergenlik Döneminde Öfke	21
2.1.7. İlgili Araştırmalar	21
2.2. ANNE BABA TUTUMLARI	27
2.2.1. Tutum ve Anne Baba Tutumları Hakkında Genel Bilgiler.....	27

2.2.2. Tutumun Tanımı ve Önemi	28
2.2.3. Tutum Oluşması ve Değişmesi	30
2.2.4. Tutum ve Davranış İlişkisi	35
2.2.6. Anne Baba Tutumları	37
2.2.7. Anne Baba Tutumlarının Önemi ve Etkileyen Faktörler	37
2.2.8. Yaygın Anne-Baba Tutumları	43
2.2.9. Ergenlikte Anne Baba Tutumunun Özellikleri	47
2.3. ANNE BABA TUTUMU VE ÖFKE İLİŞKİSİ.....	48
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	49
YÖNTEM	49
3.1.ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ	49
3.2.EVREN VE ÖRNEKLEM	49
3.3. KULLANILAN FORM VE ÖLÇEKLER	49
3.3.1. Sürekli Öfke – Öfke Tarz Ölçeği(SÖÖTÖ).....	49
3.3.2. Anne Baba Tutum Ölçeği	50
3.4. İŞLEM	50
3.5. VERİLERİN ANALİZİ	50
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....	52
BULGULAR	52
BEŞİNCİ BÖLÜM	59
TARTIŞMA VE YORUM	59
ÖNERİ	69
KAYNAKÇA.....	71

KISALTMALAR LİSTESİ

A.G.E.	: Adı Geçen Eser
DSM	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
SPSS	: Statistical Package for Social Sciences
SÖÖTÖ	: Öfke Tarz Ölçeği



TABLolar LİSTESİ

Sayfa

Tablo 4.1: Araştırmaya Katılan Lise Öğrencilerin Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=160).....	52
Tablo 4.2: Lise Öğrencilerin Sürekli Öfke, Öfke İfade Tarzının ve Anne Baba Tutum Düzeylerinin Arasındaki İlişkisi.....	53
Tablo 4.3: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Anne Baba Tutumlarını yordamakta mıdır?	54
Tablo 4.4: Cinsiyete göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Ölçeğinin Puanları Açısından Karşılaştırılması	55
Tablo 4.5: Cinsiyete göre Anne Baba Tutum Alt Ölçekleri Açısından Karşılaştırması	56
Tablo 4.6: Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine Göre Sürekli Öfke Ölçeğinin Açısından Karşılaştırması.....	57
Tablo 4.7: Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine Göre Öfke İfade Tarzı Alt Ölçekleri Açısından Karşılaştırması	57
Tablo 4.8: Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine Göre Anne Baba Tutum Alt Ölçekleri Açısından Karşılaştırması	58

EKLER LİSTESİ

EK – A: SOSYODEMOGRAFİK VERİ FORMU

EK – B:SÜREKLİ ÖFKE TARZ ÖLÇEĞİ

EK – C: ANNE-BABA TUTUM ÖLÇEĞİ



ÖNSÖZ

Bu tez çalışmasında lise öğrencilerinin anne baba tutumlarına göre öfke ifade tarzlarının incelenmesi yapılmak istenmiştir.

Öncelikle tez konusunu seçerken isteklerimi göz önünde bulundurup, sabırla bana yardımcı olan tez danışmanım Prof. Dr. Mustafa BİLİCİ'ye teşekkürlerimi sunarım. Bu zorlu tez sürecinde benden desteğini bir an için bile esirgemeyen eşime ve tüm hayatım boyunca benden maddi ve manevi desteklerini esirgemeyen canım aileme teşekkürlerimi bir borç bilirim.

İstanbul

Serap BULUT

GİRİŞ

Öfke, her bireyde görülebilen temel duygulardan sayıldığından aslında normal bir duygu biçimidir. Diğer duygu durumlarının dışa yansımaların çeşitliliği gibi öfkenin de kendine has i dışa vurma biçiminin taşkınlık barındırması olasıdır.

Öfke içsel veya dışsal sebeplerle meydana gelebiliyorken kişilerde çeşitli değişikliklere sebep olur. Bunlardan bazıları bedensel ile zihinsel nitelik taşıırken bazıları da davranışsal olabilmektedir. Bu duygunun baskılanması, dışa aktarılması, saldırganlaşma, kendine hakim olma durumları davranışsal değişikliklerin bir kısmıdır.¹ Kişide meydana gelen öfkenin nasıl dile getirildiği önem taşımaktadır. Öyle ki öfkenin dile getirilme şekline sonuçlar doğurmakta, ilişkilerin zedelenmesi, şiddet durumları gibi durumlar o şekilde şekillenirler.

Bu araştırmada anne baba tutumlarının çocukların öfke ifade tarzına nasıl bir etkisinin olacağı araştırılmıştır. Bu nedenle lise öğrencilerinin öfke tarzları ile anne baba tutumları arasında bir ilişkinin olup olmadığı, yaş ve cinsiyet değişkenlerinin bu durumu etkileyip etkilemediğinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırmada “lise öğrencilerinin anne baba tutumlarına göre öfke ifade tarzlarında anlamlı bir ilişki var mıdır” sorusuna cevap aranacaktır. Bu bağlamda araştırmanın alt hipotezleri ise şu şekilde belirlenmiştir;

- i. Anne baba tutumlarının sürekli öfke ile anlamlı ilişkisi vardır.
- ii. Anne baba tutumlarının iç öfke ile anlamlı ilişkisi vardır.
- iii. Anne baba tutumlarının dış öfke ile anlamlı ilişkisi vardır.
- iv. Anne baba tutumlarının öfkenin kontrolüyle anlamlı ilişkisi vardır.

Yapılan birçok araştırma ile anne baba tutumunun etkisi ve önemi incelenmişse de, ana baba tutumunun öfke ifade tarzıyla ilgili az sayıda araştırmanın literatürde yer aldığı görülmektedir. Dolayısıyla bu çalışmanın, rehberlik ve psikolojik danışma alanlarında ve konuya ilişkin olarak yapılacak diğer araştırmalara katkıda bulunacağından önemli olduğu düşünülmektedir.

¹ Nurten Kaya vd., Hemşirelik ve Ebelik Öğrencilerinin Öfke ve Yalnızlık Özellikleri, *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 9 (2): 18-26, 2012, s.19

BİRİNCİ BÖLÜM

1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ

Lise öğrencilerinin anne baba tutumları ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişkisinin incelenmesidir?

Araştırmanın Alt Problemleri

1. Lise Öğrencilerinin anne baba tutumları ile öfke ifade tarzları arasında bir ilişki var mıdır?

2.Lise öğrencilerinde cinsiyet ile sürekli öfke arasında bir ilişki var mıdır?

3.Lise öğrencilerinde cinsiyetlerine göre öfkeyi ifade etme biçimleri arasında bir ilişki var mıdır?

4.Lise öğrencilerinde ebeveyn tutumunun etkisi ile cinsiyet arasında bir ilişki var mıdır?

5. Lise öğrencilerinin sınıf düzeyi ile sürekli öfke arasında bir ilişki var mıdır?

6. Lise öğrencilerinde sınıf düzeyi ile öfkeyi ifade etme tarzı arasında bir ilişki var mıdır?

7. Lise öğrencilerinde sınıf düzeyi ile ebeveyn tutumu arasında bir ilişki var mıdır?

1.2. HİPOTEZLER

Hipotez 1: Lise Öğrencilerinin anne baba tutumları ile öfke ifade tarzları arasında bir ilişki vardır.

Hipotez 2:Lise öğrencilerinde cinsiyet ile sürekli öfke arasında bir ilişki vardır.

Hipotez 3:Lise öğrencilerinde cinsiyetlerine göre öfkeyi ifade etme biçimleri arasında bir ilişki vardır.

Hipotez 4:Lise öğrencilerinde ebeveyn tutumunun etkisi ile cinsiyet arasında bir ilişki vardır.

Hipotez 5:Lise öğrencilerinin sınıf düzeyi ile sürekli öfke arasında bir ilişki vardır.

Hipotez 6:Lise öğrencilerinde sınıf düzeyi ile öfkeyi ifade etme tarzı arasında bir ilişki vardır.

Hipotez 7:Lise öğrencilerinde sınıf düzeyi ile ebeveyn tutumu arasında bir ilişki vardır.

1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın amacı, lise öğrencilerinin anne baba tutumları ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişkisinin incelenmesidir.

1.4. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Lise öğrencilerinde öfke tarzlarını ve öfkenin Şiddetini olumlu veya olumsuz yönde etkileyen ebeveyn tutumlarının araŐtırılıp bu tutumların olumlu yönde etki etmesi için ebeveynlerin davranış ve tutumlarına yön vermesi amacıyla bu araştırma yapılmıştır. Bu araştırmanın alanda var olan eksiklikleri kapatmaya yardımcı olması ve sonra yapılacak olan çalıŐmalara katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

1.5. SAYILTILAR

Araştırmanın sayılıtları aşağıdaki gibidir:

1. Lise öğrencilerinin kendilerine yöneltilen sorulara içtenlikle cevap verdiği kabul edilmektedir.
2. Üzerinde araştırma yapılan lise öğrencileri evreni temsil etmektedir.
3. Araştırmada kullanılan Sürekli Öfke, Öfke Tarz Ölçeği ve Anne Baba Tutum Ölçeği ilgili değişkenleri geçerli ve güvenilir olarak ölçmektedir.

1.6. SINIRLILIKLAR

Bu araştırma;

1. İstanbul ilinin Çekmeköy İlçesinde bulunan Nesrin Uçmaklıoğlu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde 14-17 yaş arasındaki 160 kişi ile sınırlıdır.
2. Elde edilen veriler lise öğrencilere uygulanan kişisel bilgi formu, Sürekli Öfke, Öfke Tarz Ölçeği ve Anne Baba Tutum Ölçeği ile sınırlıdır.

-

İKİNCİ BÖLÜM

ÖFKE İRADE TARZLARI

2.1. ÖFKE KAVRAMI

Sözcük anlamı olarak öfke “engelleme, incinme veya gözdağı karşısında gösterilen saldırganlık tepkisi, kızgınlık, hışım, hiddet” olarak tanımlanmaktadır.² Bununla birlikte öfke kavramı belirsiz anlamlarda kullanılabilir. Örneğin; saldırıya karşı kendini savunan insan davranışını tanımlamak, para almak için kurbanını öldürme davranışını tanımlamak, kendini savunan insan davranışını tanımlamak veya insanı zarara ve yıkıma uğratma davranışı tanımlamak için kullanılabilir. Ancak bu örneklerde gösterilen her türlü öfke davranışı tek bir tanım altında toplanırsa, öfkenin altında yatan tepkiselliğin görmezden gelinmesine yol açar.³

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 şu ya da bu biçimde saldırgan davranışlarla sonuçlanabilen oldukça yoğun olumsuz bir duygu” olarak tanımlanmaktadır.⁴ Köknel ise öfkeyi, engellenme, korku gibi beğenilmeyen olaylar karşısında ortaya çıkan engeli aşmak ve istenmeyen durumlardan çıkmak için gerekli tutum ve davranışta bulunma olanağı veren bir duygu olarak tanımlamıştır.⁵

Lerner, öfkeyi tatmin edilmemiş arzulara, hoş olmayan sonuçlara ve cevap verilmeyen beklentilere verilen, gayet doğal, evrensel ve insani duygusal bir tepki olarak ortaya koymaktadır. Bununla birlikte olumsuz yaşanan duygusal çöküntü olarak da söylenebilir. Zarar verici duygusal yaşantıyı ise kontrolsüz öfke olarak tanımlamıştır.⁶ Kontrolsüz öfkenin hem kişi hem de toplum üzerinde inanılmaz bir baskısı bulunmakta, genelde suça ve şiddete yönelik davranışlarla ilgili eş ve çocuk tacizi örneklerinde, toplu şiddet olgularında kendini gösterilmektedir.

Bireyin engellenme duygusu karşısında yaptığı en tipik davranışlardan biri saldırganlıktır. Saldırganlık davranışı, bireyin engellenmiş olduğu durum karşısında bazen uyum sağlarken bazen de uyumsuzluğa neden olmaktadır. Engellenen birey,

²TDK (Türk Dil Kurumu), “Öfke” <http://www.tdk.gov.tr/> Erişim Tarihi: 10.11. 2017

³Erich Fromm, *İnsandaki Yıkıcılığın Kökenleri* I, (Çev. Ş. Alpagut), Payel Yayınevi, İstanbul, 1984, s.17

⁴Selçuk Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2000, s.565

⁵Özcan Köknel, *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*, Anı Yayıncılık, Ankara, 2005, s.186

⁶Harriet Lerner, *Öfke Dansı*, (Çev. S. Gül), Varlık Yayınları, İstanbul, 1996, s.33

engellleyen durum veya kişi gücü dâhilinde değilse, ortaya çıkan saldırganlık davranışı ve öfkesini gücünün dâhilinde olan kişi ya da nesnelere yöneltmektedir.⁷

Öfke, tatmin edilmemiş isteklerle istenmedik sonuçlara karşı duyulan duygusal tepki şeklinde değerlendirilebilir. Genel bir duygu çeşidi olan öfke, iyi bir şekilde dışa vurulduğunda iletişim ve etkileşimi onarıcı bir göreve sahiptir. Bu pozitif fonksiyonuna karşın pek çok zamanda öfkenin denetlenemediği ile tahrip edici sonuçlara yol açtığı bilinmektedir. Ev ortamında, sokakta, iş ortamında, okul ortamında ya da yaşamımızın sürdüğü her ortamda insanların ilişkilerine etkisini görmekteyiz.⁸ Öfke, daha çok ani gelişen ve gelişmesini istemediğimiz duygularımızdandır. Fakat buna rağmen bazen sorunları aşmak adına kişiyi iştahlandırmakta ve kişinin ayak uydurmasında işlevsel olabilmektedir.⁹

İnsan psikolojisi ile ilgili araştırma yapanlar öfkeyi “kısa süreli delilik” olarak tanımlamakta bunun sebebi ise öfke ile aklın kontrolünün belli bir süreliğine yok olmasıdır. Öfke duygusu insanlar tarafından iki şekilde yaşanmaktadır. Bunlar, içte tutulan öfke ve dışa vurulan öfkedir. İçte tutulan öfke diğerleri tarafından anlaşılamadığı için ve öfke duygusuna korkunun eşlik etmesi sebebiyle daha tehlikeli ve zarar verici olabilmektedir. Ya da bastırılan öfke kişideki depresyonu veya psikosomatik rahatsızlıkları arttırabilir.¹⁰ Bazı durumlarda ise depresyon, bipolar bozukluk, madde ve alkol bağımlılığı gibi ruhsal bozukluklardan farklı olarak ağırlı fiziksel hastalığa sahip olmak da kronik öfke duygusuna sebep olmaktadır.¹¹

Çocukluk yıllarından itibaren öğrenilerek gelişen öfke, tehdit olarak algılanan durum ya da kişiler karşısında, onlara saldırıp sataşmaya yönelik hissedilen duygunun adıdır. Psikolojide de birçok kuram öfkenin, diğer sosyal davranışlar gibi öğrenilmiş olduğunun altını çizmektedir.¹² Skinner, cezanın en önemli olumsuzluğunu, saldırgan davranışlara neden olması olarak açıklamakta ve bu durumda çocuklar, model alma yoluyla, hatalı davranışlarda bulunan kişilere karşı fiziksel saldırganlık göstermenin kabul edilebilir olduğunu öğrenebilmektedir.¹³

⁷ Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2005, s.321

⁸ Çiğdem Soykan, *Öfke ve Öfke Yönetimi*, Kriz Dergisi, 11 (2): 19-27, 1992, s.19

⁹ Serap Sütçü Tekinsay ve Arzu Aydın, İki Farklı Öfke Ölçeğinin Çocuk ve Ergenler İçin Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi, *Ege Eğitim Dergisi*, 9 (2): 93-108, 2008, s.95

¹⁰ Nevzat Tarhan, *Duyguların Dili*, Timaş Yayınları, İstanbul, 2006, s.183

¹¹ Soykan, a.g.e., s.19-27

¹² Mehtap Kayaoğlu, *Sorularla ve Örnek Vakalarla Öfke Kontrolü*, Nesil Yayınları, İstanbul, 2015, s.28

¹³ Quentin Skinner, *Çağdaş Temel Kuramlar*, (Çev. A. Demirhan), İletişim Yayınları, İstanbul, 2008, s.126

Soykan, insanların öbür temel duyguları gibi öfkenin de temel bir duygu olduğundan yadırganmayacağını ifade etmektedir.¹⁴ Asıl yapılması gereken öfkenin; kişinin kendisi ile sosyal çevresi arasında kurduğu ilişkilerde işlevsel şekle getirmektir. Bu sebeple aslında öfkenin ne olup neye yaradığını görmek lazım. Öfkenin asıl özelliklerini aşağıdaki şekilde sıralayabiliriz.

- i. Öfke, insan yaşamının devam ettirilmesinde lazım olan doğal bir duygusal tepkidir.
- ii. Öfke aynı zamanda uyarıcı bir işarettir. Çünkü kişiyi oluşturan tehlikelere ve tehditlere karşı uyarıcı bir kalkan oluşturulmasına işaret eder.
- iii. Yeni öğrenmelerde de motive edici bir etkiye sahiptir öfke.
- iv. Kontrol edilip belli bir düzeyde tutulduğunda öfke yararlı ve sağlıklıdır.
- v. Kişiye yaraması adına öfkenin kabul edilmesi, ret edilmemesi, tanınması ve bastırılmayıp kontrol altına alınarak ifade edilmesi lazım.

Ergen, aile içindeki davranış modellerini örnek alarak öfke ve kızgınlığını ne zaman ve kimlere karşı dışarı vuracağını ve ne zaman bastıracağını bilerek yetişir. Bazı ergenlerde ise sakin görünen yapılarının altında gergin ve hırçın bir iç dünya olabilmektedir. Bu durumda olan ergenler, öfkelerini ya kendilerine ya da kendilerini güçlü hissettikleri ortamlarda güçsüz kişilere yansıtmaktadırlar.¹⁵ Ergenler arasında özellikle okullarda ve yaşadıkları mahallelerde gözlemlenen zorbalık, öfkenin bir yansıması olarak kendisini göstermektedir. Zorbalık, güçlü olan kişi ya da kişilerin güçsüz olan üzerinde egemenlik kurma ve güçsüz olana zarar verme davranışı ile ortaya çıkmaktadır. Bu davranışlar genellikle fiziksel ve psikolojik saldırganlığı içermektedir.

Çocuklukta gözlenen öfke ve saldırgan davranışlar, ergenlikte ortaya çıkan öfke ve saldırganlıktan daha önemli bir belirleyicidir. Çünkü çocukluk dönemindeki saldırganlık uzun süreli uyum sorunlarına dönüşmekte iken ergenlik dönemindeki saldırganlık geçici bir durum olarak gözlemlenebilmektedir.¹⁶ Ergenin kendisini sevilmeyen, yetersiz ve değersiz olarak görmesine karşı bir savunma olarak eyleme vuruk davranışlar ortaya çıkmaktadır. Eyleme vuruk davranışlar ergen

¹⁴ Soykan, a.g.e., s.21

¹⁵ Luella Cole ve John J.B. Morgan, **Çocukluk ve Gençlik Psikolojisi**, Milli Eğitim Basımevi, İstanbul, 2001, s.62

¹⁶ Laura E. Berk, **Çocuk Gelişimi**, (Çev. A. Dönmez), İmge Kitabevi, Ankara, 2013, s.667

depresyonunun maskelenmiş halidir. Bunlar kızgınlık, öfke nöbetleri, anti-sosyal ve olumsuz davranışları içermektedir.¹⁷

2.1.1. Öfkenin İşlevleri

Öfke duygusunun, yaşanan olumsuz herhangi bir duruma karşı verilen bir tepki olduğu bilinmektedir. Yaşanan bu duygu, birtakım şeylerin değişmesi gerektiğini bireye hatırlatarak, ilişki ya da durumların daha verimli ve olumlu duruma dönüştürülmesine katkıda bulunur. Öfke duygusu, insanlara birey olduğunu, kendi değer ve ilkelerini sahiplenme sorumluluğunu ifade eder. Bu duygu birey olarak hakların ihlal edildiği, ihtiyaç ve taleplerin karşılanmadığı, istenilmediği halde engellendiği, bazı işlerin yolunda gitmediği ve kabul edilmemesi gereken konularda bireylere mesajlar gönderir. Bu duygunun görevi, karşılaşılan zor durum anında bireyin kendisini koruyarak ve savunma konusunda uyarılar vererek destek olmaktır. Bu uyarılar ile vücudun güç ve enerji miktarı artmakta ve yeni duruma karşı vücut savunma durumuna geçmektedir.¹⁸

Öfke, karşılanmamış ihtiyaçların bir işareti olarak öfkenin verdiği ileti, isteğin elde edilemediği olabilir. Bireyler bu mesajları gönderirken farklı davranışlara başvurmakta, bu yolla da elde edilemeyen hedeflere ulaşılmaya çalışılır. Sözelimi gururun kırılması, gerçekte yersiz olan birtakım beklentiler ve zihinlerde oluşturulan fanteziler öfkeye neden olabilir. Bireyler bazen kendi hata ve kusurlarını kapatarak, başkalarını suçlarken öfkeyi kullanmaktadırlar. Dolayısıyla bireyler diğer duygularını gizlemek veya tamamen ortadan kaldırmak için öfkeden faydalanmaktadırlar.¹⁹

Öfkeyle başa çıkma, onun bastırılarak gizlenmesini değil, tanınmasını gerektirmektedir. Öfkenin tanınması, öfkeye yol açan ve öfke ifadesine etki eden biyolojik yapı, bireyin akılcı ve akıl dışı inançlarıyla aile, toplum, kültür gibi çevresel faktörlerin bilinmesidir. Bireyler sadece öfkesini tanıdığında bu duygunun zararlarından kurtulabilirler ve onu kendileri için yapıcı bir biçimde ifade edebilirler.²⁰

Öfke ve kızgınlık dolayısıyla bireylerin suçluluk duygusuna kapılmaları doğru değildir. Sağlıklı olarak dışsallaştırılmış öfke belli bir hedefe ilişkindir ve çoğu kez toplumsal olarak kabul edilebilir bir şekildedir ve uzun dönemde bireylere fayda sağlayabilir. Öfkenin kontrol edilememesi ve sağlıksız olarak dışa vurulması ise saldırganlık ve

¹⁷ Melike Güney, *Ergenlik Dönemi Depresyonları*, Psikiyatri Dünyası, 2 (2): 41-44, 1998, s.42

¹⁸ Enver Özkalp, *Davranış Bilimlerine Giriş*, Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları, Eskişehir, 2004, s.78-79

¹⁹Kurtman Ersanlı, *Davranışlarımız Gelişim ve Öğrenme*, Eser Matbaası, Samsun, 2005, s.114

²⁰ Hulusi Doğan vd., *Öfke ve Empati İlişisine Yönelik Otel Zincirinde Bir Araştırma*, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 19 (3): 277-298, 2010, s.282

şiddet biçimindedir ve en büyük zararı kişinin kendisine verir. Yapıcı olarak kullanıldığında öfke zihinsel ve bedensel güç verir.²¹Öfke duygusu, ilişkilerde birtakım tutum ve davranışların değişmesinin gerekli olduğunu ifade eden, açık ve dürüstçe dışa vurulup yapıcı olduğunda çok daha iyi bir iletişim unsuru olan önemli bir güç kaynağı olarak değerlendirilebilir.²²Öfke, açıkça dışa vurulduğunda ve bu durum diğer insanlar tarafından olumsuz değerlendirildiğinde, kişide düşük benlik saygısına, kişilerarası ve aile içi çatışmalara, sözel ve fiziksel saldırılara ve iş yaşamı ile ilgili uyumsuzluklara neden olabilir. Bir başka anlatımla, insanlar hem öfkenin neden olduğu olumsuz sonuçlar, hem de kültürel nedenlerden dolayı öfkelenmekten korkmakta ve öfkesini göstermek istememektedir.²³ Öfke sonucu ortaya çıkan enerji motivasyonu artırmakta, bireyin uzun ve kısa vadeli amaçlarını gerçekleştirmek için harekete geçmesini sağlamaktadır. Açıktan açığa ve direkt olarak dışa vurulan öfkenin, ilişkilerin daha sağlıklı ve anlamlı olmasına yardımcı olduğu ifade edilmektedir.²⁴

Sonuç olarak araştırmalar göstermiştir ki öfkenin bastırılması ya da saldırganca ifade edilmesi hem fiziksel hem de psikolojik sağlıkla ilişkili olup iş ve sosyal yaşamda, kişiler arası ilişkilerde birçok probleme neden olmaktadır. Bu nedenle bireyin öfke duygusunu tanıması, öfke duygusunu kontrol edebilmesi, öfkesini uygun zamanda uygun kişiye yöneltebilmesi, olumlu bir yaşam sürdürebilmesi ve çevresi ile sağlıklı ilişkiler kurabilmesi için temel teşkil etmektedir.²⁵

Birey, öfke neticesinde oluşan enerjiyi yapıcı olarak kullandığında öfke normal ve sağlıklı bir duygudur. Bu enerji kişinin kısa ve uzun dönemli hedeflerine ulaşabilmesi için eyleme geçmesini sağlar. Ortaya çıkan engellerin üstesinden gelmek ve istenmeyen durumlardan kurtulmak için kişinin uygun tutum ve davranışlarla tepki vermesini sağlayarak kendisine güç, üstünlük, olayları denetim altına alabilme duygularının yaşatır. Bu da kişinin pozitif benlik kavramı geliştirmesinde önem kazanmaktadır. Bunun yanı sıra, öfkeyi yaratan anksiyeteye tepki olarak bireyin savunma mekanizmalarını uyararak, bu mekanizmaların öfke duygusunu aşmada yetersiz kalmadığında da, yeni baş etme davranışlarının gerekli olduğunu hissettirir

²¹Zuhal Baltaş ve Acar Baltaş, Stres ve Başa Çıkma Yolları, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2008, s.134

²² Erkan Yaman ve Sinan Türker, *İlköğretim Öğretmenlerinin Çatışma Yönetim Stratejileri ve Öfke İfade Düzeyleri Arasındaki İlişki*, Akademik Bakış Dergisi, 23: 1-12, 2011, s.4

²³ Nermin Erkek vd., *Hipertansiyon Tanısı Alan Hastaların Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları*, Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 10 (2): 9-18, 2006, s.10

²⁴ James R. Averill, *Studies on Anger and Aggression: Implacations For Theories Of Emotion*, American Psychologist, 38: 1983 1145-1160

²⁵Kurtman, a.g.e., s.114

ve bireye değişim için gereken motivasyonu sağlar.²⁶ Öfkenin yapısında yer alan temel unsurlar da aşağıdaki şekilde ifade edilmektedir;²⁷

- i. Öfkeyi yaratan durum kolaylıkla tanımlanabilen dışsal ya da içsel bir kaynak ya da içsel kaynak,
- ii. Kişiyi bilişsel, duygusal ve fiziksel olarak kışkırtan öfke öncesi bir durum,
- iii. Kişinin öfkeyi yaratan durumu nasıl değerlendirdiği ve durumun üstesinden gelme becerisi.

Bu unsurların etkileşimiyle öfkeyi yaratan durumlar oluşmaktadır. Ayrıca öfkenin dört alanda ortaya çıktığı ifade edilmektedir;²⁸

- i. *Duygusal ve yaşantısal alan*; öfke, üzüntüden hiddet ve kızgınlığa dek uzanan geniş bir alanı kaplayan bir duygu durumudur.
- ii. *Psikolojik alan*; öfke, adrenalin yayılması, kas gerginliğinin artması ve sempatik sinir sisteminin harekete geçmesiyle ortaya çıkmaktadır.
- iii. *Bilişsel alan*; öfke, önyargılı bilgiler süreciyle ortaya çıkmaktadır.
- iv. *Davranışsal alan*; öfke işlevsel olabilir (girişken olma, sınırlarını koyma gibi) ya da işlevsel olmayabilir (saldırgan olma, içe çekilme, alkol ve madde kullanımı gibi).

Öfkenin insan yaşamındaki işlevleri ise aşağıdaki şekilde değerlendirilebilir;²⁹

- i. Bireylere güç kazandırır,
- ii. Bireylerin duygularının şiddetini arttıran, rahatsızlık veren davranışları engeller,
- iii. Başkalarına karşı oluşan negatif duyguların dışavurumunu kolaylaştırır,
- iv. Kaygının dışsal çatışmalara yönelmesiyle birlikte, egonun zarar görmesi olasılığına karşılık bir savunma meydana getirir,
- v. Bireyi, isteklerini sağlama hususunda daha girişken bir duruma getirir.

²⁶ Ömer Sülün, *Futbol Hakemlerinin Öfke ve Kızgınlık Düzeyleri İle Empatik Eğilim Düzeylerinin Karşılaştırılması*, T.C. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Karaman, 2013, s.33 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

²⁷ Kamile Demir ve Özlem Erkal Çil, *Okulöncesi Eğitime Devam eden Çocukların Kendini Denetleme Becerileri ve Öfke Eğilimleri*, JRET Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 3 (4): 88-99, 2014, s.89

²⁸Orhan Aydın, Davranış bilimlerine giriş, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları 1027: 2000, s. 332.

²⁹ Gerald Corey, *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamalar*, Mentis Yayıncılık, Ankara, 2005, s.61

Neticede öfke, bir haklılık algısıdır ve öfkeye kapılan insan yaptığıının doğruluğuna inanır. Kişinin haklı ve adil olduğu duygusunu devam ettirmesi öfkenin önemli işlevlerinden birisidir.³⁰

2.1.2. Öfkenin Nedenleri

Öfke duygusuna neden olan içsel ve dışsal pek çok unsur bulunmaktadır. Bu unsurlardan bir kısmı üzerinde bireyin etkisi bulunurken, bir kısmı bireyin hiçbir etkisinin olmadığı dışsal nedenlerdir. Bununla birlikte aynı öfke kaynağına maruz kalan kişilerin farklı tepkiler verebilmesi, bireyin kişilik yapısı, yetiştirilme tarzı, eğitim düzeyi, yaş ve cinsiyeti gibi nedenlerden kaynaklanmaktadır.³¹

Öfkenin nedenlerinden bazıları; hastalıklar, alkol ve uyuşturucu kullanmak, eleştirilmek, tehdit edilmek, saldırıya uğramak, aldatılmak, kullanılmak, değersiz görülmek, umursanmamak, taciz edilmek, ölüm, fanatiklik, engellenmek, hayal kırıklığına uğramak, incitilmek, haksızlığa uğramak, beklenmedik anda yaşamı alt üst eden felaketlerle karşılaşmak, reddedilmek, fakirlik, kronik hastalıklar, aile sorunları ve alay edilmek öfkeye neden olabilmektedir.³²

Canbuldu'nun aktardığına göre, bireyin yaşadığı öfkenin çeşitli fizyolojik, sözel, davranışsal ortaya çıkış biçimleri bulunmaktadır. Nasıl ortaya konulursa konulsun, öfkeyi oluşturan etmenler araştırıldığında, tek bir nedenin bulunmadığı görülmektedir. Ancak engellenmenin, öfkenin kaynağında en çok rastlanan durum olduğu bilinmektedir.³³ Köknel'e göre engellenme istek, ihtiyaç ya da bir davranışın amaca ulaşmasının önlenmesidir.³⁴ Engellenme, bireyin elde etmek istediği bir nesneye, ulaşmak istediği belirli bir amaca varmasında veya ihtiyaçlarının giderilmesi önlenildiği zaman ortaya çıkan olumsuz duygudur.

Öfkenin bir diğer önemli özelliği ise başkalarında görülmek istenmemesidir. Bu durumda öfke yine engelleme yoluyla karşımıza çıkmaktadır. Birey, karşısındaki kişinin kendisine öfkelenildiğinde, kendini baskı altında hisseder ve dolayısıyla kendisinde de öfke duygusu açığa çıkar. Çoğu zaman karşımızdaki kişinin

³⁰ Arzu Gezgin Gürbüz, **Öfke Denetimi Eğitiminin Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Öfkeyle Başa Çıkmaları, Yaşam Doyumları ve Depresyon Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi**, T.C. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir, 2008, s.21 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

³¹ Bengi Semerci, **Duyguların Şifresi**, Alfa Yayınları, İstanbul, 2005, s.32

³² Carol A. Langelier, **Duygu Yönetimi**, (Çev. M. Bilgin), Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara, 2006, s.59

³³ Sevim Canbuldu, **Çok Boyutlu Okul Öfke Envanterinin Uyarılama Çalışması**, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı, 2006, s.22 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

³⁴ Köknel a.g.e., s.108

öfkelenmemesini isteriz. Bunun için de sürekli karşımızdaki insanın öfkesini bastırmaya gayret gösteririz. Fakat unutulmamalıdır bastırılan duygular kaybolmaz ve daha kötü sonuçlarla ortaya çıkabilir. Öfke, geçici olarak ifade bulması ve boşaltılması gerek bir duygudur. Özmen, öfkeye neden olan etmenleri dört başlık altında toplanmaktadır;³⁵

- i. *Kayıplar*: Kişi hayatında önemli yeri olan ve sevilen bir insanın kaybı, fiziksel bozukluklar nedeniyle oluşan kayıplar, işin kaybedilmesi gibi durumlar insanlarda acı, üzüntü, kaygı gibi olumsuz duyguların yaşanmasına neden olur. Kayıp durumlarında kişilerde genel olarak öfke duygusu görülebilir.
- ii. *Tehditler-korkular*: Kişilere etki eden illegal olaylar, saldırı korkusu, savaş veya uzun süreli işsizlik gibi durumlardan doğan kaygı, korku ve güvensizlik duyguları sonucunda öfke duygusu yaşanabilir.
- iii. *Engellenme*: Kişi ihtiyaçlarının engellenmesinde yaşanan çaresizlik ve yetersizlik duyguları sonucunda öfke duygusu oluşur.
- iv. *Reddedilme*: Öfke, kişinin bir başkası tarafından reddedilmesiyle yaşamış olduğu incinme, çöküntü, değersizlik ve hayal kırıklığı duygularının sonucunda oluşabilir.

Öfkenin en önemli sebeplerinden biride strestir. Stresin beraberinde getirmiş olduğu çeşitli belirtiler bulunmaktadır. Eğitim-öğretim kurumlarının başlarında bulunan yöneticilerde stresin genellikle “fizyolojik ve psikolojik” olarak bazı belirtiler gösterdikleri ifade edilmektedir. Buna göre strese maruz kalan okul yöneticilerinin fizyolojisinde ve psikolojisinde çeşitli değişimler olmaktadır. Bunlar; tansiyon yükselmesi, iştahsızlık, aşırı yeme, terleme, uykusuzluk, okuldan uzaklaşma isteği (rapor, izin gibi), iş performansının etkilenmesi, öğrenci davranışlarından çabuk rahatsız olma, öfkesini çevresine hissettirme vb. şekildedir.³⁶

Göka'ya göre ise öfkenin nedenlerinden biride ölüm ile ilişkili yaşantılardır. Özellikle yas sürecinin ikinci evresinde bireyler öfke ve depresyon evresini yaşar. Bu evrede çocuklar ölen kişiye yönelik yaşarken duyduğu öfke ve kızgınlığının onun ölümüne neden olduğunu düşünebilir. Gençler ise ölen kişiye yönelik neden öldü diye kızabilir,

³⁵ Ahmet Özmen, **Öfke: Kuramsal Yaklaşımlar ve Bireylerde Öfkenin Ortaya Çıkmasına Neden Olan Etmenler**, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 39 (1): 39-56, 2006, s.50-51

³⁶ Bilgen Kıral, **Ortaöğretim Okul Yöneticilerinin Yaşadıkları Stres Belirtileri Düzeyi**, Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı, 2008, s.4 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

yaşayanlara öfkelenebilir veya kendine acıma gibi karmaşık duygular içine girebilirler.³⁷

2.1.3. Öfke İle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

Öfke duygusuna ilişkin günümüze kadar pek çok araştırma yapılmış ve bununla ilgili bazı kuramsal yaklaşımlar ortaya konmuştur. Bu görüşlerin birçoğu, öfkenin yaşamın doğal bir parçası olduğunu, bireyin hissettiği temel duygulardan biri olduğunu belirtmektedir. Bu bölümde öfkeyle ilgili farklı bazı kuramsal yaklaşımlara yer verilmiştir.

2.1.3.1 Psikanalitik Yaklaşım

Psikanalizde öfke ve saldırganlık, ölüm içgüdüsünün ya da ayrılık kaygısının bir ifadesi olarak görülmektedir. Psikanalitik yaklaşımda öfke duygusu ile ilgili açıklamalar incelendiğinde bu yaklaşımın, öfke duygusunu saldırganlığın bir boyutu olarak ele alındığı görülmektedir.

Psikanalitik yaklaşıma göre öfke doğuştan getirilen ve biyolojik bir temele dayanan bir duygudur. Freud içgüdüyü, doğuştan kalıtım yoluyla bireyde varolan, öğrenmeden bağımsız, ruhsal bir güç olarak ele almıştır.³⁸Psikanalitik yaklaşım insan davranışlarının iki temel içgüdü tarafından yönlendirildiğini öne sürmektedir. Bu iki içgüdü yaşam içgüdü (eros) ve ölüm içgüdüdür (thanatos). Her iki içgüdüün de farklı işlevleri bulunur. Yaşam içgüdü açlık, susuzluk, cinsellik gibi dürtüleri içerir. Ölüm içgüdü ise insanın saldırganlık dürtüsüyle ilişkilidir. Öyle ki bu saldırgan dürtü dış dünyaya değil, kişinin kendi iç dünyasına yöneldiğinde, kişinin intiharına neden olabilmektedir.

Freud'a göre, öfke ve saldırganlığın kaynağı haz (libido) güdüsünün engellenmesinin bir sonucudur. Saldırganlık, insanın kendine dönük yıkıcı eğilimlerinin dış dünyadaki objelere çevrilmesidir. İnsan diğer insanlarla savaşır ya da onlara karşıt davranışlar geliştirir. Zira kendini yok etme isteği ve yaşam içgüdüleri birbirlerini etkisiz kılabilir ya da biri diğerinin yerine geçebilir. Cinsel içgüdüün türevi olan sevgi, ölüm içgüdüünün türevi olan nefreti nötrleştirebilir ya da sevgi nefretin, nefret de sevginin yerine geçebilir.³⁹

³⁷ Erol Göka Ölme, *Ölümün ve Geride Kalanların Psikolojisi*, Timaş Yayınları, İstanbul, 2010, s.159

³⁸ Engin Geçtan, *Psikanaliz ve Sonrası*, Metis Yayınları, İstanbul, 2004, s.31

³⁹ Calvin S. Hall, *Freudyan Psikolojiye Giriş*, (Çev. E. Devrim), Kaknüs Yayınları, İstanbul, 1999, s.120

Psikanalitik yaklaşım, öfke davranışının altında yatan güçlerin bilinç dışında gizlenmiş olduğunu vurgulamaktadır. Kurama göre, eğer bireyler öfkelerinin altında yatan nedenleri anlarsa, öfkeyi çözebilirler. Psikanalitik kuram dürtülerle ilişkilidir ve öfke gibi güçlü duyguların bastırılmasını sağlıksızlık olarak kabul etmektedir. Bu duygular boşaltılmazsa, psikolojik ve psikosomatik hastalıkların oluşacağını ileri sürülmektedir. Psikanalitik kurama göre, öfkenin açık bir şekilde ifadesine engel olmak ve onu bastırmak mümkündür. Ancak öfke bitmiş olmayacak, bir süre sonra farklı bir şekle dönüşerek, örneğin ülser ya da depresyon şeklinde tekrar kendisini gösterecektir.⁴⁰ Psikanalizin kaydettiği gelişmeler, cinsel isteklerin ruhsal yaşamda ne derece büyük rol oynadığını gözler önüne sermiştir. Bununla birlikte çocukluk yıllarındaki yaşantı ve çatışmaların bireyin yaşamını umulmadık bir şekilde etkileyerek öfke ve saldırganlığa eğilimini arttırabildiğini ortaya koymuştur.⁴¹

2.1.3.2. Engellenme ve Saldırganlık Kuramı

Engellenme-saldırganlık hipotezi olarak bilinen kuram Dollard, Doob, Miller, Mowrer ve Sears tarafından bir hipotez olarak ortaya atılmıştır. Bu kurama göre saldırgan hareketler çevredeki engellenmelere tepki olarak yapılmaktadır.⁴² Engellenme duygusu sonucu ortaya çıkan dürtü, saldırganlık davranışının temelini oluşturmaktadır. Bu davranış, güdünün önüne geçen engellere saldırma şeklinde kendini gösterir.⁴³

Engellenme, bireyin belirli bir amaca ulaşılması ya da gereksinimlerinin giderilmesi önlendiği zaman ortaya çıkar. Engellenme kızgınlık ve saldırganlık duygularının ağır bastığı bir süreçtir ve saldırganlıkla sonuçlandığı düşünülmektedir. Buna karşılık, Berkowitz'in yeniden ele aldığı "Engellenme Saldırganlık Hipotezi"nde ise, öfke merkezi konuma alınmıştır. Berkowitz, engellenmeyi saldırganlığın doğrudan sebebi olarak görmez ve saldırganlığın her zaman arzu edilen bir amacın gerçekleştirilmesinin engellenmesinden kaynaklanamayacağına vurgu yaparak, engellenmenin bireyde düşmanlık ya da öfke duygusu yaratabileceğine dikkati çeker.⁴⁴

⁴⁰ Nevzat Tarhan, *Duyguların Dili*, Timaş Yayınları, İstanbul, 2007, s.183.

⁴¹ Sigmund Freud, *Yaşamım ve Psikanaliz*, (Çev. K. Şipal), Say Yayınları, İstanbul, 2009, s.330.

⁴² Clifford Morgan, *Psikolojiye Giriş*, (Çev. S. Karakaş), Hacettepe Üniversitesi Yayınları, Ankara, 1991, s.123.

⁴³ Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1991, s.78.

⁴⁴ Corey, a.g.e., s.74-75.

2.1.3.3. Sosyal Öğrenme Kuramı

Bandura'nın modeli, saldırganlık konusunda üç açıdan önem taşımaktadır; a) Bandura'nın teorisi, saldırganlıkta bilişsel etkilere ağırlık veren ilk teoridir, b) saldırganlığın, diğer sosyal davranışlarla aynı süreçlerden geçerek kazanılmasına önem vermiştir, c) diğer araştırmacılardan bir adım ileriye gitmiş ve saldırganlığı sadece kıskırtan durumları değil ortaya çıkaran ve sürdüren durumları da ele almıştır.⁴⁵

Bandura'ya göre, saldırgan tepkiler aşağıdaki iki yoldan birisi ile kazanılmaktadır: a) *gözlem yoluyla öğrenme*; başkalarının yaptığı davranışlara dikkat kesilme ve aklıda tutma yoluyla öğrenme, b) *doğrudan yaşama*; bireyin kendi deneyimleri. Saldırgan davranışı desteklenen bir çocuk, muhtemelen gelecekte de saldırgan davranışlar gösterecektir. Bandura'ya göre, bir kişi sergilediği saldırgan davranıştan ötürü bir kazanç elde ettiği ya da karşısındaki kişiyi memnun ettiği takdirde saldırgan davranışını sürdürecektir, hatta belki alışkanlık haline getirecektir.⁴⁶ Bandura, saldırgan alışkanlıkların kalıcı olmasını şu nedenlerle açıklamaktadır: a) kişi için hedeflerine ulaşma konusunda bir araçtır, b) diğer kişilerin rahatsız edici davranışlarını önleme konusunda etkilidir, c) kişinin diğer saldırgan kişiler tarafından kabul görmesini sağlar, d) Doğası gereği saldırgan kişi için tatmin edicidir.⁴⁷

2.1.3.4. Davranışçı Kuram

Davranışçı kuramı destekleyen Watson'a göre uyarıcılara karşı verilen öğrenilmemiş duygusal tepkilerden biri öfkedir. Öfke de korku ve sevgi gibi koşullu olmayan refleks türlerindedir. Duygusal problemler, yaşamın erken yıllarında bireylerde olan bu üç temel duyguyla alakalı olarak koşullu oluşan ya da aktarılmış olan tepkilerden meydana gelir.⁴⁸

Davranışçılara göre, öfkeye ve saldırganlığa verilen tepkiler aynen diğer davranışlar gibi öğrenilmiştir. Bu yaklaşımda, başka bir kişinin kasti yarattığı geçmişteki istenmeyen olaylar öfke için ilk uyarıcıdır. Öfkenin hareket eğilimi vurmaktır. Öfkeyle ilişkili uzun süreli amaç zaferdir. Öfke, korkunun tam tersi bir yaklaşma davranışdır. Bu, öfkeli kişinin istenen şekilde cezalandırma fırsatını yaşaması anlamına gelir. Modele göre, saldırgan veya öfkeli davranışların değişimi zor olmaktadır.⁴⁹ Davranışçı

⁴⁵ Özmen, a.g.e., s.55.

⁴⁶Engin Gectan, *Cagdas Yasam ve Normaldisi Davranislar*, Remzi Kitabevi, 1988, s.39.

⁴⁷Baltaş, a.g.e., s.75.

⁴⁸Karip, a.g.e. s.61.

⁴⁹Köknel, a.g.e., s.49.

kuramın önemli temsilcilerinden Skinner, öfkenin çevresel uyarıcılara verilen öğrenilmiş tepkiler olduğunu ve ödüllendirilen bu davranışların tekrar ettiğini vurgulamaktadır. Araştırmacılara göre bir çocuk öfkeyle tepinmeye başladığında, isteklerini elde ediyorsa, öfkenin işe yaradığına karar verecek ve isteklerini elde etmek için sürekli öfkesini kullanacaktır.⁵⁰

Davranışçı psikologlar, psikanaliz yöntemiyle, özel yaşantının incelenmesinin, geçerli bilimsel verilerden yoksun olduğu görüşündedirler. Davranışçılara göre insan davranışlarının bilimsel ilkeleri sadece doğrudan gözlemlenebilir davranışların incelemesiyle belirlenebilir. İçgüdü ve psikolojik kalıtımı reddeden davranışlara göre psikolojinin konusu gözlenebilen çevresel uyarıcılara insanların verdiği tepkilerdir. İnsanı dışarıdan gelen etkilere tepki veren bir makine gibi gören davranışçı akıma göre öfke ve uyumsuz davranışlarımız da öğrenme sonucu olmaktadır. Davranışçılara göre insan doğuştan birtakım davranış eğilimlerine sahiptir. Bunlar doğal gerçek olup aslında ne iyi ne de kötüdür. İnsan doğuştan boş bir levha gibidir, refleksler dışında davranış yoktur. Kazanılan bütün davranışlar, davranış potansiyelinde pekiştirme sonucunda meydana gelen sürekli değişikliklerdir. Davranışçı psikologlara göre saldırgan ve anti-sosyal davranış eğilimleri diğer davranışlar gibi öğrenme ve taklit ile kazanılmaktadır.⁵¹

2.1.3.5. Bilişsel Davranışçı Kuram

Bilişsel davranışçı kuramcılar, öfkenin formülasyonunda, düşünce süreçlerinin ele alınmasının önemine işaret etmektedirler. Bilişsel davranışçı yaklaşıma göre yaşamda karşılaşılan çeşitli durumlar bireylerde farklı heyecansal tepkilere yol açmaktadır. Bu durum, bireylerin duygularını da farklı biçimlerde ortaya koymalarına neden olmaktadır. Bireylerin nasıl tepkide bulunacağını, durumlara ve olaylara ilişkin algılarıyla yüklediği anlamlar belirlemektedir. Duyguların temelini bireyin algıları ve olaylara verdiği anlamlar oluşturmaktadır. Tüm duygusal durumlarda sinir sistemi uyarılmaktadır, ancak bireyin nasıl tepkide bulunacağına ilişkin ipuçları, bireyin içinde bulunduğu koşullar tarafından, diğer bir ifadeyle çevre tarafından belirlenmektedir.⁵²

Bilişsel davranışçı yaklaşımların, öfkenin, özellikle ifade biçimi üzerinde yoğunlaştıkları görülmektedir. Bu yönüyle öfkenin, özellikle ifade edilme biçiminin, öğrenilmiş bir davranış olduğu görüşünde birleşirler. Klasik davranışçılar duygu ve

⁵⁰ Üstün Dökmen, *İletişim Çatışmaları ve Empati*, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2008, s.66

⁵¹ Ersin Altıntaş ve Mücahit Gültekin, *Psikolojik Danışma Kuramları*, Alfa Yayınları, Bursa, 2005, s.223-224.

⁵² Özmen, a.g.e., s.47.

davranışların açıklanmasını sadece uyarıcı-tepki koşullanması modeliyle yapmışlar ve duygusal tepkileri dış uyaranlara verilen tepkiler olarak açıklamışlardır. Bilişsel davranışçı yaklaşıma göre, öfke duygusunun ortaya çıkmasına neden olan şey, bireyin bu uyarıcıyı algılama biçimi ve uyarıcıya verdiği anlamdır. Bilişsel kurama göre öfke duygusu ve öfkenin ifade edilmesi fizik ve ruh sağlığı açısından oldukça önem taşımaktadır.⁵³

2.1.4. Öfkenin İfade Edilme Tarzları

Duyguların ifade edilmesi çok önemlidir. İnançlar, düşünceler ve değerler insanlar arasında farklılık gösterir ancak duygular herkeste benzerdir. Öfkenin ifadesi bireyin öfke duygusuna karşı gösterdiği tepkidir. İnsanoğlu çok boyutlu bir varlık olduğu için her bireyin öfkeyi algılama ve ifade edilmiş biçimi kendine özgüdür. Öfkenin ifade edilmiş şekli, kültürel özelliklere, bireyin yaşına, cinsiyetine, aldığı eğitim düzeyine, çevreden öğrenilmiş davranışlarına, kişilik yapısına veya anlık durumuna göre farklılık arz etmektedir. Öfke, doğada sadece insanlarda var olan bir duygu değildir. Pek çok hayvan türünde de öfke olduğu düşünülen duyguları gözlemek mümkündür. Öfkeyi ifade etmenin en doğal ve içgüdüsel yolu saldırganlıktır.⁵⁴

Öfke duygusu genel olarak üç şekilde ifade edilmektedir; içe atma (bastırma), dışa yöneltme (saldırganlık), kontrol etme. Öfke duygusunu saldırganlıkla değil de (düşünce ve duyguları yansıtacak şekilde) ortaya koyacak şekilde ifade etmek, bunlar içinde en sağlıklı yoldur. Bunu yapabilmek için, birey istediklerinin ne olduğunun farkına varmalı, bunları açık ve karşısındakini incitmeyecek bir şekilde aktarabilmeyi öğrenmelidir. Kendini ortaya koyabilmek, başka bir ifadeyle düşünce ve duygularını karşısındakine açık ve doğrudan bir şekilde aktarabilmek, saldırganlıktan, ısrarcılıktan, aşırı talepkarlıktan uzaklaşarak bireyin kendisine ve karşısındakine saygılı olabilmesi demektir.⁵⁵

⁵³ Özmen, a.g.e., s.47-48.

⁵⁴ Gençtan, a.g.e., s.45.

⁵⁵ Hisli Şahin, **Öfke: O Sizi Kontrol Edeceğine Siz Onu Kontrol Edin!** Türk Psikoloji Bülteni, 3 (7): 79-85, 1997, s.80.

Sosyal psikolog Tavris, öfkenin aşağıdaki beş koşulu taşıdığına doğru ifade edilmiş olacağını ifade etmektedir;⁵⁶

- i. Öfkeli olunan insana yönelik olduğunda,
- ii. Kontrolü geri kazanma ve adaleti sağlama arzusunu tatmin ettiğinde,
- iii. Değişime teşvik ettiğinde ya da diğer insanın tavrını anlamayı sağladığında,
- iv. Öfke, karşısındaki insana anlamlı gelecek şekilde ifade edildiğinde,
- v. İfade, misilleme değil, dayanışma amaçlı olduğunda.

2.1.4.1. Öfkenin İç ve Dışa Vurumu

Öfkenin içe yönelmesi, öfke duygusunu bastırmak ve içe atmak demektir. Öfke, ifade edilmesi en zor duygulardan birisidir. Çoğu insan, yıllarca öfkelerini kendi içlerine attıklarından, bunu dışa vurduklarında kötü şeylerin yaşanmasından korkmaktadır. Öne sürülen mazeret, başkalarını incitme korkusudur. Ancak çözülmemeyen öfke, insanlar arası sosyal ilişkilerde sorunlara neden olmaktadır. Öfkeli insan kendisine zarar verir. Diğer kişiyse, karşısındakini sinirlendirecek biçimde davranmaya devam eder ve ilişkinin neden bozulduğunu anlamaya çalışır.⁵⁷ Öfkenin ifade edilmesi kişilerarası ilişkileri bozacağından dolayı pek çok insan öfkelerinin içlerine atarak bastırırlar. Kızdıklarında gülümser, sanki her şey yolunda gidiyormuş gibi davranırlar. Bu durum aslında aşırı bir öz disiplin sorununun varlığına da işaret edebilir. Zira ifade edilmeyen öfke ya da açığa vurulmayan öfke biriktirilmiştir. Açığa vurulmayan öfke bireyde fizyolojik tepkilere yol açarak ortaya çıkararak yüksek kan basıncı ve kalp hastalıkları gibi fiziksel sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına da neden olabilir. Bunun yanı sıra, açığa vurulmayan öfke, bireyin kendisini çaresiz hissetmesine ve bu durumun sonucunda bireyde depresif duyguların ortaya çıkmasına yol açabilmektedir. Dolayısıyla, öfkelerini açığa vurmeyen bireyler için öncelikle öfkelerini tanımaları (fark etmeleri) önemlidir.

Öfkeleri içe yönelik bireyler öfkeli olduklarını kabul etmekte zorlanırlar. Zira bu bireylerin öfke tepkileri genellikle pasif tepkilerden oluşmaktadır. Bu pasif öfke tepkileri genellikle, somurtma, surat asma, küsme biçiminde ortaya çıkar. Bu bireyler karşılarındaki kişinin onların düşüncelerini okumalarını ümit ederler. Sonuçta ise bu öfkeleri acı çekme ya da gücenme biçimine dönüşebilir. Öfkeleri içe yönelik kişiler, kendilerinde öfke yaratan bir durumla karşılaştıklarında, hemen bir saldırgan tepki ortaya koymazlar. İçe yönelik öfke, ifade edilmek için güvenli bir yer arar, buna

⁵⁶Carol Tavris, *Anger: The misunderstood emotion*, Simon and Schuster, 1989, s.32-94.

⁵⁷ Robert Alberti ve Michael Emmons, *İddialılığın Kutsal Kitabı: Mükemmel Doğrunuz*, (Çev. N. Çelebioğlu), Kişisel Gelişim Kitapları, İstanbul, 2005, s.142.

gereksinim duyar. Öfkenin içe yönelmesi ile stres, depresyon, ülser ve kalp hastalıkları gibi rahatsızlıklar arasında bir ilişkinin olabileceği kabul edilmektedir.⁵⁸

Öfkenin dışa yönelmesi, öfkenin sözlü ve fiili olarak çoğunlukla şiddet ve saldırganlık şeklinde ifade edilmesi demektir. Günlük yaşamda öfke türlü belirtilerle dışarı vurulur. Başka bir ifadeyle, öfkeli bir bireyin öfkesini belirtmek için kullandığı değişik yollar vardır. Bunların başında öfkenin sözlü olarak anlatımı gelir. Bireyin karşısındakini küçük düşürücü, kırıcı, alay edici sözler kullanması, doğrudan ya da dolaylı olarak onu aşağılaması, kötülemesi, kişiliğine saldırmaması, umudunu, beklentisini kırması, türlü söylentiler çıkarması, sert kaba konuşmalarla sürekli engellemeler yapması, öfkenin sözlü saldırganlıkla birlikte geniş bir yelpaze içinde anlatım olanağı bulunduğunu gösterir. Küfür, öfkenin sözlü olarak anlatımıdır. Başkalarının değer verdiği, sevdiği, saydığı nesne ya da kişileri küçük düşüren, kötüleyen sözlerden başlayarak, kişi için en kutsal olan değerlere kadar varan küfür, bir anlamda sözlü saldırganlığın en kötü ve şiddetli biçimidir. Öfkenin başka bir anlatım biçimi de ağlamaktır. Bağırıp çağırarak, yaygara kopararak gürültülü biçimde ağlama, öfkenin dolaylı biçimde ortaya çıkmasıdır.⁵⁹

Öfkeyi dışa vurmak, ondan kurtulmak demek değildir. Böyle yapmak, öfkeyi uygulamaya koymak demektir. Öfkeyi uygulamaya koymak ise gelecekteki engellenmeler karşısında bireyi öfke duymaya yatkınlaştırır.⁶⁰ Psikologlar artık bunun çok yanlış ve tehlikeli bir inanç olduğunu göstermişlerdir. Bazı insanlar bu inancı, diğer kişileri incitmek için verilmiş bir onay gibi algılamaktadırlar. Araştırmalar, öfke duygusunun boşaltılmasının öfke, öfke ve saldırganlığı daha çok arttırdığını ve sorunu çözmek için hiçbir yararı olmadığını göstermektedir. Bundan dolayı öfkeye yönelik en iyi yaklaşım, öfkeyi neyin tetiklediğini bulmak ve öfkenin etkisine kapılmadan, bu nedenlerle başa çıkabilecek stratejileri geliştirmektir.⁶¹

Saldırgan davranışlar;

Genellikle öfke, öfke ve saldırganlık birbirleriyle yakın bağlantısı olan kavramlardır. Saldırganlığa ilişkin öğretiler, kuramlar, varsayımlar öfke için geçerli olduğu gibi, bunun tersi de doğrudur. Öte yandan öfkeli ve saldırgan bir davranış için gerekli olan öznel haberdarlık ve hazırlık durumunun son aşaması olarak kabul edilmiştir.

⁵⁸ Özmen, a.g.e., s.42-43.

⁵⁹Köknel, a.g.e., s.155.

⁶⁰Lynn Clark, **SOS Duygulara Yardım: Bunaltı: Öfke ve Depresyonun Yönetilmesi**(Çev. G. Yazgan), Evrim Yayınevi, İstanbul, 2000, s.194.

⁶¹ Şahin a.g.e., s.81.

Saldırganlık bir davranış, öfke ise bir duygu ifadesidir.⁶² Fiziksel saldırganlık motor davranışlarla ilişkilidir ve amaç karşıdaki kişiye veya objeye zarar vermektir. Başka bir ifadeyle hedef yönelimlidir. Ayrıca saldırgan davranışların duygusal düzeyinde, öfke ve kızgınlıktan başka, değişik derecelerde kin, nefret, düşmanlık, şiddet gibi bütün yok edici duygular da bulunabilir. Bütün bu duygular da, saldırganlığın tetiğini çekerek, başlamasını sağlar. Başka bir açıdan bakıldığında, saldırganlık öfkenin dışa yansıyan ve bir nesneyi, kişiyi yok etmeye yönelik belirtisi olarak yorumlanabilir.⁶³

Annesine, babasına, çevresinde bulunan diğer insanlara kızan çocuk oyuncaklarına, ev eşyalarına yönelttiği saldırganlıkla öfkesini ortaya koyar. Bazen aşağılayıcı sözlerin yanı sıra, öfke nöbetlerinin normal içeriğini oluşturan fiili saldırganlıklar o dereceyi bulur ki, öfkelenenin bizzat kendisine zarar verir, hatta intihar girişimlerine neden olabilir. Söz konusu eylemlerin temelinde insanın yakın ve uzak çevresindekileri üzüntüye sokmak, onların kendisine reva gördüklerine inanılan ihmalin böylece intikamını almak isteği saklı yatmaktadır.⁶⁴

Dedikodu;

Öfkenin dışa yansıma yollarından birisi de dedikodu yapmaktır. Birey kendisini öfkelenen kişiye öfkesini sözlü bir şekilde ifade edemediğinde gösterdiği davranışlardan birisi de dedikodu yapmaktır. Dedikodu, öfkeyi dağıtma, depresyonu engelleme ve sorunu devam ettirme yoludur. Birey, öfke ve depresyon içerisinde olduğunda, söyleyeceği ve yapacağı şeylere sağlıklı karar veremez ve öfkeye neden olan şey hakkında dedikodu yapmaya dayanılmaz bir arzu duyar. Böylece, birey kendisine yanlış yapan ve öfkeye neden olan kişiye karşı dedikodu yapmayı alışkanlık haline getirebilir. Dedikodu, diğer insanlara saldırmaktan daha sağlıklı bir yol olmakla birlikte yıkıcı da olabilmektedir. Dedikodunun çok sık yapılması bireyi mutsuzlaştırmaktadır.⁶⁵

Alay;

Bir kısım insanlar sürekli olarak diğer insanlarla alay ederek öfkelerini boşaltmaktadırlar. Bu mizah, şaka, sitem, kinaye vb. dolaylı yollarla olduğu gibi, bazen de doğrudan ve acıtmak istercesine söylenen sözlerle gerçekleştirilir. Böyle durumlarda kişi sık sık, ancak küçük oranlarda gerilim boşaltmakta olduğundan,

⁶²Köknel a.g.e., s.156.

⁶³Köknel, a.g.e., s.156-157.

⁶⁴Alfred Adler, *İnsanı Tanıma Sanatı* (Çev. K. Şipal), Say Yayınları, İstanbul, 1992, s.300.

⁶⁵ Kökten, a.g.e., s.157.

davranışlarının diğer insanlar üzerinde oluşturduğu etkiyi algılayamayabilir. Hatta onlardan gelen karşıt tepkileri bazen şaşkınlık, bazen ise kendisine yönelik düşmanca davranışlar olarak değerlendirebilirler.⁶⁶

2.1.4.2. Öfke Kontrolü

Öfke kontrolü, aşırı ve gereksiz öfkenin ifadesinin azaltılması anlamına gelmektedir. Öfke kontrolünde temel amaç, bireyi saldırganlık ve şiddetten uzak bir şekilde kendisine ya da çevresindeki diğer canlı veya eşyalara zarar vermeden öfke duygusunu sağlıklı bir şekilde ifade etmesini sağlamaktır. Öfke kontrolü, öfkeyi içe atmak veya bastırmak değildir. Öfkeyi içe atmak, öfkeye neden olan sorunu çözmeden biriktirilmesine neden olur. Sürekli olarak bu şekilde bastırılan öfke bir süre sonra bireyin fiziksel ve ruhsal sağlığını tehdit edici sonuçlara neden olabilir.⁶⁷

Öfke kontrolünde, öfke anında hemen tepki vermeme, sakin kalma teknikleri vardır. Bu şekilde öfkeye yol açan sorunu çözümsüz bir şekilde içe atma ve biriktirme yerine sakin bir şekilde olayı etraflıca düşünerek akli çözümler bulmasını sağlamak amaçlanır. Öfkeyi dışa yansıtma, fiziksel ve sözlü şiddet, saldırganlık, küfür, dedikodu ve alay etme şeklinde olmaktadır. Bu şekilde öfke ifadesi öfkeye neden olan sorunu çözmekten çok yeni öfke sorunlarına neden olmaktadır. Öfke kontrolünde, öfkenin sözlü ve fiili saldırganlık şeklinde ifade edilmesini önleme ya da en aza indirme amaçlanmaktadır. Öfke kontrolünde bireyin öfkesini kendisi ve çevresi için yıkıcı olabilecek şekilde ifade etmesini önlemek için geliştirilmiş bazı teknikler bulunmaktadır. Öfke yönetimi programlarının çoğu, bireye kendi düşünceleri hakkında düşündürmeyi amaçlayan bir dizi teknikle öfke kontrolünü öğretmektedir.⁶⁸

2.1.5. Öfke İfade Tarzlarının İlişkilere Etkisi

İnsanların yaşadığı öfkenin zaman aralığı, ifade edilme şekli, ifade edildiğinde görülen saldırganlık davranışı, yetişkinlerle ergenlerde ciddi sorunlara sebebiyet verebilmektedir. Hele ki ergenlikte, bu duygunun dışa aktarımı ile kontrol altında tutulmasında en çok problem yaşanan zaman şeklinde göze çarpmaktadır.⁶⁹ Okul çağında ve diğer çocuklardaki fazla öfke fiziki şartların elverişliliği halinde zorbalığa

⁶⁶Gençtan, a.g.e., s.66.

⁶⁷ Kökten, a.g.e., s.158.

⁶⁸ Kudret Eren Yavuz, *Ergenlik Döneminde Yaşam Becerileri Eğitimi*, Ceceli Yayınları, Ankara, 2004, s.93 .

⁶⁹ Sütçü ve Aydın, a.g.e., 103.

neden olurken fiziki anlamda zayıflık gösterenlerde ise ezilen ve içe kapanık biri olmaya sebebiyet vermektedir.⁷⁰

Öğrencilerde öfke seviyeleri arttıkça bu öfkeyi ilişkilerini tahrip edecek şekilde etraflarına yansıttıkları bilinmektedir. Yükselen öfke seviyesiyle beraber içe vurumu azalıp çoğunlukla dışa vurma tercih edilmektedir. Bu durum öğrencilerin öfkelerini kontrol etmelerinin azalmasına sebebiyet vermektedir.⁷¹ Saldırganlık öfkenin etrafa yansıtılmasının en yaygın biçimidir. Saldırganlık, bir ilişki çözme ve çatışmayı giderme şekli olarak öfkenin neticesinde oluşmaktadır. Saldırganlık fiziksel, sözel veya dolaylı şekillerde gerçekleşebilmektedir. Özellikle ergenlerde ve çocuklarda saldırganlık ile öfke çeşitli değişkenlere göre farklılaşmaktadır. Yapılan bir araştırmada 9. Sınıfa giden öğrencilerinde kızların çatışma gidermeye erkeklerden daha yatkın oldukları görülmektedir. Bununla beraber erkeklerin kızlara oranla daha fazla saldırgan davranışlarda bulunurken ailelerin ekonomisi, ailedeki ilişkiler gibi etkenler de öfke davranışlarına etkide bulunmaktadır.⁷²

2.1.6. Ergenlik Döneminde Öfke

Ergenlik, bireyin gelişim süreci içinde çocukluktan çıkıp yetişkinliğe adım attığı zaman dilimidir. Bu dönem, fizyolojik gelişimlerin yaşandığı, ergenin bireyselleşmeye başladığı zorlu bir gelişim evresidir.⁷³

Ergenlik döneminde en sık yaşanan duygulardan biri öfkedir. Burada asıl önemli olan öfkenin ifade edilme şeklidir. Eğer öfke sağlıklı bir sistemle açığa çıkarılmazsa ergen fiziksel, psikolojik ve sosyal açıdan sorun yaşayabilir.⁷⁴

2.1.7. İlgili Araştırmalar

Gerek ülkemizde gerek yurtdışında ortaokul çağındaki ergenler üzerinde öfkenin çeşitli değişkenlerle olan ilişkilerinin incelendiği birçok araştırma mevcuttur. Bunlardan bazılarını aşağıda değinilmiştir.

⁷⁰ Gökhan Atik ve Gülşah Kemer, *İlköğretim İkinci Kademe Öğrencileri Arasındaki Zorbalığı Yordamada Problem Çözme Becerisi, Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzları ve Fiziksel Özyeterliliğin Rolü*, Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, 23: 198-206, 2008, s.203-204.

⁷¹ Banu Albayrak ve Yasemin Kutlu, *Ergenlerde Öfke İfade Tarzı ve İlişkili Faktörle*, Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi, 2 (3): 2009, s.66

⁷² Rezzan Gündoğdu, *Sınıf Öğrencilerinin Çatışma Çözme, Öfke ve Saldırganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 19 (3): 257-276, 2010, s.268-269

⁷³ Serdar Kenan Gül ve İsmail Dinçer Güneş, *Ergenlik Dönemi Sorunları ve Şiddet*, Sosyal Bilimler Dergisi, 11 (1): 79-101, 2009, s.82

⁷⁴ Lynn Weiss, *Çocuğumu Nasıl Anlarım?*(Çev. S. Köseoğlu), Beyaz Yayınları, İstanbul, s.78

Sherman, 8-12 yaşları arasında olan 97 çocuk üzerinde yaptığı araştırmada yaşları büyük olan çocukların bir önceki yıla göre içten denetimliliğe doğru bir artış gösterdiğini ve yaşları büyük olan çocukların daha içten denetimli olduğunu bulmuştur.⁷⁵

Kopper, 400 kız, 222 erkek öğrenciyle yaptığı araştırmasında cinsiyetle öfke tarzlarının arasında anlamlı ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Bunun yanı sıra öfke ifade tarzlarıyla cinsiyet rolü arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüş diğer bir değişle erkeksi roldekiler öfkelerini göstermeye daha eğilimlidirler. Kadınsı ve ayrılaşmamış cinsel kimliğe sahip kişilerse öfkeyi daha az dışa vurmaktadırlar, öfkeyi ifade etmede daha kontrollüdürler.⁷⁶

Bilge, yaptığı çalışmada öğrencilerin öfke düzeylerinin ve öfke ifade biçimlerinin birtakım değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemiştir. Araştırmada 297 öğrenciye Sürekli Öfke ve Öfke Tarz Ölçeği uygulamıştır. Sonuçta; öğrencilerin sürekli öfkeleriyle öfke ifade tarzlarının cinsiyete göre farklılaşmadığını tespit etmiştir. Bireylerin öfke ifade biçimlerinin anne-babanın eğitim durumlarına, yaşadıkları yere ve gelir seviyelerine göre farklılaşmadığı da sonuçlardan bazılarıdır.⁷⁷

Silver ve arkadaşlarının gerçekleştirdiği çalışmada; öfkelerinin şiddete doğru yönlendiğini düşünen 37 erkek, 52 kız toplamda 89 ergenle çalışılmıştır. Örneklemdeki çocuklardan 31'i öfkelendiklerinde şiddet kullanacaklarından endişelendiklerini belirtmişlerdir. Çalışmanın sonucunda, bu çocukların anne-babalarıyla olan iletişimlerinin yetersizliği, bunalım belirtisi gösterdikleri ve intihara meyilli oldukları görülmüştür. Sonuçta; ailevi ilişkileri güçlü olmayan çocukların öfke seviyelerinin yüksek olduğu görülmüştür.⁷⁸

Akgül, 30 ortaokul öğrencisine öfke denetimi eğitimi verdiği deneysel çalışmada, eğitimin öfke denetimine etkisinin olup olmadığını araştırmıştır. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeğinin kullanıldığı araştırmada öfke seviyeleri fazla olan, öfke kontrol becerisi az ve gönüllü olan 15 kişilik iki deney ve 30 kişilik bir kontrol grubu ile çalışmıştır. Deney grubunda olan öğrencilere 10 hafta boyunca öfke kontrol eğitimleri

⁷⁵ Lawrence W. Sherman, *Development of Children's Perception of Internal Locus of Control: A Cross-Sectional and Longitudinal Analysis*, *Journal of Personality*, 52 (4): 1984, s.338-354

⁷⁶ Beverly A. Kopper, *Role of Gender, Sex Role Identity and Type A Behavior in Anger Expression and Mental Health Functioning*, *Journal of Counseling Psychology*, 40 (2): 1993, s.232-237

⁷⁷ Filiz Bilge, *Eğitim Bilimleri Öğrencilerinin Sürekli Kızgınlık Düzeyleri ve Kızgınlıklarını İfade Biçimlerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 13:1997, s.75-80

⁷⁸ Marcia E. Silver vd., *Angry Adolescents Who Worry About Becoming Violent*, *Adolescence*, 35 (140), 2000, s.663-670

verilmiştir. Kontrol grubuna ise herhangi bir eğitim verilmemiştir. Yapılan analizlerin neticesinde, öfke kontrol eğitiminin sonunda ölçeğin ön test-son test ölçümleri arasında fark olduğu ve bu farkın deney grubunun lehine olduğu görülmüştür. Aldıkları eğitim sonucunda, deney grubunda olan öğrencilerin öfke puanlarının azalmış olduğu, öfke kontrol puanlarının ise artmış olduğu görülmüştür. Kontrol grubunda olan öğrencilerin öfke puanlarının ise değişmediği bulunmuştur. Çalışmanın sonucunda; verilen öfke kontrol eğitiminin, öğrencilerin öfke kontrolü becerilerini kazanmalarında etkili olduğu anlaşılmıştır.⁷⁹

Yıldırım, yetiştirme yurdunda ve ailesiyle yaşayan ortaokul öğrencilerinin problem çözme davranışıyla öfke ifade stillerini incelediği araştırmasında 201 kız ve 195 erkek olmak üzere toplam 396 öğrenciyle çalışmıştır. Öğrencilerin Çatışma Çözme Davranışı Belirleme Ölçeğinin saldırganlık alt puanı ile sürekli öfke, öfke içte ve öfke dışta puanı arasında anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Saldırganlıkla öfke kontrol puanlarının ise ters yönde etkileştiği sonucu elde edilmiştir. Problem çözmeye öfke kontrolü ise doğrusal bir etkileşim içindedirler.⁸⁰

Bedel, tarafından yapılan araştırmada, kişiler arası sorun çözme beceri eğitiminin ergenlerin kişiler arası problem çözme becerilerine, sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarına etkisi incelenmiştir. Araştırmada, kişiler arası sorun çözme beceri eğitiminin, deneme grubunda yer alan deneklerin probleme olumsuz yaklaşma, kendine güvensizlik, sorumluluk almama puanlarının azalmasında, diğer yandan yapıcı problem çözme ve ısrarcı sebatkâr yaklaşım puanlarının artmasında anlamlı düzeyde etkisinin olduğu ve bu etkinin on hafta sonra da devam ettiği sonucu elde edilmiştir. Kişiler arası sorun çözme beceri eğitiminin deneme grubunda yer alan deneklerin sürekli öfke, öfke dışa puanlarının azalmasında, öfke kontrol puanlarının artmasında anlamlı düzeyde etkisinin olduğu ve bu etkinin on hafta sonra da devam ettiği sonucu elde edilmiştir. Buna karşın, öfke içe puanlarına anlamlı düzeyde etkisinin olmadığı bulunmuştur.⁸¹

Çetinkaya tarafından yapılan bir araştırmada, problem çözme beceri eğitiminin lise öğrencilerinin problem çözme, öfkeyle ilişkili davranışlar ve düşünceler ile kişilerarası

⁷⁹ Hanife Akgül, *Öfke Denetimi Eğitiminin İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Öfke Denetimi Becerilerine Etkisi*, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara, 2000 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

⁸⁰ Emine Yıldırım, *Yetiştirme Yurtlarında ve Ailelerinin Yanında Kalan İlköğretim 2. Kademe Öğrencilerinin Çatışma Çözme Davranışı ile Öfke İfade Stillерinin İncelenmesi*, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2006 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

⁸¹ Ahmet Bedel, *Kişiler Arası Sorun Çözme Beceri Eğitiminin Ergenlerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarına Etkisinin İncelenmesi*, T.C. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya, 2011, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

ilişkiler üzerine etkisi deneysel olarak sınanmıştır. Araştırma sonucunda lise öğrencilerine uygulanan problem çözme eğitimi grup programının öğrencilerin problem çözme becerilerinin gelişmesinde etkili olduğu, öfke kontrolünü sağlamada ve kişilerarası ilişkilerinin olumlu yönde gelişimi ve bu etkinin uzun süreli artarak devam ettiği görülmüştür.⁸²

Duran, araştırmasında, 15-18 yaş arası ergenlerin öfke düzeylerini kontrol edebilmeleri ve uygun başa çıkabilme stratejilerini kullanabilmeleri için gerekli olan becerileri kazanabilmelerini amaçlayan bir öfke kontrol programı uygulanmıştır. Araştırmada uygulanan öfke kontrol programının 15-18 yaş arası ergenlerin “sürekli öfke düzeyleri”, “içe yönelik” ve dışa yönelik öfke düzeylerinin azalmasında, öfkelerini kontrol edebilme düzeylerinin ise olumlu şekilde artmasında etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dolayısıyla öfke kontrol programı yoluyla 15-18 yaş arası ergenlerin bilişsel-davranışsal yaklaşımla hazırlanmış uygulamalı eğitim programları ile öfkeyle baş etmeyi öğrenebilecekleri sonucuna ulaşılmıştır.⁸³

Çalikoğlu, tarafından yetiştirme yurtlarında ve ailelerinin yanında yaşayan lise öğrencilerinin çatışma çözme davranış tarzları (saldırganlık veya problem çözme) ile öfke ifade stilleri arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada, çatışma çözme davranışının belirlenmesinde sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının (öfke içe, öfke dışa ve öfke kontrol) önemli bir faktör olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar öğrencilerin saldırganlık puanı ile sürekli öfkeleri arasında orta düzeyde anlamlı ve doğrusal bir ilişki olduğunu göstermektedir. Saldırganlık ile öfke ifade tarzları arasından incelendiğinde ise; öfke içe düşük düzeyde anlamlı ve doğrusal bir ilişki, öfke dışa puanıyla da orta düzeyde anlamlı ve doğrusal bir ilişki bulunmuştur. Saldırganlık ile öfke kontrol puanı ile orta düzeyde anlamlı fakat ters yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuç saldırganlık arttıkça öfke kontrol puanının azaldığını göstermektedir. Öfke kontrol puanı arttıkça saldırganlık azalmaktadır. Problem çözme ve öfke ifade tarzları açısından incelendiğinde ise, problem çözme öfke kontrol arasında düşük düzeyde anlamlı ve doğrusal bir ilişki görülmüştür. Bu sonuca göre problem çözme arttıkça öfke kontrol puanı da artış göstermektedir.⁸⁴

⁸² Şerife Çetinkaya, *Lise Öğrencisi Erkek Ergenlerde Problem Çözme Eğitiminin Problem Çözme Becerisi, Kişilerarası İlişki Tarzı ve Öfke Kontrolü Üzerine Etkisi*, Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın, 2013, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

⁸³ Ömer Duran, *Öfke Kontrol Programının 15-18 Yaş Arası Ergenler Üzerindeki Etkililiğinin Araştırılması*, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, 2004, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

⁸⁴ Tuncay Çalikoğlu, *Lise Öğrenimine Devam Eden Ailesinin Yanında Yaşayan Öğrencilerle, Yetiştirme Yurdunda Yaşayan Öğrencilerin Çatışma Çözme Davranışı İle Öfke İfade Stillerinin*

Erem'in, çatışma çözme eğitimi programının şiddet yönelimli olan öğrencilerin velilerinin davranışları hakkında farkındalık kazanmalarını ve kişiler arası çatışmaları yapıcı, barışçıl ve onarıcı bir biçimde çözmelerine yönelik bilinç oluşturmak ve bu programın çatışma eğilimleri, öfke yönetim düzeyleri ve aile içi ilişkilerinin niteliği üzerindeki etkisini ölçmek amacıyla yapmış olduğu araştırma sonucunda, deney grubunda yer alan kişilerin kontrol grubunda yer alan kişilere oranla çatışma eğilimlerinde düşme olduğu, aile değerlendirme ölçeğine bağlı olarak problem çözme, iletişim, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü, genel işlev konusunda deney grubu lehine anlamlı gelişme saptanmıştır. Bunun yanında öfke kontrol düzeylerinde artış olduğu görülmüştür.⁸⁵

Öz tarafından, öfke yönetimi eğitiminin ergenlerin öfkeyle başa çıkma ve iletişim becerilerine etkisinin incelendiği bir araştırma yapılmıştır, Araştırmada, öfke yönetimi eğitimi sonrasında deney grubunun sürekli öfke, içe yönelik öfke, dışa yönelik öfke düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı düşüş, öfke denetimi düzeyi ve iletişim becerilerinde ise istatistiksel olarak anlamlı artış saptanmıştır.⁸⁶

Dizman ve Gürsoy, Ankara'da toplam 300 ilköğretim birinci kademe öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada, anne yoksunu olan ve olmayan çocukların saldırganlık eğilimlerini belirlemişler; tüm çocuklarda sosyoekonomik düzey, yaş, babanın öğrenim durumu gibi değişkenlerin saldırganlık eğilimlerinde farklılık yaratıp yaratmadığını incelemişlerdir. Çalışmanın sonuçlarına göre anne yoksunu olan çocukların saldırganlık düzeyi, anne yoksunu olmayan çocuklara göre daha yüksek çıkmıştır. Ayrıca anne yoksunu olmayan öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin babanın eğitim düzeyine göre farklılaştığı bulunmuştur. Buna göre babası okuma yazma bilmeyen çocukların saldırganlık eğilimleri babası ortaokul veya yüksekokul mezunu olanlara göre daha yüksektir. Aynı araştırmadan elde edilen bir başka bulguya göre alt sosyoekonomik düzeydeki anne yoksunu olmayan çocukların toplam saldırganlık puanları orta ve üst sosyoekonomik düzeydeki çocuklara göre daha yüksektir.⁸⁷

Karşılaştırılması, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2010 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

⁸⁵ Figen Erem, **Çatışma Çözme Eğitiminin Şiddet Yönelimli Öğrencilerin Velilerinin Çatışma Çözme Becerileri Üzerine Etkisi**, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, İzmir, 2008 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

⁸⁶ Fatma Selda Öz, **Öfke Yönetimi Eğitiminin Ergenlerde Öfke İle Başa Çıkma ve İletişim Becerilerine Etkisi**, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir, 2008 (Yayımlanmamış Doktora Tezi).

⁸⁷ Hatice Dizman ve Figen Gürsoy, **İlköğretim Dördüncü ve Beşinci Sınıfa Devam Eden Anne Yoksunu Olan ve Olmayan Çocukların Saldırganlık Eğilimleri**, Kastamonu Eğitim Dergisi, 13 (2), 2005, 437-446

Bostancı ve arkadaşlarının, İstanbul'da okuyan 398 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada, üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre öfke ifade etme biçimlerini belirlemişlerdir. Çalışmada Çok Boyutlu Öfke Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösteren boyutlar şu şekilde ortaya çıkmıştır: Öfkeye yol açan durumlardan, ciddiye alınmama, haksızlığa uğrama ve eleştirilme alt puanları kız öğrencilerde erkeklere göre daha yüksek; kendisine yönelik öfke düşüncelerine bakıldığında erkek öğrencilerin puanlarının kız öğrencilere göre daha yüksek; saldırgan ve kaygılı davranışlar alt puanlarına bakıldığında, kız öğrencilerin kaygılı davranışlar alt puanları daha yüksek iken, öfkeli davranışlar alt puanlarının erkeklerde daha yüksek olduğu bulunmuştur. En son olarak içe dönük tepkiler ve pasif-agresif tepkilerde, kız öğrencilerin erkeklere göre daha yüksek puanlar aldıkları görülmüştür.⁸⁸

Avcı, Adana'da, 14–18 yaş arası şiddet davranışı gösteren ve göstermeyen 108 ergenin ailelerinin aile işlevlerini, öfke ve öfke ifade tarzlarını incelemiştir. Çalışmadan elde edilen bulgularda, şiddet davranışı gösteren ergenlerin ebeveyninin öfke düzeyinin şiddet davranışı göstermeyen ergenlerin ebeveyninden daha yüksek olduğu görülmüştür. Çocukları şiddet davranışı gösteren ebeveynin, çocukları şiddet davranışı göstermeyen ebeveyne göre öfkelerini daha çok içlerine attıkları ve zaman zaman bu yüzden depresyon yaşayabildikleri ya da somatik belirtilerle karşılaştıkları ortaya çıkmıştır. Öfkeyi dışa vurma açısından da karşılaştırılan iki grup ebeveyninden çocukları şiddet davranışı gösteren ebeveynin öfkelerini diğer gruba göre daha sıklıkla dışa vurduğu da görülmüştür. Bunlara ek olarak şiddet davranışı göstermeyen ergenlerin ebeveyninin öfkelerini daha iyi kontrol ettikleri de görülmüştür.⁸⁹

Adana'da 356 kız, 350 erkek toplam 706 öğrenci üzerinde yapılan çalışmada, ilköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin öfke tepkileri ile arkadaş bağlılıkları incelenmiştir. Çalışmanın sonucuna göre öfkesini içe atan ya da dışa vuran öğrencilerin arkadaş bağlılığı puanları arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır. Buna karşılık öfke kontrol düzeyi ile arkadaş bağlılığı ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı düzeyde fark vardır. Buna göre, öfke kontrol düzeyi düşük olan

⁸⁸ Nagihan Bostancı vd., *Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Öfke İfade Etme Biçimleri*, Kriz Dergisi, 14 (3), 2006, s. 9-18

⁸⁹ Raşit Avcı, *Şiddet Davranışı Gösteren ve Göstermeyen Ergenlerin Ailelerinin Aile İşlevleri, Öfke ve Öfke İfade Tarzları Açısından İncelenmesi*, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana, 2006 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

öğrencilerin arkadaş bağlılığı düzeyi, öfke kontrol düzeyi orta ve yüksek düzeyde olan öğrencilere göre daha düşüktür.⁹⁰

Konya'da yetiştirme yurdunda kalan 110 kız, 91 erkek, toplam 201 ergen üzerinde yapılan çalışmada, yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin saldırganlık ve öfke düzeyleri arasındaki ilişki belirlenmiş, ergenlerin yaş ve yurttan kalma süreleri ile öfke ve saldırganlık düzeyleri arasında ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Çalışmanın sonucunda elde edilen bulgulara göre ergenlerin yaşları arttıkça sürekli öfke ve öfke dışı puanları artmaktadır. Yani ergenlerin yaşları ilerledikçe öfke düzeylerinde ve öfkelerini dışı vurmalarında önemli derecede artış olmaktadır. Aynı şekilde ergenlerin yurttan kalma süreleri arttıkça sürekli öfke ve öfke dışı alt boyutu puanları artmaktadır. Ergenlerin sürekli öfke ve genel saldırganlık puanları ve saldırganlığın alt boyutları (atak, dolaylı, sinirli, negatif, sözel) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre ergenlerin sürekli öfke düzeyleri arttıkça saldırganlık düzeyleri de artmaktadır. Aynı şekilde öfkeyi dışı yansıtma ile saldırganlık alt ölçekleri arasında da pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Çalışmanın bir diğer sonucuna göre öfke içte alt ölçeğinden alınan puanlar ile genel saldırganlık puanları ile sözel saldırganlık alt ölçeğinden alınan puanlar arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.⁹¹

Yapmış olduğumuz çalışma ile Lise öğrencilerinde öfke tarzlarını ve öfkenin şiddetini olumlu veya olumsuz yönde etkileyen ebeveyn tutumlarının etkisi araştırılmıştır ve yaptığımız araştırma ile yapılan diğer araştırmaların eksik yönleri giderebilir.

2.2. ANNE BABA TUTUMLARI

2.2.1. Tutum ve Anne Baba Tutumları Hakkında Genel Bilgiler

Anne-babaların, çocuklarına gösterecekleri sağlıklı bir tutum, çocukların aileden gereği gibi yararlanmasını sağlamaktadır. Onların sağlıklı bir tutum sergilemesi ise, kendi içlerinde barışık ve birbirlerine karşı saygı ve sevgi göstermelerine bağlıdır. Ancak, anne-baba her zaman çocuklarına karşı sağlıklı bir tutum sergileyememektedir. Kendi ailelerinde edindikleri olumsuz deneyimler, mutlu bir evlilik sürmüyor olmaları,

⁹⁰ Berna Saçar, *İlköğretim Sekizinci Sınıf Öğrencilerinin Öfke Tepkisiyle Arkadaş Bağlılığının İncelenmesi*, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana, 2007 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

⁹¹ Feyzal Kesen vd., *Ergenlerde Saldırganlık ve Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişki: Yetiştirme Yurtları Üzerinde Bir Araştırma*, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17: 2007, s.354-364

yaşadıkları ekonomik sıkıntılar içindeyken çocuk sahibi olmaları ve benzeri nedenler anne-babaların çocuk yetiştirme tutumlarını olumsuz etkileyebilmektedir.

Anne-babaların çocuk yetiştirme tarzları çocukların, duygusal, zihinsel, dil, cinsel ve bedensel gelişimlerini etkilemektedir. Bu gelişimlerinin sağlıklı olması, aile içinde saygı temelli sıcak ve sevecen ilişkilere bağlıdır; huzursuz, çekişmeli ve kavgalı bir ailede çocuğun gelişimi olumsuz etkilenebilmektedir. Anne babaların özgün ebeveynlik davranışlarına karşın, katı veya yüksek beklentilerin olduğu ebeveynlik çocuğun gelişiminde, olumsuz etkilere neden olabilmektedir. Anne-babanın, tutumları ve çocuklarıyla kurdukları ilişkiler toplumdaki topluma, kişiden kişiye farklılık gösterebileceği gibi, aynı toplum içindeki ailelerde de farklılık gösterebilmektedir. Bu bölümde anne ve baba tutumları değerlendirilecektir. Bu bağlamda öncelikle tutum kavramının ne anlama geldiğini açıklamak yararlı olacaktır.

2.2.2. Tutumun Tanımı ve Önemi

İnsan davranışlarının temelinde yer alan ve etkileyen tutumun çeşitli tanımlarına literatürde yer verilmiştir. Genel olarak gündelik yaşamda inanç, görüş ve tutum kavramları birbirleriyle karıştırılarak, konuya göre birbirinin yerine de kullanılmaktadır. Bu kavram, farklı araştırmacılar tarafından çeşitli biçimlerde değerlendirilmiştir. Tutum kavramı genelde tutum kavramı genel olarak bireylerin çevrelerinde meydana gelen olaylara belli anlamlar atfetmesidir. Bireyler bu anlamları kazanılmış kişisel tecrübeler olarak yansıtmaktadırlar. Bunun sonucunda inançlar ve yaklaşımlar şekillenmektedir. Ortaya çıkan inanç ve yaklaşımlar tutum olarak kabul edilmektedir.⁹²

Bilimsel olarak on dokuzuncu yüzyılda incelenmeye başlayan tutum, temelde harekete hazır olma anlamında ele alınmıştır. Tutum konusunda ortaya konulan tanımlarda bu kavramın çeşitli boyutlarının ön plana alındığı görülmektedir. Arkonaç'a göre tutum, doğrudan doğruya gözlenebilir bir özellik olmamasına karşın, kişinin gözlenebilen davranışlarından dolayı olarak çıkarılan varsayımlardır.⁹³ Dolayısıyla psikologlar, sosyologlar ve aynı zamanda siyasetçiler de tutumlara ilişkin açıklamalarında kendi alanlarına yönelik unsurları öne çıkarma eğilimlerinde olmuşlardır. İnceoğlu'nun tanımlamasına göre tutum, bireyin kendisine veya çevresindeki herhangi bir toplumsal konu, nesne ya da olaya karşı tecrübe, motivasyon ve bilgilerine dayanma suretiyle organize ettiği bilişsel, duyuşsal ve

⁹² Kürşat Yenilmez ve Nilüfer Özabacı, *Yatılı Öğretmen Okulu Öğrencilerinin Matematik ile İlgili Tutumları ve Matematik Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 14:132-146, 2003, s.132

⁹³ Sibel Ayşen Arkonaç, *Psikoloji Zihin Süreçleri Bilimi*, Alfa Yayınları, İstanbul, 1998, s.158

davranışsal bir tepki ya da ön eğilim olmaktadır⁹⁴ Smith'in klasikleşmiş ve günümüzde de sosyal psikologlar tarafından kabul gören tanımına göre; "tutum, bir bireye atfedilen ve onun bir psikolojik obje ile ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını düzenli bir biçimde oluşturan eğilimdir."⁹⁵Cüceloğlu tutumu, bir kişi, bir obje veya herhangi bir durum hakkında organize olmuş uzun süreli inanç ve duygular olarak tanımlamaktadır.⁹⁶ Tutum aynı zamanda, bireyde var olan değerler dizgesine bağlı olarak, bir simgeyi, bir nesneyi, kişiyi ya da dünyayı iyi ya da kötü, yararlı ya da zararlı yönleriyle algıladığı bir ön düşünce biçimi olarak da tanımlanmaktadır.⁹⁷

Sheriff, bilişsel, güdüsel ve davranışsal bir dizge olarak tutumun, bireyin dünya hakkındaki sürekli ya da geçici varsayımlarını, diğer kişilerden beklentilerini, kendi gibi insanlara farklı olanlar arasındaki değişiklikleri, değer ve bakış açılarını, neyin doğru neyin yanlış olduğuna ve neye uzak kalınıp kaçınılmasına dair duygu ve inançları içerdiğini söyler. Bireyin bir takım tutumları, benlik bilinci kavramı içine neleri dâhil ettiğini, neleri dışarıda bıraktığını, bazıları ise nelerden etkilendiğini gösterir."⁹⁸Anderson'a göre tutum, "özel bir nesneyle karşılaşıldığında, uygun olan ve olmayan tarzda tepki vermek için bireyin eğilimli olmasını ya da hazırlanmasını sağlayan, orta düzeyde yoğunluğu olan heyecandır. Diğer pek çok psikolojik değişken gibi (zekâ, güdü vb.), bileşik, doğrudan gözlenemeyen, gözlenen bazı davranışsal göstergelerle yordanan kuramsal bir değişken" olarak değerlendirilmektedir.⁹⁹

Allport'a göre tutum, yaşanmış olaylar ve tecrübelerle ortaya çıkan, ilgili tüm nesne ve durumlara karşı kişi davranışlarında yönlendirici veya dinamik bir etki gücü olan duygusal ve zihinsel hazırlık durumudur.¹⁰⁰ Tutum, öğrenilerek edinilen, kişi davranışlarında yön veren bir unsur olan, karar verme sürecinde taraflılığa yol açan duyusal bir özelliktir. Bir obje veya olaya karşı geliştirilen bir tutumun olumlu olması durumunda o nesneye karşı alınacak olan kararlar pozitif yönde, tersi durumda ise kararların negatif olma ihtimali de bulunmaktadır.¹⁰¹Tutum, kişinin eşyalar, objeler, bireyler ve olaylara karşı pozitiflik ya da negatiflik arasında değişiklik gösteren durumlar veya davranış sergilemeleridir. Tutum, davranışların başlangıcında ne yönde tavır alınacağını saptayan içsel bir durumdur. Sözgelimi bazı öğrenciler belirli

⁹⁴ Metin Inceoğlu, *Tutum, Algı, İletişim*, Verso Yayınları, 1993, s.18

⁹⁵ Çiğdem Kağıtçıbaşı, *Yeni İnsan ve İnsanlar*, Evrim Yayınevi, İstanbul, 1999, s.102

⁹⁶ Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1998, s.521.

⁹⁷Arkona, a.g.e, s.84.

⁹⁸ Veysel Batmaz ve Galip İsen, *Ben ve Toplum*, Om Yayınevi, İstanbul, 2002, s.47.

⁹⁹ Adnan Erkuş, *Psikometri Üzerine Yazılar*, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara 2003, s.75

¹⁰⁰ Ela Furat, *Performans Görevlerinin Öğrencilerin Fen ve Teknoloji Dersine İlişkin Tutumlarına ve Eleştirel Düşünme Eğilimlerine Etkisi*, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2009, s.31 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

¹⁰¹Ülgen Gülten, *Eğitim Psikolojisi*, Alkım Yayınevi, İstanbul, 1997 ,s.93

derslere negatif tutum göstermekte, bu derslere çalışmamakta veya isteksiz olarak ya da zorla yapmaktadırlar.¹⁰²Nöropsikolojik ve zihinsel bir durum olan tutumlar, dinamik ya da yönlendiren etkiye sahip olan davranışsal bir hazırlık vaziyetidir. Bunun yanı sıra, organize bir durumun ifadesi olarak ilgili tüm obje ve durumlara karşı birey tutum, bireylerin tepkilerini etkilemektedir.¹⁰³

Kısaca, bireyin çevresiyle uyumunu sağlayan tutumlar sonradan öğrenilen karmaşık bir sürece dayanır. Bunun yanı sıra, tutumu diğer iç faktörlerden ayırt edici ölçütler tüm tutumların oluşumunda ve işleyişinde geçerlidir.

2.2.3. Tutum Oluşması ve Değişmesi

Tutum oluşumunda etkili olan üç temel faktör vardır. Bunlar; bireysel özellikler, aile yapısı ve çevresel faktörleridir. Bu faktörlerden her biri tutum oluşumuna iki tür etkiye bulunur: Birinci olarak, bireyin inanç sistemine özgül tutumsal içerik katar; ikinci olarak, bu sistemin değişime açıklık ya da bütünleşme derecesi gibi dinamik özelliklerini tayin ederler.¹⁰⁴

Bireysel özellikler;

Genetik faktörler, fizyolojik koşullar (hastalık, ilerleyen yaş, madde kötüye kullanım gibi), tutum konusu ile doğrudan deneyim, kişilik gibi faktörler bireyin kendi yapısına yönelik özelliklerdir. Tutum oluşumuna genetik faktörler ve fizyolojik koşulların katkısı ile ilgili çok az araştırma olduğundan bu iki özelliğin etkisi hakkında kanıtlayıcı bilgiler de yok denecek kadar azdır.¹⁰⁵ Tutum oluşumunun en açık yolu, tutum objesiyle doğrudan deneyim yaşamış olmaktır. Örneğin; bir çeşit pizzayı yedikten sonra tadını beğenir ve pizzaya karşı olumlu bir tutum geliştiririz ya da tadı hoşumuza gitmediğinde olumsuz bir tutum geliştiririz. Bunun dışında hakkında henüz bir tutum geliştirmedığımız bir objeye, tutum sahibi olduğumuz bir objeye duyduğumuz tutumu da yükleyebiliriz. Örneğin; güvenilir kelimesine karşı duyduğumuz olumsuz tutumu, bir politikacının sürekli güvenilir olarak tanımlanmasıyla, güvenilir kelimesine karşı olumsuz tutumumuzun politikacıya karşı tutumuzu olumsuz hale getirmesine yol açabilir.¹⁰⁶ Bireysel özelliklerden kişilik kavramı karakter ve mizaç ile yakından ilgilidir. “Temelde var olan özellikler ile kısmen de olsa değişebilen veya hiç

¹⁰² Erol Eren, *Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi*, Beta Yayıncılık, İstanbul, 2001, s.180

¹⁰³ Ayşe Can Baysal ve Erdal Tekarşan, *Davranış Bilimleri*, Avcıol Basım Yayın, İstanbul, 1996, s.254

¹⁰⁴ Baysal ve Tekarşan a.g.e., s.256

¹⁰⁵ Baysal ve Tekarşan a.g.e., s.258

¹⁰⁶Kağıtçıbaşı a.g.e., s.105

değişmeyen hususları içeren bireysel mizaç ve karakterler tutumların oluşmasında özel bir öneme sahiptir.”¹⁰⁷

Aile yapısı;

Çocukların oluşturdukları tutumların ilk kaynağı ana-babadır. Çocukların politik tutumları, sigara içmeye karşı tutumları gibi örnekler ana-babanınkiyle çok güçlü bir tutum benzerliği taşıdıklarını gösterir.¹⁰⁸ Tutumlarda her eğilim gibi çağrışım, pekiştirme ve taklit süreçleriyle belirlenen öğrenmeyle oluştuğu varsayılmaktadır. Çocuk, anne-babanın bilinçli bir çabası olması bile onlarla çok zaman geçirdiğinden bir süre sonra onları kopyalar ve onların inandıklarına inanmaya başlar.¹⁰⁹

Çevresel faktörler;

Tutumların öğrenme sonucu oluştuğu bilinmektedir. Tutum oluşumu kendi kendine gerçekleşen bir süreç değildir. Kişi tutumlarını kişilerle birebir kurduğu ilişkilerde, grup ilişkilerinde, gazete, kitap, ilan, radyo, televizyon gibi kitle iletişim araçlarında karşılaştığı bir obje, kişi, grup, kurum, konu, değer ya da normla ilişkili olarak oluşturabilir.¹¹⁰

Tutumların son şeklini alıp daha sonra da çok az değiştiği 12 ile 30 yaş arasındaki kritik dönem boyunca, tutum oluşumunda üç ana etken rol oynamaktadır. Bunlar; akranlar, kitle iletişim araçları ve diğer kaynaklardan edinilen bilgi ve eğitimidir.¹¹¹

Kritik dönem boyunca gençler, sorunlarını akran gruplarıyla çözmeye çalışırlar. Bazı olaylara ve nesnelere karşı grupça tepki geliştirebilirler. Gençlerin içinde bulunduğu akran grupları, arkadaşlık ilişkileri ve değer yargılarının değişmesi, onların olaylardan etkilenmesinde ve daha sonra hatırlamalarında rol oynar.¹¹²

Kişiler günümüzde, yoğun bir şekilde kitle iletişim araçlarının etkisinde kalmaktadır. Kişinin kendisi doğrudan bu etki içerisinde yer almasa bile aile ya da grup ortamı etkilenmektedir. Bireyler sosyal durumlarda iletişimlerini süzgeçten geçirirler, yinelerler ve değerlendirirler. İletişimin zorlayıcı özelliği bu ortamlardaki faaliyetlerin, değerlerin ve amaçların biçimlenmesine de yol açar. Ülgen'e göre, akran gruplarına çok önem

¹⁰⁷ Şerif Şimşek vd., *Davranış Bilimlerine Giriş ve Örgütlerde Davranış*, Gazi Kitabevi, Ankara, 2005, s.78

¹⁰⁸ Kağıtçıbaşı, a.g.e., s.106

¹⁰⁹ Jonathan Freedman vd., *Sosyal Psikoloji*, (Çev. A. Dönmez), İmge Kitabevi, Ankara, 1993, s.132

¹¹⁰ Muzaffer Şerif ve Carolyn W. Şerif, *Sosyal Psikolojiye Giriş II*, (Çev. M. Atakaya ve A. Yavuz) Sosyal Yayınları, 1996, 115

¹¹¹ Tavşancıl a.g.e., s.81

¹¹² Ülgen a.g.e., s.95

veren ilkokul çocukları, kitle iletişim araçlarının sunduklarını, akranlarının faaliyetlerine sağladığı yarara göre algılayıp, değerlendirmektedirler.¹¹³

Tutumların oluşumu ya da değişikliği kendi kendine gerçekleşen bir süreç değildir. Tutumların oluşmasında ve değişmesinde kişiler arası ilişkiler, grup ilişkileri önemli ölçüde etkiliyken, bunların yanı sıra yaşantı yoluyla edinilen deneyimlerin de katkısı büyüktür. Doğumdan ergenlik dönemine kadar çocukların tutumları tamamen anne-babaları tarafından şekillendirilmektedir. Çocuklar büyüdükçe anne-babaların tutumlar üzerinde etkisi azalmakta ve diğer sosyal etkenlerin rolü giderek artmaktadır. Çoğu tutumların kökeni çocukluğa dayanmakta ve genelde doğrudan tecrübe, güçlendirme, taklit ve sosyal öğrenme ile edinilmektedir.¹¹⁴ Bununla birlikte kazanılan tutumların temeli, bireysel tecrübelerden çok anne ve babalarıdır. İlkokul çocukları farklı konulardaki tutumlarını anlatırken sıklıkla ebeveynlerinin sözlerinden örnekler gösterirler.¹¹⁵ Yapılan araştırmalar, ebeveyn-çocuk tutumları arasında yüksek bir korelasyon olduğunu ortaya koymuştur.¹¹⁶

Çocuklar büyüdükçe ebeveynlerin, çocukların tutumları üzerindeki etkisinin azaldığı da bilinmektedir. Özellikle ergenlik döneminin başlamasıyla diğer sosyal etkenlerin rolü giderek artmaktadır. Bireyin tutumlarının büyük bir bölümü, 12-30 yaş arası dönemde son şeklini almakta ve daha sonra çok az değişmektedir. Tutumların belirginleştiği bu süre kritik dönem olarak adlandırılmaktadır. Bu dönem boyunca tutumların oluşmasında üç ana etken rol oynamaktadır. Bunlar; kitle haberleşme araçları, akranlar, diğer kaynaklardan alınan bilgi ve eğitimidir.¹¹⁷

Morgan'a göre, bu dönem de ergenlik devresi (12-20 yaş arası) ve ilk yetişkinlik devresi (21-30 yaş arası) olmak üzere ikiye ayrılabilir.¹¹⁸ Ergenlik devresinde tutumlar şekillenmekte, ilk yetişkinlik devresinde de giderek belirgin hale gelmektedir. Ergenlik dönemindeki bir bireyin tutumları henüz kuvvetle yerleşmemiş, değişebilen tutumlardır. Ancak yirmili yaşlardan sonra bireyler, farklı hususlarda bağlayıcı rolleri üstlenerek oy kullanmaya, eğitimlerini devam ettirmeye, işe girmeye ve evlenmeye karar verirler. Bireyin o andaki tutumları üzerine temellendirilen tüm bu davranışlar, söz konusu tutumların katılaşmasına ve çok az değişebilir duruma gelmesine yol açabilir. Yirmili yaşların başlarından itibaren tutumlar yaşam boyu sürmekte ve kişiler daha tutucu olmaktadır. Denilebilir ki bu tutuculuk, tutumlar belirginleştikten olduktan

¹¹³ Ülgen a.g.e., s.96

¹¹⁴ Baysal ve Tekarslan a.g.e., s.-256-258.

¹¹⁵ Morgan a.g.e., s.375

¹¹⁶ Tavşancıl a.g.e. s.82

¹¹⁷ Morgan a.g.e., s.387

¹¹⁸ Morgan a.g.e., s.389

sonra tutumlarda oluşabilecek tek değişikliktir. Tutumların oluşumu beş aşamada gerçekleştirilmektedir;¹¹⁹

- i. *Bilişsel Boyut*: Kavram ya da durumun algılanmasıdır.
- ii. *Duyuşsal Boyut*: Algılanan kavram veya duruma ilişkin duyguların oluşmasıdır.
- iii. *Değerlendirme Boyutu*: Duyguların olumlu ya da olumsuz değerlendirilmesidir.
- iv. *Davranışsal Boyut*: Gerçekleştirilen değerlendirmenin, davranışa dönüştürülmesidir.

Tutumların yaşanarak öğrenildiğini belirten Tolan'a göre ise çocukluk döneminde anne ve babayı taklit ederek, oynadığı çevreden etkilenecek, ödüllendirilerek, okul döneminde öğretmen ve arkadaşlarının davranışlarını ve düşüncelerini yorumlayarak tutum oluşturur.¹²⁰ Buraya kadar tutum bağdaşık bir yapı gösterir. Üniversite döneminde ve askerde değerleri ve normları çok farklı kişilerle ilişki kurmalarıyla tutumlarda değişimler gözlenir. Toplumsal norm ve ilişkilerin etkisiyle biçim kazanan tutumlar, geçmiş yaşantılar ya da toplumsal etkilerle oluşmuş önyargıların etkisi altında kalır ve örgütlenmiş düşünce yapısı oluşur.

Öğrenme ve başarıyla ilgili olan tutum; ders, öğretmen, okul ve akranlara ilişkin duygular olmakta ve çok fazla benimseme veya çok fazla karşı olma gibi duygusal yanlılığı kapsamından dolayı değişimlere de dayanıklılık göstermektedir.¹²¹ Bireyler tutum değişikliğine genel olarak direnç gösterme eğiliminde olmalarına karşın, yeni bilgi ve tecrübeler kazandıkça tutumlarını değiştirmektedir.¹²²

Yerleşmiş köklü tutumların bileşenleri de güçlü olur. Dolayısıyla genelde aşırı tutumların da güçlü olduğu söylenebilir. Herhangi bir nesneye yönelik olarak alınabilecek tutumlar, aşırı olumsuzluktan olumluluğa kadar uzanan bir boyut üzerinde ele alınabilir. Diğer taraftan duygusal boyutu güçlü olan tutumların değiştirilmesi oldukça güçtür. Özellikle bireyin öz benliğine ilişkin argüman veya olaylara karşı tutumu daha ziyade duygu yüklüdür. Dolayısıyla bu tür tutumların değiştirilmesi daha zordur.¹²³

¹¹⁹ Ülgen a.g.e., s.103

¹²⁰ Barlas Tolan vd., *Ben ve Toplum; Sosyal Psikoloji 1*, Teori Yayınları, Ankara, 1985, s.96

¹²¹ Arkonaç a.g.e., s.161

¹²² Tavşancıl a.g.e. s.87

¹²³ Veyssel Batmaz ve Galip İsen, *Ben ve Toplum*, Om Yayınevi, İstanbul , 2002, s.74.

Tutum değişiminde; tutuma karşıt davranışta bulunmak ve ikna edici bir iletişime maruz kalmak olarak iki tür süreç yer almaktadır. Bireyler kendi düşüncelerine karşıt olan bir fikri ifade etmeye veya yapmaya zorunlu bırakıldığında tutum değişmesi görülebilmektedir. Tutumların değişmesinde etkili olabilecek etkenler de; bilgi kaynağı, ileti ve hedef olmaktadır.¹²⁴

Tutum oluşumu veya değişikliği, kendiliğinden gerçekleşen süreç anlamına gelmez. Başka bir anlatımla tutumlar boşlukta meydana gelmez. Tutum oluşumunda ve değişikliğinde hem dış hem de i etkenlerin değerlendirilmesi gerekir. Kişinin herhangi bir dili konuşur duruma erişmesi, tutumlar ve önyargılar sahibi olması, dünyayı ve olayları farklı Şekillerde algılaması doğumdan ölüme kadar süren öğrenme sayesinde.¹²⁵

ğrenme, yinelemeler ile yaşantılar neticesinde davranışlarda oluşan baya kalıcı değişikliklerdir. Başka bir ifade ile öğrenme, kişinin etrafa ayak uydurmasıdır. Öğrenmeyi en iyi dile getiren tanımlardan birisi de, yaşantılar neticesinde davranışlarda ortaya çıkan kalıcı değişiklikler olduğudur.¹²⁶

ğrenme konusunda temel iki yaklaşım söz konusudur. Bunlar; ğrenmenin davranışsal ve bilişsel kuramlar olarak sayılabilir. Bunların yanı sıra; gözleyerek öğrenme, deneme yanılma yoluyla öğrenme, kavrayarak öğrenme, sorun çözme yoluyla öğrenme ve gizil öğrenme yaklaşımları da diğer yaklaşımlar olarak belirtilebilir.¹²⁷

İnsanın ğrenme niteliğinin yanında diğer en belirgin özelliği ise sosyal bir varlık olmasıdır. Sosyal bir evre içinde yaşayan insan, içinde bulunduğu sosyal gruptan hem etkilenmekte hem de onları etkilemektedir. Birey, başkalarıyla yaşadığı sosyal etkileşim sonucunda grup normları yönünde tutumunu değiştirebilir. Bu nedenle, bireylerin sahip oldukları tutum değiştirme özelliğinin sosyal etki kavramı ile i içe olduğu söylenebilir. İnsanların herhangi bir konuda birbirlerini, düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını değiştirme olasılığı oluşturacak biçimde etkilemeleri sosyal etki olarak değerlendirilmektedir.¹²⁸ Dolayısıyla tutum değişimi ile sosyal etkinin i ie olduğunu söylemek mümkündür.

¹²⁴ Aydın a.g.e., s.145

¹²⁵ Şerif Şimşek vd., a.g.e., s.82

¹²⁶ lgen a.g.e., s.104

¹²⁷ lgen a.g.e., s.105

¹²⁸ lgen a.g.e., s.105-106

2.2.4. Tutum ve Davranış İlişkisi

Tutum değişikliğine karşı gösterilen ilgi, hemen tümüyle tutumların davranışları gerçekten etkilediği varsayımından kaynaklanmıştır. Bugüne kadar yapılan tutum araştırmalarında, tutumların davranışla ilişkisi olduğu ve tutarlı olduğu kanıtlanmaya çalışılmıştır. Ancak, tutum-davranış tutarsızlığını ortaya çıkaran araştırmalardan sonra, çok sayıda sosyal psikolog, tutumların neden her zaman davranışları belirleyemediği üzerine araştırma yapmıştır ve hangi koşullar altında tutumların davranışları belirleyebileceğine bakmışlardır.¹²⁹

Tutumlar, davranışa yol gösteren ön eğilimler olarak düşünülebilir. Ama tutumların davranışlarımız üzerinde ne ölçüde etkili olduğu ve dolayısıyla tutumlarla davranışlar arasındaki bağı ne kadar kuvvetli olduğu sorularına verilecek cevaplar oldukça önemlidir. Bir bireyin sadece bir konudaki tutumu biliniyorsa, o konuyla alakalı davranışı tahmin edilebilir mi? Ya da bir konudaki tutum tek başına davranışı ortaya çıkarabilir mi? Bu soruların cevabı; davranış, tutum ve ortamsal etkileşim sonucunda meydana gelmektedir.¹³⁰

2.2.5. Aile Kavramı, Önemi ve İşlevleri

Toplumun en küçük ve temel birimi olan aileyi toplumsal bir sistem, birim, birlik, grup ve insan topluluğu olarak değerlendiren toplumbilimciler olduğu gibi, toplumsal bir kurum olarak tanımlayanlar da vardır. Bilindiği gibi tüm toplumlarda hemen her birey, bir aile grubunun içinde doğar ve yetişir. Aile kurumu sosyalizasyon sürecinin kaynağı durumunda olmakta ve bireyin kazandığı duygu, düşünce, inanç ve davranışların kökleri ailede yer almaktadır. Her toplumda değişik organizasyon biçimleri gösterse de bir aile sistemi vardır.

Ailenin en basit tanımı, birbirine kan bağı ile bağlı bireylerin oluşturdukları grup olarak yapılabilir.¹³¹ Tezcan, aileyi “cinsler arası ilişkileri ve insan soyunun çoğalmasını kurallara bağlayan, istikrara kavuşturan ve standartlaştıran bir davranışlar sistemi”¹³² olarak tanımlarken; Sayın, “biyolojik ilişkiler sonucu insan türünün sürekliliğini sağlayan, toplumsallaşma sürecinin ilk ortaya çıktığı, karşılıklı ilişkilerin belirli kurallara bağlandığı, o güne dek toplumda oluşturulmuş maddi ve manevi zenginlikleri

¹²⁹Kağıtçıbaşı a.g.e., s.114-115

¹³⁰Kağıtçıbaşı a.g.e., s.109-110

¹³¹ Enver Özkalp, *Sosyolojiye Giriş*, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları, 1987, s.12

¹³² Mahmut Tezcan, *Türk Ailesi Antropolojisi*, Ankara: İmge Kitabevi, 2000, s.13

kuşaktan kuşağa aktaran biyolojik, psikolojik, ekonomik, toplumsal, hukuksal yönleri bulunan toplumsal bir birim” olarak tanımlamıştır. ¹³³

Ozankaya'ya göre aile, içinde insan türünün belirli tarzda ortaya çıktığı topluma hazırlık sürecinin belirli ölçülerde etkin olarak gerçekleştiği, cinsel ilişkilerin belirli şekillerde düzenlendiği, eşler ve ebeveynlerle çocuklar ve akrabalar arasında belirli ölçülerde güven temeline dayanan sıcak ilişkilerin yer aldığı, aynı zamanda da toplum içindeki düzene göre ekonomik faaliyetlerin belirli ölçülerde bulunduğu toplumsal bir kurumdur. ¹³⁴ Esasen benzer pek çok tanım yapılabilir ancak üzerinde durulması gereken en önemli nokta ise, Malinowski'nin de belirttiği gibi, ailenin, ilkel toplumun en önemli kümesini oluşturduğu ve tüm insan örgütlerinin çıkış noktası olduğudur. ¹³⁵ Aile, toplumsal gelişmenin kendiliğinden ortaya çıkardığı bir kurumlaşmadır.

Her sosyal/kültürel sistemde, kadın erkek (cinsiyet) ilişkilerini düzenleyen, doğan çocuğun bakımından, beslenmesinden, sağlık ve eğitiminden sorumlu olan bir aile kurumu vardır. Kültürel değerlerin -yeni kuşaklara- aşılmasında ve iletilmesinde, aile büyük bir sorumluluk taşır. Aile, aynı zamanda, ekonomik, sosyal ve psikolojik bir birliktir. ¹³⁶ Bozkurt Güvenç'e göre, aile kavramı çok tanımlı, belirsiz bir kavramdır ve evlilik, aile sistemleri akrabalıkla birleştirilebilir. Çünkü evlilik ve aile kurumları, daha geniş olan “akrabalık sisteminin birer parçası ve görüntüsüdür. ¹³⁷ Aileyi toplumun ayrılmaz bir parçası olarak gören yaklaşımlarda toplumun yapısına, değerlerine ve normlarına bağlılık olduğu vurgulanmaktadır. Prototipik Batı ailesinin temel özellikleri bağımsız ilişkiler sistemi olmasıdır. Bu aile akrabalarından bağımsızdır ve her bir aile ayrı bir çekirdek aileyi oluşturmaktadır. ¹³⁸

Aile sistemleri kuramına göre, aile, bir sistemdir. Dolayısıyla aile bir sistem olarak ele alınmalıdır. Sistem, aileyi oluşturan her bir ögenin belirli zaman içinde, belirli bir yolla, diğer öğelerle ilişki kuracak şekilde nedensel bir ağ içinde doğrudan ya da dolaylı olarak ilişkili öğeler ya da bileşenler kompleksidir. Ailede, tek tek bireylerin psikolojileri değil aile üyelerinin etkileşimi içinde oluşan ilişkiel örüntü ön planda olmalıdır. Bu bağlamda, aile, “bir Geşalttır; üyelerinin toplamından daha fazlasını” ifade eder. ¹³⁹

¹³³ Önal Sayın, *Aile Sosyolojisi*, İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi, 1990, s.2

¹³⁴ Özer Ozankaya, *Toplumbilime Giriş*, Ankara: Ankara Üniversitesi SBF Yayınları, 1979, s.11

¹³⁵ Bronislaw Malinowski, *İlkel Topumlarda Cinsellik ve Baskı*, Hüseyin Portakal (çev.), İstanbul: Kabcacı Yayınevi, 1989, s.134

¹³⁶ Bozkurt Güvenç, *İnsan ve Kültür*, İstanbul: Remzi Yayınevi, 1991, s.104

¹³⁷ Güvenç a.g.e., s.239

¹³⁸ Çiğdem Kağıtçıbaşı, *Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi Kültürel Psikoloji*, İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları, 2010, s.167

¹³⁹ Aydan Gülerce, *Dönüşümsel aile modeli ve Türkiye'de ailelerin psikolojik örüntüleri*, Boğaziçi Üniversitesi, 2007, s.15

Bireylerin ortak amaçlar ve güdüler çerçevesi içinde ilişki kurmaları ve etkileşim içinde bulunmaları grupların oluşmasına neden olmaktadır. Bu nedenle her sosyal grupta olduğu gibi, ailenin de bir ortak amacı vardır. Ailenin amacı, bütün üyelerinin niyet ve gereksinimlerini aynı anda karşılayabilecekleri fiziksel, psikolojik ve sosyal bir ortam yaratmaktır. Ailede giderilmesi beklenen gereksinimler, diğer kurumlarda karşılanamayacak; güven, bağlılık, yakınlık, duygusallık ve şefkat gibi özel ve psikolojik durumlardır.¹⁴⁰

Kişiliğin biçimlenmesinde en önemli çevresel etken anne-babadır. Kendisi iyi uyum yapmış, çocuklarını seven ve sayan anne-babalar, onlara kendini değerli bulma ve kendine güvenme duygularını verebilirler. Sevgi ve övgüleriyle çocuklarının, istenilen, sevilen kişiler oldukları duygu ve inancını edinmelerinde yardımcı olurlar.¹⁴¹

2.2.6. Anne Baba Tutumları

Çocuğun ilk ilişkilerini yaşadığı, iletişimde bulunduğu kişiler anne-babasıdır. İnsanın varlık sürdürme biçiminin bir ürünü ve insanın varlık sürdürme biçimindeki gelişmelere göre değişimlere uğrayan insana özgü bir olgu olarak yaşanan iletişim yaşamsal bir önem taşımaktadır.¹⁴² Dolayısıyla, çocuğun diğer bireylere, nesnelere ve tüm yaşama karşı aldığı tavırların, benimsediği tutum ve davranışların temelini anne- baba ile olan ilişkileri oluşturur. Zira, çocuğun anne-babasıyla olan ilişkisi insan ilişkilerini gözlemlediği ve yaşadığı ortamdır. Bu nedenle, bu bağlamda anlaşma, uzlaşma, bağlılık, işbirliği gibi olumlu niteliklerde insan ilişkilerinin deneyimlenebileceği bir anne-baba çocuk ilişkisinin var olması önemlidir. Anlaşmazlık, çatışma ve çekişme gibi olumsuz durumları gözlemleyen, tecrübe eden çocuğun davranışlarının, tutumlarının böyle bir anne-baba çocuk ilişkisinde değerlendirilmesi söz konusu olacaktır.¹⁴³

2.2.7. Anne Baba Tutumlarının Önemi ve Etkileyen Faktörler

Anne babanın ve aile içindeki diğer bireylerin çocukla olan etkileşimi, çocuğun aile içindeki yerini belirler. Aile çocuğun ilk sosyal deneyimlerini edindiği yerdir. Çocuğa gösterilen davranış ve ona karşı edinilen tavır, bu ilk yaşamın örüntüsünde oldukça önemlidir. Çocuğun yetiştiği ailenin yapısı, genişliği, sosyoekonomik ve kültürel

¹⁴⁰ Nuran Hortaçsu, **Çocuklukta İlişkiler: Ana Baba, Kardeş ve Arkadaşlar**, Ankara: İmge Yayınları, 2003, s.11

¹⁴¹ Clifford T. Morgan, **Psikolojiye Giriş**, Hüsnü Arıcı, Orhan Aydın ve Rüyeyde Bayr (çev.), Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları, 2005, s.322

¹⁴² Ünsal Oskay, **İletişimin ABC'si**, İstanbul: Simavi Yayınları, 1992, s.7

¹⁴³ Haluk Yavuzer, **Çocuk Psikolojisi**, İstanbul: Remzi Kitabevi, 2007, s.129

düzeji, onun ilk sosyal deneyimlerini, dolayısıyla duygusal ve toplumsal gelişmesini etkileyecektir.¹⁴⁴

Erikson'a göre; ilk olarak anne-çocuk ilişkisi arasında başlayan ilişki çocuk büyüdükçe aile dışındaki çevreyle giderek artmakta, çocuğun kişiliği ve topluma uyumu üzerinde anne-baba tutumunun etkisi ise önemini korumaya devam etmektedir. Anne-babaların çocuklarına karşı tutumlarında, çocukların psikolojik ihtiyaçlarını ve gelişim düzeylerini dikkate almaları, çocukların psikolojik sağlıkları açısından gerekli görülmektedir. Çocuklar için çok önemli olan ebeveynlerin kendilerine olan tutumları, çocukların dünyayı yaşanacak, değerli ve güvenli bir yer algısına veya tam tersi bir inanç geliştirmelerine neden olmaktadır.¹⁴⁵

Doğduğu andan itibaren çocukları hayata hazırlayan en büyük öğreticileri anne-babalarıdır. Çocuğun psiko-sosyal gelişimindeki en büyük etken ise anne ve babasının tutumlarıdır. Özellikle hayatın ilk yıllarında ve ergenlik döneminde içinde yaşadığı aile ortamı ve buna bağlı anne-baba tutumları, çocuğun kişilik gelişimi üzerinde oynadığı rol ile bütün hayatının seyrini etkileyecektir. Çocuğun bakım sorumluluğunu üstlenen anne ve babaların, toplumun bir ferdi olarak yetişen çocuklarına karşı tutumları, onların istedik özellikler geliştirmeleri bakımından oldukça önemlidir. Büyüme aşamalarında başarılı olan çocuklar, iyi aile ilişkileri içinde yetişmiş bireylerdir. Aile içinde gerçekleşen başarılı ilişkiler mutlu, arkadaşça, bunalımdan uzak ve yapıcı bireylerin oluşumunu sağlar. Bunun tersi uyum bozukluğu gösteren çocuklar, genellikle başarısız bir anne baba ve çocuk ilişkisinin ürünüdürler. Ürün her zaman ekilen tohumla ve beraberinde hazırlanan yakın çevre şartlarıyla doğru orantılı olarak gelişir.¹⁴⁶

Her ailenin çocuk yetiştirme konusunda farklı tutum ve yaklaşımları vardır. Aynı ailede, bazı anne babaların bilerek ya da bilmeyerek, her çocuğuna karşı tutum ve davranışları farklı olabilmektedir. Anne babalar bazı çocuklarını çok sevmekte, bazılarını daha çok korumaları altına almakta, bazılarını itici davranmakta, bazılarını daha fazla baskı uygulamakta, bazılarını karşı hoşgörülü yaklaşmakta, bazılarını ise diğer kardeşlerinden farklı imtiyazlar vermektedir. Anne babaların tutum ve davranışlarındaki bu farklılıklar farklı kişilik özellikleri taşıyan çocukların yetişmesine neden olmaktadır.¹⁴⁷

¹⁴⁴ Haluk Yavuzer, **Çocuk Psikolojisi**, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1999, s.135

¹⁴⁵ İbrahim Ethem Özgüven, **Evlilik ve Aile Psikolojisi**, Nobel Akademi Yayınları, Ankara, 2014, s.209

¹⁴⁶ Haluk Yavuzer, **Ana-Baba ve Çocuk**, Timaş Yayınları, İstanbul, 2013, s.25

¹⁴⁷ Aysel Çağdaş ve Zariye Şahin Seçer, **Anne Baba Eğitimi**, Eğiten Kitap, Ankara, 2011, s.134

Anne Babalığa İlişkin Bilgi Düzeyleri

Anne babaların tutumlarında, çocuk yetiştirme ile ilgili bilgi düzeylerinin etkili olduğu düşünülmektedir. Ebeveynler bilgisiz ve yetersiz oldukları, çocuklarına karşı yanlış tutumlar sergiledikleri sürece çocuklarının öz bakım becerileri gibi en temel becerilerden bile yoksun olabildikleri ve kardeşleri arasında çatışmalar yaşandığı görülmektedir. Ailelerin çocuk gelişimine ilişkin bilgi düzeylerinin yetersizliği, aşırı beklentiler kadar eksik sunumlara da neden olmakta ve çocuklara kimi zaman, bilgisizlik nedeniyle gereksinim duydukları uyarımlar verilmemektedir.¹⁴⁸

Ülkemizde bugüne kadar ana-baba tutumları üzerine yapılan çalışmalar anne babaların sağlıklı anne baba tutumlarında arzulanan düzeyde olmadıklarını göstermektedir. Bunun en büyük nedenlerinden biri belki de, anne babaların tutumları ile çocuk ve ergenlerin davranış problemlerinin ilişkilendirilmesi konusunda yeterince araştırma yapılmamış ve yapılan çalışmalardan çıkarılan sonuçlardan hareketle anne babalara düşen görevlerle ilgili bilgilerin de anne babalara yeterince ulaştırılmamış olmasıdır. Anne baba tutumlarının yapılan çalışmalarda istenilen düzeyde bulunamamasının bir diğer önemli (belki de daha önemli) nedeni olarak da, ana-babaların, anne babalık bilgi düzeylerinin belirlenmemesi ve dolayısıyla eksik olan bilgi alanının ne olduğu belirlenemediği için bu konuda gerekli çalışmaların yapılamaması olduğu düşünülebilir.¹⁴⁹

Kültürel Değerler

Anne babaların amaçları, inanç ve değerleri toplumsal değerleri yansıtır, ancak ikisi aynı şey değildir. İlk olarak iki değer sistemi arasında, özellikle anne babanın sosyal sınıf statüsüne dayanan farklılıklar olabilir. İkinci olarak, anne babanın değerleri, onların davranışlarına yansıdığından, toplumsal değerlere kıyasla çocuk üzerinde daha etkilidir. Bu nedenle anne baba yönelimleri çocuğun gelişim ortamının önemli bir bölümünü oluşturur. Ancak anne babanın inançlarının kültürel yapılanmalar olduğu da doğrudur. Anne baba yetiştirme tutumlarının anlamı hem çocuk hem de anne baba için, kültür tarafından belirlenir. Örneğin; Amerikalı anne çocuk etkileşimini Porto Rikolu ve Japon anne çocuk etkileşimiyle karşılaştıran araştırmalar, Amerikalı annelerde daha fazla anne çocuk fiziksel uzaklığı ve çocuğun özerkliği ile tercihlerine vurgu bulmuştur. Buna karşılık, Porto Rikolu ve Japon annelerde daha fazla fiziksel

¹⁴⁸ Yavuzer a.g.e., s.27

¹⁴⁹ Halis Özerk, **Ana babaların Çocuk Yetiştirmeye İlişkin Tutumlarının, Bilgi Düzeylerinin ve 11-18 Yaş Grubu Öğrencilerin Kendilerini Değerlendirmelerinin İncelenmesi**, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2006, s.7 (Yayımlanmamış Doktora Tezi).

yakınlık ve ilişkisellik vurgusu gözlemlenmiştir.¹⁵⁰ Anne babaların çocuklarına yönelttikleri tutumları, büyük ölçüde içinde yaşadıkları kültürden etkilenmektedir.

Anne baba tutumları üzerinde yapılan araştırmalarda, sosyal sınıf, etnik ve kültürler arasında farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Örneğin; eğitilmiş orta sınıf Angloamerikan annelerin, hamilelik döneminde bile çocuklara erken uyarımın önemli olduğunu düşündüğü; buna karşılık az eğitim ve düşük gelirli siyah annelerin, çocukların “öğreniminin” okulun işi olduğunu düşündüğü belirlenmiştir. Mısır kökenli Kanadalı ve Anglo-Kanadalı anne babaların karşılaştırıldığı başka bir çalışmada, tüm gruplarda toplulukçuluğun yetkeci anne babalığı öngördüğü, ancak bunun Anglo Kanadalılarda sevgi eksikliğine işaret ettiği, Mısır kökenli Kanadalılarda ise bunun söz konusu olmadığı görülmüştür. Böylece, “yüksek yetkencilığe mutlaka düşük sevgi düzeyinin eşlik etmediği” sonucuna varmışlardır.¹⁵¹

Anne Babanın Yetiştirme Biçimi

Tutumlar kuşaklararası geçiş gösterir. Anne babanın çocuk yetiştirme tutumlarının temelinde, kendi anne babalarının onlara karşı gösterdikleri tutum yatar. Annenin kendi annesiyle özdeşim kurması ve onu model alarak öğrenmesi annesinin tutumlarını benimsemesine neden olur.¹⁵²

Anne babaların çocuklarına karşı yönelttikleri tutum ve davranışların temelinde, kendi çocukluk yıllarındaki anne babalarıyla ilişkileri yatar. Çocukluk yıllarında, gerçek anne sevgisinden yoksun kalmış bireyler, yetişkin yaşamında genellikle katı ve hırçın olurlar. Ya da anne babalar kendi ailelerinde görmedikleri ilişkileri, yaklaşım biçimlerini ödünlemek amacı ile aşırı koruyucu bir tutum benimseyebilirler. Örneğin, sevgi ve sevecenlikten yoksun bir ailede büyüyen anne ya da baba, çocukluğunda yoksun olduğu şeyi kendi çocuğuna vermek amacıyla aşırı koruyucu bir tutum içine girebilir. Kendi çocukluk yıllarında engellenmiş bireyler, anne baba olduklarında, eskiden kendilerine tanınmamış olan özgürlüklere çocuklarının sahip olmalarına karşı, bilinçdışı bir kıskançlık geliştirirler. Bu nedenle çoğu kez kendi anne babalarından gördükleri yöntemlerle çocuklarını dizginleme, suçlama, aşağılama yollarını denerler. Böylelikle kendi uğradıkları paniği denetim altında tutmaya çalışırlar. Anne ve babanın

¹⁵⁰ Çiğdem Kağıtçıbaşı, *Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi*, Koç Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 2012, s.67-68

¹⁵¹ Kağıtçıbaşı a.g.e., s.69-70

¹⁵² Deniz Şanlı ve Candan Öztürk, *Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumlarını Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi, Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32: 31-48, 2012, s.32

aşırı baskı altında yetişmiş olması, bazı durumlarda da çocuğuna karşı aşırı gevşek ve yumuşak bir tutum içinde davranmalarına sebep olabilir. Bu da, çocuğun ihtiyacı olan model ve rehberden yoksun büyümesine sebep olur ki, böyle bir ortamda yetişen çocuklarda saldırgan ve isyankâr davranışlara rastlanır.¹⁵³

Anne Baba Arasında İlişkiler ve Boşanma

Ailedeki ilişkiler arasında en önemlisi, ailenin temelini oluşturan karı koca arasındaki ilişkidir. Anne ve baba ailenin mimarlarıdır. Onların kişilikleri ve ilişkileri ailenin tümünü etkiler. Bu ilişki ne kadar sağlıklı ise, ailenin temeli o kadar sağlamdır, sağlıklı ailelerdeki mutsuz anne ve mutsuz baba, kişisel becerileri ve girişimleriyle kendi gereksinmelerini karşılayamadıkları için, gereksinmeleri karşılamada çocuklarını araç olarak kullanırlar.¹⁵⁴

Ebeveyn ve çocuk ilişkisinin sağlıklı olabilmesi öncelikli olarak ebeveynin kendi arasındaki ilişkinin sağlıklı olmasına bağlıdır. Ailede ebeveyn iletişimi çocuğu, çocuğun anne ile iletişimi babayı, çocuğun baba ile iletişimi de anneyi etkiler.¹⁵⁵

Anne Babanın Sosyoekonomik Özellikleri

Sosyoekonomik düzey anne ve babaların çocuktan beklentilerini direkt olarak etkilemektedir. Üst sosyoekonomik düzeye sahip ebeveynler çocuklarının geleceği konusunda onları kendi kararlarını alma açısından daha serbest bırakırken, alt sosyoekonomik gelir grubuna dahil olan anne babaların çocuklarının geleceği konusunda daha fazla karar verici oldukları söylenebilir. Bu durum doğrudan alt sosyoekonomik gelir grubundaki anne babayı çocuğa karşı daha fazla kısıtlayıcı ve denetleyici olmaya itebilmektedir. Ana babanın tutumu ve davranışları sosyoekonomik durumları ile ilişkilidir. Örnek olarak, üst sosyoekonomik düzeydeki ana babalar, çocuklarının yanlış davranışlarını düzeltme ve sorunlarını çözme yoluna giderken, çocuğun çözümü tek başına bulmasına, kendini yeterli ve sorumlu bir birey olarak görmesine yardım ederler.¹⁵⁶

¹⁵³ Yavuzer a.g.e., s.27-28

¹⁵⁴ Doğan Cüceloğlu, **İçimizdeki Çocuk**, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2013, s.75

¹⁵⁵ Çağdaş ve Şeçer, a.g.e., s.139

¹⁵⁶ İbrahim Dönmezer, **Ailede İletişim ve Etkileşim**, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 1999, s.38-39

Doğum Sırası ve Çocuk Sayısı

Ebeveyn tutumları çocuk sayısı ile doğum sırasından büyük ölçüde etkilenmektedir. Anne ve babalar disiplin yönünden genel olarak ilk doğanlara sıklıkla fiziksel ceza uygulama ve daha sonra doğanlara gösterdikleri disiplinede daha tutarlı olma eğilimini göstermektedirler. Şüphesiz, bu tutumların bazıları kolay olmayan anne baba olmayı öğrenmenin bir sonucu olarak görülebilir. İlk doğan ya da tek çocuklar, kardeşlerinin gelişinden önce, anne babalarının ilgi ya da sevgisini paylaşmamanın yanında, anne babalarına nasıl anne baba olunacağını öğrenmeleri için deneysel bebekler olurlar.¹⁵⁷ Ortanca çocukta, anne baba daha az heyecanlı, anne baba rollerini daha iyi öğrenmiş, toyluk ve tedirginlikten sıyrılmışlardır. İkinci çocuğun sorunları ilk çocuk gibi abartılmaz. Daha hoşgörülü, daha az kaygılı bir tutum gösterilir. Beklentiler ve bunun sonucu ilk çocuğa yapılan baskılar azalır.¹⁵⁸

Çocuğun Yaşı

Anne babalar küçük çocuklarına hoşgörülü ve kabul eden bir tutum sergilerken, büyük olan çocuklarına daha fazla denetleyici bir tutum sergilemektedirler. Ailenin ilk çocuktan beklentileri yüksek olmaktadır. Ailelerinin ilk çocuktan beklentilerinin yüksek olması nedeni ile daha olgun yetiştirdikleri, onlara yetişkinmiş gibi davrandıkları görülmektedir. Küçük çocuklara daha az ottonomi ve sorumluluk verilmektedir. Anne baba küçük çocuğa karşı hoşgörü ve kabul eden bir tutum sergilerken, büyük çocuğa daha denetleyici davranmaktadır. En küçük çocukta, anne baba yaşlandıkça tutumlarında gevşeklik ölçüsüne varabilen bir yumuşama olur. Disiplin daha gevşemiştir. Yaramazlıkları daha hoşgörüyle karşılanır. Anne babalar son çocuğu, öteki çocuklardan çok değişik bir düşkünlük ve kollama ile büyütürler.¹⁵⁹

Çocuğun Cinsiyeti

Anne baba ve çocuk etkileşimde çocukların cinsiyetinin çok etkili olduğu araştırmalarda ortaya çıkmaktadır. Thomas ve arkadaşları, annelerin daha çok ilk doğan kızlara gülümsediğini ve onlarla konuştuğunu bildirmektedirler. Babalar da daha çok ilk doğan erkek çocuklarla konuşmakta ve onlara dokunmaktadırlar.¹⁶⁰ Anne babaların, çocuk doğmadan önce cinsiyet açısından bir beklentileri olabilir. Doğumdan sonra çocuğun cinsiyeti beklentiye uygun değil ise anne babalar, çocuğa

¹⁵⁷Marry J. Gander ve Harry W. Gardiner, **Çocuk ve Ergen Gelişimi**, (Çev. B. Onur), İmge Kitabevi, Ankara, 2010, s.311

¹⁵⁸ Atalay Yörükoğlu, **Çocuk Ruh Sağlığı**, Özgür Yayınları, İstanbul, 2014, s.162.

¹⁵⁹ Yörükoğlu a.g.e., s.163-164.

¹⁶⁰Gander ve Gardiner a.g.e., s.311.

karşı reddedici ya da itici bir tutumla yaklaşabilirler. Genel olarak çocuklarının cinsiyeti beklentilerine uygun olan anne babaların, çocuklarına karşı daha olumlu tutum ve davranışlar sergiledikleri söylenebilir.¹⁶¹

2.2.8. Yaygın Anne-Baba Tutumları

Anne ve babanın çocuklarına neyin doğru neyin yanlış olduğunu öğretebilmeleri, ya da uygun olan davranışı aktarabilmeleri için, gerek kendi aralarında, gerekse çocuklarına yönelttikleri davranışlarında dengeli, tutarlı ve kararlı olmaları gerekir. Çocuğun taklitte her türlü davranış kalıbını öğrenmesi söz konusu olduğundan, anne-baba istenen-uygun davranış örüntülerini geliştirmelidirler. Anne-baba, ilk başta kendi içlerinde barışık ve mutlu birer birey olmalıdırlar.¹⁶²

Ailede çocuklar ve yetişkinler sürekli bir etkileşim içindedirler.¹⁶³ Ebeveynin ve aile içindeki diğer kişilerin çocukla kurduğu iletişim, çocuğun aile içindeki konumunu belirler.¹⁶⁴ Çocuğun aileyle en çok çatışma yaşadığı dönem ergenliktir. Bu dönemde ergen, bir yandan çocukluğa ait bağımlılık durumundan kurtulmaya çalışırken diğer yandan aileye bağımlı olduğunu fark etmektedir veya ergenliğin getirdiği bir takım istek ve dürtüleri engellemek zorunda kalmaktadır. Bu durumda da çatışmalar ortaya çıkmaktadır.¹⁶⁵

Otoriter Tutum

Otoriter anne-baba tutumu sergileyen ailelerde; anne-babalar, kendilerini toplumsal otoritenin temsilcisi olarak görür ve çocuğunun davranışlarını şekillendirmeye, denetlemeye ve değerlendirmeye çalışırlar. Çocuktan bir erdem olarak benimsediği mutlak uymayı bekler. Her türlü kararı, ana-babanın kendisi verir. Katı ve dogmatik düşünce tarzına yatkın olduğundan sözel iletişime olanak tanımaz.¹⁶⁶

Bu tutuma sahip anne-babalar, çocuğun davranışlarını değerlendirmeye, kontrol etmeye ve biçimlendirmeye çalışır, çocuğun davranışlarına standartlar koyar. Çocuğun anne ve babasına itaat etmesinin bir meziyet olduğunu düşünür. Çocuğu sözlü olarak desteklemez, anne-babanın sözlerinin kabul edilmesi gerektiğine inanır.

¹⁶¹ Çağdaş ve Seçer a.g.e., 2011, s.141.

¹⁶² Yavuzer a.g.e., s.125

¹⁶³ Bekir Onur, **Gelişim Psikolojisi**, Ankara: Varlık Yayınları, 1986, s.39

¹⁶⁴ Yavuzer a.g.e., s.127

¹⁶⁵ Cengiz Güleç, **Psikiyatrinin ABC'si: Ruhsal Bozukluklar, Tanısı ve Tedavisi**, İstanbul: Gendaş Kültür Yayınları, 1999, s.63

¹⁶⁶Adnan Kulaksızoğlu, **Ergenlik Psikolojisi**, Remzi Kitabevi, İstanbul: 2000." *KUZGUN, Yıldız.*"Sosyo-Ekonomik Düzey ve Psikolojik İhtiyaçlar, AÜ Eğitim., s.120

Ergenler de anne-babanın isteğinden farklı davrandıklarında dışlanacaklarını bildiklerinden ve cezalandırma korkusundan dolayı boyun eğler. Böyle ailelerde yetişen çocukların duygu ve düşünceleri daha çok bastırılır ve bu ailelerde yetişen gençlerde, öfke ve kızgınlık duyguları açık biçimde ifade edilmez.¹⁶⁷

Hoşgörülü Tutum

Bu ana baba tutumunda çocuğa hiçbir konuda engelleme getirilmez, ceza verilmez, sınırsız bir özgürlük tanınır. Aşırı hoşgörülü ortamda yetişen çocuk ebeveynini yönetmeye başlar. Bu çocuklar şımarık, bencil, başkalarına hak tanımaz olur ve sonu gelmeyen istekleriyle çevrelerindeki biktirirler. Aşırı hoşgörü ve yetersiz ceza, çocukta topluma karşıt ve saldırgan davranışlara yol açar. Aile dışındaki ilişkilerinde de sömürücü olabilen bu çocuklar otoriteye karşı başkaldırıcı davranışlar gösterirler. Kendi çocukluk dönemlerinde engellenen ana-babalar kendilerinin sahip olamadıkları özgürlükleri, çocuklarına sınırsızca verirler. Aşırı anlayış ve hoşgörü göstererek, şımarık ve bencil olmalarına neden olurlar.¹⁶⁸

Genellikle orta yaşın üzerinde çocuk sahibi olan ailelerde ya da çocuğun kalabalık ergin bireyler arasında tek çocuk olması halinde çocuk odaklı olarak da tanımlanabilen aşırı hoşgörülü tutuma sıkça rastlanmaktadır. Böyle bir ortamda neyin yapılabileceği konusunda çocuğun davranışlarına sınır getirilmemiştir. Ailede inisiyatif sahibi tek kişi çocuktur ve ailedekiler onun isteklerine uymak zorundadır. Ceza ertelenmekte ya da unutulmakta ve uygulanmamaktadır. Çocuk anne babadan çekinmediği gibi onları yönetir duruma gelmektedir.¹⁶⁹

Koruyucu Tutum

“Koruma-himaye etme normal bir annelik ve babalık davranışı olmasına rağmen, bu davranışı, çocuğun kendi gerçekleştireceği faaliyetleri engelleyecek şekilde yaygınlaştırmak *aşırı himayeci* olarak davranmak demektir. Bu tutumu sergileyen anne-baba, çocuğun gelişimine has özgürlükleri kazanmasını engelleyecek şekilde ona nasıl davranması, neleri nasıl yapması gerektiğini dikte eder.”¹⁷⁰

¹⁶⁷ Kulaksızoğlu a.g.e., s.122

¹⁶⁸Nurten Sargın, **Çocuklarda Ruh Sağlığı**, Nobel Yayıncılık, Ankara, 2001, s.30

¹⁶⁹ Özgüven, a.g.e., s.221

¹⁷⁰ Kulaksızoğlu, a.g.e., s.120

Anne-babanın aşırı himayeci olması, çocuğa gerektiğinden fazla denetim ve itina göstermesi anlamına gelir. Bundan dolayı, çocuk diğer insanlara aşırı bağımlı, kendine güveni olmayan, duygusal yönden kırılğan olan bir birey olabilir. Çocuğun yaşamı boyunca devam edebilen bu bağımlılık, psiko-sosyal olgunluğu olumsuz yönden etkiler ve çocuğun kendi kendisine yetmesine imkan sağlamaz. Anne-babanın aşırı korumacı tutumu çocuğun okul başarısını ve okula uyumunu da etkiler.¹⁷¹

İzin Verici-Gevşek Tutum

Denetimin düşük, tepkiselliğın yüksek olduğu bir tutumdur. Cinsel ve saldırgan dürtüler dahil çocukların her tür davranışları hoşgörü ile karşılanır ve kabul edilir. Çocuğun tercihlerine karışılmaz. Uyku, yemek ve çalışma durumlarında kesin bir tutum izlenmez. Çocuktan yasına uygun ve olgun bir davranış talebinde bulunulmaz. Toplumsal kurallara ve değerlere pek önem verilmez ve bunlar çocuğa öğretilmez. Kurallara uyulmadığında yaptırım uygulanmaz.¹⁷²Maccobi ve Martin'in izin verici olarak tanımladıkları tutumda ana babalar kabul edici ve yumuşak bir davranış tarzı sergilerler ve disiplin konularında daha edilgindirler. Çocukların davranışlarına ilişkin talepleri görelı olarak azdır; çocuğa daha yüksek derecede davranış özgürlüğü tanılır. İzin verici ana babalara göre kontrol çocuğun özgürlüğüne müdahaledir ve çocuğun sağlıklı gelişimini engelleyebilir. Çocuğun davranışlarını etkin olarak şekillendirmektense, kendilerini çocuklarının gerektiğinde kullanabileceği kaynaklar olarak görürler.¹⁷³

Tutarsız-Dengesiz Tutum

Tutarlılık, konulan kuralları ve onların sonuçlarını takip etmek anlamına gelmektedir. Anne ve baba bir kural koydularsa ve bunun etkileri görmek istiyorlarsa söylediklerini uygulamaya çalışmalıdırlar. Kararlar alınıp uygulamada başarısızlık yaşanırsa çocuklar da sınırları aşmayı kolaylıkla öğrenirler. Tutarsızlık, ebeveynlerin en çok yaşadıkları durumlardan biridir. Neden ne olursa olsun bir düzen ve tutarlılık oluşturulmaması çeşitli davranış bozukluklarına sebep olabilir.¹⁷⁴

Bu ailelerde ebeveynler arasında, çocuk yetiştirme hususunda, davranışsal veya düşünsel şekilde dengesizlik ve tutarsızlık vardır. Ebeveynlerin, çocuğun yanında,

¹⁷¹ Haluk Yavuzer, **Yaygın Anne Baba Tutumları: Ana Baba Okulu**, İstanbul: Remzi Kitabevi, 2003, s.126

¹⁷² Dönmezer, a.g.e., s.79

¹⁷³ Laurence Steinberg, **Ergenlik**, Ankara: İmge Kitabevi, 2007, s.126

¹⁷⁴ Kevin Steede, **Anne Babaların En Çok Yaptıkları 10 Hata**, Rahime Demir (çev.), İstanbul: Hayat Yayıncılık, 1998, s.38

“çocuk konusunda” birbirlerini eleştirmeleri, birinin olumlu yaklaşımına diğersinin olumsuz tutumu ya da taraflardan birinin çocuğıu himaye etmesi, genellikle rastlanan terbiye hataları olarak ele alınır. Bir diğere dengesizlik ve kararsızlık örneğı, ebeveynlerden birinin şahsında yaşanabilir. Böyle durumda çocuğıa sözünü dinletmek için çaba sarf eden annenin, bir isteğini yaptırmak üzere, önce yumuşak tonda konuştuğıu, ardından sesini yükselttiğıi, çocuğun isteğini hala yerine getirmemesi halinde ise dövdüğü, ardından da pişman olup özür dilediğıi görülür.¹⁷⁵

Mükemmeliyetçi Tutum

Bu tutum şekline sahip anne babaların çocuklarından çok başarılı olmaları ve herkes tarafından beğenilmeleri gibi beklentileri vardır. Bu anne babalar genellikle kendi çocukluk dönemlerinde zor koşullar altında büyümüş ya da sonradan iyi bir konum veya ekonomik düzeye gelmiş ya da rekabetçi ve karşılaştırmacı bir çevresi bulunan ebeveynlerdir. Bazıları kendileri isteyip de bazı engellerden dolayı ulaşamadıkları hedeflere çocuklarının ulaşmasını isterler. Çocuklarını, onların gereksinimleri paralelinde değil, kendi istek ve beklentileri doğrultusunda yetiştirirler. Bu anne babaları memnun etmek güçtür ve sürekli olarak çocuklarını başka çocuklarla karşılaştırırlar. Kendi önerdikleri etkinliklere çocukları ilgi göstermeyince moral bozukluğu yaşarlar. Yiyeceğıi şeylere hatta kimlerle arkadaşlık edeceklerine eleştirel bir tarzda yaklaşırır.¹⁷⁶ Bu tutumla yetişen çocuklar koşullu sevgiye odaklanırlar. İyi olduklarında anne babalarının onları seveceğini, başarısız olduklarında ise sevmeyeceğini sanırlar. Onlar da bu sevgi biçimini benimserler. İnsanlara koşullu sevgiyle yaklaşırır. Genellikle bu çocuklar da mükemmeliyetçi olurlar ve hata kabul etmezler. Okul ve iş hayatlarında başarıyı yakalasalarda insan ilişkilerinde zorluk yaşarlar. Hayatın mükemmel olmasını isterler ama hayatın farklı yüzüyle karşılaştıklarında mutsuz olurlar.¹⁷⁷

Reddedici-İlgisiz Tutum

Ebeveyn için bir çocuk sahibi olmak mutluluk verici bir olaydır. Ancak çocuğun evlilik dışı bir ilişkinin sonucunda doğması, çocuğun bitmek üzere olan bir evliliğıi kurtarmak amacı ile dünyaya getirilmesi ve istenilen sonucun sağlanamaması, istenilmeyen bir zamanda dünyaya gelmesi, aile çevresinden sevilmeyen bir kişiye benzemesi, cinsiyetinin beklenenin dışında olması, özürlü olması, evliliğın sona erdirilmesinin düşünülüyor olması ve anne babaların kendi ailelerinde itici bir tutum ile yetiştirilmiş

¹⁷⁵ Haluk Yavuzer, *Ana Baba ve Çocuk*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1994, s.83.

¹⁷⁶ Ayhan Aydın, *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi*, Alfa Yayıncılık, İstanbul, 2002, s.147-148

¹⁷⁷ İkim Öz Tan, *Anne Baba Olma Sanatı*, Alfa Yayıncılık, İstanbul, 2006, s.87

olmaları gibi bazı durumlarda aileler çocuklarına karşı itici bir tutum geliştirebilmektedir.¹⁷⁸

Çocuğun reddedilmesi açık ya da üstü kapalı bir şekilde yaşanabilir. Reddetme tutumunun başlıca belirtileri, çocuğa ters davranma, azar, dayak ya da diğer cezaları yerli yersiz uygulama, ilgisizlik, çocuğu terk etme ya da başka bir yere gönderme tehditleri ve çocuğu kötü sıfatlarla çağırma biçimlerinde görülür. Disiplin amacıyla çocuk şiddetle dövülebilir, bir yere kapatılabilir ya da aç bırakılabilir. Bazı anneler çocuklarıyla fiziksel yakınlık da kurmaz, kucaklarına almaz ve okşamazlar. Çocukla bir başkasının ilgilenmesini sağlayarak ilk fırsatta kendi yaşantılarına dönerler.

Demokratik Tutum

Demokratik ebeveyn tutumu çocuklarının varlığını kabul etme ve isteklerine saygı duyma temeline dayanmaktadır.¹⁷⁹ Demokratik ortamlarda yetişen çocuklar zihinsel gelişmeye daha yatkın olmaktadır.

Kulaksızoğlu'na göre "çocuklarına karşı demokratik tutuma sahip anne-babaların, onların davranışlarını daha akılcı şekilde yönlendirdiği söylenebilir. Bu tutuma sahip anne-babalar, çocuklarını ayrı bir kişi olarak kabul edip onlara değer verirler ve bağımsız bir kişilik geliştirmeleri için onları teşvik ederler."¹⁸⁰

Çocuklara Boyun Eğme

Evde çocukların egemenliği kabul edilir. Anne babaya çok az saygı gösterir ve onlara hükmederler. Zaman geçtikçe bu çocuklar anne babalarının haricinde ev dışındaki kişilere de hükmetmek isterler.

2.2.9. Ergenlikte Anne Baba Tutumunun Özellikleri

Çocukluk ve yetişkinlik arasındaki dönemi kapsayan dengesiz ve düzensiz bir evre olan ergenlik, birçok değişim ve gelişimi kapsamaktadır. Anne baba farkında olarak veya olmayarak, her çocuğuna karşı değişik anne baba tutumu takınabilirler. Ailede, çocuklar arası anne baba tutumu değişebilir. Bazı çocuğumuza karşı kendi kararlarını kendisi vermesi yönünde desteklerken diğer çocuğumuza ise farkında olmaksızın

¹⁷⁸ Çağdaş ve Seçer a.g.e., s.74

¹⁷⁹ Serap Demiriz ve Ayşe Dilek Öğretir, *Alt ve Üst Sosyoekonomik Düzeydeki 10 Yaş Çocuklarının Anne Tutumlarının İncelenmesi*, Kastamonu Eğitim Dergisi, 15 (1):105-122, 2007, s.109

¹⁸⁰ Adnan Kulaksızoğlu, *Ergenlik Psikolojisi*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2002, s.118

muhafazakar davranabilmekteyiz. Tüm bu sergilenen tutumlar neticesinde, her çocuk kendine özgü kişilik geliştirir.¹⁸¹

Sümer ve Güngör yaptığı araştırmada, gencin kendine dair farkındalık kazanması, hür bir kişilik geliştirmesi için ebeveyn ergen arasındaki etkileşimin pozitif yönde destekleyici bir tarza sahip olmasının öneminden söz etmiştir.¹⁸² Çocuğun gelecek yıllarda, insanlar ile sağlıklı iletişim içerisinde olma ve hissettiği duyguları dile getirme yetisi kazanması adına aile üyeleri, ailedeki rolü, anne ve babasıyla olan etkileşimi daha da önemlisi bütün bu etkileşimlerin çocukta nasıl anlam bulduğu önemlidir.

2.3. Anne Baba Tutumu ve Öfke İlişkisi

Öfkenin ifade edilmiş şekli öğrenme ile ilişkili olmasından dolayı kişiden kişiden kişiye değişir. Çocuk öfkelenildiği zamanlarda gösterdiği tutumlar doğumdan itibaren aile içerisinde izlediği davranışlardır. Ailede ebeveynlerin birbirlerine öfke ve saldırganlık içeren davranışlarını model alan çocuklar karşılaştıkları durumları çözmek için öfke ve saldırganlık davranışını öğrenirler.¹⁸³

Kendilerine deneme yanılma fırsatı tanınarak doğruyu bulan, aile içerisinde gerektiğinde sevgi, ilgi ve güven içinde yaş alan çocukların ilk sosyal uyumlarını mutlu şekilde atlattığını görmekteyiz. Aile içinde aile üyelerinin, kurduğu ilişkiler ergenlerin öfke ve öfke ifade tarzlarını etkilediği yapılan araştırmalarla kanıtlanmıştır. Aşırı koruyucu, reddedici, cezalandırıcı, tutarsız ana-baba tutumlarından dolayı engellenme duygusu yaşayan ergen kızgınlık duymaya başlar. Kızgınlığı ile ya yapıcı olmayan bir biçimde ya da bastırarak baş eder.¹⁸⁴

Terzi, yaptığı araştırmada demokratik anne baba tutumuna sahip öğrencilerin, kişiler arası problem çözme beceri algılarının, otoriter anne baba tutumuna sahip olan öğrencilerin kişiler arası problem çözme beceri algılarından yüksek olduğunu ispat etmiştir.¹⁸⁵

¹⁸¹ Yavuzer a.g.e., s.86

¹⁸² Nebi Sümer ve Derya Güngör, **Çocuk Yetiştirme Stilllerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi**, Türk Psikoloji Dergisi, 14 (44): 35-58, 1999

¹⁸³ Suna Kaymak-Özmen, **Aile İçinde Öfke ve Saldırganlığın Yansımaları**, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 37 (2): 27-39, 2004, s.29

¹⁸⁴ Filiz Bilge, **Eğitim Bilimleri Öğrencilerinin Sürekli Kızgınlık Düzeyleri ve Kızgınlıklarını İfade Biçimlerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi**, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 13: 75-80, 1997

¹⁸⁵ Şerife Terzi, "Altıncı Sınıf Öğrencilerinin Kişiler Arası Problem Çözme Beceri Algıları" **Gazi Üniversitesi Türk Eğitim Bilimleri Dergisi**, 1 (2): 221-232, 2003

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM YÖNTEM

3.1.ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Bu bölümde; araştırmanın ana kütle / evren, bütünü anlamak için bütünden seçilen araştırma tekniklerinin uygulanacağı grup (örneklem) ve bunun birimi, ölçüm araçları, araştırmanın planı ve modeli, veri toplama yöntemi, araştırmanın varsayımlarına ve araştırma verilerinin çözümünde kullanılan teknikler hakkında bilgiler yer almaktadır. Bu veriler ışığında, gerçekleştirilen anket çalışması ile elde edilen bulgular bir araya getirilmiş ve araştırma, genel bir değerlendirmeyle sonlandırılmıştır.

3.2.EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmada Çekmeköy İlçesinde bulunan Nesrin Uçmaklıoğlu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde, lise öğrencileri üzerinde anket gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evreni İstanbul ili Çekmeköy ilçesindeki öğrencilerin Sürekli Öfke- Öfke Tarz Ölçeği ve Anne- baba tutum ölçeği konusuna yöneliktir. 14-17 yaş arasındaki öğrenciler arasından rastgele seçilen ve tüm sorulara eksiksiz cevap veren 160 kişi seçilmiştir. Bu açıdan, araştırma kişilere yönelik yapılmış ve katılımcılara uygulanan anket formlarını yanıtlayanların tümünün örnekleme dahil edildiği "kolayda örnekleme yöntemi" seçilmiştir.

Yapılan bu çalışmada, katılımcıların bireysel kimliğinin yer almasını istememektedir. Bu durum, çalışma sonucunun güvenilirliği açısından da uygun görülmüştür.

Araştırmanın lisede uygulanabilmesi için kullanılacak ölçeklerin uygunluğu izni İstanbul il milli eğitimden Çekmeköy ilçesindeki liselerde Sürekli Öfke, Öfke Tarz Ölçeği ve Anne Baba Tutum Ölçeği incelemeye alınıp gerekli izinler sağlanmıştır.

3.3. KULLANILAN FORM VE ÖLÇEKLER

3.3.1. Sürekli Öfke – Öfke Tarz Ölçeği(SÖÖTÖ)

Çalışmada; lise öğrencilerinin öfke ifadelerini ölçmek amacıyla "Sürekli Öfke – Öfke Tarz" ölçeği kullanılmıştır.

Spielberger ve arkadaşları tarafından geliştirilen orijinal ismi " State Trait Anger and Anger Expression Style Scale" olan ölçeği Türkiye'ye revize eden Özer'dir.

Ölçek toplam 34 maddeden oluşur. Değerlendirme, dörtlü likert tipi tekniği olup dört alt ölçeği vardır. Sürekli öfke alt ölçeği kişinin genelde hangi seviyede öfke

yaşadığıyla ilgili olup 10 maddeden oluşmuştur. Ölçek “hiçbir zaman (1)” ve “tümüyle(4)” arasında değişen kendini değerlendirme ölçeğidir. Sürekli öfke alt ölçeğine yüksek puanlar verildiğin de öfkenin yüksek olduğunu gösterir. Kontrol edilebilen öfke alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfkenin kontrollü olduğunu gösterir. Dışa yansıtılan öfke alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar var olan öfkenin dışa aktarımının kolay olduğunu gösterir. İçe yansıtılan alt ölçekten alınan yüksek puanlar ise öfkeyi içinde bastırdığını gösterir.

Ölçeğin Türkiye’deki güvenilirlik çalışmasını Özer tarafından yapılmıştır.

3.3.2. Anne Baba Tutum Ölçeği

Çalışmada; lise öğrencilerinin ebeveyn tutumlarındaki algılarını ve biçimlerini ölçmek amacıyla Kuzgun ve Eldeleklioğlu tarafından geliştirilen “ Anne Baba Tutum Ölçeği” uygun görülüp kullanılmıştır. Üç alt ölçeği bulunmaktadır. Ölçekte koruyucu anne baba tutumunu ölçen 15 madde, demokratik anne baba tutumunu ölçen 15 madde ve otoriter anne baba tutumunu ölçen 10 madde bulunmaktadır. Ölçek beşli likert tipinden oluşmaktadır.

3.4. İŞLEM

“Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği” ve Anne Baba Tutum Ölçeğini lise kademesinden rastgele öğrencilerden seçilmiş ve uygulanmıştır. Envanterler yüz yüze uygulanmış olup grup içerisinde öğrencilerin doldurmaları sağlanmıştır sağlıklı olabilmesi sınıf içi sessizliği sağlamak adına okulda bulunan öğretmenlerden gözetmenlik desteği alındı. 5 ders saati, yaklaşık 6 saat içinde öğrencilere uygulama tamamlanmıştır.

3.5. VERİLERİN ANALİZİ

Araştırmanın anket bölümünde kullanılan ölçeklerin güvenilirliği ve geçerliliği, yapılan araştırma sonucunda elde edilen değerlerin geçerliliğini ifade edecektir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular %95 güven aralığında, %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Geçerliliği ve güvenilirliği A. Kadir Özer tarafından yapılmıştır. Ölçek; 34 maddeden oluşmakta olup, sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulmuş öfke, bastırılmış öfke alt ölçekleri bulunmaktadır.

Sürekli öfkeden alınan yüksek puanlar, öfke düzeyinin yüksek olduğunu; kontrol öfke ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfkenin kontrol edilebildiğini, öfke dışa ölçeğinden

alınan yüksek puanlar, öfkenin kolayca ifade edilebiliyor olduğunu ve öfke içte alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar ise öfkenin bastırılmış olduğunu göstermektedir.¹⁸⁶ Ana- babaların çocuklarını hangi yöntemlerle eğittiğini, çocuklarına toplumsal davranışlar kazandırırken nasıl davrandığını ifade eden yargılardan oluşan ölçekle değerlendirme yapılmıştır.

Bu araştırmanın temel problemi olan; “Lise öğrencilerinin anne baba tutumlarına göre öfke ifade tarzlarında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna cevap aranacaktır.



¹⁸⁶Şahin a.g.e., s.79-81.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR

Bu bölümde Lise Öğrencilerin Sürekli Öfke, Öfke İfade Tarzı ve Anne Baba Tutum ölçeklerinden elde edilen bilgiler ile araştırmacı tarafından hazırlanan genel bilgi formundan elde edilen bulgular yer almaktadır. Araştırmaya katılan Lise Öğrencilerin demografik değişkenlere göre dağılımları Tablo 4.1’de verilmiştir.

Tablo 4.1: Araştırmaya Katılan Lise Öğrencilerin Çeşitli Değişkenlere İlişkin Dağılımı (n=160)

Cinsiyet	N	(Yüzdelik)
Kız	100	62,5
Erkek	60	37,5
Sınıf düzeyi	N	(Yüzdelik)
9.Sınıf	49	30,6
10.Sınıf	62	38,8
11.Sınıf	49	30,6

Araştırma dâhilinde kişisel bilgi formunu ve anket sorularını yanıtlayan 160 Lise öğrencisinin 100’ü(%62.5) Kız, 60’ı (%37.5) Erkek, 49’u (%30.6) 9.Sınıf, 62’si(%38.8) 10.Sınıf, 49’u(%30.6) 11.Sınıf olduğu görülmüştür.

Sürekli Öfke Ölçeğinden elde edilen puanların ortalaması (\bar{x} =23.72), Kontrol Altına Alınmış Öfke ölçeğinin puanların ortalaması (\bar{x} =18.91), Dışa vurulan Öfke ölçeğinin puanlarının ortalaması (\bar{x} =17.65), İçte Tutulan Öfke ölçeğinin puanlarının ortalaması (\bar{x} =17.30), Koruyucu Tutum ölçeğinin puanlarının ortalaması (\bar{x} =43.60), Demokratik Tutum ölçeğinin puanlarının ortalaması (\bar{x} =52.43), Otoriter Tutum ölçeğinin puanlarının ortalaması (\bar{x} =19.00) olarak görülmektedir.

Tablo 4.2. Lise Öğrencilerin Sürekli Öfke, Öfke İfade Tarzının ve Anne Baba Tutum Düzeylerinin Arasındaki İlişkisi

		Koruyucu T.	Demokratik T.	Otoriter T.
Sürekli Öfke	r	,168	-,191	,202
	p	,033	,016	,010
Kontrol Altına Alınmış Öfke	r	-,011	,162	,011
	p	,886	,041	,891
Dışa vurulan Öfke	r	,050	-,171	,179
	p	,533	,030	,024
İçte Tutulan Öfke	r	,114	-,092	,130
	p	,152	,246	,101

Sürekli Öfke artarken Koruyucu Tutum artmaktadır. Sürekli Öfke ile Koruyucu Tutum arasında zayıf ve doğru orantılı ilişki vardır.

Sürekli Öfke ile Demokratik Tutum puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sürekli Öfke artarken Demokratik Tutum azalmaktadır. Sürekli Öfke ile Demokratik Tutum arasında zayıf ve ters orantılı ilişki vardır.

Sürekli Öfke ile Otoriter Tutum puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sürekli Öfke artarken Otoriter Tutum artmaktadır. Sürekli Öfke ile Otoriter Tutum zayıf ve doğru orantılı ilişki vardır.

Kontrol Altına Alınmış Öfke ile Koruyucu Tutum puanı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Kontrol Altına Alınmış Öfke ile Demokratik Tutum puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kontrol Altına Alınmış Öfke artarken Demokratik Tutum artmaktadır. Kontrol Altına Alınmış Öfke ile Demokratik Tutum zayıf ve doğru orantılı ilişki vardır.

Kontrol Altına Alınmış Öfke ile Otoriter Tutum puanı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Dışa vurulan Öfke ile Koruyucu Tutum puanı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Dışa vurulan Öfke ile Demokratik Tutum puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Dışa vurulan Öfke artarken Demokratik Tutum azalmaktadır. Dışa vurulan Öfke ile Demokratik Tutum arasında zayıf ve ters orantılı ilişki bulunmuştur.

Dışa vurulan Öfke ile Otoriter Tutum puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Dışa vurulan Öfke artarken Otoriter Tutum artmaktadır. Dışa vurulan Öfke ile Otoriter Tutum zayıf ve doğru orantılı ilişki vardır.

İçte Tutulan Öfke ile Koruyucu Tutum puanı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

İçte Tutulan Öfke ile Demokratik Tutum puanı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

İçte Tutulan Öfke ile Otoriter Tutum puanı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Tablo 4.3. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Anne Baba Tutumlarını yordamakta mıdır?

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Anne Baba Tutum	Sabit		9,515	,000			
	Sürekli Öfke	,143	1,125	,262			
	Kontrol Altına Alınmış Öfke	,179	1,949	,053	1,090	,364	,027
	Dışa vurulan Öfke	-,036	-,293	,770			
	İçte Tutulan Öfke	,006	,070	,944			

Anne Baba Tutumları ile Sürekli Öfke, Kontrol Altına Alınmış Öfke, Dışa vurulan Öfke, İçte Tutulan Öfke Düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler göstermemektedir (R²=,027, p>,05).

Tablo 4.4: Cinsiyete göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Ölçeğinin Puanları Açısından Karşılaştırılması

Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	p
Sürekli Öfke	Kız	100	84,05	8405,00	2645,000	-1,253	,021
	Erkek	60	74,58	4475,00			
Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	p
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Kız	100	82,24	8223,50	2826,500	-,613	,050*
	Erkek	60	77,61	4656,50			
Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	p
Dışa vurulan Öfke	Kız	100	81,64	8164,00	2886,000	,403	,068
	Erkek	60	78,60	4716,00			
Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	p
İçte Tutulan Öfke	Kız	100	80,53	8053,00	2997,000	-,011	,29*
	Erkek	60	80,45	4827,00			

*p<.05

Lise Öğrencilerin Cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında Sürekli Öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kız öğrencilerde sürekli öfke erkek öğrencilere göre yüksektir.

Lise Öğrencilerin Cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında Kontrol Altına Alınmış Öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kız öğrencilerde kontrol altına alınmış öfke erkek öğrencilere göre yüksektir.

Lise Öğrencilerin Cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında Dışa Vurulan Öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmamaktadır.

Lise Öğrencilerin Cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında İçte Tutulan Öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kız

öğrencilerde İçte Tutulan Öfke erkek öğrencilere göre yüksektir. Ancak değerler birbirine çok yakın bulunmuştur.

Tablo 4.5: Cinsiyete göre Anne Baba Tutum Alt Ölçekleri Açısından Karşılaştırması

Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	p
Koruyucu T.	Kız	100	82,97	8297,00	2753,000	-,871	.038*
	Erkek	60	76,38	4583,00			
Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	p
Demokratik T.	Kız	100	79,19	7918,50	2868,500	-,464	,064
	Erkek	60	82,69	4961,50			
Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra Ort	Sıra Toplamı	U	Z	p
Otoriter T.	Kız	100	82,30	8229,50	2820,500	-,633	,049*
	Erkek	60	77,51	4650,50			

*p<.05

Lise Öğrencilerin Cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında Koruyucu Tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kız öğrencilerde Koruyucu Tutum erkek öğrencilere göre yüksektir.

Lise Öğrencilerin Cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında Demokratik Tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmamaktadır.

Lise Öğrencilerin Cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında Otoriter Tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kız öğrencilerde Otoriter Tutum erkek öğrencilere göre yüksektir.

Tablo 4.6: Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine Göre Sürekli Öfke Ölçeğinin Açısından Karşılaştırması

Ölçek	Sınıf	N	Sıra Ort.	sd	X ²	P
Sürekli Öfke	9.Sınıf	49	77,89	2	2,794	,024*
	10.Sınıf	62	75,40			
	11.Sınıf	49	89,57			

*p<.05

Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında Sürekli Öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. 11.sınıflarda sürekli öfke yüksek iken 10.sınıflarda en düşüktür. 9.sınıf ve 10.sınıf, 10.sınıf ve 11.sınıf grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur.

Tablo 4.7: Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine Göre Öfke İfade Tarzı Alt Ölçekleri Açısından Karşılaştırması

Ölçek	Sınıf	N	Sıra Ort.	sd	X ²	P
Kontrol Altına Alınmış Öfke	9.Sınıf	49	83,59	2	3,545	,017*
	10.Sınıf	62	86,15			
	11.Sınıf	49	70,27			
Ölçek	Sınıf	N	Sıra Ort.	sd	X ²	P
Dışa vurulan Öfke	9.Sınıf	49	76,97	2	1,869	,039*
	10.Sınıf	62	77,35			
	11.Sınıf	49	88,02			
Ölçek	Sınıf	N	Sıra Ort.	sd	X ²	P
İçte Tutulan Öfke	9.Sınıf	49	78,51	2	133	,093
	10.Sınıf	62	81,19			
	11.Sınıf	49	81,62			

*p<.05

Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında Kontrol Altına Alınmış Öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. 10.sınıflarda Kontrol Altına Alınmış Öfke yüksek iken 11.sınıflarda en düşüktür. 9.sınıf ve 11.sınıf, 10.sınıf ve 11.sınıf grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur.

Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında Dışa Vurulan Öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. 11.sınıflarda Dışa Vurulan Öfke en yüksek iken 9.sınıflarda en düşüktür. 9.sınıf ve 11.sınıf, 10.sınıf ve 11.sınıf grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur.

Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında İçte Tutulan Öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmamaktadır.

Tablo 4.8: Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine Göre Anne Baba Tutum Alt Ölçekleri Açısından Karşılaştırması

Ölçek	Sınıf	N	Sıra Ort.	sd	X ²	p
Koruyucu Tutum	9.Sınıf	49	77,15	2	1,369	,038*
	10.Sınıf	62	81,98			
	11.Sınıf	49	81,97			
Ölçek	Sınıf	N	Sıra Ort.	sd	X ²	p
Demokratik Tutum	9.Sınıf	49	81,13	2	1,220	,041*
	10.Sınıf	62	78,44			
	11.Sınıf	49	82,47			
Ölçek	Sınıf	N	Sıra Ort.	sd	X ²	p
Otoriter Tutum	9.Sınıf	49	75,00	2	1,201	.045*
	10.Sınıf	62	84,69			
	11.Sınıf	49	80,70			

*p<.05

Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında Koruyucu Tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. 10.sınıf ve 11.sınıf öğrencilerde Koruyucu Tutum birbirine çok yakındır ve 9.sınıf öğrencilere göre yüksektir. 9.sınıf ve 10.sınıf, 10.sınıf ve 11.sınıf grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur.

Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında Demokratik Tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Demokratik Tutum 11.sınıflarda yüksek iken 10.sınıflarda en düşüktür. 9.sınıf ve 10.sınıf grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur.

Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında Otoriter Tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Otoriter Tutum 10.sınıflarda en yüksek iken 9.sınıflarda en düşüktür. 9.sınıf ve 11.sınıf, 10.sınıf ve 11.sınıf grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

Lise öğrencilerin sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke, anne baba tutum düzeylerinin arasındaki ilişki incelenmiştir. Sürekli öfke ile koruyucu tutum puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sürekli öfke artarken koruyucu tutum artmaktadır. Sürekli öfke ile koruyucu tutum arasında zayıf ve doğru orantılı ilişki vardır. Sürekli öfke ile demokratik tutum puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sürekli öfke artarken demokratik tutum azalmaktadır. Sürekli öfke ile demokratik tutum arasında zayıf ve ters orantılı ilişki vardır. Sürekli öfke ile otoriter tutum puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sürekli öfke artarken otoriter tutum artmaktadır. Sürekli öfke ile otoriter tutum zayıf ve doğru orantılı ilişki vardır. Kontrol altına alınmış öfke ile demokratik tutum puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kontrol altına alınmış öfke artarken demokratik tutum artmaktadır. Kontrol altına alınmış öfke ile demokratik tutum zayıf ve doğru orantılı ilişki vardır. Elde ettiğimiz bulgulara göre anne baba tutumunun lise öğrencilerinin sürekli öfkesi üzerinde etkisi olduğu saptanmıştır. Anne baba tutumlarının da kendi aralarında farklılıklar olduğu görülmüştür. Sürekli öfke de koruyucu anne baba tutumuyla doğrudan bir ilişkisi olduğu elde edilen verilere göre bulunmuştur. Sürekli öfkenin artması durumunda koruyucu tutumda da artış görülmüştür. Koruyucu anne babalar çocukları üzerinde sürekli bir kontrol sahibi olması çabasında oldukları için bu da çocuklarda olumsuz bazı özelliklerin gelişmesine sebep olur. Bu olumsuz özelliklerden en önemlilerinden biri ise sürekli öfkedir. Çocuklar koruyucu ebeveyn tutumuyla büyüdüklerinde diğer insanlara karşı ve kendisine karşı bir güven problemi meydana gelir. Bu durumda insanlarda psiko-sosyal problemler oluşmaya başlar. Psiko-sosyal yapının oluşması sonucunda insanlarda gelişim problemleri ve davranış problemleri meydana gelebilir. Bundan dolayı koruyucu tutumun sürekli öfkenin oluşumunda önemli bir etkisi vardır. Sürekli öfke ile demokratik ebeveyn tutumu arasında olumsuz yönde bir ilişki saptanmıştır. Sürekli öfkenin olduğu bir ortamda demokratik bir ebeveyn tutumundan söz edemeyiz. Demokratik ebeveyn tutumu çocuklarının düşüncelerini dinleyen, çocukların düşüncelerine saygı duyan ve çocukların kendilerini ifade etmesi özgürlüğünü tanıyan bir tutum olduğundan dolayı çocuklar sosyal ortamlarda öfkelerini kontrol etmede daha başarılı olduklarını düşünülebiliriz. Bizim elde ettiğimiz sonuçlara göre demokratik aile tutumu ile sürekli öfke arasında negatif bir ilişki elde edilmiştir. Sürekli öfke oluşumunda otoriter aile tutumunun etkisi olduğu saptanmıştır. Otoriter ebeveyn tutumuna sahip olan bireyler sevgilerini çocuklarına tam

yansıtamaması, çocuklarına sürekli kendi istediklerini yaptırmak istemesi, ailelerin çocuklarıyla iletişime girmemesi, çoğu zaman çocuklarına ceza vermesi, çocukları hakkında ki kararlar da çocuklarına danışmaması gibi birçok etken sürekli öfkenin oluşuma sebep olduğu düşünülebilir. Çiftçi Topaloğlu yapmış olduğu çalışmada, dört ve beş yaş grubu çocukların saldırganlık, sosyal yetkinlik ve kaygı puanları ile ebeveynlerinin ebeveyn özyeterliliği ile olan ilişki araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; örneklem grubundaki çocukların sosyal yetkinlik puanları cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık var olduğu saptanmış, saldırganlık ve kaygı puanları arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir¹⁸⁷. Yapılan araştırma ile örneklem farklılıkları vardır. Yaş grupları farklı olsa da ebeveyn tutumlarının çocukları üzerinde ki tutumu çocukların karakteristik gelişiminde en önemli faktör olduğu görülmüştür. Bu alanda yapılan bir başka araştırma da Çopur ve arkadaşları, annelerin ergenlik dönemindeki çocukları ile yaşadıkları problemlerden birinin ekonomik problem olduğunu ortaya koymuş ve elde ettikleri sonuçlarda ise, aldıkları harçlığı yeterli bulan ergenlerde aile doyumunun daha yüksek olması, harçlık miktarına ilişkin olarak ebeveynleri ile anlaşmazlık yaşamamalarına bağlanabilir. Bu doyumun gerçekleşmesi kişilerin sürekli öfkenin oluşmasında ve sürmesinde önemli bir etken olarak düşünülebilir. ¹⁸⁸ Demokratik aile tutumuna sahip olan aileler çocuklarına her türlü ekonomik desteği verip doygunluğu yaşattıklarını düşünülürse, daha otoriter bir aile yapısının çocuklara verdikleri parayla idare etmelerini beklemektedir. Bu doyum süreci ise kişilerde ailelerine ve çevresine karşı bir öfkenin ve saldırganlığın oluşmasında bir faktör olduğu düşünülebilir. Rushton ve arkadaşları (1986) tarafından yapılan bir başka araştırma da ise, ilerleyen yaşla beraber saldırganlığın azaldığını söylemişlerdir. Elde ettikleri verilere göre ebeveyn tutumları ve yaş grupları farklı lise öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır.¹⁸⁹ Burada önemli olan faktör lise öğrencilerinin arasında ki yaş farkının ne kadar olduğudur. Yaş aralıklarının yakın olması bu sonucun çıkmasında önemli bir etken olabilir. Öner yaptığı araştırma da anne baba tutumu ile eğitim seviyelerini araştırmıştır. Elde ettiği verilere göre ise düşük eğitilmiş ebeveynlerin gereğinden fazla korumacılığa yöneldikleri, yüksek eğitimlilerin ise

¹⁸⁷Zeynep Çiftçi Topaloğlu, *4-5 Yaş Çocuklarının Sosyal Yetkinlik, Saldırganlık, Kaygı Düzeyleri İle Anne-Babalarının Ebeveyn Özyeterliliği Algısı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli, 2013, s.34-45 (*Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*)

¹⁸⁸Zeynep Çopur ve arkadaşları, *Annelerin 12 Yaş Üzeri Çocuklarıyla İlişkilerinde Yaşadıkları Çatışmaların İncelenmesi*, Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar E-Dergisi, 2007.

¹⁸⁹Rushton Philippe, vd. *Altruism and aggression: the heritability of individual Differences*, Journal of Personality and Social Psychology, 1986, 50 (6) 1192-1198

eşitliğe, düşük eğitimlilerden daha fazla önem verdiklerini belirtmiştir.¹⁹⁰ Bu durum aileler de ki tutumların farklılıklarını açıklayabilir. Demokratik tutuma sahip olan ebeveynlerin yüksek eğitime sahip olmaları çocukları üzerinde olumlu etki bırakabileceği ve bu durumda da sürekli öfkenin oluşumunda engel olabileceği düşünülebilir. Daha otoriter ebeveynler de ise bu durumun tam tersini düşünebiliriz. Ancak bu araştırma ile yaptığımız araştırma arasında bir zaman farkı olduğunu da kabul etmemiz gerekir. Günümüzde insanların eğitim seviyeleri gittikçe artmaktadır. Bu durum da örneklem farklılığını oluşturabilir.

Lise öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında sürekli öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Lise öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında sürekli öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kız öğrencilerde sürekli öfke erkek öğrencilere göre yüksektir. Lise öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında koruyucu tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kız öğrencilerde sürekli öfke erkek öğrencilere göre yüksektir. Elde ettiğimiz bulgulara göre kızların sürekli öfkesi erkeklere oranla fazla olduğu saptanmıştır. Burada kızlardaki ergenlik döneminden ve kültürel yapının önemli olduğunu düşünebiliriz. Kızların ergenlik dönemlerine erken girmeleri ve erkeklere göre oranla daha fazla duygusal yaşamaları bu durumda önemli bir faktör olduğunu düşünebiliriz. Kızlar duygularını nede olsa beni kimse anlamıyor olarak düşündüğünden bu durumu öfkeye dönüştürebilir ve bunu da çevresine bu şekilde yansıtabilir. Bir diğer önemli etken ise kültürdür. Kızların büyüüp yetiştiği kültür katı normlara sahipse kendilerini savunma içgüdüleri ile bunu çevresine öfke olarak yansıtabilir. Gündoğdu yaptığı araştıra da, lise 9 sınıfa devam eden öğrencilerin cinsiyet ve ailelerinin maddi gelir durumu değişkenleri açısından çatışma çözme saldırganlık ve öfke düzeylerinin arasında ki ilişkiyi araştırmış ayrıca çatışma çözme öfke ve saldırganlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuç olarak öğrencilerin fiziksel saldırganlık öfke içte çatışma çözmenin alt boyutu saldırganlık ve problem çözme düzeylerinde cinsiyetleri açısından anlamlı farklılıklar saptanmıştır.¹⁹¹ Öğrencilerin toplam fiziksel sözel dolaylı saldırganlık ve öfke düzeylerinde ailelerinin maddi gelir durumları açısından anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Öğrencilerin öfke dışı ve

¹⁹⁰Şebnem Yücedağ, *Ergenlik dönemi problemleri ile ana-baba tutumları arasındaki ilişki*, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 1994, s. 25-38 (*Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*)

¹⁹¹Rezzan Gündoğdu, 9 Sınıf Öğrencilerinin Çatışma Çözme Öfke Ve Saldırganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19.3, 2010, s.257-276.

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. Bu yapılan araştırma da ailelerin gelir düzeyleri de ele alınmıştır. Örneklem sayısında farklılıklar olsa da, saldırganlık ve öfkede cinsiyetler arasında farklılıklar olduğu saptanmıştır. Atik ve Kemer yaptıkları araştırma da ilköğretim öğrencilerinde ki zorbalıkların yordayıcısı olarak problem çözme, sürekli öfke, fiziksel özyeterlik, yaş ve cinsiyet üzerinde ki etkisini araştırmışlardır. Elde ettikleri bulgulara göre erkekler zorbalıklara kızlara oranla daha fazla maruz kaldıklarını saptamışlardır.¹⁹² Her ne kadar bizim yaptığımız araştırma da kızların erkeklere oranla sürekli öfke oranlarının daha fazla olduğunu saptamış olsak da yapılan bu araştırma da erkeklerin saldırganlık ve öfkeye daha fazla maruz kaldıkları sonucu elde edilmiştir. Bu durum cinsiyete göre sürekli öfkenin farklılıklarını gösterdiği kadar, saldırganlığa maruz kalmanın da cinsiyete göre olan farklılığını göstermiştir. Yapılan bir diğer araştırma da Soysal ve arkadaşları, A tipi davranış örüntüsü ile sürekli öfke ve öfke ifadesi arasında bir ilişkiyi ve bu iki değişkenin cinsiyet açısından fark olup olmadığını bulmayı amaçlamışlardır. Elde ettikleri bulgulara göre. Kız öğrencilerin Sürekli Öfke puanlarının yanında, içe Yönelik Öfke ve Öfke İfadesi puanlarının da erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmüştür.¹⁹³ Yapılan bu araştırmayla birlikte kız öğrencilerin erkeklere göre sürekli öfkelerinin daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu araştırmaya katılan öğrenciler Türkiye'nin birçok noktasından gelip bu üniversiteye yerleşen öğrencilerdir. Bu öğrencilerin her biri kendi kültürünü ve normlarını yansıtmaktadır. Bu durumda öğrencilerin yaşadıkları ve büyüdükleri ortam, aile ortamı, kişisel özellikleri de bu sonucun oluşmasında önemli etkenlerdir.

Lise öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında kontrol altına alınmış öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kız öğrencilerde kontrol altına alınmış öfke erkek öğrencilere göre yüksektir. Lise öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında dışa vurulan öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmamaktadır. Lise öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında içte tutulan öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kız öğrencilerde içte tutulan öfke erkek öğrencilere göre yüksektir. Ancak değerler birbirine çok yakın bulunmuştur. Soysal ve

¹⁹²Gökhan Atik ve Gülşah Kemer, *İlköğretim ikinci kademe öğrencileri arasındaki zorbalığı yordamada problem çözme becerisi, sürekli öfke-öfke ifade tarzları ve fiziksel özyeterliğin rolü*, *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (23), 2010, s.198-206.

¹⁹³Şebnem Soysal vd., *Üniversite öğrencilerinde A tipi davranış örüntüsü ile öfke ifadesi arasındaki ilişkinin analizi ve cinsiyetler açısından karşılaştırılması*, *Klinik Psikiyatri*, 2009, 12, s.61-67.

arkadaşlarının yaptıkları araştırma da A tipi davranış örüntüsü ile sürekli öfke ve öfke ifadesi arasında bir ilişkiyi ve bu iki değişkenin cinsiyet açısından fark olup olmadığını bulmayı amaçlamışlardır. Elde ettikleri bulgulara göre. Kız öğrencilerin sürekli öfke puanlarının yanında, içe yönelik öfke ve öfke ifadesi puanlarının da erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Yapılan bu araştırmayla birlikte kız öğrencilerin erkeklere göre sürekli öfkelerinin daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir.¹⁹⁴ Bu konuda daha önce değindiğimiz gibi öğrencilerin birçok farklı şehirlerden gelmeleri ve burada yetişme tarzları, gelenek ve görenekleri, normları etkili birer faktördür. Kişilerin büyüdüğü ortam öfkenin ifade edilmiş biçiminde etkili bir faktör olduğu düşünülebilir. Kızlar daha koruyucu bir tutumla büyüdüğülerinden dolayı kendilerini korumak ve savunmak için duydu, düşünce ve öfkelerini farklı tiplerde ifade edebilirler. Bu ifadenin yoğunluğu ise yapılan araştırma da ve bizim araştırmamızda kızların daha kontrollü olduğu yapılan araştırmalarda elde edilmiştir.

Lise öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında koruyucu tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kız öğrencilerde koruyucu tutum erkek öğrencilere göre yüksektir. Cinsiyet farklılıklarına göre ebeveyn tutumlarında farklılıklar saptanmıştır. Koruyucu tutum, demokratik tutum ve otoriter tutum cinsiyetler arasında farklılıklar olduğu görülmüştür. Koruyucu tutum erkeklere göre kıyaslandığı zaman kız öğrencilerde daha fazla olduğu görülmüştür. Bunda en önemli etken kızların aile tarafından daha fazla korunması gerektiği düşüncesidir. Kızlar erkeklere göre küçüklükten itibaren daha fazla koruyup kollanan taraf olmuş ve kızların da ailelerine daha bağımlı bir hayat sürmesine sebep olmuştur. Lise Öğrencilerin Cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında Demokratik Tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmamaktadır. Demokratik tutum çocuğun cinsiyetine bakılmaksızın ailenin çocuğunun kendisine ve fikirlerine saygı göstermesinden dolayı bu tutumda anlamlı bir farklılık saptanmadığı düşünülebilir. Lise Öğrencilerin Cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında Otoriter Tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Kız öğrencilerde Otoriter Tutum erkek öğrencilere göre yüksektir. Kız öğrencilerde otoriter tutum erkeklere göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Bunda normların kültür, gelenek ve göreneklerin doğrudan etkisi olduğu düşünülebilir. Özellikle doğu toplumu geleneklerini yaşatmaya devam ettirdiğinden dolayı kızlar üzerinde doğu toplumunda daha fazla otoriter tutum var olduğunu söyleyebiliriz. Çeçen (2008), üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine ve ana baba tutum algılarına göre yalnızlık ve algılanan sosyal destek düzeylerinin araştırmasını yapmıştır. Ana-baba tutumları ana etkisine

¹⁹⁴ Soysal vd., a.g.e., 61-67.

göre ise yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin anlamlı bir biçimde farklılaştığı sonucuna varılmıştır. Ebeveynlerini demokratik algılayan ebeveynlerin çocuklarının kendilerini daha az yalnız hissettikleri ve daha fazla arkadaşlarından ve ailelerinden sosyal destek aldıklarını algıladıkları görülmektedir.¹⁹⁵ Sonuç olarak; araştırma sonuçları cinsiyet ana etkisine göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin farklılaşmadığını, algılanmış ebeveyn tutumlarına göre ise yalnızlık ve algılanmış sosyal destek düzeylerinin farklılaştığını göstermektedir. Yapılan bu araştırma da ebeveyn tutumlarının kişilerde olan sosyalleşme ve yalnızlık ölçütleri değerlendirilmiştir. Ve elde ettikleri bulgularda cinsiyete göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Ebeveyn tutumuna göre yalnızlık duygusu ve sosyalleşme algısında farklılık olduğu saptanmıştır. Caldwell ve Bloom'un yaptıkları araştırma ya göre ergenler de kızların erkeklere göre arkadaşlarından daha fazla destek algıladıkları ile ilgili araştırma sonuçlarının bulgularıyla çelişkili sonuçlar gösterdiği görülmektedir. Bunda kızların koruyucu ebeveyn tutumuyla büyümesi ve bu durumda kızların önce ailelerine daha sonra çevrelerine bağımlı bir şekilde yaşaması etkili olabilir.¹⁹⁶ Koruyucu aile tutumunda kişiler sürekli ailenin kararları etkili olduğu için bu tutum ile büyüyen kişiler kendi kararlarını almada yeterli olmadığını düşünüp sürekli çevresine bağlı bir şekilde hayatlarını sürdürdükleri düşünülebilir. Dost yaptığı çalışma da, öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerini cinsiyet, algılanan akademik başarı, algılanan ekonomik durum, algılanan anne-baba tutumu, gelecekte beklenen dini inanç ve yalnızlık değişkenlerine göre ele almıştır. Elde edilen sonuçlara göre kızların yaşam doyumu puan ortalaması 23,90, erkeklerin yaşam doyumu puan ortalaması 23,57 olduğu saptanmıştır. Puanlar her ne kadar birbirine yakın olsa da kızların puanı daha yüksek çıkmıştır.¹⁹⁷ Burada yaşam doyumunun algılanmasında demokratik aile tutumunun etkisi olduğunu düşünebiliriz. Demokratik aile tutumunda ebeveynler cinsiyet fark etmeksizin çocukları üzerinde aynı tutumu sergiler düşüncelerine değer verir, çocuklarına sorumluluk verir. Bu koşullar altında büyüyen çocuklarda ilerde algılayacakları yaşam doyumu oranları da birbirine yakın çıkacağını düşünebiliriz.

Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında Sürekli Öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. 11.sınıflarda sürekli öfke yüksek iken 10.sınıflarda en düşüktür. 9.sınıf ve 10.sınıf, 10.sınıf ve 11.sınıf

¹⁹⁵Rezan Çeçen, *Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Ve Anababa Tutum Algılarına Göre Yalnızlık Ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi*, *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 2008, s.415-431.

¹⁹⁶Robert Caldwell ve Bernard Bloom, *Socialsupport: Its structure and impact on marital disruption*, *American Journal of Community Psychology*, 10(6), 1982, s.647– 667.

¹⁹⁷Meliha Dost Tuzgöl, *Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi*, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(22), 2007, s.132-143.

grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. 10. Sınıf en düşük puanı almışken en yüksek puanı 11. Sınıf almıştır. Bunun sebebi çocuklarda yaklaşan sınav kaygısının etkisi var olduğu düşünülebilir. Tuzgöl yaptığı araştırma ebeveyn tutumları farklı lise öğrencilerinin cinsiyet, yaş, okul türü, anne-babanın öğrenim durumu ve ailenin gelir düzeyi değişkenleri için göre saldırganlık düzeyleri araştırmıştır. Sonuç olarak, ana-baba tutumu ile cinsiyet, yaş, okul türü, anne-babanın Öğrenim durumu ve ailenin gelir düzeyi değişkenlerinin ve saldırganlık düzeyine ortak etkileri anlamlı bulunmazken; cinsiyet ve okul türü değişkenlerinin saldırganlık düzeyine temel etkileri anlamlı bulunmuştur.¹⁹⁸ Yapılan araştırmada okul türünün öğrencilerde etkili olduğu saptanmıştır. Okul türünün tercih edilmeyen okullar olması sınıf düzeylerini de etkiler. Bu durumda da sınıf düzeylerinde de düşüşler meydana gelir. Sınıf düzeyi sürekli öfke oluşumunda etkili bir faktör olduğunu söyleyebiliriz. Bunda öğrencilerin derslere olan ilgisizliği, öğrencilerin birbirleriyle olan iletişimleri, vb. etkenlerin etkili olduğunu düşünebiliriz. Karataş yaptığı bir araştırma da, lise 9 10 ve 11 sınıflara devam eden öğrencilerin cinsiyet, istediği okula gitme durumu, sınıf düzeyi ve alan türü değişkenleri açısından öfke ve saldırganlık düzeylerinin ilişkisi araştırılmış öfke ve saldırganlık arasındaki ilişkiye incelenmiştir.¹⁹⁹ Sonuç olarak öğrencilerin fiziksel saldırganlık düzeylerinde cinsiyetleri açısından öfke düzeylerinde istedikleri okula gidip gitmemeleri açısından saldırganlık ve öfke düzeylerinde sınıf düzeyleri açısından anlamlı farklılıklar saptanmıştır. 11. sınıfların yaşlarının getirdiği bir üstünlük ile diğer öğrenciler karşısında üstünlük kurma çabası bu sonuçların çıkmasında önemli bir faktör olabilir. Ergenliğin son dönemlerini yaşayan öğrenciler gençlik çağlarının başlangıcında olduklarından ötürü kendilerinden yaşça küçük olan öğrenciler üzerinde bir baskı kurma isteği bu sonucun çıkmasında önemli bir faktör olduğunu düşünebiliriz. Munakata yaptığı araştırma da, sınıf düzeyi açısından saldırganlık ve öfke puanlarına bakıldığında son sınıf öğrencilerin saldırganlık puanlarının diğer sınıftaki öğrencilere göre daha yüksek olduğunu saptamıştır.²⁰⁰ Ayrıca öfke puanlarında da okul yılına göre anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca Rice ve Howell ve McKinnie yaptıkları araştırmalar da, öğrencilerin

¹⁹⁸Meliha Tuzgöl, *Ana-baba tutumları farklı lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(14), 2016, s.39-45

¹⁹⁹Zeynep Karataş, *Lise öğrencilerinde öfke ve saldırganlık*, *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(3), 2008, s.277-294.

²⁰⁰Campano Jessica ve Munakata, Tsunetsugu, *Anger and aggression among filipino Students*, *Adolescence*, 39 (156): 2004, s.757-764.

öfke puanlarının sınıf düzeylerinden etkilendiklerini söylemişlerdir.²⁰¹ Bu yapılan araştırmaların örneklem ve zaman farkı olsa da bizim bulgularımızı desteklemiştir.

Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında Kontrol Altına Alınmış Öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. 10.sınıflarda Kontrol Altına Alınmış Öfke yüksek iken 11.sınıflarda en düşüktür. 9.sınıf ve 11.sınıf, 10.sınıf ve 11.sınıf grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Kontrol altına alınmış öfke de 10. sınıflar öfkelerini daha fazla kontrol altında tutarken 11. Sınıflar daha az öfkelerini kontrol edebilmektedir. Bunun sebebi 11. Sınıfların yaklaşan sınav kaygısından olduğu düşünülebilir. Dışa vurulan öfke de 11. Sınıf en yüksek puanı almışken, en düşük puanı 9. Sınıf almıştır. Bunun sebebi, 11. Sınıfların yaklaşan sınav kaygısı ve ergenliğin son dönemlerin de kaynaklanabilir. İçte tutulan öfke de en düşük puanı 9. Sınıf almışken 10 ve 11. Sınıflar birbirlerine çok yakın puanlarla yüksek bir skor almışlardır. Bunun sebebi 9. Sınıfların henüz ergenlik dönemlerinin ilk seviyelerini yaşadıklarından dolayı olduğunu düşünebiliriz. Karataş alanla ilgili yaptığı araştırma da; lise 9 10 ve 11 sınıflara devam eden öğrencilerin cinsiyet istediği okula gidip gitmeme sınıf düzeyi ve alan türü değişkenleri açısından öfke ve saldırganlık düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiş 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.²⁰² Dolaylı saldırganlık düzeylerinde ise alan türü açısından anlamlı farklılık tespit edilmiştir Ayrıca öfke ve saldırganlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında Dışa Vurulan Öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. 11.sınıflarda Dışa Vurulan Öfke en yüksek iken 9.sınıflarda en düşüktür. 9.sınıf ve 11.sınıf, 10.sınıf ve 11.sınıf grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında İçte Tutulan Öfke ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmamaktadır. Ağılamaz yaptığı araştırma da sınıf seviyelerine göre öfke tarzlarını araştırmıştır. Elde ettiği bulgulara göre son sınıf öğrencilerinin diğer sınıflara oranla öfke puanları daha fazla olduğu saptanmıştır.²⁰³ Son sınıf öğrencileri bu araştırma ile

²⁰¹Rice Marti ve Howell, Carol, *Differences in trait anger among children with varying levels of anger expression patterns*, Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing, 19 (2): s2006,.51-61.

²⁰² Karataş, a.g.e. s.277-294.

²⁰³Turabi Ağılamaz, *Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Puanlarının Kendini Açma Davranışı Okul Türü, Cinsiyet, Sınıf Düzeyi, Anne-Baba Öğrenim Düzeyi Ve Ailenin Aylık Gelir Düzeyi Açısından İncelenmesi*, 19 Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun, 2006, s.44-56 (*Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*)

öfkelerini daha az kontrol ettiği görülmüştür. Bura da 11. sınıfların sınava girecek olmaları önemli bir faktördür. Sınavın getirdiği kaygı ve stres ile öğrenciler bunu çevresine öfke ile yansıtabilir. Eroğlu yaptığı araştırma da, lise ve üniversite öğrencilerinin saldırganlık davranışlarının çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular ışığında ulaşılan sonuçlar aşağıda özetlenmiştir: Araştırma bulguları lise ve üniversite öğrencilerinin saldırganlık davranışının alt boyutları açısından anlamlı düzeyde farklılaştığını ortaya koymuştur. Diğer taraftan saldırganlık davranışının öğrencilerin cinsiyetleri açısından da anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucu elde edilmiştir.²⁰⁴Yapılan araştırma da örneklem farkı vardır. Bu araştırma lise öğrencisi ile üniversite öğrencisi arasındaki farkı incelemiş ve anlamlı farklılıklar saptamıştır. Bütün alt değişkenlerde lise deki öğrencilerin daha saldırgan olmasının sebebi ergenlikten kaynaklandığını ve öfkelerini kontrol etmede problem yaşadıklarını düşünebiliriz.

Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında Koruyucu Tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. 10.sınıf ve 11.sınıf öğrencilerde Koruyucu Tutum birbirine çok yakındır ve 9.sınıf öğrencilere göre yüksektir. 9.sınıf ve 10.sınıf, 10.sınıf ve 11.sınıf grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Elde ettiğimiz bulgulara göre koruyucu tutum 9. Sınıf da daha düşük olduğu saptanmıştır. 10. ve 11. sınıflar 9. Sınıfa göre daha fazla puan aldıkları saptanmıştır. Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında Demokratik Tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Demokratik Tutum 11.sınıflarda yüksek iken 10.sınıflarda en düşüktür. 9.sınıf ve 10.sınıf grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Lise Öğrencilerin Sınıf Düzeyine göre gruplar arasında Otoriter Tutum ölçeğinin puanı açısından istatistik açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Otoriter Tutum 10.sınıflarda en yüksek iken 9.sınıflarda en düşüktür. 9.sınıf ve 11.sınıf, 10.sınıf ve 11.sınıf grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. 9. Sınıf en düşük puanı almışken en yüksek puanı 10. Sınıflar almıştır. Çivitci yaptığı araştırma da, ilköğretim II. kademe öğrencilerinin genel yaşam doyumları ve farklı alanlardaki (arkadaş, okul, aile, yaşanılan çevre ve benlik) yaşam doyumlarının, bazı kişisel ve ailesel özelliklerine (cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, anne ve baba eğitim düzeyi, algılanan anne ve baba tutumu, cep telefonuna sahip olma, harçlığını yeterli bulma, evde ayrı odaya sahip olma ve algılanan

²⁰⁴Erkan Eroğlu Susran, *Saldırganlık Davranışının Boyutları ve İlişkili Olduğu Faktörler: Lise ve Üniversite Öğrencileri Üzerine Karşılaştırmalı Bir Çalışma*, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (21), 2009, s.205-221.

akademik başarı) göre farklılık gösterip göstermediğini incelemektir.²⁰⁵ Algılanan anne-baba tutumları, sınıf düzeyi ve algılanan akademik başarı, diğer bağımsız değişkenlere göre daha fazla sayıdaki yaşam doyumu boyutuyla ilişkili bulunmuştur. Yapılan araştırma da anne baba tutumlarının ve sınıf düzeyinin etkisi var olduğu saptanmıştır. Özgür ve arkadaşları yaptıkları araştırma da ülkemizde ki şiddet olayları okullarda giderek artmakta ve alınan önlemler disiplin kuralları ile sınırlıdır. Geçmişten bugüne ilköğretim ve lise yıllarında pek çok kez kavga eden, okul eşyalarına zarar veren öğrenciler bulunmaktadır. Ancak son yıllarda farklı düzeylerde ve türdeki şiddet, anne babalar ve eğitimcilerin yanı sıra toplumun genelini kaygılandırarak seviyeye gelmiştir. Bu gerekçelerden yola çıkılarak, lise öğrencilerinin şiddetle karşılaşma ve şiddeti algılama durumlarını, şiddet eğilim düzeylerini ve bunu etkileyen faktörleri saptamak amacıyla bu araştırma yapılmıştır. Öğrencilerin şiddet deneyimlerinin az olmasına karşın, şiddet eğilimlerinin orta düzeyde olduğu, şiddet yaşama konusunda risk grubu oluşturduğu, cinsiyetin, sınıfın, babanın işsiz olmasının yanı sıra ekonomik durumun şiddet eğiliminde etkili faktörler olduğu sonucuna varılmıştır.²⁰⁶ Babanın işsiz olması çocuklarına karşı olan tutumunu doğrudan etkilemektedir. Babanın işsiz olması çocukları üzerinde ki baskıyı arttırmakta ve buna karşın tamamen otoriter veya koruyucu bir tutumla çocukları üzerinde bir etki bırakmaktadır. Bu tutumlar sonucunda öğrenciler okulda akranlarına karşı saldırgan davranışlar sergileyebilecekleri düşünülebilir. Öner yaptığı araştırma da ebeveynlerin eğitim seviyeleri ve tutumları arasında ki ilişkiyi incelemiştir. Elde ettiği sonuçlara göre düşük eğitilmiş ebeveynlerin aşırı korumacı bir tutumda olduklarını, yüksek eğitimlilerin ise eşitliğe, düşük eğitimlilerden daha fazla dikkat ettiklerini saptamıştır. Bu araştırma sonucuna göre eğitim seviyesinin ebeveyn tutumu üzerinde ki etkisi saptanmıştır.²⁰⁷ Bu bilgiler ışığında koruyucu ve otoriter tutuma sahip olan sınıf düzeylerinin aileleri hakkında bilgi sahibi olabiliriz. Bu da bize öğrencilerin saldırgan davranışları sergilemesinde ki nedenleri saptamamızda önemli bir faktör olduğunu düşünebiliriz.

²⁰⁵Asım Çivitci, *İlköğretim öğrencilerinde yaşam doyumu: Bazı kişisel ve ailesel özelliklerin rolü*, *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 2009, s.29-47

²⁰⁶Gönül Özgür, Yörükoğlu, *Gülden ve Baysan Arabacı, Lise öğrencilerinin şiddet algıları, şiddet eğilim düzeyleri ve etkileyen faktörler*, *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(2), 2011, s.53-60.

²⁰⁷Yücedağ, a.g.e. s.25-38

Öneri

Bu yapılan araştırma ilerideki yapılacak araştırmalara katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Ayrıca yapılan araştırma ebeveynlerin özellikle lise çağındaki çocuklarına davranma biçimi, tutumları ve onlara yardımcı olmaları konusunda rehberlik edeceği düşünülmektedir. Bu araştırma da anne babanın tutum tiplerinden hangisinin ne ölçüde sergilediğinde nasıl bir sonuçla karşılaşacaklarını da büyük bir ölçüde göstereceği düşünülmektedir. Dolayısıyla hangi tutum da neleri yapıp nelerin yapılmaması gerektiğini de göstermektedir. Demokratik tutumda ki ebeveynlerin çocuklarının gelişimi, kişilik yapısı, akademik başarısı, sosyal iletişimi, kişilerarası etkileşimi vb. konularda olumlu etki yarattığından ötürü öfkeyi de azalttığı ve yansıtma biçimini de olumlu yönde etkilediği görülmüştür. Bunun yanında otoriter ebeveyn tutumunda ise gelişimi, kişilik yapısı, akademik başarısı, sosyal iletişimi, kişilerarası etkileşimi vb. konularda olumsuz etkilendiği görülmüş. Buna göre ebeveynlerin otoriterliklerini çocuğun özellikle bireyselliğini yok etmeyecek ölçüde tutmaları ve tamamen serbest kalacak ölçüde olmamak kaydıyla demokratik davranmaları daha uygun olabileceği düşünülmektedir. Demokratik tutumda bulunacak diye anne baba çizgisini kaldırılmamalı, çünkü lise öğrencilerinin arkadaşlıkları akranlarıyla olması daha uygundur.

Ebeveyn tutumları kadar okulda ki öğretmenlerin tutumları da öğrencilerin öfke tiplerinin meydana gelmesinde ve öfke seviyelerini göstermede önemli bir faktördür. Lise çağındaki öğrencilerin model olarak gördükleri öğretmenlerinin tutumları da ebeveyn tutumları kadar önemlidir. Dolayısıyla öğretmenler, bu çağındaki öğrenciyi kendine olan güvenini kırmamalı hatta daha çok destek vermeli, giriş olmalarına olanak sağlamalı, öğrencileri düşünmeye sevk ettirmeli, kendilerini ifade etmelerinde ve savunma da teşvik etmeli, çağlarından olmalarından dolayı hata payanın her zaman olabileceğini düşünmeli ve ona hareket etmelidir.

Devlet bu konuda öğretmen ve aileleri bilinçlendirmeli. Öncelikle bu yaşın istismara çok elverişli olduğundan dolayı her türlü istismara karşı gerek okulda gerekse evde önlemlerini almalı ve bu konuda ebeveyn ve öğretmenlere eğitimleri vermesi gerekmektedir. Bunu zaman zaman vereceği seminerler, kurslar, sempozyumlar, konferanslar vb. aktivitelerle gerçekleştirebilir. Özellikle sosyal medya ve medya da yayınlanan programların içeriklerine dikkat edilmelidir.

Lise çağındaki öğrencilerin, gerek kimlik arayışında olması, gerekse merak duygularının yoğun olması öğrencileri yanlış ortamda bulunmalarına sebebiyet verebilir. Bunları engellemeye çalışırken onların da bir birey oluşları başta devlet

olmak üzere, öğretmen, anne baba tarafından unutulmamalıdır. Kişiliklerine birey olmalarına saygı duyulmalıdır.



KAYNAKÇA

KİTAPLAR

ALBERTI Robert E., Michael L. Emmons İddialılığın Kutsal Kitabı: Mükemmel Doğrunuz, (Çev. N. Çelebioğlu), Kişisel Gelişim Kitapları, İstanbul, 2005.

ADLER Alfred, İnsanı Tanıma Sanatı, (Çev: Kemuran Şipal), *Say Yayınları*, İstanbul 1992.

ALTINKÖPRÜ Tuncel Çocuğun Başarısı Nasıl Sağlanır, Hayat Yayıncılık, İstanbul, 1999.

ALTINTAŞ Ersin, Mücahit Gültekin Psikolojik danışma kuramları, Aktüel Yayınları, Bursa, 2005.

ARKONAÇ Sibel Ayşen Psikoloji Zihin Süreçleri Bilimi, Alfa Basım Yayım Dağıtım, İstanbul, 1998.

ATKINSON, Rita L., Richard C. Atkinson, and Ernest R. Hilgard. Psikolojiye Giriş I (Çev: K. Atakay, M. Atakay, A. Yavuz). Sosyal Yayınları, İstanbul: 1995.

AYDIN Ayhan, Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi, Alfa Yayıncılık, İstanbul, 2002

AYDIN Betül, Çocuk ve Ergen Psikolojisi, Nobel Yayıncılık, Ankara, 2005

AYDIN Orhan, Davranış Bilimlerine Giriş, Anadolu Üniversitesi Yayınları, Eskişehir, 1993.

BALTAŞ Zuhâl, Baltaş Acar, Stres ve Başa Çıkma Yolları, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2008.

BAŞAR Halil, Sınıf Yönetimi, Önder Yayınevi, İstanbul, 1998

BATMAZ Veysel, İsen Galip Ben ve Toplum, Om Yayınevi, İstanbul, 2002

BAYSAL Can, Tekarslan Erdal, Davranış Bilimleri ,Avciol Basım Yayın, İstanbul, 1996

BENĞİ Semerci, Duyguların Şifresi, Alfa Yayınları, İstanbul, 2005

BERK Laura, Çocuk Gelişimi, (Çev. A. Dönmez), İmge Kitabevi, Ankara, 2013

BOZKURT Veysel, Değişen Dünyada Sosyoloji, Aktüel Yayınları, İstanbul, 2005

BUDAK Selçuk, Psikoloji Sözlüğü, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2000

CLARK Lynn, SOS Duygulara Yardım: Bunaltı: Öfke ve Depresyonun Yönetilmesi(Çev. G. Yazgan), Evrim Yayınevi, İstanbul, 2000

COLELuelle, Morgan, John JacobBrooke Çocukluk ve Gençlik Psikolojisi, Milli Eğitim Basımevi, İstanbul, 2001.

COREY Gerald, Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamalar, Mentis Yayıncılık, Ankara, 2005.

CÜCELOĞLU Doğan, İnsan ve Davranışı, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2005.

CÜCELOĞLU Doğan, İçimizdeki Çocuk, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2013.

ÇAĞDAŞ Aysel, Anne-Baba-Çocuk İletişimi, Eğiten Kitap, Ankara, 2012

ÇAĞDAŞ Aysel, Şahin Seçer Zarife, Anne Baba Eğitimi, Eğiten Kitap, Ankara, 2011.

DÖKMEN Üstün, İletişim Çatışmaları ve Empati, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2008.

DÖNMEZER İbrahim, Ailede İletişim ve Etkileşim, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 1999.

EREN Erol, Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi, Beta Yayıncılık, İstanbul, 2001.

ERKAN Semra, Aile ve Aile Eğitimi İle İlgili Temel Kavramlar, Anı Yayıncılık, Ankara, 2010.

ERKUŞ Adnan, Psikometri Üzerine Yazılar, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara, 2003

ERSANLI Kurtman, Davranışlarımız Gelişim ve Öğrenme, Eser Matbaası, Samsun, 2005

FREEDMAN Jonathan, Sears David ve Carlsmith Merrill Sosyal Psikoloji, (Çev. A. Dönmez), İmge Kitabevi, Ankara, 1993

FREUD Sigmund, Yaşamım ve Psikanaliz, (Çev. K. Şipal), Say Yayınları, İstanbul, 2009.

FROMM Erichi İnsandaki Yıkıcılığın Kökenleri I, (Çev. Ş. Alpagut), Payel Yayınevi, İstanbul, 1984.

GANDER Marry J. ve Gardiner Harry, Çocuk ve Ergen Gelişimi, (Çev. B. Onur), İmge Kitabevi, Ankara, 2010

GENÇTAN Engin Çağdaş, Yaşam, ve Normal Dışı Davranışlar. Psikanaliz ve Sonrası, Metis Yayınları, İstanbul, 2004.

GİDDENS Anthony Sosyoloji, (Çev. C. Güzel), Ayraç Yayınevi, Ankara, 2005

GÖKA Erol Ölme, Ölümün ve Geride Kalanların Psikolojisi, Timaş Yayınları, İstanbul, 2010.

GÜLEÇ Cengiz Psikiyatrinin ABC'si: Ruhsal Bozukluklar, Tanısı ve Tedavisi, Gendaş Kültür Yayınları, İstanbul, 1999.

GÜVENÇ Bozkurt, İnsan ve Kültür, Remzi Yayınevi, İstanbul, 1991.

HALL Calvin Freudyen, Psikolojiye Giriş, (Çev. E. Devrim), Kaknüs Yayınları, İstanbul, 1999.

HORTAÇSU Nuran, İnsan İlişkileri, İmge Kitabevi, Ankara, 2012

İNCEOĞLU Metin, Tutum, Algı, İletişim, Verso Yayınları, İstanbul, 1993.

KAĞITÇIBAŞI Çiğdem, Yeni İnsan ve İnsanlar, Evrim Yayınevi, İstanbul, 1999

KAĞITÇIBAŞI Çiğdem, Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi Kültürel Psikoloji, Koç Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 2010

KARİP Emin Çatışma Yönetimi, Pegem Akademi Yayınları, Ankara, 1999.

KAYAOĞLU Mehtap Sorularla ve Örnek Vakalarla Öfke Kontrolü, Nesil Yayınları, İstanbul, 2015

KILIÇARSLAN Fatih, Çocuk ve Aile Sorunlarının Terapi İle Tedavisi, Nobel Yayıncılık, Ankara, 2010.

KÖKNEL Özcan, Kaygıdan Mutluluğa Kişilik, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1986

KÖKNEL Özcan, Bilinçli Çocuk Yetiştirme, Arkadaş Yayınları, Ankara, 2004

KÖKNEL Özcan, Kaygıdan Mutluluğa Kişilik, Anı Yayıncılık, Ankara, 2005

KÖKNEL Özcan, Kültür ve Gençlik Sorunları, Çocuk ve Ergen Eğitiminde Anne-Baba Tutumları, Timaş Yayınları, İstanbul, 2010

KULAKSIZOĞLU Adnan, Ergenlik Psikolojisi, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2009

KUTUP, Muhammed İnsan Psikolojisi Üzerine Etüdüler(Çev. B. Karlığa), İşaret Yayınları, İstanbul, 1992.

LANGELIER Carol, Duygu Yönetimi, (Çev. M. Bilgin), Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara, 2006.

LERNER Harriet, Öfke Dansı, (Çev. S. Gül), Varlık Yayınları, İstanbul, 1996

MALINOWSKI Bronislaw, İlkel Toplumlarda Cinsellik ve Baskı, (Çev. H. Portakal), Kabalıcı Yayınevi, İstanbul, 1989.

MCKAY Garry D. ve Dinkmeyer Don Duygusal Seçimin Gücü(Çev. S.M. Yalçın), Nokta Kitap, İstanbul, 2006

MORGAN Clifford, Psikolojiye Giriş, (Çev. H. Arıcı ve O. Aydın), Hacettepe Üniversitesi Yayınları, Ankara, 2005

ONUR Bekir, Gelişim Psikolojisi, Varlık Yayınları, Ankara, 1986.

OSKAY Ünsal, İletişimin ABC'si, Simavi Yayınları, İstanbul, 1992

OZANKAYA Özer, Toplumbilime Giriş, Ankara Üniversitesi SBF Yayınları, Ankara, 1979.

ÖZGÜVEN İbrahim Ethem, Ailede İletişim ve Yaşam, Pdrem Yayınları, Ankara, 2001.

ÖZKALP Enver, Sosyolojiye Giriş, Anadolu Üniversitesi Yayınları, Eskişehir, 1987.

ÖZKALP Enver, Davranış Bilimlerine Giriş, Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları, Eskişehir, 2004.

ÖZMEN Ahmet, Öfke İle Başa Çıkma, Nobel Yayıncılık, Ankara, 2006

ÖZ Tan, İklim Anne Baba Olma Sanatı, Alfa Yayıncılık, İstanbul, 2006

SARGIN Nurten, Çocuklarda Ruh Sağlığı, Nobel Yayıncılık, Ankara, 2001

SAYIN Önal, Aile Sosyolojisi, Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir, 1990.

SKINNER Quentin, Çağdaş Temel Kuramlar, (Çev. A. Demirhan), İletişim Yayınları, İstanbul, 2008.

STEEDE Kevin Anne Babaların En Çok Yaptıkları 10 Hata, (Çev. R. Demir), Hayat Yayıncılık, İstanbul, 1998.

STEINBERG Laurence, Ergenlik, İmge Kitabevi, Ankara, 2007.

ŞENDİL Gül ve Kızıldağ Özgün, Evlilik Çatışması ve Çocuk, Morpa Yayınları, İstanbul, 2005.

ŞENDİL Gül, Çocuk Ergen ve Anne Baba, Çantay Yayınları, İstanbul, 2003

ŞERİF Muzaffer ve Şerif Carolyn, Sosyal Psikolojiye Giriş II, (Çev. M. Atakaya ve A. Yavuz) Sosyal Yayınları, İstanbul, 1996.

ŞİMŞEK Şerif, Akgemci Tahir ve Çelik Adnan, Davranış Bilimlerine Giriş ve Örgütlerde Davranış, Gazi Kitabevi, Ankara, 2005.

TARHAN Nevzat, Duyguların Dili, Timaş Yayınları, İstanbul, 2006

TARHAN Nevzat, Aile Okulu, Timaş Yayınları, İstanbul, 2013

TEZCAN Mahmut, Türk Ailesi Antropolojisi, İmge Kitabevi, Ankara, 2000.

URAL Ozan, Dünden Bugüne Aile Eğitimi, Anı Yayıncılık, Ankara, 2010.

ÜLGEN Gülten, Eğitim psikolojisi, Alkım Yayınevi, İstanbul, 1997.

WEISS Lyon, Çocuğumu Nasıl Anlarım?(Çev. S. Köseoğlu), Beyaz Yayınları, İstanbul, 1998

YAMAKOĞLU Cihan, İnsan İlişkileri, T.C. Milli Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığı Yayınları, Ankara, 1998.

YAVUZ Kudret Ercan, Ergenlik Döneminde Yaşam Becerileri Eğitimi, Ceceli Yayınları, Ankara, 2004

YAVUZER Haluk, Yaygın Anne Baba Tutumları: Ana Baba Okulu, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2003

YAVUZER Haluk, Çocuk Psikolojisi, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2007

YAVUZER Haluk, Evlilik Okulu, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2009

YAVUZER Haluk, Ana-Baba ve Çocuk, Timaş Yayınları, İstanbul, 2013.

YAVUZER Haluk ve Köknel Özcan, Çocuk ve Ergen Eğitiminde Anne Baba Tutumları, Timaş Yayınları, İstanbul, 2010.

YÖRÜKOĞLU Atalay, Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunları, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul, 1987.

YÖRÜKOĞLU Atalay, Çocuk Ruh Sağlığı, Özgür Yayınları, İstanbul, 2014.

MAKALELER

ALBAYRAK Banu ve Yasemin Kutlu, Ergenlerde öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörler, Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi, 2(3), 2009.

ATİK Gökhan ve Kemer Gülşah, İlköğretim ikinci kademe öğrencileri arasındaki zorbalığı yordamada problem çözme becerisi, sürekli öfke-öfke ifade tarzları ve fiziksel özyeterliğin rolü. Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, (23), 2010,

AVERİLL James, Studies on Anger and Aggression: Implacitions ForTheories Of Emotion. American Psychologist, 38(1), 1983.

BAHÇIVAN Saydam Reyhan, Gençöz Tülin, Aile İlişkileri, Ebeveynin Çocuk Yetiştirme Tutumu ve Kendilik Değerinin Gençler Tarafından Belirtilen Davranış Problemleri İle Olan İlişkisi Türk Psikoloji Dergisi, 20 (55), 2005.

BİLGE Filiz, Eğitim Bilimleri Öğrencilerinin Sürekli Kızgınlık Düzeyleri ve Kızgınlıklarını İfade Biçimlerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 13(1), 1997.

BOSTANCI Nihal, Çoban Şenay, Tekin, Zeynep, Özen A, Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Öfke İfade Etme Biçimleri, *Kriz Dergisi*, 14 (3), 2006.

BOZDOĞAN Aykut Emre ve Yalçın Necati, İlköğretim 6., 7., ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Fen Bilgisi Derslerindeki Fizik Konularına Karşı Tutumları, *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6 (1), 2005.

CALDWELL Robert, Bloom Bernard, Social support: Its structure and impact on marital disruption. *American Journal of Community Psychology*, 10(6), 1982.

CAMPANO Jessicave Munakata, Tsunetsugu, Anger and aggression among filipino Students. *Adolescence*, 2004.

ÇEÇEN Rezan Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Ve Anababa Tutum Algılarına Göre Yalnızlık Ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 2008.

ÇELEBİ A., Öfke, Saldırganlık ve Ruh Sağlığımız, *Bilim Teknik Dergisi*, 16 (192), 1983.

ÇİVİTÇİ Asım, İlköğretim öğrencilerinde yaşam doyumu: Bazı kişisel ve ailesel özelliklerin rolü. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 2009.

ÇİVİTÇİ Nazmiye, Çok Boyutlu Okul Öfke Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (22), 2007.

ÇOPUR Zeynep, Erkal Sibel, Şafak Şükran, Annelerin 12 yaş üzeri çocuklarıyla ilişkilerinde yaşadıkları çatışmaların incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar E-Dergisi*, 2007.

DEMİR Kamile Çil, Özlem Erkal Okulöncesi Eğitime Devam eden Çocukların Kendini Denetleme Becerileri ve Öfke Eğilimleri, *JRET Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3 (4), 2014.

DEMİRİZ Serap, Öğretir Ayşe Dilek Alt ve Üst Sosyoekonomik Düzeydeki 10 Yaş Çocuklarının Anne Tutumlarının incelenmesi, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15 (1), 2007.

DİZMAN Hatice, Gürsoy Figen, İlköğretim Dördüncü ve Beşinci Sınıfa Devam Eden Anne Yoksunu Olan ve Olmayan Çocukların Saldırganlık Eğilimleri, Kastamonu Eğitim Dergisi, 13 (2), 2005.

DOĞAN Hulisi, Üngüren Engin, Algür Seden, Öfke ve Empati İlişisine Yönelik Otel Zincirinde Bir Araştırma, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 19 (3), 2010.

DOST Meliha Tuzgöl, Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22(22), 2007.

ERDOĞAN Ömer, Uçukoğlu Hülya, İlköğretim Okulu Öğrencilerinin Anne-Baba Tutumu Algıları İle Atılganlık ve Olumsuz Değerlendirilmekten Korkma Düzeyleri Arasındaki İlişkiler, Kastamonu Eğitim Bilimleri Dergisi, 19 (1), 2011.

ERKEK Nermin, Özgür Gönül, Babacan-Gümüş Aysun, Hipertansiyon Tanısı Alan Hastaların Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları, Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 2006 10 (2): 9-18.

EROĞLU Susran Erkan, Saldırganlık Davranışının Boyutları ve İlişkili Olduğu Faktörler: Lise ve Üniversite Öğrencileri Üzerine Karşılaştırmalı Bir Çalışma. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (21), 2009.

GÜL Serdar, Kenan Güneş, İsmail Dinçer, Ergenlik Dönemi Sorunları ve Şiddet, Sosyal Bilimler Dergisi, 11 (1), 2009.

GÜLERCE Aydan, Dönüşümsel aile modeli ve Türkiye'de ailelerin psikolojik örüntüleri. Boğaziçi Üniversitesi, 2007.

GÜNDOĞDU Rezza, Sınıf Öğrencilerinin Çatışma Çözme, Öfke ve Saldırganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 19 (3), 2010.

GÜNEY Melike, Ergenlik Dönemi Depresyonları” Psikiyatri Dünyası, 2 (2), 1998.

KARALAR Rıdvan, Erdoğan BZ., Kiracı Hakan, Çevreye İlişkin Bilgi Düzeyi ve Sürdürülebilir Tüketim Davranışı İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Uygulama, Sürdürülebilirlik ve Pazarlama, 13. Ulusal Pazarlama Kongresi, Adana, 2008.

KARATAŞ Zeynep, Lise öğrencilerinde öfke ve saldırganlık. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17(3), 2008.

KAYA Nurten, Kaya Hatice, Atar Nurdan Yalçın, Turan Nuray, Eskimez, Zehra, Palloş Aylin, Aktaş Aylin Hemşirelik ve Ebelik Öğrencilerinin Öfke ve Yalnızlık Özellikleri, Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 9 (2), 2012.

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

KESEN Feyzal, Deniz Mehmet Engin, Durmuşoğlu Neslihan, Ergenlerde Saldırganlık ve Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişki: Yetiştirme Yurtları Üzerinde Bir Araştırma, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17, 2007.

KOPPER Beverly, Role of Gender, Sex Role Identity and Type A Behavior in Anger Expression and Mental Health Functioning” Journal of Counseling Psychology, 40 (2), 1993

ÖZ Selda, Aysan Ferda, Öfke Yönetimi Eğitiminin Okul Psikolojik Danışmanlarının Öfkeyle Başa Çıkma ve Güvengenlik Becerilerine Etkisi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 4 (6), 2012.

ÖZGÜR Gönül, Yörükoğlu Gülden, Baysan Arabacı, Lise öğrencilerinin şiddet algıları, şiddet eğilim düzeyleri ve etkileyen faktörler. Psikiyatri Hemşireliği Dergisi, 2(2), 2011.

ÖZMEN Ahmet, Öfke: Kuramsal Yaklaşımlar ve Bireylerde Öfkenin Ortaya Çıkmasına Neden Olan Etmenler, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 39 (1), 2006.

RİCE Marti, Howell Carol, Differences in trait anger among children with varying levels of anger expression patterns. Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing, 19 (2), 2006.

RUSHTON Philippe, Fulker, D. W., Neale, M.C. Altruism and aggression: the heritability of individual Differences. Journal of Personality and Social Psychology, 50 (6), 1986.

SHERMAN Lawrence, Development of Children’s Perception of Internal Locus of Control: A Cross-Sectional and Longitudinal Analysis” Journal of Personality, 52 (4), 1984.

SİLVER Marcia Field Tiffany, Sanders Christopher ve Diego Miguel, Angry Adolescents Who Worry about Becoming Violent, Adolescence, 35 (140), 2000.

SOYKAN Çiğdem Öfke ve Öfke Yönetimi, Kriz Dergisi, 11 (2): 19-., 2003.

SOYSAL Şebnem, Can Handan, Kılıç Kızbeş Meral, Üniversite öğrencilerinde A tipi davranış örüntüsü ile öfke ifadesi arasındaki ilişkinin analizi ve cinsiyetler açısından karşılaştırılması, Klinik Psikiyatri, 12, 2009.

SÜMER Nebi ve Güngör Derya, Çocuk Yetiştirme Stillerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi, Türk Psikoloji Dergisi, 14 (44), 1999.

SÜTÇÜ Tekinsay Serap ve Aydın Arzu, İki Farklı Öfke Ölçeğinin Çocuk ve Ergenler İçin Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi, Ege Eğitim Dergisi, 9 (2), 2008.

ŞAHİN Nesrin Hisli, Öfke: O Sizi Kontrol Edeceğine Siz Onu Kontrol Edin!, Türk Psikoloji Bülteni, 3 (7): 79-85, 1997.

ŞANLI Deniz, Öztürk Candan, Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumlarını Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi, Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, 32, 2012.

TERZİ Şerife, Altıncı Sınıf Öğrencilerinin Kişiler Arası Problem Çözme Beceri Algıları, Gazi Üniversitesi Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 1 (2), 2003.

TOLAN Barlas, İsen Galip, Batmaz Veysel, Ben ve Toplum; Sosyal Psikoloji 1, Teori Yayınları, Ankara, 1985.

TUZGÖL Meliha, Ana-baba tutumları farklı lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2(14), 2016

YAMAN Erkan, Türker Sinan İlköğretim Öğretmenlerinin Çatışma Yönetim Stratejileri ve Öfke İfade Düzeyleri Arasındaki İlişki, Akademik Bakış Dergisi, 23, 2011

YENİLMEZ Kürşat, Özabacı Nilüfer Yatılı Öğretmen Okulu Öğrencilerinin Matematik ile İlgili Tutumları ve Matematik Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki

Üzerine Bir Araştırma, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 14, 2003.

TEZLER

AĞLAMAZ Turabi Lise öğrencilerinin saldırganlık puanlarının kendini açma davranışı okul türü, cinsiyet, sınıf düzeyi, anne-baba öğrenim düzeyi ve ailenin aylık gelir düzeyi açısından incelenmesi, 19 Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun, 2006 **(Yayımlanmamış yüksek lisans tezi)**

AKGÜL Hanife Öfke denetimi eğitiminin ilköğretim II. kademe öğrencilerinin öfke denetimi becerilerine etkisi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara 2000 **(Yayımlanmamış yüksek lisans tezi)**

AVCI Raşit ve Songül Sonay Güçray Şiddet Davranışı Gösteren ve Göstermeyen Ergenlerin Ailelerinin Aile İşlevleri, Aile Bireylerine İlişkin Problemler, Öfke ve Öfke İfade Tarzları Açısından İncelenmesi. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 2010 **(Yayımlanmamış yüksek lisans tezi)**

CANBULDU Sevim Çok boyutlu okul öfke envanterinin uyarılma çalışması Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı, Mersin 2006 **(Yayımlanmamış yüksek lisans tezi)**

ÇALIKOĞLU Tuncay Lise öğrenimine devam eden ailesinin yanında yaşayan öğrencilerle, yetiştirme yurdunda yaşayan öğrencilerin çatışma çözme davranışı ile öfke ifade stillerinin karşılaştırılması Maltepe Üniversitesi, İstanbul, 2010 **(Yayımlanmamış yüksek lisans tezi)**

ÇETİNKAYA Şerife Lise öğrencisi erkek ergenlerde problem çözme eğitiminin; problem çözme becerisi, kişilerarası ilişki tarzı ve öfke kontrolü üzerine etkisi, Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın, 2013 **(Yayımlanmamış yüksek lisans tezi)**

ÇİFTÇİ Topaloğlu Zeynep 4-5 yaş çocuklarının sosyal yetkinlik, saldırganlık, kaygı düzeyleri ile anne-babalarının ebeveyn özyeterliliği algısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli, 2013 **(Yayımlanmamış yüksek lisans tezi)**

DURAN Ömer Öfke Kontrol Programının 15 ve 18 Yaş Arası Ergenler Üzerindeki Etkililiğinin Araştırılması, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler

Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Bursa, 2004 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**)

EREM Figen Çatışma Çözme Eğitiminin Şiddet Yönelimli Öğrencilerin Velilerinin Çatışma Çözme Becerileri Üzerindeki Etkisi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir 2008 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**).

FURAT Ela Performans Görevlerinin Öğrencilerin Fen ve Teknoloji Dersine İlişkin Tutumlarına ve Eleştirel Düşünme Eğilimlerine Etkisi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara 2009 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**).

GÜRBÜZ Arzu Gezin Öfke denetimi eğitiminin lise son sınıf öğrencilerinin öfkeyle başa çıkmaları, yaşam doyumları ve depresyon düzeylerine etkisinin incelenmesi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir 2008 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**).

İKİZOĞLU Musa Demokratik ve Otoriter Anne-Baba Tutumlarının Benlik Saygısı Üzerine Etkileri, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara 1993 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**).

KIRAL, B Ortaöğretim Okul Yöneticilerinin Yaşadıkları Stres Belirtileri Düzeyi, Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı, 2008 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**)

ÖZ Fatma Selda Öfke yönetimi eğitiminin ergenlerde öfke ile başa çıkma ve iletişim becerilerine etkisi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir 2008 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**).

ÖZERK Halis Ana babaların çocuk yetiştirmeye ilişkin tutumlarının, bilgi düzeylerinin ve 11–18 yaş grubu öğrencilerin kendilerini değerlendirmelerinin incelenmesi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara 2006 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**).

Öztürk İsmet Anababa tutumlarının üniversite öğrencilerinin bağımsızlık, duyguları anlama, yakınlık, başatlık, kendini suçlama ve saldırganlık düzeylerine etkisi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara 1990 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**).

SAÇAR Berna İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin öfke tepkisiyle arkadaş bağıllığının incelenmesi, Çukurova Üniversitesi, Adana 2007 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**).

SÜLÜN Ömer Futbol Hakemlerinin Öfke ve Kızgınlık Düzeyleri İle Empatik Eğilim Düzeylerinin Karşılaştırılması, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Karaman 2013 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**).

YILDIRIM, Emine Yetiştirme yurtlarında ve ailelerinin yanında kalan ilköğretim 2. Kademe öğrencilerinin çatışma çözme davranışı ile öfke ifade stillerinin incelenmesi, Marmara Üniversitesi, İstanbul 2006 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**).

YÜCEDAĞ Şebnem Ergenlik dönemi problemleri ile ana-baba tutumları arasındaki ilişki, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 1994 (**Yayımlanmamış yüksek lisans tezi**).

İNTERNET KAYNAĞI

TDK (Türk Dil Kurumu), “Öfke” <http://www.tdk.gov.tr/> Erişim Tarihi: 10.11.2017

EKLER

EK-1 Kişisel Bilgi Formu

Sayın katılımcılar;

Aşağıda sizi tanımamıza yönelik bazı sorular bulunmaktadır. Sorulara içtenlikle cevap vermeniz araştırmanın güvenilirliği açısından önem taşımaktadır. Test üzerinde kimliğinizi belirten herhangi bir soru bulunmamaktadır. Bu nedenle her soru için mümkün olduğunuzca samimi bir şekilde size uyan cevabı işaretleyiniz. Lütfen her maddeyi cevaplandığınızdan emin olun.

Katılımınız için teşekkür ederim.

Çalışmaya katılmayı onaylıyorum. evet hayır

1. Cinsiyetiniz: Kadın Erkek

2. Kaçınıcı sınıfa gidiyorsunuz?

9. sınıf 10. sınıf 11. sınıf

EK-2

	Hiç	Biraz	Oldukça	Tümüyle
1- Çabuk Parlarım.				
2- Kızgın mizaçlıyım.				
3- Öfkesi burnunda bir insanımdır.				
4- Başkalarının hataları, yaptığım işi yavaşlatınca kızarım.				
5- Yaptığım iyi bir işten sonra takdir edilmemek canımı sıkar.				
6- Öfkelenince kontrolümü kaybederim.				
7- Öfkelenince ağzıma geleni söylerim.				
8- Başkalarının önünde eleştirilmek beni hiddetlendirir.				
9- Engellendiğimde içimden birilerine vurmaya gelir.				
10- Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılgına dönerim.				
11- Öfkemi kontrol ederim.				
12- Kızgınlığımı gösteririm.				
13- Öfkemi içime atarım.				
14- Başkalarına karşı sabırlıyım.				
15- Somurtur ya da sürat asarım.				

EK-3

Cevaplamanın nasıl olacağını bir örnekle gösterelim:

Okula gidiş geliş saatlerini çok sıkı kontrol eder, kimlerle arkadaşlık ettiğimi sorgular.

- A) Hiç uygun değil B) Pek uygun değil C) Biraz uygun D) Uygun
E) Çok uygun

Eğer anne ya da babanız sizin hangi saatte nerede olduğunuzu ve kimlerle ne yaptığınızla hiç ilgilenmiyorsa “Hiç uygun değil”in karşılığı olarak A, sizi genellikle serbest bırakıyorsa “pek uygun değil”in karşılığı olarak B, ne yaptığınızla çoğunlukla ilgileniyor bazen sizi serbest bırakıyorsa “biraz uygun”un karşılığı olarak C, sizin hangi saatte nerede olduğunuzu ve kimlerle olduğunuzu izliyorsa “uygun” un karşılığı D’yi çok sıkı bir biçimde izliyorsa “Çok uygun”un karşılığı olarak E’yi işaretlemeniz beklenmektedir.

- A) Hiç uygun değil
B) Pek uygun değil
C) Biraz uygun
D) Uygun
E) Çok uygun

1. Bana her zaman güven duygusu vermiş ve beni sevdiğini hissettirmiştir.

A () B () C () D () E ()

2. Çok yönlü gelişme için beni olanakları ölçüsünde

Desteklemiştir

A () B () C () D () E ()

3. Her yaptığım işin olumlu yanlarını değil kusurlarını görmüş ve beni eleştirmiştir.

A () B () C () D () E ()

4. Her zaman başıma kötü bir şey gelecekmiş gibi beni koruyup kollamaya çalışır.

A () B () C () D () E ()

5. Aramızdaki ilişki ona içimi açmaya cesaret edemeyeceğim

Kadar resmidir.

A () B () C () D () E ()

6. Arkadaşlarımı eve çağdırmama izin verir, geldiklerinde onlara