

**T.C.**  
**İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Anabilim Dalı  
Psikoloji Bilim Dalı

**ÖZGÜL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ TANISI ALMIŞ  
ÇOCUKLARIN ANNELERİNDE ÖFKE ALEKSİTİMİ VE  
SAVUNMA MEKANİZMALARI ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Menşure ÖZTÜRK**

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Müjen İLNEM

**İstanbul- 2023**



## TEZ TANITIM FORMU

**YAZAR ADI** : Menşure ÖZTÜRK  
**SOYADI**

**TEZİN DİLİ** : Türkçe

**TEZİN ADI** : Özgül Öğrenme Güçlüğü Tanısı Almış Çocukların Annelerinde  
Öfke, Aleksitimi ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki  
İlişkinin İncelenmesi

**ENSTİTÜ** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

**ANABİLİM DALI** : Psikoloji

**TEZİN TÜRÜ** : Yüksek Lisans

**TEZİN TARİHİ** : 23.06.2023

**SAYFA SAYISI** : 111

**TEZ DANIŞMANLARI** : Dr. Öğr. Üyesi Müjlen İLNEM

**DİZİN TERİMLERİ** : Özgül Öğrenme Güçlüğü, Öfke, Aleksitimi, Savunma  
Mekanizmaları

**TÜRKÇE ÖZET** : Yaptığımız araştırmanın amacı Özgül Öğrenme Güçlüğü tanısı  
almış çocukların annelerinde öfke, Aleksitimi ve savunma  
mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

**DAĞITIM LİSTESİ** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne  
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

*Menşure ÖZTÜRK*

**T.C.**  
**İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji Bilim Dalı

**ÖZGÜL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ TANISI ALMIŞ  
ÇOCUKLARIN ANNELERİNDE ÖFKE ALEKSİTİMİ VE  
SAVUNMA MEKANİZMALARI ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Menşure ÖZTÜRK**

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Müjen İLNEM

**İstanbul- 2023**

## BEYAN

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

Menşure ÖZTÜRK

.../.../2023



**İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE**

Menşure Öztürk'ün "Özgül Öğrenme Güçlüğü Tanısı Almış Çocukların Annelerinde Öfke, Aleksitimi ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji anabilim dalı, Psikoloji bilim dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan *Dr. Öğr. Üyesi Müjgan İLNEM*  
(Danışman)

Üye *Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN*

Üye *Dr. Öğr. Üyesi Fatih BAL*

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2023

*Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ*

Enstitü Müdürü

## ÖZET

**Giriş ve Amaç:** Bu araştırmanın amacı özgül öğrenme güçlüğü tanısı almış çocuklarının annelerindeki öfke, aleksitimi ve savunma mekanizmalarının arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

**Gereç ve Yöntem:** Bu araştırma, “İlişkisel Tarama Modeli” ne uygun olarak hazırlanmıştır. Araştırmanın Örneklem seçimi basit-rastgele örneklem seçim türü kullanılarak yapılmıştır. Araştırmanın evrenini özgül öğrenme güçlüğü tanısı almış çocukların annesi oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubunu ise İstanbul ilindeki çeşitli rehabilitasyon merkezlerine başvuran özgül öğrenme güçlüğü tanısı almış 150 çocuğun annesi oluşturmaktadır. Katılımcılar çeşitli rehabilitasyon merkezinden tesadüfi olarak seçilmiştir. Araştırma veri toplama süreci 2021 yılında gerçekleşmiştir.

**Bulgular:** Yapılan araştırma sonucunda Çocuğun Cinsiyeti Değişkeni ile Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Çocuğun Cinsiyeti Değişkeni ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Ailenin Gelir Durumu değişkeni ile Toronto Aleksitimi Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Ailenin Gelir Durumu değişkeni ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Annenin Yaşı değişkeni ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Ailenin Eğitim Durumu değişkeni ile Toronto Aleksitimi Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

**Anahtar Kelimeler:** Özgül Öğrenme Güçlüğü, Öfke, Aleksitimi, Savunma Mekanizmaları

## SUMMARY

The aim of this study is to examine the relationship between anger, alexithymia, and defense mechanisms in mothers of children with specific learning disabilities. This research has been prepared in accordance with the "Correlational Survey Model". The sample selection for the research was made using simple-random sampling. The universe of the study consists of the mothers of children diagnosed with specific learning disabilities. The sample group of the study consists of the mothers of 150 children diagnosed with specific learning disabilities who applied to various rehabilitation centers in Istanbul. Participants were randomly selected from various rehabilitation centers. The research data collection process took place in 2021. As a result of the research, there is no significant difference between the Gender of the Child Variable and the scores obtained from the Toronto Alexithymia Scale and the Defense Mechanisms Rating Scale (DMRS). There is no significant difference between the Gender of the Child Variable and the scores obtained from the Multidimensional Anger Test. There is no significant difference between the family income variable and the scores obtained from the Toronto Alexithymia Scale. There is no significant difference between the family income variable and the scores obtained from the Multidimensional Anger Scale. There is no significant difference between the educational status of the family and the scores obtained from the Toronto Alexithymia Scale.

**Key Words:** Specific Learning Disability, Anger, Alexithymia, Defense Mechanisms



# İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
SUMMARY.....	ii
İÇİNDEKİLER.....	iii
KISALTMALAR .....	vii
TABLOLAR LİSTESİ.....	viii
EKLER LİSTESİ.....	ix
ÖNSÖZ.....	x
GİRİŞ.....	1

## BİRİNCİ BÖLÜM

1.1. Araştırmanın Ana Problemi	2
1.2. Araştırmanın Hipotezleri	2
1.3. Araştırmanın Amacı	3
1.4. Araştırmanın Önemi	3
1.5. Araştırmanın Sayıtları	3
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları	3

## İKİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Özgül Öğrenme Güçlüğü	4
2.1.1. Tanımı	4
2.1.2. Belirtileri	5
2.1.3. Etiyolojisi	7
2.1.3.1. Genetik nedenler	7
2.1.3.2. Nörolojik nedenler	7
2.1.3.3. Teratojenik nedenler	7
2.1.3.4. Diğer nedenler	7
2.1.4. Epidemoyolijisi	8
2.1.5. Alt tipleri	8
2.1.5.1. Okuma bozukluğu (disleksi)	8
2.1.5.2. Matematik bozukluğu (diskalkuli)	9
2.1.5.3. Yazılı bozukluğu (disgrafi)	9
2.1.5.4. Adlandırılmayan öğrenme güçlükleri	10
2.1.6. Ayırıcı tanı	10
2.1.7. Özgül öğrenme güçlüğü ve eşlik eden bozukluklar	11
2.2. Aleksitimi	11

2.2.1. Tanımı	11
2.2.2. Aleksitiminin kişilik belirtileri	12
2.2.2.1. Duyguların farkına varma, ayırt etme ve dile getirme güçlüğü	13
2.2.2.2. Hayal kurmada yaşanan sıkıntılar	13
2.2.2.3. İşlevsel düşünme	13
2.2.2.4. Dışa bağımlı uyuma yönelik kognitif şekil	13
2.2.3. Aleksitimiye kuramsal yaklaşımlar	14
2.2.3.1. Psikoanalitik kuramlar	14
2.2.3.2. Sosyokültürel kuramlar	15
2.2.3.3. Nörofizyolojik kuramlar	16
2.3. Öfke	16
2.3.1. Tanımı	16
2.3.2. Öfkenin boyutları	17
2.3.2.1. Öfkenin fizyolojik boyutu	17
2.3.2.2. Öfkenin bilişsel ve duygusal boyutu	18
2.3.2.3. Öfkenin davranışsal boyutu	18
2.3.3. Öfke ile ilgili kuramlar	19
2.3.3.1. James-Lange kuramı	19
2.3.3.2. Psikanalitik kuram	19
2.3.3.3. Akılcı duygusal davranışçı kuram	19
2.3.3.4. Davranışçı kuram	20
2.3.4. Öfke biçimleri	20
2.3.4.1. Öfkeyi içe vurumu	21
2.3.4.2. Öfkeyi dışa vurma	21
2.3.4.3. Öfke kontrolü	21
2.3.5. Öfkenin genel özellikleri	22
2.4. Savunma Mekanizmaları	22
2.4.1. Savunma mekanizmalarının tanımı ve tarihçesi	22
2.4.2. Savunma mekanizmalarının sınıflandırılması	24
2.4.2.1. Matür savunmalar	24
2.4.2.2. İmmatür savunmalar	24
2.4.2.3. Nevrotik savunmalar	26

## **ÜÇÜNCÜ BÖLÜM**

### **YÖNTEM VE TEKNİKLER**

3.1. Araştırmanın Modeli	27
--------------------------	----

3.2. Araştırmanın Evren Örnekleme	27
3.3. Veri Toplama Araçları	27
3.3.1. Kişisel bilgi formu	27
3.3.2. Çok boyutlu öfke envanteri	27
3.3.3. Toronto aleksitimi ölçeği	28
3.3.4. Savunma biçimleri testi	28

## **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**

### **BULGULAR**

<b>TARTIŞMA VE YORUM</b>	<b>54</b>
<b>SONUÇLAR</b>	<b>58</b>
<b>KAYNAKÇA</b>	<b>59</b>
<b>EKLER</b>	<b>69</b>

## KISALTMALAR

<b>TAÖ</b>	:	Toronto Aleksitimi Ölçeği
<b>DEHB</b>	:	Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu
<b>ÖÖG</b>	:	Özel Öğrenme Güçlüğü



## TABLULAR LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Çok Boyutlu Öfke Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Savunma Mekanizmaları Ölçeğine İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....	29
<b>Tablo 2.</b> Korelasyon Katsayısına İlişkin Sayısal Sınırlar.....	30
<b>Tablo 3.</b> Demografik Değişkenlere Göre Dağılım.....	31
<b>Tablo 4.</b> Çok Boyutlu Öfke Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Savunma Mekanizmaları Ölçeğine Ait Tanımlayıcı Değerler.....	32
<b>Tablo 5.</b> Yaş, Anne Eğitim Düzeyi, Aile Gelir Düzeyi, Çocuk Sayısı Değişkenleri ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Savunma Mekanizmaları Ölçeğinin İlişkisi.....	34
<b>Tablo 6.</b> Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ile Savunma Mekanizmaları Ölçeğinin İlişkisi.....	37
<b>Tablo 7.</b> Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ile Toronto Aleksitimi Ölçeğinin İlişkisi.....	40
<b>Tablo 8.</b> Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ile Toronto Aleksitimi Ölçeğinin İlişkisi.....	41
<b>Tablo 9.</b> Çocuğun Cinsiyeti Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması.....	43
<b>Tablo 10.</b> Çocuğun Cinsiyeti Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması.....	44
<b>Tablo 11.</b> Annenin Tıbbi Hastalığı Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması.....	45
<b>Tablo 12.</b> Çocuğun Cinsiyeti Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması.....	46
<b>Tablo 13.</b> Annenin Yaşı Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması.....	49
<b>Tablo 14.</b> Annenin Yaşı Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması.....	50
<b>Tablo 15.</b> Annenin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması.....	53

<b>Tablo 16.</b> Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması.....	55
<b>Tablo 17.</b> Ailenin Gelir Durumu Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması.....	58
<b>Tablo 18.</b> Ailenin Gelir Durumu Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması.....	60



## **EKLER LİSTESİ**

**EK-A** Kişisel Bilgi Formu

**EK-B** Çok Boyutlu Öfke Envanteri

**EK-C** Toronto Aleksitimi Ölçeği

**EK-D** Savunma Biçimleri Testi (SBT- 40)

**EK-E** Etik Kurul Onam Formu



## ÖNSÖZ

Değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Müjen İLNEM'e eğitim-öğretim yaşamım süresince deneyimlerini benle paylaştığı, bana yol gösterdiği ve çalışmalarımı nitelikli bir şekilde sürdürmeme katkı sunduğu için teşekkür ederim.





## GİRİŞ

Öğrenme büyük ölçüde okul çağındaki bireyleri geleceğe hazırlama konusunda çok önem arz eden bir bilişsel süreç olarak algılanmaktadır. Bu bağlamda öğrenme kavramı kadar öğrenmeye engel olan kavramlar üzerinde de durulması gerekmektedir (Gürsoy, 2018). Öğrenme güçlüğü konuşma, akıl yürütme, dinleme, okuma ve yazma, aritmetik gibi okul becerilerinin kullanımı ve kazanılmasında güçlüklerle sebep olan bozukluk olarak ifade edilmektedir. Özgün öğrenme güçlüğü olan bireylerin zekâ testlerinde gösterdikleri yetenekleri skolastik yetilerde gösteremedikleri görülmektedir. Bu çocukların akranları ile aynı zekâ düzeyinde olmalarına rağmen beklenen performansı sergileyemedikleri gözlemlenmektedir (Korkmazlar, 1992).

Öfke kişinin saldırıya uğrama, yoksun kalma, tehdit hissetme, kısıtlanma gibi durumlarda hissettiği ve sıklıkla neden olan durum veya kişiye yönelik gösterdiği tepki olarak tanımlanmaktadır. Yoğun ve olumsuz bir durum olan öfkenin aile içinde ortaya çıkması tüm aile fertlerini olumsuz biçimde etkilemektedir. Özellikle de kadın ve çocukların bu durumdan oldukça olumsuz etkilendikleri görülmektedir (Budak, 2000).

Aleksitimi duygular bağlamında söz yoksunluğu olarak ifade edilmektedir (Dereboy, 1990). Aleksitiminin en belirgin olan özellikleri arasında duyguları ifade etmekte ve farkındalık sağlamada güçlük yer almaktadır. Bu bireyler kişilerarası ilişkilerde ve duygusal işlevleri kullanmada güçlük yaşamaktadırlar. Duygu ve düşünceleri anlayıp, bunu ifade etmede sorun yaşamaktadırlar (Sifneos, 1988).

Savunma mekanizmaları ise kişinin yaşadığı suçluluk, üzüntü, kaygı, aşağılanma gibi rahatsızlığa sebep olan duygularını kabul etmeye yardımcı olmaktadır. Savunma mekanizması karşılaşılan tehdit karşısında otomatik olan bir tepki olarak ifade edilmektedir. Bu tepkiler kişinin farkındalığı dışında meydana gelmektedir (Dorpat, 1987). Bu tanımlar kapsamında bu araştırmanın temel amacı özgül öğrenme güçlüğü tanısı almış çocuklarının annelerindeki öfke, aleksitimi ve savunma mekanizmalarının arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

# BİRİNCİ BÖLÜM

## 1.1. Araştırmanın Ana Problemi

Bu çalışmada, özgül öğrenme güçlüğü tanısı almış çocuklarının annelerindeki öfke, aleksitimi ve savunma mekanizmalarının arasındaki ilişkinin incelenmesi tezin temel problemini oluşturmaktadır. Bu temel problem ile ilgili alt problemler aşağıda yer almaktadır.

### Alt Problemler

1. Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ile Savunma Mekanizmaları Ölçeği arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ile Toronto Aleksitimi Ölçeği arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Çocuğun Cinsiyeti Değişkeni ile Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
4. Çocuğun Cinsiyeti Değişkeni ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
5. Ailenin Gelir Durumu değişkeni ile Toronto Aleksitimi Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
6. Ailenin Gelir Durumu değişkeni ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
7. Annenin Yaşı değişkeni ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
8. Ailenin Eğitim Durumu değişkeni ile Toronto Aleksitimi Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

## 1.2. Araştırmanın Hipotezleri

1. Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ile Savunma Mekanizmaları Ölçeği arasında anlamlı bir farklılık vardır.
2. Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ile Toronto Aleksitimi Ölçeği arasında anlamlı bir farklılık vardır.

3. Çocuğun Cinsiyeti Değişkeni ile Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur.
4. Çocuğun Cinsiyeti Değişkeni ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur.
5. Ailenin Gelir Durumu değişkeni ile Toronto Aleksitimi Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur.
6. Ailenin Gelir Durumu değişkeni ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur.
7. Annenin Yaşı değişkeni ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur.
8. Ailenin Eğitim Durumu değişkeni ile Toronto Aleksitimi Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

### **1.3. Araştırmanın Amacı**

Yaptığımız araştırmanın amacı özgül öğrenme güçlüğü tanısı almış çocuklarının annelerindeki öfke, aleksitimi ve savunma mekanizmalarının arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

### **1.4. Araştırmanın Önemi**

Bu konunun seçilme amacı konunun farklı bir perspektiften çalışılmasıdır. Ayrıca alanda özgül öğrenme güçlüğü ile ilişkili yapılmış çalışmaların artmasına ihtiyaç vardır. Bu çalışmayla elde edilecek bilgilerin hem alanda çalışanlara hem de ebeveynlere fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Yapılan araştırmanın sonraki yapılacak araştırmalara da yol gösterici bir etkisi olacağı düşünülmektedir.

### **1.5. Araştırmanın Sayıtları**

Araştırmamızın varsayımları;

1. Araştırmaya katılacak kişilerin soruları içtenlikle cevaplayacakları varsayılmaktadır.

2. Araştırmamızın evreni 150 Özgül Öğrenme Güçlüğü tanısı almış çocukların anneleri oluşturmaktadır.

3. Araştırmamızın lekleri çok Boyutlu fke Envanteri, Toronto Aleksitimi leği, Savunma Biçimleri Testi ile ilgili değişkenleri geçerli ve güvenilir olarak ölçmektedir.

#### **1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. Bu araştırmanın evreni 150 özgül ğrenme Glğ tanısı almış çocukların anneleri ile sınırlıdır.

2. Araştırmada kullanılan ölçekler, çok Boyutlu fke Envanteri, Toronto Aleksitimi leği, Savunma Biçimleri Testi ile sınırlıdır.

3. Araştırmanın rneklem grubu Pera zel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi, Pera Kampüs Eğitim merkezi ve Altın Adımlar zel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezindeki zgl öğrenme glğ tanısı almış anneler ile sınırlıdır.

## İKİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1. Özgül Öğrenme Güçlüğü

##### 2.1.1. Tanımı

Öğrenme güçlüğü 1960 yıllarında özel eğitim alanına giren bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Melekoğlu, 2018). Bu sebeple öğrenme güçlüğü kavramının işlevsel ve kavramsal ifade edilmişinde ayırım yapılmaktadır. Kavramsal olarak öğrenme güçlüğü teorik tanımlanmaktadır. Bundan dolayı öğrenme güçlüğü bulunan bireyleri ifade etmek için günlük rutin yaşantıda kullanılacak işlevsel tanım önemli görülmektedir. Kirk 1962'de öğrenme güçlüğü kavramını kullandıktan sonra uzlaşmaya varmak için pek çok tanım yapılmıştır. Bugün kabul edilebilir birçok tanım literatürde yer almaktadır (Hammill, 1990). Öğrenme güçlüğü duygusal duygu durumun ve beyin disfonksiyonunun sebep olduğu psikolojik bir rahatsızlıkta kaynaklanan dil, okuma-yazma, konuşma, akademik konular veya aritmetik konuların bir ya da birden fazla alanında gecikme, gecikmiş gelişme veya davranışsal bozukluk olarak ifade edilmektedir. Bu durum duygusal mahrumiyet, zekâ geriliği ya da eğitim ve kültürün sebep olduğu bir durum değildir (Kirk & Bateman, 1962). Kırk öğrenme güçlüğü her yaş aralığındaki bireylerin akademik yetisini ve dilini etkileyen problemler olarak tanımlamaktadır. Sorunların sebebi beyin disfonksiyonundan veya duygusal bozukluklardan kaynaklanmaktadır (Hammill, 1990).

Öğrenme güçlüğü özgül öğrenme güçlüğü, okuma güçlüğü ya da özgül öğrenme bozukluğu olarak da ifade edilmektedir. Öğrenme güçlüğü okuma-yazma ve matematik güçlüğü kapsayan heterojen gruptur (Özmen, 2017). Eğitimciler genellikle öğrencileri öğretim sahasında gözlemlediklerinden ve yetersizlikten kaynaklanmadığını saptadıkları için öğrenme güçlüğü ifadesini kullanmaktadırlar. Temel nörolojik durum sonrasında geliştiği için öğrenme yetersizliği olarak adlandırılmaktadır (Özdemir, 2013). Özgül öğrenme güçlüğü literatürdeki tanımı ise okuma güçlüğü ile eş anlam taşıyan bazen dinleme, bazen konuşma ya da anlama becerisindeki sorunları kapsayan geniş bir ifadedir. Günümüzde özgül öğrenme güçlüğü sinir sistemindeki aksamalardan ortaya çıkan nörobiyolojik sebeplerden kaynaklandığı bilinmektedir. Özgül öğrenme güçlüğü nörobiyolojik sebeplerden

kaynaklı olarak ortaya çıksa da büyük ölçüde genetik faktörlerden de etkilendiği görülmüştür (Özçivit & Fidan, 2016).

Özgül öğrenme güçlüğü tanısı alan çocukların zekâ seviyeleri normal düzeyde ya da normal düzeyin üstünde olsa da okul ortamındaki akademik başarılarının düşük olduğu ve beklenen potansiyeli gerçekleştiremedikleri görülmüştür. Aynı zamanda bu bireylerin ilkokul döneminde okumayı öğrenemedikleri için sınıf ortalamalarının düşük olduğu ve akranlarına oranla akademik anlamda geride oldukları saptanmıştır (Karaman, et al., 2012).

### **2.1.2. Belirtileri**

Özgül öğrenme güçlüğü tanısı alan çocukların geçmiş dönemler boyunca Türkiye'deki özel eğitim faaliyetlerinden yararlanamadıkları görülmüştür. Bunun temel sebebinin ise özel öğrenme durumunun geç farkına varılması veya belirli bir yaş alana kadar gözlemlenmemesi olduğu bilinmektedir. Sıklıkla özgül öğrenme güçlüğü okul yaşamının ilk dönemlerinde kendini göstermektedir. Bu sorunlar şu şekildedir;

Görsel bellek problemleri,

El ve göz koordinasyon sorunları,

Motor becerilerde sorunlar,

Unutma ve hatırlamada güçlük,

Dikkat sorunları,

Aşırı hareketlilik,

Akademik alanda başarısızlık,

Odaklanma sorunu,

Dağınıklık,

İşitme ve dinleme problemleri,

Zaman kavramı sorunları,

Sosyal ilişkide sorunlar (MEB, 2014).

Özgül öğrenme güçlüğünde sıklıkla görülen nitelikler şunlardır;

- Zekâ seviyeleri normal veya normalin üstündedir.

- Aşırı hareketli ve hiperaktiftirler. Yavaş hareket eden öğrenme güçlüğü olan bireyler nadiren görülmektedir.

- Odaklanma ve dikkat sorunları yaşamaktadırlar. Bu bireylerin dikkat süreleri kısa olmakla beraber, kolay dağılmaktadır. Odaklanmaları gereken konu dışında pek çok uyarana odaklanmaktadırlar. Konsantrasyon sorunları bulunmaktadır.

- Motor becerilerinde ve el-göz koordinasyonlarında yetersizdirler.

- Görsel ayırıştırma ve zemin-figür ayrımı yapmada zorluk yaşamaktadırlar. Harfleri ayırıt etmede güçlük yaşamaktadırlar. Harfleri ters yazarlar ve yazarken satır ve harf atlayabilmektedirler.

- İşitsel anlamda güçlük yaşamaktadırlar. İşittikleri harfleri karıştırmaktadırlar. Yönergeleri dinlemiyor olarak görülürler.

- Gecikmiş dil, artikülasyon problemleri, syntax güçlüğü ve ifade etmede güçlük gözlemlenmektedir.

- Mekân ve yön kavramlarında sorun yaşamaktadırlar. Mesafe tahmin yetenekleri ve yer-yön kavramları ayrımı bulunmamaktadır.

- Zaman kavramları bulunmamaktadır. Bugünü, dünü, sonrayı, önceyi karıştırmaktadırlar.

- Verimsiz çalışmaktadırlar.

- Yanlış ve yavaş okuma, yazma hataları gibi problemler görülmektedir. Aynı zamanda aritmetik becerilerinde de yetersizlikleri bulunmaktadır.

- Özgül öğrenme güçlüğü bulunan bireylerin okul hayatındaki başarısızlıkları bu bireylerin öğrenme ve çalışma motivasyonlarını olumsuz etkilemektedir. Bu başarısızlık zamanla özgüven ve benlik saygısında düşüşe sebep olmaktadır. Bu sebeple genellikle enürezis, akran ilişkilerinde sorun, tırnak yeme ve davranış bozukluklarının eşlik ettiği görülmektedir (Kurdoğlu, 2001).

### **2.1.3. Etiyolojisi**

#### **2.1.3.1. Genetik nedenler**

Genetik sebeplerin beynin olgunlaşmasını ve gelişimini etkilediği ve bu durumun öğrenme güçlüğünde bilişsel işlev sorunlarına neden olduğu görülmektedir. Genetik çalışmalar okuma sorunu bulunan ve ailesel geçişin ön planda olduğu ailelerin

öğrenme bozukluğunu etkileyen etmenler arasında yer aldığını saptayan sonuçlar elde etmişlerdir (Özçivit & Fidan, 2016).

### **2.1.3.2. Nörolojik nedenler**

Nörolojik fonksiyon bozukluğuna göre özgül öğrenme güçlüğü beyinde birden çok alanda işlev bozukluklarına neden olmaktadır. Fonksiyonel görüntüleme araştırmaları da özgül öğrenme güçlüğü tanısı alan kişilerde ol hemisfer dil ağına yayılmış anormal aktivasyonlar saptamışlardır. Sol arka hemisferin her iki bölgesinde de düşük seviyede aktivasyon görülmüştür (Özen, 2011).

### **2.1.3.3. Teratojenik nedenler**

Literatürde Teratojenik faktörler doğum öncesi sebepler olarak nitelendirilmektedir. Yapılan çalışmalar annenin sigara, alkol, ilaç ya da yasa dışı madde kullanımının çocukta okuma sorunlarına neden olduğu sonucunu ortaya koymaktadır (Bender & Sarı, 2016).

### **2.1.3.4. Diğer nedenler**

Düşük doğum ağırlığı ve prematüre doğum, beslenme yetersizlikleri, kan uyuşmazlığı ve ateşli rahatsızlıklar özgül öğrenme güçlüğüne neden olmaktadır (Uçgun, 2003).

Özgül öğrenme güçlüğü bulunan çocuklar ile aynı yaş aralığında olmayan çocuklar arasında yapılmış olan bir araştırmada B12 eksikliği ile ÖÖG arasında anlamlı bir ilişki olmadığını, çinko eksikliği ile ise anlamlı bir ilişkisi olduğu saptanmıştır (Taşkın, et al., 2016).

## **2.1.4. Epidemiyolojisi**

Amerika Birleşik Devletleri Eğitim Bakanlığı okul dönemindeki öğrencilerin %15'inde özel öğrenme güçlüğü olduğunu söylemektedir. 28 ülkeden alınan veriler Okuma bozukluğunun (Disleksia) %33 ile en yüksek oranda Venezüella'da %1 ile en düşük oranda Japonya ve Çin'de olduğunu göstermektedir. Amerika Birleşik Devleti'nde bu oranın %20 olduğu görülmektedir. Öğrenme bozukluğunda en sık görülen bozukluğun okuma bozukluğu olduğu görülmüştür. Tüm bu bozuklukların yaklaşık %80'ini okuma bozukluğu oluşturmaktadır (Shaywitz, 2005).

Demir'in okul öncesi ve ilköğretim birinci sınıfa devam eden öğrencilerde özel öğrenme güçlüğü'nün belirlenmesi amacıyla yapmış olduğu çalışma bulguları ilkökul



öğrencilerin %33,1'ii okul öncesi öğrencilerinin ise %23,5'inin riskli olduğunu göstermektedir (Demir, 2005).

İşeri ve Sarı'nın yapmış olduğu çalışma bulgularına göre ise özgül öğrenme güçlüğü'nün cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterdiği okuma-yazma bozukluğunun erkek bireylerde bir kat çok olduğu, aritmetik bozukluğun ise kız bireylerde daha fazla olduğu saptanmaktadır (İşeri & Sarı, 2008).

Share ve Silva'nın çalışma sonuçları özgül öğrenme güçlüğü'nün erkek bireylerde daha fazla görüldüğünü saptamaktadır. (Share & Silva, 2003).

## **2.1.5. Alt tipleri**

### **2.1.5.1. Okuma bozukluğu (disleksi)**

Okuma bozukluğu nörolojik olarak görsel, işitsel ve okumaya bağlı olan bir durumdur. Bir parça veya cümleyi okurken, okuyucu birey kelimeyi tanımakla beraber var olan geçmiş bilgilerle de mevcut bilgiyi ilişkilendirmektedir. Dil, okuma, motivasyon, dikkat ve hafıza gibi pek çok kodlama iç içe görülmektedir. Psikodilbilimsel faaliyetin yanında var olduğu ortamdan da etkilenmektedir. Bu sebeple okuyucu bireyin sosyal faaliyetleri süreçte aktif rol oynamaktadır (Jena, 2013).

Okuma bozukluğu kişinin okuduğunu yanlış veya eksik anlama, harf ve satır atlama ya da ekleme gibi pek çok beceride güçlüğü ifade etmektedir. Okuma bozukluğu genellikle motor ve dikkat bozukluğu ile beraber görülmektedir (Pekel, 2010). Disleksi sıklıkla kelimedeki kod çözme problemleri ile birlikte yetersiz fonolojik işleme sebep olan, yapısal bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır. Disleksi okuma sorunlarına yazma, heceleme ve dil problemleri eşlik etmektedir (Lyon, 1995). Okuma bozukluğu bulunan kişilerin benzer problemleri yaşamalarına rağmen, bu kişilerin heterojen niteliklere sahip oldukları ve düzeye bağlı olarak okuma isteklerinin ve yetilerinin birbirlerinde farklı olduğu görülmektedir (Alexander & Slinger-Constant, 2004). Aynı zamanda bu bireylerin pek çoğunda işitsel sorunların olduğu gözlemlenmektedir. Okuma bozukluğu olan çocukların üçte birinin temel sorunu fonolojik iken birçoğunda görsel ve yazma sorunu olduğu görülmüştür. Bir kısmı ise her iki sorunu da bulundurmaktadır (Stein, 2001).

### **2.1.5.2. Matematik bozukluğu (diskalkuli)**

Matematik bozukluğu sayısal sembolleri tanımada, kullanmada, hesaplamada, yazmada ve kavrama da güçlük olarak ifade edilmektedir. Literatür çalışmaları diskalkuli bozukluğuna okuma güçlüğüne oranla daha az rastlanıldığını saptamaktadır. Matematik güçlüğü bulunan çocuklar sıklıkla rakamları, ters, yer değiştirerek ve bozuk şekillerde yazmaktadırlar. Ayrıca bu çocuklar basit işlemleri yapmakta güçlük çekmektedirler. Bu sorunların dışında sayısal sembolleri tanımada ve çok basamaklı sayıları seslendirmede, bölme, çarpma gibi matematik işlemleri yaparken sayıları hizalı alt alta yazmada sorun yaşamaktadırlar. Sayıları atladıkları ve yanlış işlem sırası uyguladıkları için hesaplama yapmada güçlük yaşamaktadırlar (Uygar, et al., 2016).

### **2.1.5.3. Yazılı bozukluğu (disgrafi)**

Disgrafi yazı yazma esnasında ortaya çıkan bozukluk olarak tanımlanmaktadır. Yazı yazma esnasında harf atlama veya sütun atlama sorunları ile görülebileceği gibi yazının okunmasının engelleyecek ölçüde yazma, düşünceleri yazıya aktarma gibi durumlar ile de kendini göstermektedir (Turgut, 2008).

DSM-5'e göre kişinin normal zekaya sahip olması ile yazma yeteneği arasında ilişki bulunmamaktadır. Normal zekaya sahip bireylerinde yazma sorunu yaşadıkları görülmektedir. Bu bozukluk bireyin hayatının olumsuz etkilemekte ve pek çok durumda sorun oluşturmaktadır. Yazma bozukluğu olan bireyler kalemi kavramada ve yazıların boyut ve şekillerini ayarlama da güçlük yaşamaktadırlar (Tuğ, 2011).

Yazma bozukluğunda görülen bir gerilikte bireyin harfleri ters ve okunması güç şekilde yazmasıdır. Bu bireyleri noktalama işaretlerini yanlış kullanmakla birlikte dilbilgisinde de pek çok hata yapabilmektedirler (Başar & Göncü, 2018). Yazma bozukluğunun ölçütleri incelendiğinde yazım ve noktalama kuralları, kelime ve harf yazımı, fikirleri yazıya ifade etme biçimi değerlendirilmektedir (Özen, 2011).

### **2.1.5.4. Adlandırılmayan öğrenme güçlükleri**

Özgül öğrenme güçlüğü bulunan çocukların özellikleri incelendiğinde; okul öncesi zaman diliminde gecikmiş konuşma, ses ve harf öğreniminde güçlük, zaman kavramında hata, yakın heceli kelimelerde karışıklık, yön kavramında bozukluk, hece atlama, ters hece yazımı, yavaş ve geç yazma, b ile p harfini, d ile de b harfini birbirine karıştırma, harf yerlerini karıştırma, sayfayı düzensiz kullanma, çizgi aralıklarına dikkat etmeme, kelimeleri aralıklı veya bitişik olarak yazma, çarpım tablosunu

kariştırma ya da öğrenememe; aritmetik ve dil becerilerinde zorluk, özgüven eksikliği, problemlerle başa çıkmada zorluk, dikkatte dağınıklık, odaklanma sorunu, okuma-yazmaya karşı isteksizlik ve uyum problemleri görölmektedir (Doğanay, 2017).

### **2.1.6. Ayırıcı tanı**

Özel öğrenme güçlüğü tanısında en önemli görölen semptom akademik yaşantıdaki başarısızlıktır. Kişinin akademik yetileri sosyal, tıbbi ve nörolojik faktörlerden etkilenen bir yapıdır. Tanılama esnasında öncelikli olarak okul yaşantısındaki yetersizliğin tespit edilmesi gerekli görölmektedir. Bunun nedeni aynı yaş aralığındaki çocuklara uygun eğitim şartları sunulmasına rağmen bu güçlüklerin süreklilik göstermesidir. Tanılama süreci öncesinde kişinin duyu kontrolü, gelişim öyküsü, fiziksel muayenesi, nörolojik ve genetik değerlendirilmesi gibi öğrenmeyi olumsuz etkileyecek faktörler ele alınmalıdır. Tanı koymada önemli görölen belirtilerden biri de anlıksal yeti yitimi bozukluğu yani zihinsel gerilik durumunun varlığıdır. Özel öğrenme güçlüğü tanısı için kişinin zeka düzeyinin normal ya da normalin üstünde olması gerekmektedir. Özel öğrenme güçlüğü tanısı zekanın ortaya koyamadığı okul başarısızlığında konulabilmektedir. Aynı zamanda depresyon, DEHB, kaygı bozukluğu ve benzeri pek çok psikiyatrik bozukluk öğrenme sorunu ile karşımıza çıkmaktadır. En çok karşılaşılan psikiyatrik sorunun Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu olduğu görölmektedir. Öğrenme bozukluğu ve DEHB'nin beraber göröldüğu pek çok birey bulunmaktadır (Coşkun, 2015).

### **2.1.7. Özgöl öğrenme güçlüğü ve eşlik eden bozukluklar**

Özel öğrenme güçlüğü tanısı alan çocukların pek çoğunda bu bozukluğa eş olarak intihar, madde kullanımı, DEHB, depresyon gibi bozukluklar ile duygusal ve davranışsal sorunlar göröldüğu gözlemlenmektedir. Bu sorunların bireyin akademik yaşantısını olumsuz yönde etkilemektedir. Bu durumlar tanıyı güçlendirmekte ve bütüncöl tedavi gerektirmektedir. Özel öğrenme bozukluğu ile ilgili olan semptomların gözden kaçması yetersiz bir tedavi planına sebep olduğu için süreç zorlaşmaktadır. Bu sebeple eşlik eden belirtilerin saptanması ve uygun tedavi yönteminin planlanması büyük önem taşımaktadır (Sahoo, et al., 2015).

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, özel öğrenme güçlüğü ile en sık görölen psikiyatrik bozukluktur. Literatür çalışmaları incelendiğinde bu iki

bozukluğun bir arada bulunma oranı %30 ile %50 arasında değişmektedir. Bu durumun sebebinin genetik etkileşim olduğu düşünülmektedir (Germano, et al., 2010).

## **2.2. Aleksitimi**

### **2.2.1. Tanımı**

Kelime olarak Yunancadan gelen Aleksitimi kavramı duygu anlamında kelime yoksunluğu olarak ifade edilmektedir. Aleksitimi duyguları anlama ve sözel anlamda ifade etmede güçlük, dışa dönük düşünce biçimi, daralan hayal gücü eksikliği olarak tanımlanmaktadır. Önceleri klinik alanlarda araştırılıyor olsa da günümüzde psikoterapi araştırmalarına da konu olmaktadır. İlk olarak psikosomatik bozuklukta gözlemlenen bu kavram şu an madde bağımlılığı, duygu durum bozuklukları, borderline kişilik bozuklukları ve yeme sorunları gibi bozukluklarda da görülmektedir. Taylor Aleksitimi kavramının bu bozukluklarda merkezi özellik olarak değil eşlik eden semptom olarak görüldüğünü öne sürmüştür (Graeme, 1984).

Taylor ve arkadaşları Aleksitimi kavramını üç temel özellik ile kendini gösteren çok boyutlu bir kişilik yapısı olduğu belirtmişlerdir. Bu üç temel özellik şu şekildedir;

Duyguları tanımlama ve bedensel duyumların farkında olma,

Duyguları karşı tarafa iletmede güçlük,

Dışadönük düşünce biçimi (Taylor, et al., 1985).

Vorst ve Bermond ise aleksitimi kavramının bilişsel ve duygusal bileşenleri kapsadığını öne sürmüşlerdir. Bilişsel bileşenin duyguları tanımlama, analiz etme ve sözel olarak ifade etme olarak açıklarken; duygusal bileşenleri duygusallaştırma ve hayal etme olarak ifade etmişlerdir (Vorst & Bermond, 2001).

Bazı kuramcılar aleksitiminin psikosomatik durumu anlamlandırmak için ortaya çıkan bir kavram olduğunu belirtmişlerdir. Ancak yapılan çalışmalar aleksitiminin sağlıklı olan bir kişide de bulunabileceği sonucunu saptamaktadır. Aynı zamanda aleksitimi hastalık olarak değil, kişilik özelliği, nörolojik hastalık ve bilişsel sorun olarak görülmektedir. Bu farklı görüşlerin varlığı aleksitimi kavramının tanısını zorlaştırmaktadır. Bu sebepten ötürü aleksitiminin varlığından ziyade düzeyinden söz edilmektedir. Bazı araştırmacılar bu kavramı sosyokültürel olay bağlamında ele almaktadır. Çünkü aleksitimi kavramı ilk olarak duyguları sözel anlamda ifade etmenin olgunluk ve sağlıklı bir kişilik özelliği olduğunu kabul gören batı kültüründe

ortaya çıkmıştır. Bazı toplumlarda ise kişiler çocukluk döneminden itibaren yaşam koşulları nedeni ile duygularını ifade etmektense bastırmayı öğrenmişlerdir. Ülkemizde ise bu durum daha çok doğu bölgesinde görülmektedir. Bazı araştırmacılar aleksitimi kavramını işlevselliği bozan otomatik düşünceler ve bilişsel çarpıtmalar sonucunda ortaya çıkan sorunlar ile açıklamaktadırlar. Başka bir deyim ile duygularının farkında olan ve sözel olarak ifade edebilen bireyler kendilerini daha iyi tanımakla birlikte olumlu sosyal ilişkiler kurabilmektedirler. Bireylerin duygularının farkında olmaması ve ifade de güçlük çekmesi aleksitimiye işaret etmektedir (Koçak, 2001).

### **2.2.2. Aleksitiminin kişilik belirtileri**

Aleksitimi hakkında ortaya çıkan yorum ve görüşler bu kavram üzerinde tanımlama yapmada zorluklara sebep olduğundan aleksitiminin özellik ve semptomları dört başlık altında toplanmıştır. Bu semptomlar şu şekildedir; (Taylor, 1984).

1. Duygularını tanıma, ayırt etme ve sözel ifade zorluğu
2. Operasyonel Düşünme
3. Dış Merkezli-uyuma yönelik bilişsel yapı
4. Hayal kurma ve soyut düşünme kısıtlılığı

#### **2.2.2.1. Duyguların farkına varma, ayırt etme ve dile getirme güçlüğü**

Aleksitimik bireyler duyguları tanımlama ve sözel olarak ifade etmede zorluk yaşamaktadırlar. Bu bireyler duyguları anlamadıkları için anlamlandıramamaktadırlar. Aleksitimik bireylere karşılaştıkları sorunları sonucunda ne hissettikleri sorulduğunda; duygularını ifade etmek yerine o sırada düşündüklerini, ne yapmak ya da söylemek istediklerini anlatmaktadırlar. Bu bireyler düşünce ve duygularının ayrımını yapamamaktadırlar (Dereboy, 1990).

#### **2.2.2.2. Hayal kurmada yaşanan sıkıntılar**

Aleksitimik belirtileri bulunan kişileri hayal güçlerinin zayıf olduğu görülmektedir. Hayal kurmayı saçma ve zaman kaybı olarak görmektedirler. Duyguları hissedemedikleri için bu yeteneklerinin kısıtlı olduğu düşünülmektedir. Bu sebeple fantezide oluşturamadıkları bilinmektedir. Kısıtlı da olsa kurdukları hayaller

duygudan ve gerçekten uzak olmaktadır. Bu bireylerin soyut konulardan uzak, mekanik işlerde başarılı oldukları gözlemlenmektedir (Sing, et al., 2011).

Aleksitimi kavramı hayal gücünü kısıtlamaktadır. Kişi hayal kurmayı değersiz gördüğü için diğer insanlara oranla çok daha az hayal kurmaktadır. Hayal kuramama yaratıcılıklarını da olumsuz yönde etkilemektedir. Bu bireyler çevreleri tarafından sıkıcı, nezaketsiz, duygusuz ve donuk olarak tanımlanmaktadır (Aktay, 2014).

### ***2.2.2.3. İşlevsel düşünme***

Aleksitimik bireyler işlemsel-işe vuruk düşündükleri için çevreleri ile uyumlu davranışlar sergilemektedirler. Bu bireylerin yaşam tarzlarında robotluk ve mekaniklik hakimdir. Problemlerin derinine inmekten ziyade yüzeysel ve çözüm odaklı yaklaşmaktadırlar. Bu özellikleri onların işlevsel ilişki kurmalarına sebep olmaktadır (Taylor, et al., 1993).

### ***2.2.2.4. Dışa bağımlı uyuma yönelik kognitif şekil***

Aleksitimik kişiler yakın sosyal ilişkiler kurmasalar da dışadönük olabilmektedirler. Uyumlu olamaya çalıştıkları görülmektedir. Mc Dougal bu uyumu yalancı normallik olarak ifade etmektedir. Bu bireyler söylenenlere dikkat etseler de sıklıkla yalnızlığı tercih etmektedirler. Kontrolü her daim elde tutmaya gayret ederler. Zekalarının uyum ve duygu gizleme noktasında devreye soktukları gözlemlenmektedir. Bu bireylerin dış kontrolü elinde tuttukları ve beklentileri önem verdikleri görülmektedir (McDougall, 1982).

Aleksitimik kişilerde bu özellikler ile eşlik eden ikinci özellikler Sifneos tarafında şu şekilde ifade edilmektedir (Sifneos, 1988).

Alesitimik kişiler katı, cansız ve duygusuz duruşlarından dolayı duygularının yüzlerinden anlaşılması mümkün olmamaktadır.

Bu bireyler nadir ağlamaktadırlar. Fakat üzüntü ve öfkenin şiddetine bağlı aşırı ağlama davranışı da sergileyebilmektedirler.

Sıklıkla bağımlı kişilik özelliği sergilemektedirler. Dışa yönelik bir bağımlılık olması sebebiyle çevresel ayrıntılara önem vermektedirler.

İnce düşünmezler.

Zekidirler fakat bu yetilerini duygularını yok saymada kullanmaktadırlar.

Kendilerini zayıf ve aciz gösterme çabaları olsa da sıklıkla katı, gergin ve tekrarlayıcı konuşma özellikleri bulunmaktadır.

### **2.2.3. Aleksitimiye kuramsal yaklaşımlar**

#### **2.2.3.1. Psikoanalitik kuramlar**

Psikoanalitik kurama göre duygu tanımlama ve ifade etme problemleri sağlıklı ego savunması ve duygusal travmalardan kaynaklanmaktadır. Literatür çalışmalarına bakıldığında aleksitimik bireylerin sıklıkla bebeklik ve çocukluk dönemlerine, anne-baba tutumlarına ve aile ilişkilerine odaklanıldığı görülmektedir. Çocuk ve anne-baba iletişiminin aleksitimiye sebep olabileceği düşünülmektedir.

Aleksitimi kavramını analitik bağlamda açıklayan birçok psikanalist bulunmaktadır ve bu kişilerin sıklıkla erken dönem yaşantılarındaki gelişim sorunlarının aleksitiminin temelini oluşturduğu görüşünü öne sürdükleri görülmektedir. Mc Dougall'a göre aleksitimi çatışma ve anksiyeteye bağlı olarak gelişen bastırma ve inkâr savunma mekanizması olarak ifade edilmekte ve temelinin bebek ile anne arasındaki sağlıklı iletişim olduğu görülmektedir. Mc Dougall çocukluk döneminde anne ile sağlıklı ilişki kuran bireyin hayal gücünde gelişme olmamaktadır ve gerçek bir benlik algısının oluşumu da engellenmektedir. Aynı zamanda çocuğun duyguları anne faktöründen öğrendiğini, öğrenemediği takdirde ise yetişkinlik döneminde aleksitimik belirtiler sergilediğini savunmaktadır (McDougall, 1982).

Anne-bebek ilişkisi altında aleksitimi kavramını açıklayan Luminet ve arkadaşları (2018) erken çocukluk yaşantısında anne-çocuk ilişkisinin kurulamamasının çocuğun hayal kurmasını engellediğini öne sürmektedirler. Anne çocuk arasındaki düzensiz ve sağlıklı ilişki kişinin fantezi yetisini ve olumlu, gerçek benlik geliştirmesini olumsuz yönde etkilemektedir. Benlik algısı oluşmayan bireyler aleksitimik özellikler sergilemeye başlamaktadırlar. Bu sebeple anksiyete ve sorunlara karşı geliştirdikleri savunma mekanizmaları aleksitimiye ortaya çıkarabilmektedir (Luminet, 2018).

Stijin Freud'un ortaya koymuş olduğu aktüel-nevroz teorisi ve güncel bağlanma teorisi ele alarak aleksitimi kavramının ben ve öteki arasında kurulan ilişkide oluşan

başarısızlık duygusunun aleksitimiye sebep olduğu öne sürmektedir (Stijn, et al., 2011).

### **2.2.3.2. Sosyokültürel kuramlar**

Sosyokültürel kuramlara göre aleksitimik semptomlar sosyodemografik faktörler ile ilişkilidir. Literatür çalışmaları incelendiğinde yaş arttıkça aleksitimin arttığını, ekonomik gelir düzeyi ve eğitim seviyesi arttıkça aleksitimi riskinin azaldığını gösteren çalışmalara rastlanmaktadır (Mattila, et al., 2006). Kültürel farklılıklara göre de duyguların bastırılması ya da ifade edilmesi davranışı farklılık gösterebilmektedir. Doğu kültürünün hâkim olduğu konumlarda duyguların daha çok bastırıldığı ve aleksitiminin bu bölgelerde artış gösterdiği öne sürülmektedir. Yapılan çalışmalar arasında doğu kültüründe aleksitiminin fazla görüldüğü bulgusunu elde eden araştırmaların olduğu görülmüştür (Kleinman, 1977).

Bu kuramlar çocukların ifade etmeyi ve iletişim kurmaya ailelerinde öğrendiklerini ortaya koymaktadırlar. Aile içerisindeki çocuk sayısındaki artış ailenin çocuk ile olan iletişimini azalttığından veya duyguların aile içerisinde dile dökülmemesinden aleksitimi ortaya çıkabilmektedir (Stoudemire, 1991).

### **2.2.3.3. Nörofizyolojik kuramlar**

Nörofizyolojik kuramı savunan kişiler beyin yarım kürelerinin kopması sonucunda gerçekleşen durumun aleksitimi olduğunu savunmaktadırlar. Bu bireylere göre aleksitimi kavramı limbik sistemden neokortekse ulaşmada eyleme geçen duyuşsal uyarıların ketlenmesi sebebiyle bilinçli duyuşsal deneyimlerin ortaya çıkamaması ile ortaya çıkan aksaklık olarak ifade edilmektedir.

Lane ve arkadaşlarının araştırma bulguları beynin ön kısmının duyguları işleme koyma ve ifade etmede önemli bir rolü olduğunu saptamaktadır. Bu bağlamda aleksitimi beynin ön kabuğunda meydana gelen işlev bozukluğu olarak ifade edilmektedir (Lane). Son dönemlerde elde edilen bilgiler yetersiz ve karmaşık görölse de serebral yapıların fonksiyonu ile ilgili net tablonun ortaya çıkmasına katkı sağlamaktadır. Aleksitimik kişilerin limbik-neokortikal bağlantıdaki problem nedeniyle duyguları ile düşüncelerini ayırt edemedikleri, duyguları barındırmayan bir dil yapısını kullandıkları görülmektedir. Bu nedenle bu kavram, "duyguların afazisi" olarak da ifade edilebileceği öne sürülmüştür (Şaşıoğlu, et al., 2013).



## 2.3. Öfke

### 2.3.1. Tanımı

Öfke bireyler için olumlu olduğu kadar olumsuz ve tehlikeli bir duygu olarak görülmektedir. Bunun sebebi öfkenin ortaya çıktığı an doğru ve sağlıklı düşünmemizin engellenmesi ve karar verme mekanizmasında bozulma meydana gelmesidir. Kişinin bir hedeflerine ulaşmada ortaya çıkan sorunlar ve ihtiyaçlarının giderilmemesi öfke duygusunu ortaya çıkarmaktadır. Öfke yaşayan birey saldırgan davranışlar sergileyebilmektedir (William, 2018). Psikolojide öfke, saldırı ve tehdite maruz kalma, engellenme, kısıtlanma ve yoksun bırakılma durumlarında kişinin aşırı ve şiddetli olarak negatif tepki vermesi olarak ifade edilmektedir (Budak, 2000).

Öfkenin ortaya çıkışına sebep olan pek çok davranışsal, sözel ve fizyolojik faktör olduğu ve tek bir sebebi bağlı olarak ortaya çıkmadığı gözlemlenmiştir. Dürtüsellik, benlik saygısının düşük olması, rahatsız edilme, engellenme durumları öfkeyi tetiklemektedir. Kişiler sıklıkla kendileri için rahatsız edici ve tehdit oluşturan durumlarda öfke duygusu yaşamaktadırlar (Starnes & Peters, 2004). Öfke kişilerin istek, ihtiyaç ve beklentilerinin engellenmesi sonucunda ortaya çıkan duygu olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda öfke kişinin diğer bireylere uyarıda bulunma ve kişinin kendini koruma amacıyla gösterdiği tepki olarak da ifade edilmektedir (Gençdoğan, et al., 2007).

Öfke kişinin isteği dışında olan durumlara, doyurulmayan ihtiyaçlara ve karşılıksız taleplere gösterdiği doğal, evrensel ve insani duygudur. Zarar verme eğilimi yüksek duygusal yaşantı olarak da ifade edilmektedir. Öfke duygusunun kontrolsüz olması kişilerde ve toplumlarda etki uyandırmaktadır. Öfke sıklıkla şiddet, suç ve taciz gibi vakalarda kendini göstermektedir. Günlük hayatta karşı karşıya gelinen öfke en az iki insanın mutsuzluğuna sebep olmaktadır. Bu durum her iki insan içinde olumsuz sonuçlar doğurmaktadır. Öfke yaşayan bireylerde bu durumla baş etme ve öfke kontrolü büyük sorun olarak görülmektedir. Bu durumlar göz önüne alındığında ciddi problemlerin ortaya çıktığı bilinmektedir (Soykan, 2003).

Öfke bir amaca yönelik hissedilen fizyolojik ve bilişsel tepkiler, şiddet, kızgınlık ve hayal kırıklığını kapsayan engellenme durumlarında sıklıkla olumsuz sonuçlar, iyi bir yönlendirme olduğunda ise olumlu sonuçlar ortaya çıkmaktadır (Berkowitz & Harmon-Jones, 2004). Ergenlik döneminin başları öfkenin en yoğun yaşandığı yaşam

dönemi olarak ifade edilmektedir. Saldırganlık ve öfkeyi kapsayan durumlar da ergenlik döneminde tavan yapmaktadır. Bu saldırganlık durumunun ilerleyen yaşam dönemlerinde daha da arttığı görülmektedir (Feindler, 1990).

### **2.3.2. Öfkenin boyutları**

Öfke boyutları üç boyutta görülmektedir. Bu boyutlar; öfkenin fizyolojik boyutu, öfkenin bilişsel ve duygusal boyutu, öfkenin davranışsal boyutu olarak üçe ayrılmaktadır.

#### **2.3.2.1. Öfkenin fizyolojik boyutu**

Öfkenin fizyolojik boyutu içinde düşük uyarılma ve yüksek hormon bulunmaktadır. Öfke limbik, endokrin ve kardiyovasküler sistemlerdeki aktivasyon ve kaslarda meydana gelen gerginlik olarak ifade edilmektedir. Öfkeyi yansıtırma biçimi genellikle kronik sağlık problemleri ile ilişkilendirilmektedir. Genellikle hipertansiyon ve koroner kalp hastalıklarının öfke ile ilişkili olduğu görülmektedir (Knight, et al., 1988).

Öfke adrenalın salgılanması (genel uyarılmışlık hali) ile birlikte başlar. Aynı zamanda bu duygu ile birlikte kan dolaşımında ve atışında artış meydana gelmektedir. Yani kısaca kişinin öfke duygusunu yaşamasıyla fiziksel anlamda birçok değişimler yaşadığı gözlemlenmektedir. Bu değişimler görünüm düzeyinde belirgin belirtiler olarak karşımıza çıkmaktadır (Şahin, 2005).

#### **2.3.2.2. Öfkenin bilişsel ve duygusal boyutu**

Bilişsel kuramlar öfkeyi çökkünlük, üzüntü ve sıkıntı gibi kişinin mantığı ile uyumlu olmayan inançlar neticesinde ortaya çıkan ve süreklilik gösteren bir duygu olarak tanımlamaktadırlar. Olaylara karşı kurulan inanç, yorum ve değerlendirme bu bileşenlerin sonucunda ortaya çıkan düşünce kişide öfke duygusunu ortaya çıkarmaktadır (Özer, 2018).

Öfke duygusu her ne kadar kötü ve şiddetli duygu olarak tanımlansa da çocukluk döneminden yaşlılık dönemine kadar geçen ki sürede öfkenin dışa vurumu, ifade etme biçimi kişilik yapısının gelişimine büyük katkı sağlamaktadır. Kişinin genç yaşam döneminde yaşadığı öfkenin olumsuz sonuçları gelecek dönem yaşantılarında düşmanlık, kin, kıskançlık ve nefret gibi duygular ile kendini gösterebilmektedir (Köknel, 1995).

### **2.3.2.3. Öfkenin davranışsal boyutu**

Öfkenin ortaya çıkışıyla görülen bilişsel ve fizyolojik tepkilerinin dışında en belirgin gözlemlenen diğer bir tepkide davranışsal tepkilerdir. Öfkenin davranışsal boyutunu araştıran çalışma bulguları bu boyutu kişinin kendini engelleyen ve tehdit altında bırakan duruma yönelik göstermiş olduğu savunma mekanizması olarak ifade etmektedirler (Yağcı, 2017). Öfke duygusunun davranışsal yanı sıra aile, çevre ve kültür gibi değişkenlerden anlamlı ölçüde etkilenmektedir. Kişinin öfkeyi kontrol altına alamadığında ortaya çıkan davranış saldırganlıktır. Bu saldırganlık davranışı fiziksel ya da sözel olmayabilmektedir. Kişi öfke anında fiziksel saldırganlığa başvurarak rahatlama yaşamaktadır. Sözel saldırganlık davranışı ise; kişinin öfke hissettiği anda karşıt tepki olarak küfretmesi, aşağılaması ya da sataşarak rahatlama çalışmasıdır. Fiziksel ve sözel saldırganlık karşı tarafı da öfke duygusuna sürükleyerek olayın daha da büyümesine sebep olabilmektedir. Netice olarak kontrol altına alınmaya çalışan duyu daha büyük olumsuzluklara sebebiyet verebilmektedir (Öztürk, 2012).

### **2.3.3. Öfke ile ilgili kuramlar**

#### **2.3.3.1. James-Lange kuramı**

1980'li yılların sonunda ortaya çıkan James- Lange yaklaşımı fizyolojik tepkilerle ilişkilendirilmiştir. Bu yaklaşım diğer duygular gibi öfkenin de vücudun tepkilerinin algılanması olarak ifade edilmektedir. Sıklıkla bu duyu ile birlikte kalp hızı artışı, terleme, yüz kaslarında meydana gelen kasılma, çene ve yumruk sıkılması gibi tepkiler görülebilmektedir (Sütcü, 2006). Bu kurama göre öfke bedensel tepkilerden önce gelmemektedir. Kişinin vücudunda uyaranlara özgü özel psikolojik tepkiler yer almaktadır. Ortaya çıkan duygular vücudun verdiği tepkiyi algılamasıdır. Örnek ile açıkladığımızda bir ailesinin çocuğuna yeni ve pahalı bir hediye alması ve çocuğun bu oyuncakı kırmasıyla birlikte ebeveynlerin kalp atışlarında hızlanma, kaslarında gerginlik, yüz kaslarından değişimler meydana gelerek öfke duygusu ortaya çıkmaktadır. Ortaya çıkan bu fiziksel değişimler ile öfke bir sistem olarak hareket etmektedir (Kassinove & Sukhodolsky, 1995). Duygular ile bedensel tepkiler bireyin bir köpek görmesiyle vücudunun tepkiye vermeye başlaması ve korku duygusunun ortaya çıkmasıyla da ifade edilebilir. Özetle bu kurama göre duyu öncesinde bireyin vücudunda fizyolojik değişiklikler meydana gelmektedir. Bu değişimlerin algılanması ile de gerekli duyu ortaya çıkmaktadır (Cüceloğlu, 2000).

### **2.3.3.2. Psikanalitik kuram**

Psikanalitik kurama göre kişiliğin yapısı saldırganlık ve cinsel güdüler ile davranışlardan meydana gelmektedir (Cüceloğlu, 2006). Freud yıkıcı, saldırgan davranışların ölüm iç güdüsünü ortaya çıkardığını belirtmiştir (Tura, 2010). Öfke hayatımızda normal ve yaşanması gereken bir duygu olsa da Freud duyguların birikim aşamasında olduğunu ve kişinin içinde var olan öldürme güdüsünü tetiklediğini öne sürmüştür. Bu sebeple öfke duygusunun boşaltımının önemli olduğunu belirtmektedir. Bu durumu yanardağın içerisindeki lavın dışarı çıkmaya çalışması ile açıklayabiliriz (Cüceloğlu, 2006).

### **2.3.3.3. Akılcı duygusal davranışçı kuram**

Albert Ellis'in Akılcı- Duygusal Davranışçı Modeli ile çalışmaktadır. Bu modelde A kişiyi harekete geçiren olay, B kişinin A hakkında düşündükleri son olarak C ise A'nın neticesinde ortaya çıkan duygu ve davranışları kapsamaktadır. Yaşamda bireyi faaliyete geçiren çeşitli durumla B inanç sisteminden etkilenmektedir (Corey, 2005).

Ellis'in B sistemi rasyonel ve irrasyonel olmak üzere iki inanç kategorisinden oluşmaktadır. Rasyonel inançlar (akılcı) istek, tercih, dilek, beğeni ve umudu kapsayan mutlak olmayan bilişlerdir. Kişilerin burada olumsuz durumlar ile karşı karşıya gelmesi sağlıklı olumsuz duyguları ortaya çıkarmaktadır. İrrasyonel (akılcı olmayan) inançlar ise dogmatik, gereklilik ve katı inançlardan oluşmaktadır. Bu inançları bulunan kişi öfke gibi sağlıksız ve olumsuz duygular geliştirmektedir (Dryden & Neenan, 1995).

### **2.3.3.4. Davranışçı kuram**

Davranışçı kurama göre davranışlar öğrenilmiştir ve bu durum uyarıcı- tepki koşullanmasıyla ifade edilmektedir. Daha çok nesneliliği önde tutan bu yaklaşım içsel süreçlerin ölçülmesinin olanaksız olduğunu öne sürmektedir. Bu kapsamda bu kuram öfke, şiddet ve saldırganlık davranışları öğrenilmiş davranış olarak nitelendirmektedirler (Sezer, 2007).

Davranışların öğrenilmesinde çevre büyük bir etkiye sahiptir. Çocukluk döneminden itibaren sosyal çevre aracılığı ile öğrenilen davranışlar pek çok olumsuz duyguların ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Aynı zamanda davranışçılar yeni bir öğrenme davranışının eski öğrenme davranışının değiştirebileceğini savunmaktadırlar

(Sharp, 2003). Şiddet ve saldırganlık davranışlarının bir ortamda ödüllendirildiğine şahit olan birey bu davranışları sergilemekte daha istekli duruma gelebilmektedir. Bu bağlamda çevrenin olumlu ve olumsuz duygu ve davranışları ödüllendirmesi, davranışın sergilenmesinde büyük önem taşımaktadır (Atkinson, et al., 2010).

#### **2.3.4. Öfke biçimleri**

Öfkenin yansıtıma biçimi önemli bir konu olarak görülmektedir. Çünkü bu duygu ifade biçimini göre yorumlanmaktadır. Yaşanılan olay, durum ya da öfkeyi hisseden bireyin özelliklerine göre basit ya da şiddetli bir öfke anı ortaya çıkabilmektedir. Öfke bazen orta şiddetli, bazen yoğun ve uzun süre devam eden, bazen yararlı, bazen ise yıkıcı olabilmektedir. Öfke her kişide farklı olarak ortaya çıkmaktadır. Öfke biçimleri öfke içe vurumu, öfke dışı vurumu ve öfke kontrolüdür.

##### **2.3.4.1. Öfkeyi içe vurma**

Öfke duygusunun ifade biçimini etkileyen birçok değişken bulunmaktadır. Kişinin bireysel özellikleri, aileden öğrenilenleri ve sosyal çevre bu değişkenlerden bazılarıdır. Öfke duygusunu ifade edemeyen kişiler bu duyguyu bastırmayı tercih etmektedirler. Bunu uyum mekanizması olarak kullanmaktadırlar. Fakat bu savunma bireyi olumsuz yönde etkilemektedir. Bastırılan içe atılan duygu çeşitli fiziksel rahatsızlıklara, depresyon, anksiyete ve psikosomatik problemlere bazen de intihara sebep olabilmektedir (Türker, 2010).

Öfke duygusunun içe atımı kişiler arası sosyal ilişkileri de olumsuz yönde etkilemektedir. Öfkenin sağlıklı bir şekilde ifade edilememesi, sosyal ilişkilerde o anı kurtarıyor olsa da uzun vadede kopuk ilişkileri beraberinde getirmektedir. Bastırılan, ifade edilmeyen öfke birikip, taşma noktasında geldiğinde çok daha şiddetli bir şekilde ifade edilir. Taşma noktasında öfke yaşayan kişide suçluluk duygusu meydana gelir. Bu suçluluk sebebiyle birey öfkesini tekrar bastırmaya başlar ve biriktirme-boşaltma-suçlama-yeniden biriktirme” döngüsüne girer (Geçtan, 1990).

##### **2.3.4.2. Öfkeyi dışı vurma**

Öfkenin ifade edilmesi ve dışı vurumu sağlıklı bir davranış olarak görülse de bu biçimin fiziksel veya sözel saldırganlıkla, şiddet ile olması bu durumu sağlıklı yapmaktadır. Sözel ve fiziksel saldırganlıkta kişi öfke duyduğu kişiye hakaretler, küçük düşürücü sözler söyleyebilmekle beraber bu kişiye zarar vermek adına da

dayağa başvurabilmektedir. Öfke duygusu ortaya çıktığında kişinin gözü bir şey görmez ve o an öfkeyi boşaltmak için çaba harcanır (Kuruoğlu, 2009).

Fiziksel veya sözel saldırganlık ile dışa vurulan öfkenin sonuçları büyük olabilmektedir. Kişiler bu durum neticesinde onarılması mümkün olmayan, hukuksal problemler yaşayabilmektedirler (Campbell, 2004).

#### **2.3.4.3. Öfke kontrolü**

Öfke yaşanan en temel duygular arasında yer alsa da bu durumla başa çıkarken bireyler uyumsuz davranışlar sergileyebilmektedir. Öfkeyi doğru biçimde ifade etme öfke kontrolü olarak tanımlanmaktadır. Pek çok kişi öfkeyle başa çıkmada öfkenin bastırılmasını veya saldırgan davranışlarla ifade etmeyi kullanmaktadır. Öfke kontrolü her ne kadar kişiden kişiye farklılık gösterse de asıl amaç; saldırganlık ve şiddet olmadan kişinin kendisine ve çevreye zararı dokunmadan duygusunu yaşama yetisidir. Öfke kontrolü yapabilen kişi, öfkelendiği zaman mantıklı ve kontrollü olabilmektedir. Aynı zamanda bu bireylerin öfkenin olumsuz tarafı ile başa çıkmasa problem çözme becerilerini ve iletişim becerilerini aktif olarak kullanmaktadırlar (Rene & David, 1997).

Öfkeyi doğru ve sağlıklı ifade etme öfke kontrolü olarak ifade edilmektedir. Öfke kontrolü için etkili birçok yöntem bulunmaktadır. Bu yöntemlerinin temelini farkındalık oluşturmaktadır doğru öfke kontrolü bireyin yapısına göre farklılık göstermektedir. Fakat akılcı davranış sergilemesi ve öfkeyi fark etmesi bu sürecin kontrolünü kolaylaştırmaktadır (Kökdemir, 2004).

#### **2.3.5. Öfkenin genel özellikleri**

Öfke duygusunun kişinin davranışlarını etkilediği ve kişinin sosyal ve fiziksel çevresine olumsuz etkileri olduğu bilinmektedir. Bireyin engellendiği zamanlarda öfke, öfkenin kontrolünün olmadığı zamanlarda ise saldırganlık ortaya çıkmaktadır. Öfke ve saldırganlık bireyin çevresine, yaşında ve eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir. Öfke, her kişide değişik şekillerde ortaya çıkan duygu durum olarak tanımlanmaktadır. Bireyler duygularını nasıl ifade edeceklerine kendileri karar vermektedir. Öfkenin sebep olduğu olumsuz durumlara rağmen kişi uyarıcı, koruyucu ve haber edici işlevleri bulunmaktadır. Öfke organizmayı uyarmakta ve haber verici rol üstlenmektedir. Öfke genel anlamda olumsuz bir duygu olarak ifade

tanımlanmaktadır. Kişiler öfkeyi yaşamaya başladıklarında vücutlarında birtakım tepkiler olmaktadır. Bu tepkiler kişinin öfkesine dair bilgi vermektedir (Şahin, 2005).

Öfke sıklıkla sözel veya davranışsal saldırganlık olarak ortaya çıkmaktadır. Doğrudan saldırganlık tokat, tekme, itme, tehdit, lakap takma, zarar verme ve suçlama davranışlarını ifade ederken dolaylı saldırganlık; davranışta bulunmadan sözel olarak ifade etmeyi kapsamaktadır (Leo, 1972).

## **2.4. Savunma Mekanizmaları**

### **2.4.1. Savunma mekanizmalarının tanımı ve tarihçesi**

Freud'a savunma mekanizması kavramına ilk olarak 1894 yılında "Neuro-Psychoses of Defense" isimli çalışmasında yer vermiştir. Freud savunma kavramına histeri nevrozu içinde psikopatolojik bir anlam katsa da 1915 yılında bu kavram çatışma durumlarında istemsiz kullanılan ve patolojik olmayan terim olarak kullanılmaya başlanmıştır. Anna Freud savunma mekanizmaları kavramını "Ego and The Defense Mechanisms" isimli çalışmasında geliştirerek yeni psikanalitik açıklamalar getirmiştir (Freud, 2013).

Freud çalışmalarında savunma mekanizması kavramına vurgu yapmıştır. "Three Essays on the Theory of Sexuality" isimli kitabında tepki oluşturma ve yüceltme savunma mekanizmalarına; "Schreber Vakası"nda yansıtma savunma mekanizmasına; "Instincts and Their Vicissitudes" isimli kitabında tersine çevirme ve pasif saldırganlık savunma mekanizmasına; "Introductory Lecture on Psychoanalysis" isimli kitabında gerileme ve saplanma savunma mekanizmalarına; "Mourning and Melancholia" isimli kitabında özdeşleşme savunma mekanizmasına; "Certain Neurotic Mechanisms in Jealousy, Paranoia and Homosexuality" isimli çalışmasında özdeşleşme ve yansıtma savunma mekanizmalarına; "Inhibitions, Symptoms and Anxiety" isimli kitabında ise yapma-bozma ve yalıtma savunma mekanizmalarına yer vermiştir. Freud analiz çalışmasında dokuz savunma mekanizmasına (gerileme, yapma-bozma, bastırma, yalıtma, tepki oluşturma, içe yansıtma, kendine yöneltme, yansıtma, tersine çevirme) onuncusu olan yüceltme savunma mekanizmasını eklemiştir (Freud, 2013).

Freud kaygı ile başa çıkmanın var olmanın temeli olduğunu vurgulamaktadır. Kişi, karşı karşıya geldiği kaygı ve engellenme durumu sonucunda pek çok çatışma yaşayabilmektedir. Freud, kişilerin yaşadığı kaygının azalması için uyguladıkları

davranışları keşfetmiştir. Bu eylemleri savunma mekanizmaları olarak ifade etmiştir. Savunma mekanizmaları kişinin kaygısını azaltmaktadır (Morgan, 2010).

Savunma mekanizmalarını kullanan kişiler aşağıdaki maddelerden birini ya da ikisini istemsiz olarak gerçekleştirmektedirler.

1. Endişe, keder, kıskançlık, utanç ve suçluluk duygularının engellenmesi
2. Benlik saygısının korunması (McWilliams, 2011).

Freud'un savunma mekanizmalarının ilk tanımı dış ve iç engellenmelere karşı verilen tepki olarak genişletilmiştir. Çağdaş Psikoanalitik yazarlar, savunma mekanizmalarının kabul görmeyen duygularda, benlik saygısında ve olumsuz düşüncelerde olumlu bir işlevi olduğunu ortaya koymaktadırlar (Granieri, et al., 2017).

Blackman savunma mekanizmalarını hoş gitmeyen duyguların farkında olunmasına engel olan ve farklı şekillerde ortaya çıkan işlevler olarak ifade etmektedir. İstemsiz olarak ortaya çıkan savunma mekanizmaları beynin iç ve dış durumlardaki ani farklılaşmalara uyum sağlamasını ve homeostatik çabasını ifade etmektedir (Vaillant, 2011).

#### **2.4.2. Savunma mekanizmalarının sınıflandırılması**

##### **2.4.2.1. Matür savunmalar**

Matür savunmalar sıklıkla duygusal olarak sağlıklı olan bireylerde gözlemlenmektedir. Diğer savunma mekanizmalarına kıyasla bilinçli süreçler oldukları söylenmektedir. Bu savunmaların kullanımı kontrol ve zevk duygusunda artışa sebep olmaktadır. Aynı zamanda bu savunmaların çelişkili düşünce ve duyguları bütünleştiği bilinmektedir (Vaillant, 1986). Bu savunmalar şu şekildedir;

**Yüceltme:** Yüceltme saldırgan ya da cinsel olan fakat kabul edilmeyen dürtüleri toplum tarafından daha kabul edilebilir uğraşları çevirmek olarak ifade edilmektedir (McWilliams, 2017).

**Mizah:** Bireyin hoşuna gitmeyen ya da rahatsız eden durumlarda ironik öğelerden bahsetmesi olarak tanımlanmaktadır (Gabbard, 2011).

**Bastırma:** Bastırma, doyulduğunda hoş karşılanmayacak dürtülerin işlevselliğinin kaybedilmesi amacıyla bilince girmesini engelleme olarak tanımlanmaktadır (Akvardar, et al., 2015).



#### 2.4.2.2. İmmatür savunmalar

İmmatür savunmaların baskın olması patolojik olarak değerlendirilmektedir. Bu savunma mekanizmalarının şizoid veya psikozla ilgili olduğu söylenebilmektedir (Vaillant, 1986). Bu savunmalar şu şekildedir;

**Yansıtma:** Yansıtma bireyin kendindeki katlanamadığı düşünce, itki ve duygularını diğer insanlara yüklemesi olarak ifade edilmektedir. Bireyler bu mekanizma ile eksiklik veya başarısızlıklarını da başkalarına yüklemeye çalışmaktadırlar (Geçtan, 2017).

**Pasif saldırganlık:** Saldırgan davranışları erteleme veya dolaylı ifade etme olarak tanımlanmaktadır.

**Değersizleştirme:** Bireyin zarar göreceği nesnelere, kaygı gibi olumsuz duygulardan, saldırganlıktan kendini koruması için dış nesnelere iyi görmesi olarak tanımlanmaktadır. Eğer var olan bu nesnelere doyum ve koruma sağlayamıyorsa nesnelere değersiz görülmektedir (Kernberg, 2012).

**Otistik fantezi:** Kişisel ilişkilerden kaçma eğilimidir. Bu savunma bireyi kişilerarası problem çözmeden uzaklaştırmaktadır.

**İnkâr:** Aklın var olan, gerçek durumla ilgilenmemesi olarak tanımlanmaktadır. Özünde inkâr, Davranışla inkâr, Sözle inkâr ve Hayalde inkâr olmak üzere dört sınıflaması bulunmaktadır (Freud, 2013).

**Yer değiştirme:** Yer değiştirme savunma mekanizmasında kişide var olan güdüler değişmemekte ancak kişinin güdüsünün amacı değişmektedir. Bu mekanizmanın kullanılmasının asıl sebebi sıklıkla kişinin yansıtamadığı saldırgan davranışların olduğu bilinmektedir (Morgan, 2010).

**Disosiyasyon:** Bireyin suçluluk tepkileri, güdülleri, anı ve savunma gibi yönlerinin farkında olmaması olarak tanımlanmaktadır. Disosiyasyon halinde kişi deneyimlerini bir başka bireyin kattığı anlam üzerinden yapılandırmaktadır.

**Bölünme:** Bölünme kafa karıştırıcı ve tehdit içeren deneyimleri güçlü ve çekici kılmada kullanılmaktadır. Bu mekanizma anksiyete durumunu azaltma ve benliği korumak için kullanılmaktadır. Bölme mekanizmasının benliği olumsuz etkilediği ve tehdit altına aldığı bilinmektedir (McWilliams, 2017).

**Mantığa bürüme:** Bu mekanizma geçmişte, şu anda ve gelecekte tasarlanan eylemlerin toplum tarafında kabul edilebilir biçimde geliştirilmesini ifade etmektedir. Mantığa bürüme mekanizmasının kullanıldığını işaret eden davranışlar şu şekilde örneklendirilmektedir;

1. Bireyin yineleyici, eylem ve düşüncelerini destekleyen nedenler bulma
2. Karşıt kanıtları yok sayma
3. Gösterilen sebeplerin doğruluğu sorgulandığında sorun yaşama (Geçtan, 2017).

**Bedenselleştirme:** Bedenselleştirme mekanizması kişinin duygusal sorunlarını fizyolojik olarak ifade etmesi olarak tanımlanmaktadır (McWilliams, 2017).

#### **2.4.2.3. Nevrotik savunmalar**

Nevrotik savunmaların başa çıkma davranışlarında kısa süreli avantajları bulunmaktadır. Yetişkin bireylerde oldukça yaygın görülen savunma mekanizmalarıdır. Bireyin birincil olarak kullandığı başa çıkma mekanizması olarak kullanıldığında uzun süreli sorunlara sebep olmaktadır. Bu savunma mekanizmaları şu şekildedir;

**Yapma-bozma:** Bireyin sembolik anlamda duygu, düşünce ve davranışlarını olumsuzlaştırma veya telafi etme amacı ile yeni bir eylemde bulunmasıdır.

**Yapay özgecilik:** Kişinin arzularına tehdit oluşturan durum karşısında olumlu insan ilişkilerinin kurulması ve pekiştirilmesi ile dürtüsel itkilerin diğerlerinin yararını uygun kullanılmasıdır.

**İdealleştirme:** Bireyin gerçekte olmadığı halde mükemmel olduğuna dair düşüncedir. Birey yetersizlik, utanç ve hayal kırıklıklarında uzaklaşmak için bu savunmayı kullanmaktadır.

**Karşıt tepki geliştirme:** Düşünce, duygu ve durumların daha az tehdit içermesi için tam tersine dönüştürülmesi olarak tanımlanmaktadır (Freud, 2013).

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM VE TEKNİKLER

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, “İlişkisel Tarama Model” ine uygun olarak hazırlanmıştır. İki veya daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlamaktadır.

#### 3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Araştırmanın Örneklem seçimi basit-rastgele örneklem seçim türü kullanılarak yapılmıştır. Araştırmanın evrenini özgül öğrenme güçlüğü tanısı almış çocukların annesi oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubunu ise İstanbul ilindeki çeşitli rehabilitasyon merkezlerine başvuran özgül öğrenme güçlüğü tanısı almış 150 çocuğun annesi oluşturmaktadır. Katılımcılar çeşitli rehabilitasyon merkezinden tesadüfi olarak seçilmiştir. Araştırma veri toplama süreci 2021 yılında gerçekleşmiştir. Katılımcı olma kriterleri: özgül öğrenme güçlüğü tanısı almış çocuğu olma olarak belirlenmiştir.

#### 3.3. Veri Toplama Araçları

##### 3.3.1. Kişisel bilgi formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan formda yaş, cinsiyet, eğitim durumu, maddi gelir düzeyleri gibi sorulara yer verilmiştir.

##### 3.3.2. Çok boyutlu öfke envanteri

Balkaya ve Şahin’in geliştirmiş olduğu Çok Boyutlu Öfke Envanteri beş boyuttan oluşan, beşli likert tipi bir ölçektir. Kişilerarası ilişkiler devreye girdiği bilinen ölçeğin “öfke ile ilişkili davranışlar” ve “kişiler arası öfke” boyutları bulunmaktadır. Öfke ile ilişkili davranışlar boyutunda sakin davranışlar, saldırgan davranışlar ve kaygılı davranışlar alt ölçekleri bulunmaktadır. Kişilerarası öfke boyutunda ise intikam tepkileri, pasif agresif tepkiler, içedönük tepkiler, umursamaz tepkiler alt boyutları bulunmaktadır. Envanterin geçerli ve güvenilir olduğuna dair yeterli bilgi bulunmamaktadır (Balkaya & Şahin, 2003).

### **3.3.3. Toronto aleksitimi ölçeği**

Toronto Aleksitimi Ölçeği kişilerdeki aleksitimik özellikleri ortaya koymak amacıyla geliştirilen 26 maddeden oluşan beşli likert tipi bir ölçektir. Bireylerin duygularını ayırt etme, tanıyabilme yeteneği, dış olaylara yönelik düşünce şekli, duygularını söze dökebilme yeteneği ve hayal kurma yeteneği olarak dört alt boyuttan oluşmaktadır (Taylor, et al., 1985). Türkiye’de geçerlik ve güvenilirlik çalışması Dereboy tarafından yapılan ölçeğin amacı bireylerdeki aleksitimi düzeylerini belirlemektir. (İç tutarlılık katsayısı  $r:0.65$  test tekrar test katsayısı  $r: 0.71$  ayırt edici geçerliği  $z: -2.17, p<0.005$ ). Doğru ve yanlış olarak cevaplanan, kişinin kendini değerlendirdiği ölçektir. Puanlardaki artış aleksitimi düzeyinin şiddetini ifade etmektedir. Kesim noktası 10/11 puan olarak önerilmektedir (Dereboy, 1990).

### **3.3.4. Savunma biçimleri testi**

Andrews, Sing ve Bond’un 1993’te geliştirmiş oldukları Savunma Biçimleri Ölçeği Testi (SBT-40) 40 madde ve 20 savunma mekanizmasından meydana gelen, bilin dışı savunmaların bilinç düzeyindeki yansımalarını ortaya koyan ölçek olarak tanımlanmaktadır. Ölçek içerisindeki her madde 1 ile 9 arasında puanlandırılmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı immatür savunmalar için .68, nevrotik savunmalar için .58 ve olgun savunmalar için .80 olarak belirlenmiştir (Andrews vd., 1993). Yılmaz ve arkadaşlarının 2007’de Türkçe uyarlama çalışmasını yaptığı ölçeğin ve İç tutarlılık katsayıları olgun savunma biçimleri için .70, nevrotik savunma biçimleri için .61 ve immatür savunma biçimleri için .83 olarak bulunmuştur. Güvenirliği sırası ile olgun savunma biçimleri için .75, nevrotik savunma biçimleri için .88 ve immatür savunma biçimleri için .86 olarak bulunmuştur (Yılmaz vd., 2007).

## **3.4. Veri Analizi**

İlk olarak veriler SPSS’e aktarılmış ve sonrasında analizlere başlanılmıştır. Parametrik veya non- paramaterik analizlerin kullanılmasını belirlemek için normallik testi uygulanmış ve basıklık-çarpıklık incelenmiştir. George ve Mallery (2010)’a göre çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 aralığında olması normal dağılım şartının karşılanması için yeterlidir.

**Tablo 1.** Çok Boyutlu Öfke Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Savunma Mekanizmaları Ölçeğine İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

	Çarpıklık	Basıklık
<b>Öfke Belirtileri</b>	0.685	-0.253
<b>Öfkeye Yol Açan Durumlar</b>	-0.108	-1.099
Ciddiye Alınmama	-0.580	-0.882
Haksızlığa Uğrama	0.383	-0.732
Eleştirilme	-0.336	-1.046
<b>Öfkeyle İlgili Düşünceler</b>	0.966	0.465
Öfkesine Yönelik Düşünceler	0.867	0.368
Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri	0.898	0.688
Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri	0.818	-0.266
Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri	0.929	0.386
<b>Öfkeyle İlişkili Davranışlar</b>	1.218	1.475
Saldırgan Davranışlar	0.057	-0.072
Sakin Davranışlar	0.254	-0.459
Kaygılı Davranışlar	0.630	1.841
<b>Kişiler Arası Öfke</b>	0.904	0.284
İntikam Tepkileri	0.212	-0.543
Pasif Agresif Tepkileri	0.353	-0.563
İçe Dönük Tepkileri	0.615	-0.276
Umursamaz Tepkileri	0.576	0.040
<b>Toronto Aleksitimi Ölçeği</b>	0.294	-0.115
Duyguları Tanımada Güçlük	0.618	-0.285
Duyguları Söze Dökmede Güçlük	0.159	-0.333
Dışa Vuruk Düşünme	-0.431	1.330
<b>İmmatür Savunmalar</b>	0.871	0.074
<b>Nevrotik Savunmalar</b>	0.423	-0.747
<b>Matür Savunmalar</b>	0.227	-0.834

Normal dağılıma karar verdikten sonra parametrik analizler kullanılmaya karar verilmiştir. Normallik analizden hemen sonra araştırmadaki demografik değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistikler hesaplanmıştır. Pearson Korelasyon analizi ile Kimlik Gelişiminin Boyutları Çok Boyutlu Öfke Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Savunma Mekanizmaları Ölçeği arasındaki ilişkiler araştırılmıştır. Spearman Korelasyon analizi

ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Savunma Mekanizmaları Ölçeği ve eğitim durumu, anne eğitim durum, aile gelir durumu, çocuk sayısı sıralı değişkenleri arasındaki ilişkiler araştırılmıştır. Kimlik Çok Boyutlu Öfke Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Savunma Mekanizmaları Ölçeği demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini değerlendirmek için bağımsız örneklem için T Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (One-way ANOVA) uygulanmıştır. Tüm analizler uygulanırken esas alınan güven aralığı %95 olarak belirlenmiştir.

**Tablo 2.** Korelasyon Katsayısına İlişkin Sayısal Sınırlar

<i>Korelasyon Katsayısı</i>	<i>Değerlendirme</i>
0.00 – 0.30	Düşük
0.31 – 0.70	Orta
0.71 – 1.00	Yüksek

Büyüköztürk, Ş. (2011). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum (14. Baskı). Ankara: Pegem Akademi

Korelasyon bulgularının güçlerini tespit etmek için mutlak değer olarak alınan aralıkta 0.00 ile 0.30 değerleri arasında düşük seviye ilişki, 0.31 ile 0.70 değerleri arasında orta seviye ilişki, 0.71 ile 1.00 değerleri arasında ise yüksek seviye ilişki olduğu söylenir.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

**Tablo 3.** Demografik Değişkenlere Göre Dağılım

		n	%
<b>Yaşınız</b>	20-30	29	19.3
	31-40	77	51.3
	41-50	44	29.3
	Toplam	150	100.0
<b>Çocuğunuzun Cinsiyeti</b>	Kız	69	46.0
	Erkek	81	54.0
	Toplam	150	100.0
<b>Anne Eğitim Düzeyi</b>	İlkokul	22	14.7
	Ortaokul	14	9.3
	Lise	39	26.0
	Üniversite	75	50.0
	Toplam	150	100.0
<b>Ailenizin Gelir Düzeyi</b>	2001-3000 TL	26	17.3
	3001-4000 TL	54	36.0
	4001-5000 TL	70	46.7
	Toplam	150	100.0
<b>Annenin Mesleği</b>	Ev Hanımı	55	36.7
	Çalışmıyor	27	18.0
	Çalışıyor	68	45.3
	Toplam	150	100.0
<b>Annenin Medeni Durum</b>	Evli	150	100.0
<b>Çocuk Sayısı</b>	1	52	34.7
	2	65	43.3
	3	21	14.0
	4 ve üstü	12	8.0
	Toplam	150	100.0
<b>Özel İhtiyacı Olan Çocuk</b>	Evet	11	7.3
	Hayır	139	92.7

	Toplam	150	100.0
<b>Anne Tıbbi Hastalık</b>	Evet	23	15.3
	Hayır	127	84.7
	Toplam	150	100.0
<b>Anne Psikiyatrik Hastalık</b>	Evet	7	4.7
	Hayır	143	95.3
	Toplam	150	100.0

Katılımcıların %19.3'ü 20-30 yaşları arasında, %51.3'ü 31-40 yaşları arasında, %29.3'ü 41-50 yaşları arasında, %46'sının kız çocuğu, %54'ünün erkek çocuğu var, %14.7'sinin annesi ilkokul mezunu, %9.3'ünün annesi ortaokul mezunu, %26'sının annesi lise mezunu, %50'sinin annesi üniversite mezunu, %17.3'ünün ailesinin gelir durumu 2001-3000 TL arası, %36'sının ailesinin gelir durumu 3001-4000 TL arası, %46.7'sinin ailesinin gelir durumu 4001-5000 TL arası, %36.7'sinin annesi ev hanımı, %18'inin annesi çalışmıyor, %45.3'ünün annesi çalışıyor, %100'ünün annesi evli, %34.7'sinin 1 çocuğu, %43.3'ünün 2 çocuğu, %14'ünün 3 çocuğu, %8'inin 4 v üstü sayıda çocuğu var, %7.3'ü özel ihtiyacı olan çocuk, %92.7'si değil, %15.3'ünün annesinin tıbbi hastalığı var, %84.7'sinin yok, %4.7'sinin annesinin psikiyatrik hastalığı var, %95.3'ünün yoktur.

**Tablo 4.** Çok Boyutlu Öfke Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Savunma Mekanizmaları Ölçeğine Ait Tanımlayıcı Değerler

	<i>n</i>	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	$\bar{X}$	<i>Ss.</i>
<b>Öfke Belirtileri</b>	150	14	56	28.70	9.11
<b>Öfkeye Yol Açan Durumlar</b>	150	41	198	119.20	43.52
Ciddiye Alınmama	150	20	99	54.77	21.38
Haksızlığa Uğrama	150	16	80	51.42	19.13
Eleştirilme	150	5	24	13.01	4.68
<b>Öfkeyle İlgili Düşünceler</b>	150	30	127	56.83	19.90
Öfkesine Yönelik Düşünceler	150	9	41	16.31	6.98
Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri	150	9	40	17.69	6.59
Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri	150	7	26	12.75	4.19



Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri	150	5	25	10.08	4.33
<b>Öfkeyle İlişkili Davranışlar</b>	150	26	87	61.68	12.49
Saldırgan Davranışlar	150	12	38	22.42	6.47
Sakin Davranışlar	150	10	50	28.49	8.66
Kaygılı Davranışlar	150	4	20	10.77	3.17
<b>Kişiler Arası Öfke</b>	150	46	171	105.53	29.74
İntikam Tepkileri	150	23	92	45.34	16.28
Pasif Agresif Tepkileri	150	10	48	26.20	8.48
İçer Dönük Tepkileri	150	10	45	26.69	7.86
Umursamaz Tepkileri	150	3	15	7.29	2.90
<b>Toronto Aleksitimi Ölçeği</b>	150	27	83	49.18	10.08
Duyguları Tanımada Güçlük	150	7	32	14.86	5.73
Duyguları Söze Dökmede Güçlük	150	5	23	12.19	3.72
Dışa Vuruk Düşünme	150	11	29	22.13	3.22
<b>İmmatür Savunmalar</b>	150	24	216	84.11	37.21
<b>Nevrotik Savunmalar</b>	150	8	72	33.43	13.79
<b>Matür Savunmalar</b>	150	10	72	35.08	15.31

Bulguları incelediğimizde, Öfke Belirtileri ortalaması ( $\bar{X}=28.70$ ,  $SS=9.11$ ), Öfkeye Yol Açan Durumlar ortalaması ( $\bar{X}=119.20$ ,  $SS=43.52$ ), Ciddiye Alınmama ortalaması ( $\bar{X}=54.77$ ,  $SS=21.38$ ), Haksızlığa Uğrama ortalaması ( $\bar{X}=51.42$ ,  $SS=19.13$ ), Eleştirilme ortalaması ( $\bar{X}=13.01$ ,  $SS=4.68$ ), Öfkeyle İlgili Düşünceler ortalaması ( $\bar{X}=56.83$ ,  $SS=19.90$ ), Öfkesine Yönelik Düşünceler ortalaması ( $\bar{X}=16.31$ ,  $SS=6.98$ ), Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri ortalaması ( $\bar{X}=17.69$ ,  $SS=6.59$ ), Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri ortalaması ( $\bar{X}=12.75$ ,  $SS=4.19$ ), Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri ortalaması ( $\bar{X}=10.08$ ,  $SS=4.33$ ), Öfkeyle İlişkili Davranışlar ortalaması ( $\bar{X}=61.68$ ,  $SS=12.49$ ), Saldırgan Davranışlar ortalaması ( $\bar{X}=22.42$ ,  $SS=6.47$ ), Sakin Davranışlar ortalaması ( $\bar{X}=28.49$ ,  $SS=8.66$ ), Kaygılı Davranışlar ortalaması ( $\bar{X}=10.77$ ,  $SS=3.17$ ), Kişiler Arası Öfke ortalaması ( $\bar{X}=105.53$ ,  $SS=29.74$ ), İntikam Tepkileri ortalaması ( $\bar{X}=45.34$ ,  $SS=16.23$ ), Pasif Agresif Tepkileri ortalaması ( $\bar{X}=26.20$ ,  $SS=8.48$ ), İçer Dönük Tepkileri ortalaması ( $\bar{X}=26.69$ ,  $SS=7.86$ ), Umursamaz Tepkileri ortalaması ( $\bar{X}=7.29$ ,  $SS=2.90$ ), Toronto Aleksitimi Ölçeği ortalaması ( $\bar{X}=49.18$ ,  $SS=10.08$ ), Duyguları Tanımada Güçlük alt ölçek ortalaması

( $\bar{X}=14.86$ ,  $SS=5.73$ ), Duyguları Söze Dökmede Güçlük alt ölçek ortalaması ( $\bar{X}=12.19$ ,  $SS=3.72$ ), Dışa Vuruk Düşünme alt ölçek ortalaması ( $\bar{X}=22.13$ ,  $SS=3.22$ ), İmmatür Savunmalar ortalaması ( $\bar{X}=84.11$ ,  $SS=37.21$ ), Nevrotik Savunmalar ortalaması ( $\bar{X}=33.43$ ,  $SS=13.79$ ), Matür Savunmalar ortalaması ( $\bar{X}=35.08$ ,  $SS=15.31$ ) olduğu görülmektedir.

**Tablo 5.** Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ile Savunma Mekanizmaları Ölçeğinin İlişkisi

	İmmatür Savunmalar	Nevrotik Savunmalar	Matür Savunmalar
<b>Öfke Belirtileri</b>	.361**	.259**	-.223**
<b>Öfkeye Yol Açan Durumlar</b>	.235**	.197*	-.183*
Ciddiye Alınmama	0.149	.167*	-.200*
Haksızlığa Uğrama	.282**	.227**	-.230**
Eleştirilme	.217**	.199*	-.207**
<b>Öfkeyle İlgili Düşünceler</b>	.438**	.278**	-.243**
Öfkesine Yönelik Düşünceler	.498**	.366**	-.318**
Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri	.412**	.284**	-.238**
Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri	.473**	.315**	-.265**
Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri	.482**	.329**	-.282**
<b>Öfkeyle İlişkili Davranışlar</b>	.438**	.243**	-.229**
Saldırgan Davranışlar	.299**	.360**	-.470**
Sakin Davranışlar	.501**	.445**	-.473**
Kaygılı Davranışlar	.512**	.418**	-.471**
<b>Kişiler Arası Öfke</b>	.422**	.270**	-.253**
İntikam Tepkileri	.421**	.408**	-.460**
Pasif Agresif Tepkileri	.352**	.385**	-.395**
İçe Dönük Tepkileri	.209**	.244**	-.257**
Umursamaz Tepkileri	.452**	.373**	-.380**

\*\* $p<0.01$ , \* $p<0.05$  Kullanılan test: Pearson Korelasyon Testi

İmmatür Savunmalar ile Öfke Belirtileri ( $r=.361$ ,  $p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Öfkeye Yol Açan Durumlar ( $r=.235$ ,  $p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Haksızlığa Uğrama ( $r=.282$ ,  $p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede

ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Eleştirilme ( $r=.217, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Öfkeyle İlgili Düşünceler ( $r=.438, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Öfkesine Yönelik Düşünceler ( $r=.498, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.412, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.473, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.482, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Öfkeyle İlişkili Davranışlar ( $r=.438, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Saldırgan Davranışlar ( $r=.299, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Sakin Davranışlar ( $r=.501, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Kaygılı Davranışlar ( $r=.512, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Kişiler Arası Öfke ( $r=.422, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile İntikam Tepkileri ( $r=.421, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Pasif Agresif Tepkileri ( $r=.352, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile İçe Dönük Tepkileri ( $r=.209, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, İmmatür Savunmalar ile Umursamaz Tepkileri ( $r=.452, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki vardır.

Nevrotik Savunmalar ile Öfke Belirtileri ( $r=.259, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Öfkeye Yol Açan Durumlar ( $r=.197, p<0.05$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Ciddiye Alınmama ( $r=.167, p<0.05$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Haksızlığa Uğrama ( $r=.227, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Eleştirilme ( $r=.199, p<0.05$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Öfkeyle İlgili Düşünceler ( $r=.278, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Öfkesine Yönelik Düşünceler ( $r=.366, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.284, p<0.01$ ) puanları

arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.315, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.329, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Öfkeyle İlişkili Davranışlar ( $r=.243, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Saldırgan Davranışlar ( $r=.360, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Sakin Davranışlar ( $r=.445, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Kaygılı Davranışlar ( $r=.418, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Kişiler Arası Öfke ( $r=.270, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile İntikam Tepkileri ( $r=.408, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Pasif Agresif Tepkileri ( $r=.385, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile İçer Dönük Tepkileri ( $r=.244, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Nevrotik Savunmalar ile Umursamaz Tepkileri ( $r=.373, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki vardır.

Matür Savunmalar ile Öfke Belirtileri ( $r=-.223, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Öfkeye Yol Açan Durumlar ( $r=-.183, p<0.05$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Ciddiye Alınmama ( $r=-.200, p<0.05$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Haksızlığa Uğrama ( $r=-.230, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Eleştirilme ( $r=-.207, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Öfkeyle İlgili Düşünceler ( $r=-.243, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Öfkesine Yönelik Düşünceler ( $r=-.318, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=-.238, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=-.265, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=-.282, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Öfkeyle İlişkili Davranışlar ( $r=-.229, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Saldırgan Davranışlar ( $r=-.470, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Sakin Davranışlar ( $r=-$

.473,  $p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Kaygılı Davranışlar ( $r=-.471$ ,  $p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Kişiler Arası Öfke ( $r=-.253$ ,  $p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile İntikam Tepkileri ( $r=-.460$ ,  $p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Pasif Agresif Tepkileri ( $r=-.395$ ,  $p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile İçe Dönük Tepkileri ( $r=-.257$ ,  $p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Matür Savunmalar ile Umursamaz Tepkileri ( $r=-.380$ ,  $p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki vardır.

**Tablo 6.** Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ile Toronto Aleksitimi Ölçeğinin İlişkisi

	Toronto Aleksitimi Ölçeği	Duyguları Tanımada Güçlük	Duyguları Söze Dökmede Güçlük	Dışa Vuruk Düşünme
<b>Öfke Belirtileri</b>	.487**	.510**	.403**	.173*
<b>Öfkeye Yol Açan Durumlar</b>	.163*	.161*	.112	.103
Ciddiye Alınmama	.028	.040	.005	.009
Haksızlığa Uğrama	.173*	.155	.131	.129
Eleştirilme	.115	.117	.075	.071
<b>Öfkeyle İlgili Düşünceler</b>	.566**	.568**	.505**	.209**
Öfkesine Yönelik Düşünceler	.636**	.644**	.594**	.192*
Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri	.601**	.606**	.539**	.212**
Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri	.638**	.630**	.568**	.257**
Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri	.642**	.645**	.581**	.227**
<b>Öfkeyle İlişkili Davranışlar</b>	.479**	.477**	.399**	.217**
Saldırgan Davranışlar	.153	.263**	.198*	-.240**
Sakin Davranışlar	.478**	.508**	.442**	.101
Kaygılı Davranışlar	.459**	.519**	.427**	.029
<b>Kişiler Arası Öfke</b>	.551**	.553**	.452**	.248**
İntikam Tepkileri	.432**	.498**	.392**	.020
Pasif Agresif Tepkileri	.392**	.438**	.389**	.007

İçe Dönük Tepkileri	.272**	.305**	.299**	-.032
Umursamaz Tepkileri	.546**	.577**	.480**	.147

\*\* $p < 0.01$ , \* $p < 0.05$  Kullanılan test: Pearson Korelasyon Testi

Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Öfke Belirtileri ( $r=.487, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Öfkeye Yol Açan Durumlar ( $r=.163, p<0.05$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Haksızlığa Uğrama ( $r=.173, p<0.05$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Öfkeyle İlgili Düşünceler ( $r=.566, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Öfkesine Yönelik Düşünceler ( $r=.636, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.601, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.638, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.642, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Öfkeyle İlişkili Davranışlar ( $r=.479, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Sakin Davranışlar ( $r=.478, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Kaygılı Davranışlar ( $r=.459, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Kişiler Arası Öfke ( $r=.551, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile İntikam Tepkileri ( $r=.432, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Pasif Agresif Tepkileri ( $r=.392, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile İçe Dönük Tepkileri ( $r=.272, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Umursamaz Tepkileri ( $r=.546, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki vardır.

Duyguları Tanımada Güçlük ile Öfke Belirtileri ( $r=.510, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Öfkeye Yol Açan Durumlar ( $r=.161, p<0.05$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Öfkeyle İlgili Düşünceler ( $r=.568, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Öfkesine

Yönelik Düşünceler ( $r=.644, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.606, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.630, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.645, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Öfkeyle İlişkili Davranışlar ( $r=.477, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Saldırgan Davranışlar ( $r=.263, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Sakin Davranışlar ( $r=.508, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Kaygılı Davranışlar ( $r=.519, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Kişiler Arası Öfke ( $r=.553, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile İntikam Tepkileri ( $r=.498, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Pasif Agresif Tepkileri ( $r=.438, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile İçer Dönük Tepkileri ( $r=.305, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımada Güçlük ile Umursamaz Tepkileri ( $r=.577, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki vardır.

Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Öfke Belirtileri ( $r=.403, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Öfkeyle İlgili Düşünceler ( $r=.505, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Öfkesine Yönelik Düşünceler ( $r=.594, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.539, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.568, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.581, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Öfkeyle İlişkili Davranışlar ( $r=.399, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Saldırgan Davranışlar ( $r=.198, p<0.05$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Sakin Davranışlar ( $r=.442, p<0.01$ ) puanları arasında orta

seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Kaygılı Davranışlar ( $r=.427, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Kişiler Arası Öfke ( $r=.452, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile İntikam Tepkileri ( $r=.392, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Pasif Agresif Tepkileri ( $r=.389, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile İçer Dönük Tepkileri ( $r=.299, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Umursamaz Tepkileri ( $r=.480, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki vardır.

Dışa Vuruk Düşünme ile Öfke Belirtileri ( $r=.173, p<0.05$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Dışa Vuruk Düşünme ile Öfkeyle İlgili Düşünceler ( $r=.209, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Dışa Vuruk Düşünme ile Öfkesine Yönelik Düşünceler ( $r=.192, p<0.05$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Dışa Vuruk Düşünme ile Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.212, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Dışa Vuruk Düşünme ile Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.257, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Dışa Vuruk Düşünme ile Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri ( $r=.227, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Dışa Vuruk Düşünme ile Öfkeyle İlişkili Davranışlar ( $r=.217, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Dışa Vuruk Düşünme ile Saldırgan Davranışlar ( $r=-.240, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki, Dışa Vuruk Düşünme ile Kişiler Arası Öfke ( $r=.248, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki vardır.

**Tablo 7.** Toronto Aleksitimi Ölçeğinin ile Savunma Mekanizmaları Ölçeğinin İlişkisi

	İmmatür Savunmalar	Nevrotik Savunmalar	Matür Savunmalar
<b>Toronto Aleksitimi Ölçeği</b>	.569**	.409**	-.300**
Duyguları Tanımda Güçlük	.606**	.488**	-.412**
Duyguları Söze Dökmede Güçlük	.481**	.361**	-.223**
Dışa Vuruk Düşünme	.169*	-0.006	-0.067

\*\* $p<0.01$ , \* $p<0.05$  Kullanılan test: Pearson Korelasyon Testi



Toronto Aleksitimi Ölçeği ile İmmatür Savunmalar ( $r=.569, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Nevrotik Savunmalar ( $r=.409, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Toronto Aleksitimi Ölçeği ile Matür Savunmalar ( $r=-.300, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki vardır.

Duyguları Tanımda Güçlük ile İmmatür Savunmalar ( $r=.606, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımda Güçlük ile Nevrotik Savunmalar ( $r=.488, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Tanımda Güçlük ile Matür Savunmalar ( $r=-.412, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki vardır.

Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile İmmatür Savunmalar ( $r=.418, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile İmmatür Savunmalar ( $r=.316, p<0.01$ ) puanları arasında orta seviyede ve pozitif ilişki, Duyguları Söze Dökmede Güçlük ile Matür Savunmalar ( $r=-.223, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki vardır.

Dışa Vuruk Düşünme ile İmmatür Savunmalar ( $r=.169, p<0.01$ ) puanları arasında zayıf seviyede ve negatif ilişki vardır.

**Tablo 8.** Çocuğun Cinsiyeti Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması

		<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>Ss.</i>	<i>t</i>	<i>Sd.</i>	<i>p</i>
<b>Öfke Belirtileri</b>	Kız	89	32.40	11.46	0.05	158	0.958
	Erkek	71	32.31	11.14			
<b>Öfkeye Yol Açan Durumlar</b>	Kız	89	135.62	36.94	0.47	158	0.641
	Erkek	71	132.77	39.72			
Ciddiye Alınmama	Kız	89	62.78	19.38	0.51	158	0.614
	Erkek	71	61.21	19.53			
Haksızlığa Uğrama	Kız	89	58.38	15.57	0.25	140.204	0.801
	Erkek	71	57.70	17.77			
Eleştirilme	Kız	89	14.46	4.55	0.86	158	0.394
	Erkek	71	13.86	4.25			
<b>Öfkeyle İlgili Düşünceler</b>	Kız	89	66.40	25.06	0.00	158	0.996

	Erkek	71	66.42	24.63			
Öfkesine Yönelik Düşünceler	Kız	89	20.03	8.32	0.43	158	0.666
	Erkek	71	19.48	7.74			
Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri	Kız	89	20.45	7.17	0.05	158	0.962
	Erkek	71	20.39	7.40			
Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri	Kız	89	14.91	5.73	-0.86	158	0.391
	Erkek	71	15.72	6.11			
Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri	Kız	89	11.01	5.23	0.22	158	0.823
	Erkek	71	10.83	4.82			
<b>Öfkeyle İlişkili Davranışlar</b>	Kız	89	65.83	16.86	-0.30	158	0.764
	Erkek	71	66.62	15.94			
Saldırgan Davranışlar	Kız	89	25.08	9.33	-0.41	158	0.684
	Erkek	71	25.69	9.51			
Sakin Davranışlar	Kız	89	29.36	8.31	0.12	158	0.908
	Erkek	71	29.21	7.77			
Kaygılı Davranışlar	Kız	89	11.39	3.83	-0.54	158	0.590
	Erkek	71	11.72	3.72			
<b>Kişiler Arası Öfke</b>	Kız	89	110.80	36.90	-0.50	158	0.619
	Erkek	71	113.65	34.70			
İntikam Tepkileri	Kız	89	49.45	20.62	-0.86	158	0.389
	Erkek	71	52.30	20.84			
Pasif Agresif Tepkileri	Kız	89	27.10	9.16	-0.69	158	0.490
	Erkek	71	28.07	8.32			
İçer Dönük Tepkileri	Kız	89	26.94	9.06	0.32	158	0.752
	Erkek	71	26.49	8.79			
Umursamaz Tepkileri	Kız	89	7.30	3.28	1.03	158	0.307
	Erkek	71	6.79	2.98			

\* $p < 0.05$  Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Bulguları incelediğimizde, Öfke Belirtileri, Öfkeye Yol Açan Durumlar, Ciddiye Alınmama, Haksızlığa Uğrama, Eleştirilme, Öfkeyle İlgili Düşünceler, Öfkesine Yönelik Düşünceler, Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri, Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri, Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri, Öfkeyle İlişkili

Davranışlar, Saldırgan Davranışlar, Sakin Davranışlar, Kaygılı Davranışlar, Kişiler Arası Öfke, İntikam Tepkileri, Pasif Agresif Tepkileri, İçer Dönük Tepkileri, Umursamaz Tepkileri alt boyutu çocuğun cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 9.** Çocuğun Cinsiyeti Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması

		<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>Ss.</i>	<i>t</i>	<i>Sd.</i>	<i>p</i>
<b>Toronto Aleksitimi Ölçeği</b>	Kız	89	51.27	11.39	-0.61	158	0.545
	Erkek	71	52.37	11.35			
Duyguları Tanımada Güçlük	Kız	89	15.92	6.95	-0.54	158	0.588
	Erkek	71	16.51	6.57			
Duyguları Söze Dökmede Güçlük	Kız	89	12.62	3.82	-0.76	158	0.450
	Erkek	71	13.07	3.68			
Dışa Vuruk Düşünme	Kız	89	22.73	3.05	-0.11	158	0.911
	Erkek	71	22.79	3.57			
<b>İmmatür Savunmalar</b>	Kız	89	87.72	45.47	0.24	158	0.812
	Erkek	71	86.06	41.66			
<b>Nevrotik Savunmalar</b>	Kız	89	33.11	16.28	0.32	158	0.751
	Erkek	71	32.32	14.60			
<b>Matür Savunmalar</b>	Kız	89	35.54	16.95	0.38	158	0.706
	Erkek	71	34.55	15.86			

\* $p<0.05$  Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Bulguları incelediğimizde, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Duyguları Tanımada Güçlük, Duyguları Söze Dökmede Güçlük, Dışa Vuruk Düşünme, İmmatür Savunmalar, Nevrotik Savunmalar, Matür Savunmalar alt boyutu çocuğun cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 10.** Annenin Tıbbi Hastalığı Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması

		<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>Ss.</i>	<i>t</i>	<i>Sd.</i>	<i>p</i>
<b>Öfke Belirtileri</b>	Evet	23	32.48	13.51	0.05	158	0.958
	Hayır	137	32.34	10.92			
<b>Öfkeye Yol Açan Durumlar</b>	Evet	23	135.30	36.97	0.13	158	0.898
	Hayır	137	134.20	38.42			
Ciddiye Alınmama	Evet	23	63.52	19.75	0.38	158	0.702
	Hayır	137	61.84	19.40			
Haksızlığa Uğrama	Evet	23	57.65	15.94	-0.13	158	0.893
	Hayır	137	58.15	16.69			
Eleştirilme	Evet	23	14.13	4.39	-0.07	158	0.941
	Hayır	137	14.20	4.44			
<b>Öfkeyle İlgili Düşünceler</b>	Evet	23	69.17	29.81	0.58	158	0.565
	Hayır	137	65.95	23.95			
Öfkesine Yönelik Düşünceler	Evet	23	21.17	10.54	0.71	25.949	0.486
	Hayır	137	19.55	7.57			
Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri	Evet	23	20.96	8.82	0.38	158	0.705
	Hayır	137	20.34	6.98			
Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri	Evet	23	15.57	6.13	0.26	158	0.795
	Hayır	137	15.22	5.88			
Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri	Evet	23	11.48	5.91	0.56	158	0.575
	Hayır	137	10.84	4.90			
<b>Öfkeyle İlişkili Davranışlar</b>	Evet	23	63.57	19.23	-0.83	158	0.410
	Hayır	137	66.62	15.92			
Saldırgan Davranışlar	Evet	23	24.04	10.28	-0.72	158	0.472
	Hayır	137	25.57	9.25			
Sakin Davranışlar	Evet	23	28.04	8.36	-0.80	158	0.423
	Hayır	137	29.50	8.01			
Kaygılı Davranışlar	Evet	23	11.48	4.74	-0.07	26.462	0.947
	Hayır	137	11.55	3.61			
<b>Kişiler Arası Öfke</b>	Evet	23	116.87	41.55	0.69	158	0.489
	Hayır	137	111.26	34.92			

İntikam Tepkileri	Evet	23	53.13	23.52	0.60	158	0.547
	Hayır	137	50.31	20.26			
Pasif Agresif Tepkileri	Evet	23	28.35	9.71	0.48	158	0.631
	Hayır	137	27.39	8.65			
İçe Dönük Tepkileri	Evet	23	28.22	10.46	0.86	158	0.393
	Hayır	137	26.50	8.65			
Umursamaz Tepkileri	Evet	23	7.17	3.51	0.16	158	0.871
	Hayır	137	7.06	3.10			

\* $p < 0.05$  Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Bulguları incelediğimizde, Öfke Belirtileri, Öfkeye Yol Açan Durumlar, Ciddiye Alınmama, Haksızlığa Uğrama, Eleştirilme, Öfkeyle İlgili Düşünceler, Öfkesine Yönelik Düşünceler, Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri, Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri, Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri, Öfkeyle İlişkili Davranışlar, Saldırgan Davranışlar, Sakin Davranışlar, Kaygılı Davranışlar, Kişiler Arası Öfke, İntikam Tepkileri, Pasif Agresif Tepkileri, İçe Dönük Tepkileri, Umursamaz Tepkileri alt boyutu annenin tıbbi hastalığı değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 11.** Annenin Tıbbi Hastalığı Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması

		<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>Ss.</i>	<i>t</i>	<i>Sd.</i>	<i>p</i>
<b>Toronto Aleksitimi Ölçeği</b>	Evet	23	54.22	12.32	1.12	158	0.262
	Hayır	137	51.34	11.18			
Duyguları Tanımada Güçlük	Evet	23	17.83	7.78	1.26	158	0.209
	Hayır	137	15.91	6.58			
Duyguları Söze Dökmede Güçlük	Evet	23	13.74	3.84	1.27	158	0.205
	Hayır	137	12.66	3.73			
Dışa Vuruk Düşünme	Evet	23	22.65	3.32	-0.16	158	0.870
	Hayır	137	22.77	3.28			
<b>İmmatür Savunmalar</b>	Evet	23	92.39	48.05	0.64	158	0.523
	Hayır	137	86.07	43.04			

<b>Nevrotik Savunmalar</b>	Evet	23	36.74	18.14	1.33	158	0.185
	Hayır	137	32.09	15.00			
<b>Matür Savunmalar</b>	Evet	23	36.52	19.14	0.45	158	0.655
	Hayır	137	34.86	16.00			

\* $p < 0.05$  Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Bulguları incelediğimizde, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Duyguları Tanımada Güçlük, Duyguları Söze Dökmede Güçlük, Dışa Vuruk Düşünme, İmmatür Savunmalar, Nevrotik Savunmalar, Matür Savunmalar alt boyutu annenin tıbbi hastalığı değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 12.** Annenin Yaşı Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>Öfke Belirtileri</b>	20-30	51	33.96	12.29	G. Arası	715.87	3	238.62	1.91	0.131
	31-40	83	30.66	10.14	G. İçi	19523.11	156	125.15		
	41-50	20	33.10	12.87	Toplam	20238.98	159			
	50 ve üstü	6	39.83	8.82						
	Toplam	160	32.36	11.28						
<b>Öfkeye Yol Açan Durumlar</b>	20-30	51	130.75	39.17	G. Arası	2439.17	3	813.06	0.56	0.645
	31-40	83	138.02	35.99	G. İçi	228399.52	156	1464.10		
	41-50	20	128.65	47.88	Toplam	230838.69	159			
	50 ve üstü	6	133.33	19.50						
	Toplam	160	134.36	38.10						
<b>Ciddiye Alınmama</b>	20-30	51	60.45	20.18	G. Arası	421.87	3	140.62	0.37	0.775
	31-40	83	63.61	18.44	G. İçi	59426.07	156	380.94		
	41-50	20	59.95	23.59	Toplam	59847.94	159			
	50 ve üstü	6	61.83	11.09						
	Toplam	160	62.08	19.40						
<b>Haksızlığa Uğrama</b>	20-30	51	56.29	17.10	G. Arası	803.27	3	267.76	0.98	0.404
	31-40	83	60.17	15.67	G. İçi	42652.68	156	273.41		
	41-50	20	54.45	19.59	Toplam	43455.94	159			
	50 ve üstü	6	56.50	11.00						
	Toplam	160	58.08	16.53						

<b>Eleştirilme</b>	20-30	51	14.00	4.47	G. Arası	6.06	3	2.02	0.10	0.959
	31-40	83	14.24	4.19	G. İçi	3094.93	156	19.84		
	41-50	20	14.25	5.58	Toplam	3100.99	159			
	50 ve üstü	6	15.00	3.58						
	Toplam	160	14.19	4.42						
<b>Öfkeyle İlgili Düşünceler</b>	20-30	51	68.86	22.75	G. Arası	1568.69	3	522.90	0.85	0.470
	31-40	83	63.86	24.38	G. İçi	96176.09	156	616.51		
	41-50	20	67.55	30.16	Toplam	97744.78	159			
	50 ve üstü	6	77.17	29.23						
	Toplam	160	66.41	24.79						
<b>Öfkesine Yönelik Düşünceler</b>	20-30	51	20.76	7.70	G. Arası	101.69	3	33.90	0.52	0.670
	31-40	83	19.11	7.92	G. İçi	10195.08	156	65.35		
	41-50	20	19.65	8.98	Toplam	10296.78	159			
	50 ve üstü	6	21.33	10.52						
	Toplam	160	19.79	8.05						
<b>Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri</b>	20-30	51	20.84	6.30	G. Arası	112.68	3	37.56	0.71	0.547
	31-40	83	19.82	7.27	G. İçi	8242.42	156	52.84		
	41-50	20	20.85	9.49	Toplam	8355.10	159			
	50 ve üstü	6	23.83	6.55						
	Toplam	160	20.43	7.25						
<b>Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri</b>	20-30	51	15.98	5.49	G. Arası	203.97	3	67.99	1.99	0.118
	31-40	83	14.36	5.67	G. İçi	5331.47	156	34.18		
	41-50	20	16.00	7.01	Toplam	5535.44	159			
	50 ve üstü	6	19.33	7.20						
	Toplam	160	15.27	5.90						
<b>Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri</b>	20-30	51	11.27	4.89	G. Arası	35.42	3	11.81	0.46	0.710
	31-40	83	10.57	4.89	G. İçi	4000.83	156	25.65		
	41-50	20	11.05	5.80	Toplam	4036.24	159			
	50 ve üstü	6	12.67	6.44						
	Toplam	160	10.93	5.04						
<b>Öfkeyle İlişkili Davranışlar</b>	20-30	51	64.78	15.87	G. Arası	186.59	3	62.20	0.23	0.877
	31-40	83	66.52	15.58	G. İçi	42623.15	156	273.23		
	41-50	20	68.10	22.33	Toplam	42809.74	159			
	50 ve üstü	6	67.00	11.37						
	Toplam	160	66.18	16.41						
<b>Saldırgan Davranışlar</b>	20-30	51	25.55	9.14	G. Arası	59.20	3	19.73	0.22	0.882
	31-40	83	24.87	8.83	G. İçi	13949.20	156	89.42		

	41-50	20	26.70	12.50	Toplam	14008.40	159			
	50 ve üstü	6	25.83	9.02						
	Toplam	160	25.35	9.39						
<b>Sakin Davranışlar</b>	20-30	51	27.96	8.16	G. Arası	148.08	3	49.36	0.76	0.520
	31-40	83	29.99	7.80	G. İçi	10165.11	156	65.16		
	41-50	20	29.30	8.90	Toplam	10313.19	159			
	50 ve üstü	6	31.00	8.27						
	Toplam	160	29.29	8.05						
<b>Kaygılı Davranışlar</b>	20-30	51	11.27	3.65	G. Arası	22.43	3	7.48	0.52	0.669
	31-40	83	11.66	3.72	G. İçi	2245.34	156	14.39		
	41-50	20	12.10	4.72	Toplam	2267.78	159			
	50 ve üstü	6	10.17	1.94						
	Toplam	160	11.54	3.78						
<b>Kişiler Arası Öfke</b>	20-30	51	109.82	35.25	G. Arası	3968.67	3	1322.89	1.03	0.381
	31-40	83	110.51	31.96	G. İçi	200440.71	156	1284.88		
	41-50	20	117.65	50.22	Toplam	204409.38	159			
	50 ve üstü	6	134.00	36.40						
	Toplam	160	112.06	35.86						
<b>İntikam Tepkileri</b>	20-30	51	50.25	19.68	G. Arası	1155.43	3	385.14	0.90	0.444
	31-40	83	49.28	18.66	G. İçi	66973.35	156	429.32		
	41-50	20	54.70	29.57	Toplam	68128.78	159			
	50 ve üstü	6	61.17	22.12						
	Toplam	160	50.71	20.70						
<b>Pasif Agresif Tepkileri</b>	20-30	51	26.75	8.89	G. Arası	231.49	3	77.16	1.00	0.394
	31-40	83	27.39	8.13	G. İçi	12034.35	156	77.14		
	41-50	20	28.50	11.29	Toplam	12265.84	159			
	50 ve üstü	6	33.00	6.93						
	Toplam	160	27.53	8.78						
<b>İçer Dönük Tepkileri</b>	20-30	51	25.76	9.12	G. Arası	245.67	3	81.89	1.03	0.381
	31-40	83	26.71	8.34	G. İçi	12396.82	156	79.47		
	41-50	20	27.75	10.60	Toplam	12642.49	159			
	50 ve üstü	6	32.17	8.86						
	Toplam	160	26.74	8.92						
<b>Umursamaz Tepkileri</b>	20-30	51	7.06	3.33	G. Arası	5.20	3	1.73	0.17	0.915
	31-40	83	7.13	3.00	G. İçi	1575.90	156	10.10		
	41-50	20	6.70	3.54	Toplam	1581.10	159			
	50 ve üstü	6	7.67	3.08						



\* $p < 0.05$  Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bulguları incelediğimizde, Öfke Belirtileri, Öfkeye Yol Açan Durumlar, Ciddiye Alınmama, Haksızlığa Uğrama, Eleştirilme, Öfkeyle İlgili Düşünceler, Öfkesine Yönelik Düşünceler, Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri, Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri, Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri, Öfkeyle İlişkili Davranışlar, Saldırgan Davranışlar, Sakin Davranışlar, Kaygılı Davranışlar, Kişiler Arası Öfke, İntikam Tepkileri, Pasif Agresif Tepkileri, İçe Dönük Tepkileri, Umursamaz Tepkileri alt boyutu annenin yaşı değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 13.** Annenin Yaşı Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>Toronto Aleksitimi Ölçeği</b>	20-30	51	50.67	11.40	G. Ası	176.96	3	58.99	0.45	0.715
	31-40	83	51.93	10.60	G. İçi	20310.53	156	130.20		
	41-50	20	52.60	12.88	Toplam	20487.49	159			
	50 ve üstü	6	55.83	16.99						
	Toplam	160	51.76	11.35						
<b>Duyguları Tanımadaki Güçlük</b>	20-30	51	15.25	6.93	G. Arası	160.97	3	53.66	1.17	0.321
	31-40	83	16.18	6.15	G. İçi	7124.78	156	45.67		
	41-50	20	17.40	7.94	Toplam	7285.74	159			
	50 ve üstü	6	20.00	9.25						
	Toplam	160	16.18	6.77						
<b>Duyguları Söze Dökmedeki Güçlük</b>	20-30	51	12.55	3.63	G. Arası	8.50	3	2.83	0.20	0.898
	31-40	83	13.01	3.49	G. İçi	2231.25	156	14.30		
	41-50	20	12.60	4.95	Toplam	2239.74	159			
	50 ve üstü	6	13.17	4.62						
	Toplam	160	12.82	3.75						
<b>Dışa Vuruk Düşünme</b>	20-30	51	22.86	3.36	G. Arası	1.15	3	0.38	0.04	0.991
	31-40	83	22.73	3.33	G. İçi	1708.34	156	10.95		
	41-50	20	22.60	2.66	Toplam	1709.49	159			
	50 ve üstü	6	22.67	4.41						
	Toplam	160	22.76	3.28						

<b>İmmatür Savunmalar</b>	20-30	51	88.57	46.14	G. Arası	9466.72	3	3155.57	1.67	0.175
	31-40	83	82.39	40.47	G. İçi	294028.22	156	1884.80		
	41-50	20	91.65	49.25	Toplam	303494.94	159			
	50 ve üstü	6	121.50	37.92						
	Toplam	160	86.98	43.69						
<b>Nevrotik Savunmalar</b>	20-30	51	32.35	16.83	G. Arası	1290.76	3	430.25	1.82	0.147
	31-40	83	31.65	14.23	G. İçi	36970.21	156	236.99		
	41-50	20	34.30	17.34	Toplam	38260.98	159			
	50 ve üstü	6	46.50	9.85						
	Toplam	160	32.76	15.51						
<b>Matür Savunmalar</b>	20-30	51	35.43	18.91	G. Arası	639.53	3	213.18	0.79	0.503
	31-40	83	34.11	14.85	G. İçi	42308.87	156	271.21		
	41-50	20	35.50	17.75	Toplam	42948.40	159			
	50 ve üstü	6	44.67	8.38						
	Toplam	160	35.10	16.44						

\* $p < 0.05$  Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bulguları incelediğimizde, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Duyguları Tanımada Güçlük, Duyguları Söze Dökmede Güçlük, Dışa Vuruk Düşünme, İmmatür Savunmalar, Nevrotik Savunmalar, Matür Savunmalar alt boyutu annenin yaşı değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 14.** Annenin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>Öfke Belirtileri</b>	İlkokul	32	33.00	12.28	G.Arası	76.21	3	25.40	0.20	0.899
	Ortaokul	15	30.33	11.41	G.İçi	20162.76	156	129.25		
	Lise	44	32.36	12.09	Toplam	20238.98	159			
	Üniversite	69	32.51	10.42						
	Toplam	160	32.36	11.28						
<b>Öfkeye Yol Açan Durumlar</b>	İlkokul	32	139.69	38.16	G.Arası	4112.48	3	1370.83	0.94	0.421
	Ortaokul	15	135.40	37.63	G.İçi	226726.21	156	1453.37		
	Lise	44	126.39	40.84	Toplam	230838.69	159			
	Üniversite	69	136.74	36.39						
	Toplam	160	134.36	38.10						

Ciddiye Alınmama	İlkokul	32	65.84	19.88	G.Arası	1286.63	3	428.88	1.14	0.334
	Ortaokul	15	63.00	19.60	G.İçi	58561.31	156	375.39		
	Lise	44	57.86	19.50	Toplam	59847.94	159			
	Üniversite	69	62.83	19.02						
	Toplam	160	62.08	19.40						
Haksızlığa Uğrama	İlkokul	32	59.28	15.56	G.Arası	637.91	3	212.64	0.77	0.510
	Ortaokul	15	59.13	16.87	G.İçi	42818.03	156	274.47		
	Lise	44	54.84	18.63	Toplam	43455.94	159			
	Üniversite	69	59.36	15.53						
	Toplam	160	58.08	16.53						
Eleştirilme	İlkokul	32	14.56	4.42	G.Arası	37.57	3	12.52	0.64	0.592
	Ortaokul	15	13.27	3.83	G.İçi	3063.43	156	19.64		
	Lise	44	13.68	4.79	Toplam	3100.99	159			
	Üniversite	69	14.55	4.31						
	Toplam	160	14.19	4.42						
Öfkeyle İlgili Düşünceler	İlkokul	32	71.78	31.43	G.Arası	1462.48	3	487.49	0.79	0.501
	Ortaokul	15	61.67	14.53	G.İçi	96282.30	156	617.19		
	Lise	44	66.77	25.24	Toplam	97744.78	159			
	Üniversite	69	64.72	22.79						
	Toplam	160	66.41	24.79						
Öfkesine Yönelik Düşünceler	İlkokul	32	21.50	9.75	G.Arası	131.77	3	43.92	0.67	0.569
	Ortaokul	15	18.47	4.72	G.İçi	10165.01	156	65.16		
	Lise	44	19.59	8.08	Toplam	10296.78	159			
	Üniversite	69	19.41	7.76						
	Toplam	160	19.79	8.05						
Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri	İlkokul	32	21.31	9.14	G.Arası	74.34	3	24.78	0.47	0.706
	Ortaokul	15	19.67	4.48	G.İçi	8280.76	156	53.08		
	Lise	44	21.00	7.55	Toplam	8355.10	159			
	Üniversite	69	19.81	6.60						
	Toplam	160	20.43	7.25						
Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri	İlkokul	32	16.97	7.88	G.Arası	147.94	3	49.31	1.43	0.237
	Ortaokul	15	13.53	4.02	G.İçi	5387.50	156	34.54		
	Lise	44	15.23	5.89	Toplam	5535.44	159			
	Üniversite	69	14.88	5.07						
	Toplam	160	15.27	5.90						
Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri	İlkokul	32	12.00	5.75	G.Arası	56.13	3	18.71	0.73	0.534
	Ortaokul	15	10.00	3.89	G.İçi	3980.11	156	25.51		

	Lise	44	10.95	5.16	Toplam	4036.24	159			
	Üniversite	69	10.62	4.85						
	Toplam	160	10.93	5.04						
<b>Öfkeyle İlişkili Davranışlar</b>	İlkokul	32	65.56	18.93	G.Arası	1044.09	3	348.03	1.30	0.277
	Ortaokul	15	59.47	13.29	G.İçi	41765.66	156	267.73		
	Lise	44	69.02	18.49	Toplam	42809.74	159			
	Üniversite	69	66.12	14.08						
	Toplam	160	66.18	16.41						
<b>Saldırgan Davranışlar</b>	İlkokul	32	26.16	10.08	G.Arası	233.99	3	78.00	0.88	0.451
	Ortaokul	15	23.20	8.06	G.İçi	13774.41	156	88.30		
	Lise	44	26.82	11.19	Toplam	14008.40	159			
	Üniversite	69	24.51	7.98						
	Toplam	160	25.35	9.39						
<b>Sakin Davranışlar</b>	İlkokul	32	28.13	8.57	G.Arası	287.51	3	95.84	1.49	0.219
	Ortaokul	15	25.93	7.11	G.İçi	10025.69	156	64.27		
	Lise	44	30.36	8.45	Toplam	10313.19	159			
	Üniversite	69	29.88	7.64						
	Toplam	160	29.29	8.05						
<b>Kaygılı Davranışlar</b>	İlkokul	32	11.28	4.13	G.Arası	30.32	3	10.11	0.70	0.551
	Ortaokul	15	10.33	2.79	G.İçi	2237.46	156	14.34		
	Lise	44	11.84	4.32	Toplam	2267.78	159			
	Üniversite	69	11.72	3.42						
	Toplam	160	11.54	3.78						
<b>Kişiler Arası Öfke</b>	İlkokul	32	113.47	38.55	G.Arası	2366.02	3	788.67	0.61	0.610
	Ortaokul	15	100.13	26.69	G.İçi	202043.35	156	1295.15		
	Lise	44	112.89	39.23	Toplam	204409.38	159			
	Üniversite	69	113.48	34.26						
	Toplam	160	112.06	35.86						
<b>İntikam Tepkileri</b>	İlkokul	32	52.09	20.42	G.Arası	444.41	3	148.14	0.34	0.795
	Ortaokul	15	45.80	15.39	G.İçi	67684.36	156	433.87		
	Lise	44	51.41	23.34	Toplam	68128.78	159			
	Üniversite	69	50.70	20.30						
	Toplam	160	50.71	20.70						
<b>Pasif Agresif Tepkileri</b>	İlkokul	32	27.50	9.31	G.Arası	199.27	3	66.42	0.86	0.464
	Ortaokul	15	24.20	7.20	G.İçi	12066.57	156	77.35		
	Lise	44	27.61	9.38	Toplam	12265.84	159			
	Üniversite	69	28.22	8.46						

	Toplam	160	27.53	8.78						
İçe Dönük Tepkileri	İlkokul	32	26.50	9.53	G.Arası	239.42	3	79.81	1.00	0.393
	Ortaokul	15	23.53	8.93	G.İçi	12403.07	156	79.51		
	Lise	44	26.36	8.74	Toplam	12642.49	159			
	Üniversite	69	27.80	8.73						
	Toplam	160	26.74	8.92						
Umursamaz Tepkileri	İlkokul	32	7.38	2.94	G.Arası	20.71	3	6.90	0.69	0.559
	Ortaokul	15	6.60	2.97	G.İçi	1560.39	156	10.00		
	Lise	44	7.50	3.59	Toplam	1581.10	159			
	Üniversite	69	6.77	3.01						
	Toplam	160	7.08	3.15						

\* $p < 0.05$  Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bulguları incelediğimizde, Öfke Belirtileri, Öfkeye Yol Açan Durumlar, Ciddiye Alınmama, Haksızlığa Uğrama, Eleştirilme, Öfkeyle İlgili Düşünceler, Öfkesine Yönelik Düşünceler, Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri, Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri, Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri, Öfkeyle İlişkili Davranışlar, Saldırgan Davranışlar, Sakin Davranışlar, Kaygılı Davranışlar, Kişiler Arası Öfke, İntikam Tepkileri, Pasif Agresif Tepkileri, İçe Dönük Tepkileri, Umursamaz Tepkileri alt boyutu anne eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 15.** Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>Toronto Aleksitimi Ölçeği</b>	İlkokul	32	54.3750	12.36736	G. Arası	792.139	3	264.046	2.091	0.104
	Ortaokul	15	49.0667	9.23090	G. İçi	19695.354	156	126.252		
	Lise	44	53.8636	10.72400	Toplam	20487.494	159			
	Üniversite	69	49.7826	11.38610						
	Toplam	160	51.7563	11.35131						
Duyguları Tanımada Güçlük	İlkokul	32	18.0313	7.81431	G. Arası	202.221	3	67.407	1.484	0.221
	Ortaokul	15	14.8000	6.01427	G. İçi	7083.523	156	45.407		
	Lise	44	16.6818	6.91400	Toplam	7285.744	159			
	Üniversite	69	15.3043	6.21740						

	Toplam	160	16.1813	6.76922						
Duyguları Söze Dökmede Güçlük	İlkokul	32	13.4063	3.96647	G. Arası	102.256	3	34.085	2.488	0.063
	Ortaokul	15	11.9333	2.34419	G. İçi	2137.487	156	13.702		
	Lise	44	13.8182	3.79273	Toplam	2239.744	159			
	Üniversite	69	12.1014	3.74615						
	Toplam	160	12.8188	3.75319						
Dışa Vuruk Düşünme	İlkokul	32	22.9375	2.83910	G. Arası	29.901	3	9.967	0.926	0.430
	Ortaokul	15	22.3333	4.06495	G. İçi	1679.593	156	10.767		
	Lise	44	23.3636	2.77942	Toplam	1709.494	159			
	Üniversite	69	22.3768	3.56907						
	Toplam	160	22.7563	3.27895						
<b>İmmatür Savunmalar</b>	İlkokul	32	89.0938	49.04926	G. Arası	2315.452	3	771.817	0.400	0.753
	Ortaokul	15	82.9333	42.45749	G. İçi	301179.491	156	1930.638		
	Lise	44	92.0909	42.02149	Toplam	303494.944	159			
	Üniversite	69	83.6232	42.94870						
	Toplam	160	86.9813	43.68951						
<b>Nevrotik Savunmalar</b>	İlkokul	32	33.4063	17.05562	G. Arası	116.538	3	38.846	0.159	0.924
	Ortaokul	15	32.4667	16.02617	G. İçi	38144.437	156	244.516		
	Lise	44	33.7955	14.98151	Toplam	38260.975	159			
	Üniversite	69	31.8696	15.28159						
	Toplam	160	32.7625	15.51242						
<b>Matür Savunmalar</b>	İlkokul	32	33.6250	18.81103	G. Arası	242.981	3	80.994	0.296	0.828
	Ortaokul	15	32.9333	17.96611	G. İçi	42705.419	156	273.753		
	Lise	44	35.0000	15.90963	Toplam	42948.400	159			
	Üniversite	69	36.3188	15.49810						
	Toplam	160	35.1000	16.43520						

\* $p < 0.05$  Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bulguları incelediğimizde, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Duyguları Tanımada Güçlük, Duyguları Söze Dökmede Güçlük, Dışa Vuruk Düşünme, İmmatür Savunmalar, Nevrotik Savunmalar, Matür Savunmalar alt boyutu anne eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 16.** Ailenin Gelir Durumu Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>Öfke Belirtileri</b>	1000-2000 TL	8	33.13	8.48	G. Arası	92.59	4	23.15	0.18	0.949
	2001-3000 TL	10	30.00	11.92	G. İçi	20146.38	155	129.98		
	3001-4000 TL	36	32.67	12.02	Toplam	2023898	159			
	4001-5000 TL	42	31.79	10.12						
	5000 ve üstü	64	32.84	12.02						
	Toplam	160	32.36	11.28						
<b>Öfkeye Yol Açan Durumlar</b>	1000-2000 TL	8	121.50	44.94	G. Arası	6227.74	4	1556.93	1.07	0.371
	2001-3000 TL	10	122.10	44.50	G. İçi	224610.96	155	1449.10		
	3001-4000 TL	36	129.11	39.21	Toplam	230838.69	159			
	4001-5000 TL	42	141.64	34.78						
	5000 ve üstü	64	136.05	37.64						
	Toplam	160	134.36	38.10						
<b>Ciddiye Alınmama</b>	1000-2000 TL	8	59.13	22.38	G. Arası	1177.58	4	294.39	0.78	0.541
	2001-3000 TL	10	56.20	20.64	G. İçi	58670.37	155	378.52		
	3001-4000 TL	36	59.86	19.44	Toplam	59847.94	159			
	4001-5000 TL	42	65.81	18.05						
	5000 ve üstü	64	62.17	19.82						
	Toplam	160	62.08	19.40						
<b>Haksızlığa Uğrama</b>	1000-2000 TL	8	49.63	19.71	G. Arası	1592.89	4	398.22	1.47	0.213
	2001-3000 TL	10	52.60	20.92	G. İçi	41863.05	155	270.08		
	3001-4000 TL	36	55.39	16.91	Toplam	43455.94	159			
	4001-5000 TL	42	60.43	14.53						
	5000 ve üstü	64	59.97	16.20						
	Toplam	160	58.08	16.53						
<b>Eleştirilme</b>	1000-2000 TL	8	12.75	4.59	G. Arası	95.53	4	23.88	1.23	0.300
	2001-3000 TL	10	13.30	4.81	G. İçi	3005.46	155	19.39		
	3001-4000 TL	36	13.86	4.78	Toplam	3100.99	159			
	4001-5000 TL	42	15.40	4.28						
	5000 ve üstü	64	13.91	4.18						
	Toplam	160	14.19	4.42						
<b>Öfkeyle İlgili Düşünceler</b>	1000-2000 TL	8	72.00	23.51	G. Arası	4097.33	4	1024.33	1.70	0.154
	2001-3000 TL	10	68.10	23.13	G. İçi	93647.44	155	604.18		
	3001-4000 TL	36	74.69	29.75	Toplam	97744.78	159			
	4001-5000 TL	42	64.38	22.84						

	5000 ve üstü	64	62.13	22.74						
	Toplam	160	66.41	24.79						
<b>Öfkesine Yönelik Düşünceler</b>	1000-2000 TL	8	22.25	8.66	G. Arası	463.46	4	115.87	1.83	0.126
	2001-3000 TL	10	19.30	7.70	G. İçi	9833.31	155	63.44		
	3001-4000 TL	36	22.58	9.34	Toplam	10296.78	159			
	4001-5000 TL	42	18.98	6.99						
	5000 ve üstü	64	18.52	7.68						
	Toplam	160	19.79	8.05						
<b>Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri</b>	1000-2000 TL	8	21.38	6.99	G. Arası	420.70	4	105.18	2.05	0.089
	2001-3000 TL	10	21.70	6.50	G. İçi	7934.40	155	51.19		
	3001-4000 TL	36	23.14	8.53	Toplam	8355.10	159			
	4001-5000 TL	42	19.40	6.68						
	5000 ve üstü	64	19.25	6.70						
	Toplam	160	20.43	7.25						
<b>Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri</b>	1000-2000 TL	8	16.75	4.95	G. Arası	196.01	4	49.00	1.42	0.229
	2001-3000 TL	10	16.20	5.92	G. İçi	5339.44	155	34.45		
	3001-4000 TL	36	16.75	7.40	Toplam	5535.44	159			
	4001-5000 TL	42	15.31	5.50						
	5000 ve üstü	64	14.08	5.19						
	Toplam	160	15.27	5.90						
<b>Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri</b>	1000-2000 TL	8	11.63	3.96	G. Arası	93.33	4	23.33	0.92	0.456
	2001-3000 TL	10	10.90	4.15	G. İçi	3942.91	155	25.44		
	3001-4000 TL	36	12.22	5.61	Toplam	4036.24	159			
	4001-5000 TL	42	10.69	5.04						
	5000 ve üstü	64	10.28	4.94						
	Toplam	160	10.93	5.04						
<b>Öfkeyle İlişkili Davranışlar</b>	1000-2000 TL	8	59.50	19.43	G. Arası	730.04	4	182.51	0.67	0.612
	2001-3000 TL	10	64.40	17.25	G. İçi	42079.71	155	271.48		
	3001-4000 TL	36	69.08	19.98	Toplam	42809.74	159			
	4001-5000 TL	42	65.24	14.54						
	5000 ve üstü	64	66.28	14.98						
	Toplam	160	66.18	16.41						
<b>Saldırgan Davranışlar</b>	1000-2000 TL	8	25.50	11.06	G. Arası	233.48	4	58.37	0.66	0.623
	2001-3000 TL	10	24.70	9.37	G. İçi	13774.92	155	88.87		
	3001-4000 TL	36	27.44	12.01	Toplam	14008.40	159			
	4001-5000 TL	42	25.29	7.52						
	5000 ve üstü	64	24.30	8.70						



	Toplam	160	25.35	9.39						
<b>Sakin Davranışlar</b>	1000-2000 TL	8	24.38	8.43	G. Arası	333.77	4	83.44	1.30	0.274
	2001-3000 TL	10	28.70	7.94	G. İçi	9979.43	155	64.38		
	3001-4000 TL	36	29.78	8.06	Toplam	10313.19	159			
	4001-5000 TL	42	28.24	7.78						
	5000 ve üstü	64	30.42	8.12						
	Toplam	160	29.29	8.05						
<b>Kaygılı Davranışlar</b>	1000-2000 TL	8	9.63	2.88	G. Arası	37.27	4	9.32	0.65	0.629
	2001-3000 TL	10	11.00	3.65	G. İçi	2230.50	155	14.39		
	3001-4000 TL	36	11.86	3.84	Toplam	2267.78	159			
	4001-5000 TL	42	11.71	3.72						
	5000 ve üstü	64	11.56	3.92						
	Toplam	160	11.54	3.78						
<b>Kişiler Arası Öfke</b>	1000-2000 TL	8	97.75	35.76	G. Arası	5443.49	4	1360.87	1.06	0.378
	2001-3000 TL	10	100.00	35.79	G. İçi	198965.89	155	1283.65		
	3001-4000 TL	36	119.03	40.73	Toplam	204409.38	159			
	4001-5000 TL	42	108.98	32.94						
	5000 ve üstü	64	113.84	34.72						
	Toplam	160	112.06	35.86						
<b>İntikam Tepkileri</b>	1000-2000 TL	8	48.13	18.80	G. Arası	1738.00	4	434.50	1.01	0.402
	2001-3000 TL	10	43.40	17.13	G. İçi	66390.78	155	428.33		
	3001-4000 TL	36	55.83	23.69	Toplam	68128.78	159			
	4001-5000 TL	42	48.50	18.10						
	5000 ve üstü	64	50.75	21.15						
	Toplam	160	50.71	20.70						
<b>Pasif Agresif Tepkileri</b>	1000-2000 TL	8	22.88	8.34	G. Arası	413.85	4	103.46	1.35	0.253
	2001-3000 TL	10	24.40	8.92	G. İçi	11851.99	155	76.46		
	3001-4000 TL	36	28.86	9.54	Toplam	12265.84	159			
	4001-5000 TL	42	26.69	8.00						
	5000 ve üstü	64	28.41	8.77						
	Toplam	160	27.53	8.78						
<b>İçe Dönük Tepkileri</b>	1000-2000 TL	8	20.75	7.50	G. Arası	402.27	4	100.57	1.27	0.283
	2001-3000 TL	10	24.70	9.60	G. İçi	12240.22	155	78.97		
	3001-4000 TL	36	26.75	9.66	Toplam	12642.49	159			
	4001-5000 TL	42	26.74	8.85						
	5000 ve üstü	64	27.81	8.49						
	Toplam	160	26.74	8.92						
<b>Umursamaz Tepkileri</b>	1000-2000 TL	8	6.00	2.07	G. Arası	22.95	4	5.74	0.57	0.684

2001-3000 TL	10	7.50	3.60	G. İçi	1558.15	155	10.05
3001-4000 TL	36	7.58	3.60	Toplam	1581.10	159	
4001-5000 TL	42	7.05	2.82				
5000 ve üstü	64	6.88	3.16				
Toplam	160	7.08	3.15				

\* $p < 0.05$  Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bulguları incelediğimizde, Öfke Belirtileri, Öfkeye Yol Açan Durumlar, Ciddiye Alınmama, Haksızlığa Uğrama, Eleştirilme, Öfkeyle İlgili Düşünceler, Öfkesine Yönelik Düşünceler, Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri, Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri, Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri, Öfkeyle İlişkili Davranışlar, Saldırgan Davranışlar, Sakin Davranışlar, Kaygılı Davranışlar, Kişiler Arası Öfke, İntikam Tepkileri, Pasif Agresif Tepkileri, İçer Dönük Tepkileri, Umursamaz Tepkileri alt boyutu ailenin gelir durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 17.** Ailenin Gelir Durumu Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>Toronto Aleksitimi Ölçeği</b>	1000-2000 TL	8	53.25	9.11	G. Arası	302.67	4	75.67	0.58	0.677
	2001-3000 TL	10	47.30	13.41	G. İçi	20184.82	155	130.22		
	3001-4000 TL	36	52.81	12.84	Toplam	20487.49	159			
	4001-5000 TL	42	52.52	11.18						
	5000 ve üstü	64	51.17	10.61						
	Toplam	160	51.76	11.35						
<b>Duyguları Tanımada Güçlük</b>	1000-2000 TL	8	16.75	6.58	G. Arası	34.88	4	8.72	0.19	0.95
	2001-3000 TL	10	15.30	7.59	G. İçi	7250.86	155	46.78		
	3001-4000 TL	36	16.92	8.10	Toplam	7285.74	159			
	4001-5000 TL	42	16.05	6.16						
	5000 ve üstü	64	15.92	6.40						
	Toplam	160	16.18	6.77						
<b>Duyguları Söze Dökmede Güçlük</b>	1000-2000 TL	8	12.88	3.04	G. Arası	36.69	4	9.17	0.65	0.631
	2001-3000 TL	10	11.20	4.37	G. İçi	2203.06	155	14.21		
	3001-4000 TL	36	13.17	3.92	Toplam	2239.74	159			

	4001-5000 TL	42	13.14	3.78						
	5000 ve üstü	64	12.66	3.66						
	Toplam	160	12.82	3.75						
<b>Dışa Vuruk Düşünme</b>	1000-2000 TL	8	23.63	1.60	G. Arası	60.03	4	15.01	1.41	0.233
	2001-3000 TL	10	20.80	5.49	G. İçi	1649.47	155	10.64		
	3001-4000 TL	36	22.72	2.60	Toplam	1709.49	159			
	4001-5000 TL	42	23.33	3.24						
	5000 ve üstü	64	22.59	3.31						
	Toplam	160	22.76	3.28						
<b>İmmatür Savunmalar</b>	1000-2000 TL	8	75.88	43.11	G. Arası	17600.29	4	4400.07	2.39	0.054
	2001-3000 TL	10	80.30	34.96	G. İçi	285894.65	155	1844.48		
	3001-4000 TL	36	104.64	51.75	Toplam	303494.94	159			
	4001-5000 TL	42	88.76	43.09						
	5000 ve üstü	64	78.31	38.22						
	Toplam	160	86.98	43.69						
<b>Nevrotik Savunmalar</b>	1000-2000 TL	8	26.75	18.15	G. Arası	2065.36	4	516.34	2.21	0.070
	2001-3000 TL	10	30.20	14.34	G. İçi	36195.61	155	233.52		
	3001-4000 TL	36	39.17	16.72	Toplam	38260.98	159			
	4001-5000 TL	42	31.45	15.14						
	5000 ve üstü	64	31.17	14.29						
	Toplam	160	32.76	15.51						
<b>Matür Savunmalar</b>	1000-2000 TL	8	25.13	16.33	G. Arası	1618.57	4	404.64	1.52	0.200
	2001-3000 TL	10	32.50	17.19	G. İçi	41329.83	155	266.64		
	3001-4000 TL	36	39.56	17.70	Toplam	42948.40	159			
	4001-5000 TL	42	34.17	15.62						
	5000 ve üstü	64	34.86	15.86						
	Toplam	160	35.10	16.44						

\* $p < 0.05$  Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bulguları incelediğimizde, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Duyguları Tanımada Güçlük, Duyguları Söze Dökmede Güçlük, Dışa Vuruk Düşünme, İmmatür Savunmalar, Nevrotik Savunmalar, Matür Savunmalar alt boyutu aile gelir durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 18.** Çocuk Sayısına Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması

		n	$\bar{X}$	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
<b>Öfke Belirtileri</b>	1	54	29.19	9.72	G. Arası	1217.51	3	405.84	3.33	0.021*
	2	62	33.02	11.74	G. İçi	19021.46	156	121.93		
	3	26	37.35	12.35	Toplam	20238.98	159			
	4 ve üzeri	18	32.44	10.28						
	Toplam	160	32.36	11.28						
<b>Ciddiye Alınmama</b>	1	54	63.19	19.56	G. Arası	355.29	3	118.43	0.31	0.818
	2	62	60.23	21.13	G. İçi	59492.65	156	381.36		
	3	26	63.65	16.67	Toplam	59847.94	159			
	4 ve üzeri	18	62.89	17.20						
	Toplam	160	62.08	19.40						
<b>Haksızlığa Uğrama</b>	1	54	58.33	16.20	G. Arası	847.28	3	282.43	1.03	0.379
	2	62	57.16	16.95	G. İçi	42608.66	156	273.13		
	3	26	62.50	15.57	Toplam	43455.94	159			
	4 ve üzeri	18	54.11	17.34						
	Toplam	160	58.08	16.53						
<b>Eleştirilme</b>	1	54	13.48	4.09	G. Arası	211.81	3	70.60	3.81	0.011*
	2	62	13.61	4.01	G. İçi	2889.19	156	18.52		
	3	26	16.65	4.93	Toplam	3100.99	159			
	4 ve üzeri	18	14.78	4.94						
	Toplam	160	14.19	4.42						
<b>Öfkeye Yol Açan Durumlar</b>	1	54	135.00	37.72	G. Arası	2697.54	3	899.18	0.61	0.606
	2	62	131.00	40.10	G. İçi	228141.15	156	1462.44		
	3	26	142.81	34.77	Toplam	230838.69	159			
	4 ve üzeri	18	131.78	37.90						
	Toplam	160	134.36	38.10						
<b>Öfkesine Yönelik Düşünceler</b>	1	54	18.72	6.74	G. Arası	308.54	3	102.85	1.61	0.190
	2	62	19.13	8.29	G. İçi	9988.23	156	64.03		
	3	26	22.12	9.32	Toplam	10296.78	159			
	4 ve üzeri	18	21.89	8.46						
	Toplam	160	20.71	7.84						

	Toplam	160	19.79	8.05						
<b>Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri</b>	1	54	19.69	6.33	G. Arası	78.30	3	26.10	0.49	0.688
	2	62	20.34	7.93	G. İçi	8276.80	156	53.06		
	3	26	21.62	7.63	Toplam	8355.10	159			
	4 ve üzeri	18	21.22	7.14						
	Toplam	160	20.43	7.25						
<b>Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri</b>	1	54	14.41	5.05	G. Arası	173.16	3	57.72	1.68	0.174
	2	62	15.05	6.40	G. İçi	5362.29	156	34.37		
	3	26	15.77	5.26	Toplam	5535.44	159			
	4 ve üzeri	18	17.89	6.94						
	Toplam	160	15.27	5.90						
<b>Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri</b>	1	54	10.20	4.62	G. Arası	99.45	3	33.15	1.31	0.272
	2	62	10.71	5.20	G. İçi	3936.80	156	25.24		
	3	26	12.38	5.52	Toplam	4036.24	159			
	4 ve üzeri	18	11.78	4.81						
	Toplam	160	10.93	5.04						
<b>Öfkeyle İlgili Düşünceler</b>	1	54	63.02	21.33	G. Arası	2217.19	3	739.06	1.21	0.309
	2	62	65.23	26.32	G. İçi	95527.59	156	612.36		
	3	26	71.88	26.13	Toplam	97744.78	159			
	4 ve üzeri	18	72.78	26.66						
	Toplam	160	66.41	24.79						
<b>Saldırgan Davranışlar</b>	1	54	23.20	6.32	G. Arası	709.22	3	236.41	2.77	0.043*
	2	62	25.19	10.31	G. İçi	13299.18	156	85.25		
	3	26	29.46	12.15	Toplam	14008.40	159			
	4 ve üzeri	18	26.39	7.69						
	Toplam	160	25.35	9.39						
<b>Sakin Davranışlar</b>	1	54	29.24	7.94	G. Arası	370.23	3	123.41	1.94	0.126
	2	62	30.53	8.69	G. İçi	9942.97	156	63.74		
	3	26	29.15	7.34	Toplam	10313.19	159			
	4 ve üzeri	18	25.39	6.18						
	Toplam	160	29.29	8.05						
<b>Kaygılı Davranışlar</b>	1	54	11.63	3.43	G. Arası	38.36	3	12.79	0.89	0.445

	2	62	11.35	4.13	G. İçi	2229.41	156	14.29		
	3	26	12.42	3.76	Toplam	2267.78	159			
	4 ve üzeri	18	10.61	3.55						
	Toplam	160	11.54	3.78						
<b>Öfkeyle İlişkili Davranışlar</b>	1	54	64.07	13.01	G. Arası	1162.20	3	387.40	1.45	0.230
	2	62	67.08	18.88	G. İçi	41647.54	156	266.97		
	3	26	71.04	16.92	Toplam	42809.74	159			
	4 ve üzeri	18	62.39	14.90						
	Toplam	160	66.18	16.41						
<b>İntikam Tepkileri</b>	1	54	46.89	16.00	G. Arası	2564.36	3	854.79	2.03	0.111
	2	62	49.73	20.57	G. İçi	65564.41	156	420.28		
	3	26	57.96	27.21	Toplam	68128.78	159			
	4 ve üzeri	18	55.11	21.24						
	Toplam	160	50.71	20.70						
<b>Pasif Agresif Tepkileri</b>	1	54	26.28	8.21	G. Arası	334.81	3	111.60	1.46	0.228
	2	62	27.55	9.30	G. İçi	11931.03	156	76.48		
	3	26	30.58	8.27	Toplam	12265.84	159			
	4 ve üzeri	18	26.83	8.96						
	Toplam	160	27.53	8.78						
<b>İçe Dönük Tepkileri</b>	1	54	25.65	8.58	G. Arası	166.62	3	55.54	0.69	0.557
	2	62	27.47	9.67	G. İçi	12475.87	156	79.97		
	3	26	28.08	7.03	Toplam	12642.49	159			
	4 ve üzeri	18	25.61	9.81						
	Toplam	160	26.74	8.92						
<b>Umursamaz Tepkileri</b>	1	54	7.15	3.19	G. Arası	6.13	3	2.04	0.20	0.895
	2	62	7.08	3.19	G. İçi	1574.97	156	10.10		
	3	26	7.27	3.41	Toplam	1581.10	159			
	4 ve üzeri	18	6.56	2.71						
	Toplam	160	7.08	3.15						
<b>Kişiler Arası Öfke</b>	1	54	105.96	30.41	G. Arası	5721.97	3	1907.32	1.50	0.217
	2	62	111.82	37.21	G. İçi	198687.41	156	1273.64		
	3	26	123.88	38.90	Toplam	204409.38	159			

4 ve üzeri	18	114.11	40.16
Toplam	160	112.06	35.86

\* $p < 0.05$  Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Bulguları incelediğimizde, Öfkeye Yol Açan Durumlar, Ciddiye Alınmama, Haksızlığa Uğrama, Öfkeyle İlgili Düşünceler, Öfkesine Yönelik Düşünceler, Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri, Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri, Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri, Öfkeyle İlişkili Davranışlar, Sakin Davranışlar, Kaygılı Davranışlar, Kişiler Arası Öfke, İntikam Tepkileri, Pasif Agresif Tepkileri, İçer Dönük Tepkileri, Umursamaz Tepkileri alt boyutu çocuk sayısına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ( $p > 0.05$ ).

Öfke Belirtileri alt ölçeğinden ( $F(3.156)=3.33$ ,  $p < 0.05$ ) elde edilen puanları çocuk sayısına göre kıyasladığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Grup varyanslarının homojen dağıldığı Levene's testi ile tespit edilmiştir ( $p > 0.05$ ). Tukey bulguları incelediğinde, 3 çocuğu olanların 1 çocuğu olanlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Eleştirilme alt ölçeğinden ( $F(3.156)=3.81$ ,  $p < 0.05$ ) elde edilen puanları çocuk sayısına göre kıyasladığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Grup varyanslarının homojen dağıldığı Levene's testi ile tespit edilmiştir ( $p > 0.05$ ). Tukey bulguları incelediğinde, 3 çocuğu olanların 1 ve 2 çocuğu olanlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Saldırgan Davranışlar alt ölçeğinden ( $F(3.156)=2.77$ ,  $p < 0.05$ ) elde edilen puanları çocuk sayısına göre kıyasladığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Grup varyanslarının homojen dağıldığı Levene's testi ile tespit edilmiştir ( $p > 0.05$ ). Games-Howell testi bulguları incelediğinde, 3 çocuğu olanların 1 çocuğu olanlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 19.** Çocuk Sayısına Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması

	n	$\bar{X}$	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p	
<b>Toronto Aleksitimi Ölçeği</b>	1	54	49,06	11,45	G. Arası	754,96	3	251,65	1,99	0,118
	2	62	52,74	11,67	G. İçi	19732,53	156	126,49		
	3	26	55,15	11,06	Toplam	20487,49	159			
	4 ve üzeri	18	51,56	9,17						
	Toplam	160	51,76	11,35						
<b>Duyuları Tanımada Güçlük</b>	1	54	14,91	6,52	G. Arası	156,43	3	52,14	1,14	0,334
	2	62	16,76	7,24	G. İçi	7129,31	156	45,70		
	3	26	17,54	6,09	Toplam	7285,74	159			
	4 ve üzeri	18	16,06	6,64						
	Toplam	160	16,18	6,77						
<b>Duyuları Söze Dökmede Güçlük</b>	1	54	11,98	3,94	G. Arası	67,51	3	22,50	1,62	0,188
	2	62	13,24	3,73	G. İçi	2172,24	156	13,92		
	3	26	13,65	3,60	Toplam	2239,74	159			
	4 ve üzeri	18	12,67	3,25						
	Toplam	160	12,82	3,75						
<b>Dışa Vuruk Düşünme</b>	1	54	22,17	3,38	G. Arası	56,66	3	18,89	1,78	0,153
	2	62	22,74	3,32	G. İçi	1652,83	156	10,60		
	3	26	23,96	3,55	Toplam	1709,49	159			
	4 ve üzeri	18	22,83	1,89						
	Toplam	160	22,76	3,28						
<b>İmmatür Savunmalar</b>	1	54	80,13	41,11	G. Arası	5459,93	3	1819,98	0,95	0,417
	2	62	89,97	46,75	G. İçi	298035,01	156	1910,48		
	3	26	96,19	40,94	Toplam	303494,94	159			
	4 ve üzeri	18	83,94	44,24						
	Toplam	160	86,98	43,69						
<b>Nevrotik Savunmalar</b>	1	54	31,04	15,14	G. Arası	552,04	3	184,01	0,76	0,517
	2	62	33,44	16,52	G. İçi	37708,93	156	241,72		
	3	26	36,12	13,81	Toplam	38260,98	159			
	4 ve üzeri	18	30,78	15,60						
	Toplam	160	33,14	15,14						



	Toplam	160	32,76	15,51						
<b>Matür Savunmalar</b>	1	54	35,02	16,47	G. Arası	596,78	3	198,93	0,73	0,534
	2	62	35,31	17,22	G. İçi	42351,62	156	271,48		
	3	26	37,96	15,17	Toplam	42948,40	159			
	4 ve üzeri	18	30,50	15,58						
	Toplam	160	35,10	16,44						

*\*p<0.05 Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)*

Bulguları incelediğimizde, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Duyguları Tanımada Güçlük, Duyguları Söze Dökmede Güçlük, Dışa Vuruk Düşünme, İmmatür Savunmalar, Nevrotik Savunmalar, Matür Savunmalar alt boyutu çocuk sayısına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).

## TARTIŞMA VE YORUM

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın temel hedefleri bağlamında elde edilen bulgular ve istatistiksel analiz sonuçları, ilgili yazın çerçevesinde ele alınacaktır.

### **Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ile Savunma Mekanizmaları Ölçeğinin İlişkisinin İncelenmesi**

Çok Boyutlu Öfke Ölçeği alt boyutları ile Savunma Mekanizmaları Ölçeği alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Literatür çalışmaları incelendiğinde; Öztürk ve arkadaşlarının (2020) üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları ile savunma mekanizmaları ve kendine zarar verme davranışları arasındaki ilişkiyi incelediği araştırma bulguları öfke ile savunma mekanizmaları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptayan sonuçlar elde etmişlerdir. Çalışmada kendine zarar verme eğiliminde olan kişilerin immatür savunma mekanizmalarını daha fazla kullandıkları saptanmıştır. Bizim araştırmamızda da Çok Boyutlu Öfke Ölçeği alt boyutları ile immatür savunma mekanizmaları arasında anlamlı derecede pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Sarno ve arkadaşlarının (2010) 401 katılımcı birey ile yapmış oldukları çalışma bulguları öfke davranışı sergileyen, kendine zarar veren bireylerin immatür savunmaları (yansıtma, dışa vurma, otistik fantezi, dissosiyasyon, bedenselleştirme, geri çekilme) ve matür savunma olan baskılamayı öfke davranışı göstermeyen, kendine zarar verme eğilimi olmayan bireylere oranla daha sık kullandıklarını saptamaktadır. Brody ve Carson'un (2012) ergen bireyler ile yapmış oldukları çalışma sonuçları öfke ile immatür ve matür savunma mekanizmalarını kullanma derecesi arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu çalışma bulguları ile hipotezimiz benzer sonuçlar elde etmiştir.

### **Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ile Toronto Aleksitimi Ölçeğinin İlişkisinin İncelenmesi**

Çok Boyutlu Öfke Ölçeği alt boyutları ile Toronto Aleksitimi Ölçeği alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Fakat literatür çalışmaları incelendiğinde bu iki ölçek arasında yapılmış çalışma bulunamamıştır. Benzer araştırma bulgularına bakıldığında; Koh'un (2003) araştırma bulguları sürekli öfke ile içe öfkenin, aleksitiminin emosyonel boyutuyla ilişkili olduğunu saptamaktadır. Benzer şekilde Güleç ve arkadaşlarının (2009) Psoriasis Hastalarında Aleksitimi ve Öfkeyi inceledikleri çalışmada öfke kontrolü, duyguları ifade etmede zorluk ve

aleksitimi puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koyan bulgular elde edilmiştir.

### **Çocuğun Cinsiyeti Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların İncelenmesi**

Çocuğun cinsiyet değişkeni ile Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanlar karşılaştırıldığında ölçekler ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Literatür çalışmaları incelendiğinde; Batıgün ve Büyükaşahin'in (2008) normal bireylerdeki aleksitimi ile psikolojik belirtiler ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkileri incelediği araştırma bulguları Toronto Aleksitimi ölçeği ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığını saptamıştır. Bilge'nin (1996) yapmış olduğu çalışmaya göre Dışa Vuruk Düşünme Alt Boyutu ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Çağatay'ın (2014) üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmatik yaşantı düzeyi ile bağlanma stilleri ve savunma mekanizmalar arasındaki ilişkiyi incelediği araştırma sonuçları savunma mekanizmaları alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığını ortaya koymaktadır. Bu çalışma bulguları cinsiyet değişkeni ile Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeği arasında anlamlı bir ilişki yoktur hipotezini destekler niteliktedir.

Kaya ve Bozkur'un (2017) kadercilik eğilimi ile özyeterlik inancı ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkiyi incelediği araştırma bulguları nevrotik savunma alt boyutu ile cinsiyet arasında önemli bir farklılaşma olduğunu göstermektedir. Callak'ın (2019) çalışma bulguları da cinsiyet, ebeveyn kaybı değişkenleri ile nevrotik savunma mekanizmaları arasında anlamlı bir farklılaşma olduğunu saptamaktadır. Bu araştırma sonucuna göre erkek bireylerin nevrotik savunma puanları kadın bireylere oranla daha yüksek bulunmuştur. Araştırmamız ile bu çalışmanın benzer sonuçlar vermemesinde örneklem grubu farklılığın etkili olduğu düşünülebilir. Güler'in (2014) yetişkin bireylerde bağlanma biçimleri ile psikososyal demografik değişkenlerin aleksitimi düzeyi üzerindeki etkilerini incelediği çalışma bulguları cinsiyet değişkenine göre, erkeklerin kadınlara göre daha fazla aleksitimik özellikler gösterdiklerini saptamaktadır. Literatürde bu araştırma bulguları ile paralellik gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Lane & Sechrest, 1998; Levant, et al., 2009).

## **Çocuğun Cinsiyeti Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların İncelenmesi**

Çocuğun cinsiyet değişkeni ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanlar karşılaştırıldığında ölçekler ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Literatür çalışmaları incelendiğinde; Albayrak ve Kutlu'nun (2009) ergenlerde öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörleri incelediği çalışma bulguları öfke tarzları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığını ortaya koymuştur. Gençdoğan ve arkadaşlarının (2007) içten/dıştan denetimlilik ve öfke kontrol düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelediği araştırma sonuçları sürekli öfke, öfke-içe ve öfke-dışa düzeyleri açısından cinsiyetler arasında bir farklılık olmadığını ortaya koymuştur. Yapılan çalışma bulguları hipotezimizi destekler nitelikte sonuçlar elde etmiştir.

## **Ailenin Gelir Durumu Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların İncelenmesi**

Ailenin gelir durumu değişkenine göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden elde edilen puanlar incelendiğinde değişkenler arasında anlamlı derecede bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Literatür çalışmaları incelendiğinde; Türk'ün (1992) üniversite öğrencilerinde aleksitimik özellikler ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışma bulgularına göre aleksitimi sosyo-ekonomik düzeye göre farklılık göstermemektedir.

## **Ailenin Gelir Durumu Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların İncelenmesi**

Ailenin gelir durumu değişkenine göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden elde edilen puanlar incelendiğinde değişkenler arasında anlamlı derecede bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Daha önceden yapılmış olan çalışmalar incelendiğinde; Sakin Davranışlar alt boyutu ile aile gelir durumu değişkeni arasında anlamlı derecede bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Literatür çalışmaları incelendiğinde; Doğan'ın (2001) farklı sosyo-ekonomik düzeylere mensup ergenlik çağındaki kız ve erkeklerin saldırgan davranışlarıyla ana-baba tutumları arasındaki ilişkileri inceleyen çalışma bulguları da hipotezimizle benzer sonuçlar ortaya koymuştur. Pasif Agresif Tepkileri alt boyutu ile aile gelir durumu değişkeni arasında anlamlı derecede bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Öz'ün (2007) *ilköğretim 1. kademe 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin*

*saldırganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelediği çalışmada hipotezimize benzer sonuçlar elde etmiştir. Demirhan'ın kendini açma düzeyleri farklı genel lise öğrencilerinin bazı değişkenler açısından saldırganlık düzeylerinin incelediği çalışma (2002) bulguları da Pasif Agresif Tepkiler alt boyutu puanları ile aile gelir seviyesi değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığını saptayan bulgular elde etmişlerdir.*

### **Annenin Yaşı Değişkenine Göre Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden Elde Edilen Puanların İncelenmesi**

Annenin yaş değişkeni ile Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Literatür çalışmaları incelendiğinde; Elkin ve Karadağlı'nın (2016) üniversite öğrencilerinin öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörlerini inceledikleri çalışma bulguları öğrencilerin yaşı ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığını ortaya koymaktadır. Sala'nın (1997) yapmış olduğu çalışma bulgularına göre ise bizim hipotezimizden farklı olarak öfkeyi etkileyen önemli faktörlerden birinin de yaş olduğunu saptanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgu sonucunun hipotezimizle benzerlik göstermemesinde zamansal farklılıkların ve örneklem grubunun etkili olduğu düşünülmektedir.

### **Ailenin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanların İncelenmesi**

Ailenin Eğitim Durumu Değişkeni ile Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları Ölçeğinden Elde Edilen Puanlar arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Literatür çalışmaları incelendiğinde; Şahin'in (1992) Peptik ülserli hastalarda aleksitimik özellikleri incelediği araştırma bulguları eğitim durumu değişkeninin aleksitimi etkilemediğini saptamaktadır. Bağcı'nın (2008) üniversite öğrencilerinin aleksitimi düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelediği çalışma sonuçlarına göre eğitim durumu değişkeni ile aleksitimi alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Hafızoğlu'nun (2021) üniversite öğrencilerinin savunma mekanizmaları ile duygusal şemaları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışma sonuçlarına göre eğitim durumu değişkeni savunma mekanizmalarını etkilememektedir. Yapılan bu çalışmalar hipotezimizi destekler nitelikte sonuçlar elde etmiştir.

## SONUÇLAR

Bu araştırmanın sonucunda;

Günümüzde öfkeyle ilgili sorunlarla toplumun her alanında karşı karşıya gelinmektedir. Özellikle öfke olaylarına sosyal medya, televizyon ve web sitelerinde rastlanmaktadır. Kişileri öfke ile ilgili bilinçlendirmek ve farkındalık sağlamak adına sosyal medya, internet ve televizyonlarda öfke denetim programları hazırlanıp gösteriminin sağlanması önerilebilir

Öğretmenlere Özgün öğrenme güçlüğü tanısı alan öğrenciler için sosyal becerilerini geliştiren ve akranlarıyla kaynaşmalarına katkı sağlayacak etkinler düzenlemeleri önerilebilir.

Toplumda özel öğrenme güçlüğüyle ilgili farkındalığın artması için bilinçlendirme çalışmaları yapılması önerilebilir.

Özgül öğrenme güçlüğü tanısı alan öğrencilerin toplum, aile ve öğretmenleri tarafında başarısız olarak görüldüğü saptanmaktadır. Bu durum bu öğrencilerin başarmaya dair isteksiz olmaya ve sürekli eleştiriye maruz kalmalarına sebep olmaktadır. Bu sebeple aile, öğretmen ve toplumun bu konu hakkında bilinçlendirmeleri önerilebilir.

Birçok değişkenin ele alındığı bu çalışma tek bir ildeki rehabilitasyon merkezlerinin öğrenci grubunda yapılmış olmasından ötürü farklı şehirlerden öğrencilerin olduğu örnekleme ya da aynı şehirde farklı rehabilitasyon merkezlerinden öğrencilerin yer aldığı daha geniş bir örneklem grubunda bu araştırmanın yapılması, daha çok kişiden veri toplanması, daha genel sonuçlar elde edilmesi adına faydalı olacaktır.

## KAYNAKÇA

- Aktay, M., 2014. *Üniversite öğrencilerinde aleksitimi ve depresyonun yordayıcısı olarak bağlanma stilleri*. İstanbul: Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Ana Bilim Dalı.
- Akvardar, Y., Çalpak, E., Etaner, U. & Hürol, C., 2015. *Psikanalitik Kurama Giriş*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Alexander, A. W. & Slinger- Constant, A. M., 2004. Current status of treatments for dyslexia: Critical review. *Journal of Child Neurology*, 19(10), pp. 744-758.
- Atkinson, R. L. ve diğerleri, 2010. *Psikolojiye Giriş*. 6. Baskı dü. Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Balkaya, F. & Şahin, N. H., 2003. Çok Boyutlu Öfke Ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(192-202).
- Başar, M. & Göncü, A., 2018. Sınıf Öğretmenlerinin Öğrenme Güçlüğüyle İlgili Kavram Yanılgılarının Giderilmesi ve Öğretmen Görüşlerinin Değerlendirilmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(1), pp. 185- 206.
- Bender, W. N. & Sarı, H., 2016. *Öğrenme Güçlüğü Olan Bireyler ve Eğitimleri*. 6.Baskı dü. Ankara: Nobel Kitapevi.
- Berkowitz, L. & Harmon-Jones, E., 2004. Toward an understanding of the determinants of anger. *Emotion*, 4(2), pp. 107-130.
- Bilge, F., 1996. *Danışandan Hızalan ve Bilişsel Davranışçı Yaklaşımlarla Yapılan Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Kızgınlık Düzeyleri Üzerindeki Etkileri*. Basım yeri bilinmiyor:Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü..
- Bilge, Y. & Bilge, Y., 2020. Aleksitiminin Dikkat-Değerlendirme Modelinin Ölçümü: Perth Aleksitimi Ölçeğinin Türkçe Psikometrik Özellikleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2(71-79), p. 21.
- Brody, S. & Carson , C. M., 2012. Brief Report: Selfharm İs Associated With İmmature Defense Mechanisms But Not Substance Use İn A Nonclinical Scottish Adolescent Sample. *Journal Of Adolescence*, 3(765-7), p. 35.
- Budak, S., 2000. *Psikoloji sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Budak, S., 2000. *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

- Callak, Y., 2019. *Psikolojik Belirtiler ile Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişkide Şemaların Aracı Rolü*. Basım yeri bilinmiyor:Psikoloji Bilim Dalı, Gelişim Üniversitesi.
- Campbell, J., 2004. Statistical Comparison Of Four Effect Sizes For Single-Subject Design. *Behavior Modification*, Cilt 28, pp. 234-246.
- Corey, G., 2005. *Psikolojik Danışma Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. 7.Baskı dü. Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Coşkun, G. N., 2015. *Özgül Öğrenme Bozukluğu Olan Çocuklarda Psikiyatrik Eş Tanılar ve Yaşam Kalitesinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Anabilim Dalı.
- Cüceloğlu, D., 2000. *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D., 2006. *İnsan davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Demir, B., 2005. *Okulöncesi ve ilköğretim birinci sınıfa devam eden öğrencilerde özel öğrenme güçlüğüünün belirlenmesi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi).
- Demirhan, M., 2002. *Kendini Açma Düzeyleri Farklı Genel Lise Öğrencilerinin Bazı Değişkenler Açısından Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Dereboy, I. F., 1990. *Aleksitimi öz bildirim ölçeklerinin psikometrik özellikleri üzerine bir çalışma*. Ankara: HÜ Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Psychological Reports, 100, 1129- 1139.
- Doğanay, B. A., 2017. *Okuma Yazmada Öğretimsel Stratejiler Öğrenme Güçlüğü Sınıf İçi Destek Seti*. Ankara: Eğiten Kitap.
- Doğan, S., 2001. *Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeylere Mensup Ergenlik Çağındaki Kız ve Erkeklerin Saldırgan Davranışlarıyla Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişkiler*. Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dorpat, T., 1987. A New Look at Denial and Defense. *The Annual of Psychoanalysis*, 15(18), pp. 23-47.



- Dryden, w. & Neenan, M., 1995. *Dictionary of rational emotive behaviour therapy*. 33.Baskı dü. Basım yeri bilinmiyor:Wiley.
- Feindler, E. L., 1990. Adolescent anger control: Review and critique. *Progress in behavior modification*, Cilt 26, pp. 11-59.
- Freud, A., 2013. *Ben ve savunma mekanizmaları*. Basım yeri bilinmiyor:yazarı bilinmiyor
- Gabbard, G. O., 2011. *Uzun-Süreli Psikodinamik Psikoterapi*. Washington ve Londra: Amerikan Psikiyatrik Yayıncılık.
- Geçtan, E., 1990. *Varoluş ve Psikiyatri*. İstanbul: Remzi Yayınevi.
- Geçtan, E., 2017. *Psikanaliz ve Sonrası*. 16.Basım dü. İstanbul: Mentis Yayınları.
- Gençdoğan, B., Sezer, F. ve İşgör, İ. Y., 2007. İçten/ Dıştan Denetimlilik ve Öfke Kontrol Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *A.Ü. Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(3).
- Germano, E., Gagliano, A. ve Curatolo, P., 2010. Comorbidity of ADHD and dyslexia. *Developmental Neuropsychology*, 35(5), pp. 475-493.
- Graeme, J. T., 1984. Alexithymia Concept, Measurement and Implication for Treatment. *Am J Psychiatry*, 141(6), pp. 725-732.
- Granieri, A. ve diğerleri, 2017. The relationship between defense patterns and DSM-5 maladaptive personality domains. *Frontiers in psychology*, Cilt 8, p. 1926.
- Güleç, M. Y., Kılıç, A., Gül, Ü. ve Güleç, H., 2009. *Psoriasis Hastalarında Aleksitimi ve Öfke*. Ankara: Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi.
- Güleç, Y., 2002. *Ergenlerin Öfke Yaşantıları Benlik Alguları ve Akademik Başarı İlişkileri*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Güler, H. K., 2014. *Yetişkin Bireylerde Bağlanma Biçimleri ile Psikososyodemografik Değişkenlerin Aleksitimi Düzeyi Üzerindeki Etkileri*. Basım yeri bilinmiyor: yazarı bilinmiyor
- Güner, İ., 2007. *Çatışma Çözme Becerilerini Geliştirmeye Yönelik Grup Rehberliğinin Lise Öğrencilerinin Saldırganlık ve Problem Çözme Becerileri Üzerine Etkisi*. Malatya: İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Gürsoy, S., 2018. *Özgül öğrenme bozukluğunda bilişsel işlevlerin değerlendirilmesi: Tanı almış ve almamış çocukların karşılaştırılması*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı.
- Hammill, D. D., 1990. On defining learning disabilities: an emerging consensus. *Journal of Learning Disabilities*, 23(2), pp. 74-84.
- Ihilevich, D. & Gleser, G. C., 1995. The Defence Mechanisms Inventory: Its Development and Clinical Applications. Ego Defenses Theory and Measurement. *The Einstein Psychiatry Series*.
- İşeri, E. & Sarı, B. A., 2008. *Çocuklukta Bilişsel Gelişim ve Bozuklukları: Zekâ Geriliği ve Öğrenme Bozuklukları*. İstanbul: Nobel Kitabevleri.
- Jena, S. P., 2013. *Learning disability theory the practice*. India: Sage Publications.
- Karaman, D., Kara, K. & Durukan, İ., 2012. Özgül Öğrenme Bozukluğu. *Anadolu Tıbbi Araştırmalar Dergisi*, pp. 288-298.
- Kassinove, H. & Sukhodolsky, D. G., 1995. *Anger Disorders: Basic Science and Practice Issues*. New York: Anger Disorders: Definition, Diagnosis and Treatment.
- Kauhanen, J. H., 1995. Dealing with emotions and health: A population study of alexithymia in middle-aged men.
- Kaya, A. ve Bozkur, B., 2017. Kadercilik Eğilimi ile Özyeterlik İnancı ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(1), pp. 124-145.
- Kernberg, O. F., 2012. *Sınır Durumlar ve Patolojik Narsisizm*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Kirk, S. A. & Bateman, B., 1962. Diagnosis and remediation of learning disabilities. *Exceptional Children*, 29(2), pp. 73-78.
- Kendini Açma Düzeyleri Farklı Genel Lise Öğrencilerinin Bazı Değişkenler Açısından Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*
- Kleinman, A. M., 1977. Depression Somatization And The New Crosscultural Psychiatry. *Social Science & Medicine*, 11(1), pp. 3-10.
- Knight, R. G., Chisholm, B. J., Paulin, J. M. & Waal-Manning, H. J., 1988. The Spielberger Anger Expression Scale: Some psychometric data. *British Journal of Clinical Psychology*, 27(3), pp. 279-281.

- Koçak, R., 2001. Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimi ve Yalnızlığın Bazı Değişkenler Açısından Karşılaştırılması ve Aralarındaki İlişkinin İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(19), p. 20.
- Koh, K. B., 2003. Anger And Somatization. *J Psychosom Res*, Issue 55, p. 113.
- Korkmazlar, Ü., 1992. 6-11 yaş ilkököl çocuklarında özel öğrenme bozukluğu ve tanı yöntemleri. Basım yeri bilinmiyor: İstanbul Üniversitesi, (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi).
- Kökdemir, H., 2004. Öfke ve öfke kontrolü. *Pivolka*, 3(12), p. 10.
- Köknel, Ö., 1995. *Kaygıdan Mutluluğa Bireylik*. İstanbul: Altın Kitaplar Basımevi.
- Kurdoğlu, F., 2001. *Özgül Öğrenme Bozukluğunun Tanı Değerlendirme. Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu ve Özgül Öğrenme Güçlüğü*. Basım yeri bilinmiyor: Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Yayınları.
- Kuruoğlu, D. S., 2009. *Üniversite Öğrencilerinin Sürekli Öfke Düzeyleri, Öfke İfade Tarzları ile Obsesif Kompulsif Semptomları Arasındaki İlişki*. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı dü. İstanbul: yazarı bilinmiyor
- Lane, R. D. & Sechrest, L., 1998. Sociodemographic Correlates Of Alexithymia. 39(9), pp. 377-385.
- Leo, M., 1972. *Anger: How to recognize and cope with it*. New York: yazarı bilinmiyor
- Levant, R. F., Hall, R. J., Williams, C. M. & Hasan, N. T., 2009. Gender Differences İn Alexithymia. *Psychology Of Men & Masculinity*, 10(3), pp. 190-203.
- Luminet, O., 2018. *Alexithymia: advances in research theory and clinical practice*. Basım yeri bilinmiyor:Cambridge University Press.
- Lyon, G. R., 1995. Toward a definition of dyslexia. Cilt 45, pp. 3-27.
- Mattila, A. K., Salminen, J. K., Nummi, T. & Joukamaa, M., 2006. Age İs Strongly Associated With Alexithymia İn The General Population. *Journal Of Psychosomatic Research*, 61(5), pp. 629-635.
- McDougall, J., 1982. A Psychoanalytic Viewpoint. *Psychotherapy and Psychosomatics*.
- McWilliams, N., 2011. Psychoanalytic diagnosis: Understanding personality structure in the clinical process. *Guilford Press*.

- McWilliams, N., 2017. *Psikanalitik Tanı: Klinik Süreç İçinde Kişilik Yapısını Anlamak*. İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- MEB, 2014. *Özel Öğrenme Güçlüğü*. Ankara: yazarı bilinmiyor
- Melekoğlu, M. A., 2018. *Özel öğrenme güçlüğüne giriş*. Ankara: Ayrıntı Basımevi.
- Morgan, C. T., 2010. *Psikolojiye giriş*. Konya: Eğitim Yayınevi.
- Özan, G. B., 2017. *Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu ve Özel Öğrenme Güçlüğü Olan 9-12 Yaş Aralığındaki Çocuklarda Bibliyoterapi Kullanımının Kişilerarası Sorun Çözme Becerilerine Etkisinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Ticaret Üniversitesi.
- Özçivit, A. & Fidan, T., 2016. Özgül Öğrenme Güçlüğü. *Osmangazi Tıp Dergisi*, 38(1), pp. 49-54.
- Özdemir, O., 2013. *İlköğretim Öğrencilerinin Öğrenme Stilllerine Göre Okuma Güçlüklerinin Giderilmesi*. Basım yeri bilinmiyor: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, (Yayımlanmamış Doktora Tezi).
- Özen, K., 2011. *Özel Öğrenme Güçlüğü Tanısı Almış 7-9 Yaş Çocukların Geliştirdikleri Zihin Kuramı Yetenekleri ile Sosyal Gelişimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Ve Sağlıklı Gelişim Gösteren Grup İle Karşılaştırılması*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi.
- Özer, K., 2018. "Ben" Değeri Tiryakiliği Duygusal Gerilimle Baş Edebilme. 18.Basım dü. İstanbul: Aura Kitapları.
- Öz, E. S., 2007. *İlköğretim L. Kademe 4. Ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. İzmir: Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özmen, E. R., 2017. *Öğrenme Güçlüğü Hakkında Temel Bilgiler ve Uygulamalar*. 1.Basım dü. Ankara: Eğiten Kitap.
- Öztürk, E., Derin, G. ve Okudan, M., 2020. Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları ile Savunma Mekanizmaları ve Kendine Zarar Verme Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Türkiye Klinikleri Adli Tıp ve Adli Bilimler Dergisi*, Issue 17.
- Öztürk, E., 2012. *İlköğretim kurumlarında çalışan öğretmenlerin öfke nedenleri ve öfke kontrol yöntemleri: Elâzığ ili örneği*. Basım yeri bilinmiyor: yazarı bilinmiyor

- Pekel, D., 2010. *Özel öğrenme güçlüğü olan ve olmayan çocukların üst bilişsel özelliklerinin karşılaştırılması*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
- Rene, M. & David, W., 1997. Style of Anger Expression and Its Relation to Daily Experience. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23(3), pp. 284-294.
- Sahoo, M. K., Biswas, H. & Padhy, S. K., 2015. Psychological co-morbidity in children with specific learning disorders. *Journal of family medicine and primary care*, 4(1), p. 21.
- Sarno, I., Madeddu, F. & Gratz, K. I., 2010. Self-Injury Psychiatric Symptoms And Defense Mechanisms: Findings In An Italian Nonclinical Sample. *Eur Psych*, 3(45-136), p. 25.
- Sezer, S., 2007. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bülteni*. Ankara: yazarı bilinmiyor
- Share, D. L. & Silva, P. A., 2003. Gender bias in IQ-Discrepancy and Postdiscrepancy Definitions of Reading Disability. *Journal of Learning Disabilities*, 36(1), pp. 4-14.
- Sharp, S. R., 2003. *Effectiveness Of An Anger Management Training Program Based On Rational Emotive Behavior Theory (REBT) For Middle School Students with Behavior Problems*. Basım yeri bilinmiyor:Dissertation, Doctor of Philosophy, The University of Tennessee at Knoxville.
- Shaywitz, S., 2005. *Overcoming dyslexia*. New York: Vintage Books.
- Sifneos, P. E., 1988. Alexithymia and its relationship to hemispheric specialization affect and creativity. *Psychiatr Clin North Am*, 11(3), pp. 287-293.
- Sing, K., Arteché, A. & Holder, M. D., 2011. Personality Factors and Psychopathy Alexithymia and Stress. *Asian Journal of Psychiatry*, 4(1).
- Soykan, Ç., 2003. Öfke ve Öfke Yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11(2), pp. 19-27.
- Starnes, T. M. & Peters, R. M., 2004. Anger expression and blood pressure in adolescents. *The Journal of School Nursing*, 20(6), pp. 335-342.
- Stein, J., 2001. The magnocellular theory of developmental dyslexia. *Dyslexia*, Cilt 7, pp. 12-36.
- Stijn, V., Verhaeghe, P. & Desmet, M., 2011. In search of a framework for the treatment of alexithymia. *Psychol Psychother*, Cilt 84, pp. 84-97.
- Stoudemire, A., 1991. Somatothymia: Parts I And II. *Psychosomatics*. 32(4), pp. 365-381.

- Sütcü, G. S., 2006. *Ergenlerde Öfke ve Saldırganlığı Azaltmaya Yönelik Bilişsel Davranışçı Bir Müdahale Programının Etkililiğinin Değerlendirilmesi*. İzmir: Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şahin, H., 2005. Öfke ve Öfke Denetiminin Kuramsal Temelleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(10), pp. 2-7.
- Şahin, N. H. & Şahin, N., 1992. Adolescent guilt shame and depression in relation to sociotropy and autonomy. *In The World Congress of Cognitive Therapy*, pp. 17-21.
- Şaşıoğlu, M., Gürol, Ç. & Tosun, A., 2013. Aleksitimi Kavramı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 5(4), pp. 507-527.
- Taşkın, B. D. ve diğerleri, 2016. Özgül Öğrenme Güçlüğü Olan Çocuklarda Çinko ve B12 Vitamini Düzeyleri. *The Journal of Pediatric Research*, 3(4), pp. 90-187.
- Taylor, G., 1984. Alexithymia Concept Measurement and Implications for Treatment. *American Journal of Psychiatry*, 141(6), pp. 725-732.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M. & Parker, J. D., 1993. Alexithymia: State and Trait. *Psychotherapy Psychosomatics*, Cilt 60, pp. 211- 212.
- Taylor, G. J., Ryan, D. & Bagby, M., 1985. Toward the development of a new self-report Alexthymia Scale. *Psychother Psychosom*, Cilt 43, pp. 202-208.
- Tuğ, S., 2011. *Özel Öğrenme Bozukluğu, Özel Öğrenme Bozukluğu Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Tanısı Almış Çocuklarda Depresyon ve Kaygı Düzeylerinin Nörogelişimsel, Eğitsel Kültürel ve Sosyal Özellikleri Temelinde Araştırılması*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi.
- Tura, S. M., 2010. Freud'dan Lacan'a Psikanaliz. *Kanat*.
- Turgut, S., 2008. *Özgül Öğrenme Güçlüğü'nde Nöropsikolojik Profil*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Türker, S., 2010. *Öğretmenlerin Çatışma Yönetim Stratejileri ile Sürekli Öfke ve Öfke İfade Düzeyleri Arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Uçgun, D., 2003. Türkçe Öğretimi Açısından Özel Öğrenme Güçlüğü. *Tübar-XIII*, pp. 203-216.

- Uygar, S., Özdemir, S., Salman, A. B. & Özdemir, F., 2016. Özel Öğrenme Güçlüğü Disleksi. *FNG & Bilim Tıp Dergisi*, 2(2), pp. 170-176.
- Vaillant, G. E., 1986. An Empirically Validated Hierarchy of Defense Mechanisms. *Archives of General Psychiatry*, 43(8), p. 786.
- Vaillant, G. E., 2011. Involuntary coping mechanisms: A psychodynamic perspective. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 13(3), pp. 366-370.
- Vorst, H. C. & Bermond, B., 2001. Validity and reliability of the Bermond–Vorst alexithymia questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 30(3), pp. 413-434.
- William, D., 2018. *Öfke ve Tahammülsülük*. 2.Baskı dü. İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- Yağcı, İ., 2017. *Üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolü*. Basım yeri bilinmiyor:Doctoral dissertation, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yöndem, Z. D. & Bıçak, B., 2008. Öğretmen Adaylarının Öfke Düzeyi ve Öfke Tarzları. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5(2), pp. 1-15.

## EKLER

EK-A

### Kişisel Bilgi Formu

Yaşınız :  20-30  31-40  
 41-50

Çocuğun cinsiyeti:  Kız  
 Erkek

Annenin eğitim düzeyi:  İlkokul  Ortaokul  Lise  
 Üniversite

Ailenin gelir düzeyi:  1000-2000tl  2001- 3000tl  3001-4000tl   
4001- 5000tl

Annenin mesleği:  Ev Hanımı  Çalışmıyor   
Çalışıyor

Annenin medeni durumu :  Evli  
 Bekar

Çocuk sayısı:  1  2  3  
 Diğer

Başka özel ihtiyacı olan (örneğin engelli vb) çocuk var mı?:  Evet  
 Hayır

Annenin tıbbi hastalığı var mı?:  Evet  
 Hayır

Annenin psikiyatrik hastalığı var mı?:  Evet  
 Hayır



## Çok Boyutlu Öfke Envanteri

### AÇIKLAMA

Bu ölçek, insanların öfke konusunda duygu ve düşüncelerini belirlemeyi amaçlamaktadır. Bu kitapçıkta farklı bölümler halinde bazı ifadeler bulunmaktadır. Lütfen HER BİR İFADEYİ ayrı ayrı dikkatle okuyup, yandaki cevap bölümünde size uygun olan daireyi işaretleyin. Her sayfanın başında yer alan kısa açıklamayı mutlaka okuyun. Cevaplarınızı bu açıklamalara göre vermeniz gerekmektedir. Her madde için sadece size en uygun olan bir cevabı işaretleyin. Hiçbir maddenin doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Size en uygun gelen cevap doğru olan cevaptır. Çalışmanın sağlıklı olabilmesi için içtenlikle ve dürüst olarak cevap vermeniz çok önem taşımaktadır. Hiçbir şekilde isim ya da kimliğe ait bilgiler vermeniz gerekmemektedir. Katkılarınız için şimdiden çok teşekkür ederiz.

YAŞ: \_\_\_\_\_ MESLEK: \_\_\_\_\_ CİNSİYET: ( ) Kadın ( ) Erkek  
EĞİTİM: ( ) İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Lisans Üstü

Öfkelendiğinizde aşağıdaki belirtiler sizde ne sıklıkla ortaya çıkar?

Hiç Nadiren Arada Sıklıkla Her  
sırada zaman

Kendi kendine söylenmek.	i	i	i	i	i
Kontrol kaybı.	i	i	i	i	i
Kanın beyne fırladığını hissetmek.	i	i	i	i	i
Yumruklarını sıkma.	i	i	i	i	i
Dışlerini sıkma.	i	i	i	i	i
Beynin zonklanması.	i	i	i	i	i
Elin-ayağın titremesi.	i	i	i	i	i
Hareketlerin hızlanması.	i	i	i	i	i
Nefesin daralması	i	i	i	i	i
Baş ağrısı	i	i	i	i	i

Burnundan soluma.	i	i	i	i	i
Zihnin allak bullak olması.	i	i	i	i	i
Mantıklı düşünememe.	i	i	i	i	i
Dudaklarını ısırmaaya başlamak.	i	i	i	i	i

Aşağıdaki durumlarda ne kadar kızarsınız?

%0 %25 %50 %75 %100

Başkalarının önünde eleştirildiğinizde.	i	i	i	i	i
Eleştirildiğinizde	i	i	i	i	i
Geçmişte sizi öfkeliendiren birşeyi hatırladığınızda.	i	i	i	i	i
Bir işi yaparken engellendiğinizde.	i	i	i	i	i
Tehdit edildiğinizde.	i	i	i	i	i
Haksızlığa uğradığınızda.	i	i	i	i	i
Birisi sizi hep aynı konuda kızdırdığında.	i	i	i	i	i
Önem verdiğiniz şeyler küçümsendiğinde.	i	i	i	i	i
Söylediğiniz bir şey yapılmadığında.	i	i	i	i	i
Azarlandığınızda.	i	i	i	i	i
Size hakaret edildiğinde.	i	i	i	i	i
Aldatıldığınızda.	i	i	i	i	i
Yapmadığınız bir şeyden dolayı suçlandığınızda.	i	i	i	i	i
Sizin adınıza kararlar verildiğinde.	i	i	i	i	i
Ailenize hakaret edildiğinde.	i	i	i	i	i
Size saldırıldığında.	i	i	i	i	i
Sizin için değerli bir şeyi karşınızdaki anlamadığında.	i	i	i	i	i
Sudan sebepler yüzünden istedikleriniz yapılmadığında.	i	i	i	i	i
Sizinle dalga geçildiğinde.	i	i	i	i	i
Randevulara sadık kalınmadığında.	i	i	i	i	i
İnsanlar yetkilerini kötüye kullandıklarında.	i	i	i	i	i

Size saygısız davranıldığında.	i	i	i	i	i
Önemsendiğinizde.	i	i	i	i	i
Yalan söylendiğinde.	i	i	i	i	i
Arkanızdan konuşulduğunda.	i	i	i	i	i
Sizi sömürmeye çalıştıklarında.	i	i	i	i	i
Sizi görmezden geldiklerinde.	i	i	i	i	i
Karşıınızdaki kendi sorumluluğunu almadığında.	i	i	i	i	i
Düşündüklerinizi ifade edemediğinizde.	i	i	i	i	i
İnsanlar başınıın etini yediklerinde.	i	i	i	i	i
Size değer verilmediğini hissettiğinizde..	i	i	i	i	i
Düşüncelerinize değer verilmediğinde.	i	i	i	i	i
İnsanlar hadlerini bilmediğinde.	i	i	i	i	i
Kişisel haklarınıza saldırıldığında.	i	i	i	i	i
Söylediklerinizin tam tersi yapıldığında.	i	i	i	i	i
Yaptığınız bir iş takdir edilmediğinde.	i	i	i	i	i
Değiştiremeyeceğiniz şeyler olduğunda.	i	i	i	i	i
Birisi sizinle konuşurken konuşmasını bölüp başkasıyla konuştuğunda.	i	i	i	i	i
İşler ters gittiğinde.	i	i	i	i	i
Söyledikleriniz ters algılandığında.	i	i	i	i	i
İnsanlar üzerlerine aldıkları bir işi yapmadıklarında.	i	i	i	i	i

Aşağıdaki düşünceler, aklınızdan ne sıklıkla geçer?

Hiç Nadiren Arada Sıklıkla Her  
sırada zaman

İnsanlar beni olduğum gibi görürlerse, geçinilmesi zor biri olduğumu anlarlar.	i	i	i	i	i
Ne kadar çok pişmanlık duyacağım şey yapıyorum.	i	i	i	i	i
Bana neler oluyor?	i	i	i	i	i

Kendimden utanıyorum.	i	i	i	i	i
Ailem için yeterince bir şey yapamadım.	i	i	i	i	i
Hemen hemen hergün birşeylere öfkeleniyorum.	i	i	i	i	i
İnsanlar nedense hep arkamdan konuşuyorlar.	i	i	i	i	i
Zaman zaman başkalarına zarar verme dürtümü kontrol edemeyebilirim.	i	i	i	i	i
İstediğim gibi bir hayat sürdüremedim.	i	i	i	i	i
Düşündüğümünden daha da öfkeliyim.	i	i	i	i	i
Aslında insanların zannettiğinden daha çok öfkeliyim.	i	i	i	i	i
Sevmediğim insanlara karşı kabalaşıyorum.	i	i	i	i	i
Öyle öfkeliyim ki, kontrolümü kaybedeceğimi hissediyorum.	i	i	i	i	i
İnsanlar bana genellikle patronluk taşıyor.	i	i	i	i	i
İnsanlar sınırlarımı çok zorluyor.	i	i	i	i	i
Hayatta çok fazla haksızlığa uğradığıma inanıyorum.	i	i	i	i	i
İçimde öyle çok kin var ki, kimseye anlatamam.	i	i	i	i	i
Haketmediğim şekilde yaşıyorum.	i	i	i	i	i
Son zamanlarda kendimi çok aksi birisi gibi hissediyorum.	i	i	i	i	i
Başkalarına asla güvenmemeliyim.	i	i	i	i	i
Patlamaya hazır bir barut gibiyim.	i	i	i	i	i
Ne kadar çok sevmediğim insan var.	i	i	i	i	i
Günahlarımdan dolayı affedilebilecek miyim?	i	i	i	i	i
Bazen insanlar benimle alay ediyorlar gibi geliyor.	i	i	i	i	i
Sanki bütün dünyanın yükünü ben taşıyorum.	i	i	i	i	i
Bu yapılan iyi şeylerin altında acaba ne var?	i	i	i	i	i
Hoşlanmadığım kurallara neden uyaım diye düşünürüm.	i	i	i	i	i
Son günlerde ne kadar çok şeye öfkelendiğimi farkettim.	i	i	i	i	i
Başarısızlıklarım beni utandırıyor.	i	i	i	i	i
Herkes benim hiç öfkelenmediğimi sanır.	i	i	i	i	i

Sizi öfkeliendiren bir durumda kaldığınızda aşağıdaki davranışları ne sıklıkla gösterirsiniz?

Hiç Nadiren Arada Sıklıkla Her  
sırada zaman

Soğukkanlılığımı korurum.	i	i	i	i	i
Sinirimi boşaltmaya çalışırım.	i	i	i	i	i
Bana nasıl böyle bir haksızlık yapıldığını düşünürüm.	i	i	i	i	i
Kontrolümü kaybedeceğim düşüncesine kapılırım.	i	i	i	i	i
Bunlar başıma neden geliyor diye düşünürüm.	i	i	i	i	i
Ne yapacağımı düşünürüm.	i	i	i	i	i
Sağa-sola vururum.	i	i	i	i	i
Çözümüne yönelik düşünmeye başlarım.	i	i	i	i	i
İnsanlar bana bağırsa ben de onlara bağıyorum.	i	i	i	i	i
Benimle aynı fikirde olmayan insanlarla tartışmaya girmekten kendimi alamam.	i	i	i	i	i
Şiddet gösteririm.	i	i	i	i	i
Gözümüne bir şey gözükmez.	i	i	i	i	i
En iyi savunma saldırıdır diye düşünürüm.	i	i	i	i	i
Unutmaya çalışırım.	i	i	i	i	i
Herkes kadar ben de kavga ederim.	i	i	i	i	i
Haklarımı korumak için fiziksel şiddete başvurmam gerekirse, yaparım.	i	i	i	i	i
Daha da sakinleşmeye çalışırım.	i	i	i	i	i
Kendime sürekli sakin ol diye telkinlerde bulunurum.	i	i	i	i	i
Sakinleşmek için olayın nedenlerini sorgularım.	i	i	i	i	i
Kendi kendine geçmesini beklerim.	i	i	i	i	i
Kendimi sakinleştirmeye çalışırım.	i	i	i	i	i
Hoşlanmadığım fikirlerimi örtbas etmeye çalışırım.	i	i	i	i	i
Umutsuzluğa düşerim.	i	i	i	i	i
Kendimden başka bir şey düşünemem.	i	i	i	i	i
Öfkemi göstermem.	i	i	i	i	i

Soğukkanlılığımı kaybettiğim zaman, birine tokat atabilirim. i i i i i

Sizi öfkeliendiren bir insan karşısında aşağıdaki davranışları ne sıklıkla gösterirsiniz?

Hiç Nadiren Arada Sıklıkla Her  
sırada zaman

Kendini suçlu hissetmesi için uğraşırım.	i	i	i	i	i
Beni bu şekilde sinirlendirmeye hakkı yok diye düşünürüm.	i	i	i	i	i
Onu mahvetmek isterim.	i	i	i	i	i
Onu hiç önemsemediğimi gösteren bir davranış yaparım.	i	i	i	i	i
Anında parlarım.	i	i	i	i	i
Sonuna kadar götüremeyeceğim tehditleri sıkça savururum.	i	i	i	i	i
Hakaret ederim.	i	i	i	i	i
Karşımdakini cezalandırmak isterim.	i	i	i	i	i
Dedikodusunu yaparım.	i	i	i	i	i
Hakkında düşündüklerimi ona söylerim.	i	i	i	i	i
Burnunun ortasına bir yumruk hakediyor diye düşünürüm.	i	i	i	i	i
Bunu kasıtlı yapıyor diye düşünürüm.	i	i	i	i	i
Beni sevmediğini düşünürüm.	i	i	i	i	i
Beni önemsemediğini düşünürüm.	i	i	i	i	i
Karşımdakinden intikam almak isterim.	i	i	i	i	i
Ona her türlü kötülüğü yapmak isterim.	i	i	i	i	i
O anda öcümü almak isterim.	i	i	i	i	i
Onu aşağılamak isterim.	i	i	i	i	i
Bana böyle acı çektirmemeliydi diye düşünürüm.	i	i	i	i	i
İstediklerinin tam tersini yaparım.	i	i	i	i	i
Gerekmedikçe konuşmam, ilgi göstermem.	i	i	i	i	i
Saatlerce öfkeli kalırım.	i	i	i	i	i
Beni hayal kırıklığına uğrattı diye düşünürüm.	i	i	i	i	i
Bana patronluk taşıyor diye düşünürüm.	i	i	i	i	i

Kendimi savunarak konuşurum.	İ	İ	İ	İ	İ
Onu yaptığına pişman ettirmek isterim.	İ	İ	İ	İ	İ
Kendini ne sanıyor diye düşünürüm.	İ	İ	İ	İ	İ
Yüksek sesle bağırırım.	İ	İ	İ	İ	İ
Aklımdan neyi yanlış yaptım diye geçer.	İ	İ	İ	İ	İ
Nasıl tepkiler vereceğimi düşünürüm.	İ	İ	İ	İ	İ
Sakin olmaya çalışırım.	İ	İ	İ	İ	İ
Kendimi kontrol etmem gerektiğini düşünürüm.	İ	İ	İ	İ	İ
Onu yenmeye çalışırım.	İ	İ	İ	İ	İ
Ona, neye yolaçtığını iyice göstermeye çalışırım.	İ	İ	İ	İ	İ
İçimden onun ne kadar aşağılık biri olduğu geçer.	İ	İ	İ	İ	İ
Benden istediklerini yapmam.	İ	İ	İ	İ	İ
Ona mutlaka birşeyler söylemem gerektiğini düşünürüm.	İ	İ	İ	İ	İ
Kim olduğumu ona gösteririm.	İ	İ	İ	İ	İ
Benimle alay ettiğini düşünürüm.	İ	İ	İ	İ	İ
Ona gününü göstermek isterim.	İ	İ	İ	İ	İ
Canı kavga istiyor diye düşünürüm.	İ	İ	İ	İ	İ
İçime kapanırım.	İ	İ	İ	İ	İ
Gülerim.	İ	İ	İ	İ	İ
Hiç aldırmam	İ	İ	İ	İ	İ
Görmezden gelirim.	İ	İ	İ	İ	İ
Suçtu kendimde ararım.	İ	İ	İ	İ	İ
Ben ondan bunun acısını çıkarırım diye düşünürüm	İ	İ	İ	İ	İ

## Toronto Aleksitimi Ölçeği

**Lütfen aşağıdaki maddelerin sizi ne ölçüde tanımladığını işaretleyiniz. Hiçbir zaman (1),.. Her zaman (5) olacak şekilde bu maddelere puan veriniz.**

<b>Hiçbir zaman</b>	<b>Nadiren</b>	<b>Bazen</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her zaman</b>					
1- Ne hissettiğimi çoğu kez tam olarak bilemem.....	1	2	3	4					
2- Duygularım için uygun kelimeleri bulmak benim için zordur.....	1	2	3	4					
3- Bedenimde doktorların dahi anlamadığı hisler oluyor.....	1	2	3	4					
4- Duygularımı kolayca tarif edebilirim.....	1	2	3	4					
5- Sorunları yalnızca tarif etmektense onları çözümlmeyi yeğlerim.....	1	2	3	4					
6- Keyfim kaçtığımda, üzgün mü, korkmuş mu yoksa kızgın mı olduğumu bilemem.....	1	2	3	4					
7- Bedenimdeki hisler kafamı karıştırır.....	1	2	3	4					
8- Neden öyle sonuçlandığımı anlamaya çalışmaksızın, işleri olurluna bırakmayı yeğlerim	1	2	3	4					
9- Tam olarak tanımlayamadığım duygularım var.....	1	2	3	4					
10- İnsanların duygularını tanıması gerekir.....	1	2	3	4					
11- İnsanlar hakkında ne hissettiği tarif etmek bana zor geliyor.	1	2	3	4					
12- İnsanlar duygularımı kolayca tarif etmemi isterler.	1	2	3	4					
13- İçimde ne olup bittiğini bilmiyorum.....	1	2	3	4					
14- Çoğu zaman neden kızgın olduğumu bilmem.....	1	2	3	4					
15- İnsanlarla, duygularından çok günlük uğraşları hakkında konuşmayı yeğlerim.....	1	2	3	4					



16- Psikolojik dramalar yerine eğlendirici programlar izlemeyi yeğlerim.....	1	2	3	4
17- İçimdeki duyguları yakın arkadaşlarıma bile açıklamak bana zor gelir.....	1	2	3	4
18- Sessizlik anlarında dahi, kendimi birisine yakın hissedebilirim.....	1	2	3	4
19- Kişisel sorunlarımı çözerken duygularımı incelemeyi yararlı bulurum.....	1	2	3	4
20- Film veya oyunlarda gizli anlamlar aramak, onlardan alınacak hazzı azaltır.....	1	2	3	4

**Savunma Mekanizmaları Envanteri (SBT- 40)**

Lütfen her ifadeyi dikkatle okuyup, bunların size uygunluğunu yan tarafında 1'den 9'a kadar derecelendirilmiş ölçek üzerinde seçtiğiniz dereceyi çarpı şeklinde (×) işaretlemek suretiyle gösteriniz.

Örnek: Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**1. Başkalarına yardım etmek hoşuma gider, yardım etmem engellenirse üzülürüm.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**2. Bir sorunum olduğunda, onunla uğraşacak vaktim olana kadar o sorunu düşünmemeyi becerebilirim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**3. Endişemin üstesinden gelmek için yapıcı ve yaratıcı şeylerle uğraşırım (resim, el işi, ağaç oyma).**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**4. Arada bir bugün yapmam gereken işleri yarına bırakırım.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**5. Kendime çok kolay gülerim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**6. İnsanlar bana kötü davranmaya eğilimlidir.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**7. Birisi beni soyup paramı çalsa, onun cezalandırılmasını değil ona yardım edilmesini isterim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**8. Hoş olmayan gerçekleri, hiç yokmuşlar gibi görmezlikten gelirim.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**9. Superman'mışım gibi tehlikelere aldırmam.**

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**10.** İnsanlara, sandıkları kadar önemli olmadıklarını gösterebilme yeteneğimle gurur duyarım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**11.** Bir şey canımı sıktığında, çoğu kez düşüncesizce ve tepkisel davranırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**12.** Hayatım yolunda gitmediğinde bedensel rahatsızlıklara yakalanırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**13.** Çok tutuk bir insanım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**14.** Her zaman doğruyu söylemem.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**15.** Sorunsuz bir yaşam sürdürmemi sağlayacak özel yeteneklerim var.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**16.** Seçimlerde bazen haklarında çok az şey bildiğim kişilere oy veririm.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**17.** Birçok şeyi gerçek yaşamımdan çok hayalimde çözerim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**18.** Hiçbir şeyden korkmam.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**19.** Bazen bir melek olduğumu, bazen de bir şeytan olduğumu düşünürüm.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**20.** Kırıldığımda açıkça saldırgan olurum.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**21.** Her zaman, tanıdığım birinin koruyucu melek gibi olduğunu hissederim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**22.** Bana göre, insanlar ya iyi ya da kötüdürler.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**23.** Patronum beni kızdırırsa, ondan hıncımı çıkarmak için ya işimde hata yaparım ya da işi yavaşlatırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**24.** Her şeyi yapabilecek güçte, aynı zamanda son derece adil ve dürüst olan bir tanıdığım var.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**25.** Serbest bıraktığımda, yaptığım işi etkileyebilecek olan duygularımı kontrol edebilirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**26.** Genellikle, aslında acı verici olan bir durumun gülünç yanını görebilirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**27.** Hoşlanmadığım bir işi yaptığımda başım ağrır.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**28.** Sık sık kendimi kesinlikle kızmam gereken insanlara iyi davranırken bulurum.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**29.** Hayatta, haksızlığa uğruyor olduğuma eminim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**30.** Sınav veya iş görüşmesi gibi zor bir durumla karşılaşacağımı bildiğimde, bunun nasıl olabileceğini hayal eder ve başa çıkmak için planlar yaparım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**31.** Doktorlar benim derdimin ne olduğunu hiçbir zaman gerçekten anlamıyorlar.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**32.** Haklarım için mücadele ettikten sonra, girişken davrandığımdan dolayı özür dilemeye eğilimliyimdir.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**33.** Üzüntülü veya endişeli olduğumda yemek yemek beni rahatlatır.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**34.** Sık sık duygularımı göstermediğim söylenir.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**35.** Eğer üzüleceğimi önceden tahmin edebilirsem, onunla daha iyi baş edebilirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**36.** Ne kadar yakınırsam yakınyım, hiçbir zaman tatmin edici bir yanıt alamıyorum.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**37.** Yoğun duyguların yaşanması gereken durumlarda, genellikle hiçbir şey hissetmediğimi fark ediyorum.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**38.** Kendimi elimdeki işe vermek, beni üzüntülü veya endişeli olmaktan korur.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**39.** Bir bunalım içinde olsaydım, aynı türden sorunu olan birini arardım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

**40.** Eğer saldırganca bir düşüncem olursa, bunu telafi etmek için bir şey yapma ihtiyacı duyarım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

## ETİK KURUL ONAY FORMU



T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
Etik Kurul Başkanlığı

## ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

**TOPLANTI TARİHİ:** 24.09.2021  
**TOPLANTI SAYISI:** 2021-29

**KARAR NO: 2021-29-12:** Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 180603034 numaralı Menşüre ÖZTÜRK' ün "Özgül Öğrenme Güçlüğü Tanısı Almış Çocukların Annelerinde Öfke, Aleksitimi ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ""Çevrimiçi Ortamlarda Sunulan Metinlerden Önce Verilen Tetikleyici Uyarılarının Metinden Kaçınma Ve Metnin Algılanması Üzerine Etkisi" konulu çalışması hakkında yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, Etik Kurulumuzun 17.06.2021 tarih ve 2021-22 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

