

**Araştırma / Original article****Ergenlerde sürekli öfke ve öfke ifade tarzları**Dilek ÖZMEN,<sup>1</sup> Erol ÖZMEN,<sup>2</sup> Aynur ÇETİNKAYA,<sup>3</sup> İpek Ö. AKİL<sup>4</sup>**ÖZ**

**Amaç:** Bu çalışmada ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin öfke düzeylerinin, öfke tarzlarının ve bunları etkileyen etkenlerin araştırılması amaçlanmıştır. **Yöntem:** Çalışma Manisa kent merkezinde yer alan ve farklı sosyoekonomik düzeye sahip bölgede bulunan üç ilköğretim okulunda öğrenim gören ikinci kademe (6, 7, 8. sınıf) öğrenciler ile yürütüldü. Öğrencilere Sosyodemografik Veri Formu, Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Anksiyete Ölçeği, Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği uygulandı. Öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını etkileyen değişkenler çok değişkenli istatistiksel analiz ile incelendi. **Sonuçlar:** Ergenlerin sürekli öfke düzeylerinin 'biraz' düzeyinde kaldığı, öfkelerini dışa vurmadığı ve orta düzeyde kontrol altına alma eğiliminde olduğu, içte tutulan öfke düzeylerinin yüksek olmadığı görülmektedir. Ergenlerin sürekli öfke düzeylerini ve öfke tarzlarını en çok etkileyen etkenler kaygı, cinsiyet ve aile tipidir. Sürekli öfke, baskılanmış öfke ve ifade edilen öfke ile kaygı arasında pozitif, kontrol altında tutulan öfke ile anksiyete arasında negatif ilişki vardır. Erkek öğrenciler daha yüksek sürekli öfke düzeyine sahipken ve öfkelerini daha çok ifade ederken, kız öğrenciler öfkelerini daha fazla kontrol etmektedir. Parçalanmış ailede yaşayan ergenlerin sürekli öfke, ifade ettikleri öfke ve baskıladıkları öfke düzeyleri daha yüksektir ve öfkelerini daha az kontrol etmektedirler. **Tartışma:** Bu çalışmada elde edilen sonuçlar Türkiye'de ergenlerin öfke yaşamaya yatkın olmadıklarını, öfkelerini kontrol etme eğiliminde olduklarını; öfkelendiklerinde öfkelerini içlerine atmadıklarını, kin beslemediklerini, başkalarıyla tartışmaya yatkın olmadıklarını ve kızgınlıklarını sözle veya davranışla göstermediklerini düşündürmektedir. Kaygı düzeyinin azalması öfkeyi kontrol edebilme düzeyini artırdığından ergenlerde öfke yönetimine yönelik yürütülecek eğitimlerde ve tedavi uygulamalarında kaygı yatıştırılmaya yönelik girişimlere yer verilmelidir. (*Anadolu Psikiyatri Derg* 2016; 17(1):65-73)

**Anahtar sözcükler:** Ergen, öfke, öfke tarzı

**Trait anger and anger expression styles in adolescents****ABSTRACT**

**Objective:** The aim of this study was to investigate the trait anger levels and anger expression styles of students in the second stage of primary education and the factors affecting them. **Methods:** The study was carried out on students in the second stage of primary education (classes 6, 7 and 8<sup>th</sup>) at three schools in the center of the city of Manisa in an area with inhabitants at various socioeconomic levels. A sociodemographic form, the State-Trait Anxiety Scale for Children, and the State Trait Anger Scale were applied to the students. Variables affecting students' trait anger and anger expression styles were examined using multiple linear regression analysis. **Results:** It was observed that levels of trait anger in the adolescents remained at the level of 'a little', that they did not express out their anger and that they tended to control their anger moderately, and that the levels of suppressed anger were not high. The factors which most affected levels of trait anger and anger expression styles in the adolescents were anxiety, gender and family type. A positive correlation was found between anxiety and trait anger, suppressed anger and expressed anger, while a negative correlation was found between anxiety and anger which was kept under

<sup>1</sup> Doç. Dr., <sup>3</sup> Yrd. Doç. Dr., Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü Halk Sağlığı Hemşireliği ABD, Manisa  
<sup>2</sup> Prof. Dr., Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri ABD; <sup>4</sup> Prof. Dr., Nefroloji ABD, Manisa

**Yazışma adresi / Correspondence address:**

Doç. Dr. Dilek ÖZMEN, Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü Halk Sağlığı Hemşireliği ABD, İstasyon Mevkii 700 Sok. 45010 Şehzadeler/Manisa

**E-mail:** ozmendilek@yahoo.com

**Geliş tarihi:** 25.12.2014, **Kabul tarihi:** 05.02.2015, **doi:** 10.5455/apd.176085

control. Male students had a higher level of trait anger and expressed their anger more often, while female students controlled their anger more. The levels of trait anger, expressed anger and suppressed anger were higher in adolescents living in split-up families, and their anger was less controlled. **Discussion:** The results of this study suggest that adolescents in Turkey are not prone to experiencing anger and they tend to control their anger; when they get angry; they do not suppress it or bear grudges, they are not prone to argue with others; and when they get angry they do not express it in words or behavior. Because of the reduction of anxiety levels increase the ability to control the anger level, reduction of anxiety should definitely be placed in anger control training programs and therapeutic attempts in adolescents. (*Anatolian Journal of Psychiatry* 2016; 17(1):65-73)

**Keywords:** adolescent, anger, expression of anger

## GİRİŞ

Öfke, insanın doğasında bulunan temel duygulardan birisidir.<sup>1</sup> Öfke iyi yönetildiğinde psikososyal gelişimi, kişilerarası ilişkileri ve bireysel mutluluğu olumlu yönde etkilerken; iyi yönetilemediğinde bireyin kendisi, ailesi, çalıştığı iş yeri ve toplum için yıkıcı sonuçlar yaratabilmektedir.<sup>2,3</sup>

Ergenlik döneminin sınırlarını çizmek zor olmakla birlikte, genel olarak ergenliğin pubertenin başlamasıyla birlikte başladığı kabul edilmektedir. Bu dönemde boy, beden ağırlığı, iskelet gelişimi, hormonal değişimler ve üreme organlarında oluşan fiziksel değişime koşut olarak çok yönlü ruhsal değişim de oluşmaktadır. Erken dönemlerinde özerklik arayışı, anne-babayla çatışma gibi birçok sorunun yaşandığı ergenlik dönemi başarıyla atlatıldığında ergende kimlik ve rol bütünleşmesi oluşur.<sup>4</sup>

Gelişim dönemlerinde, her dönemin kendine özgü öfke yaşama nedenleri olduğu görülmektedir. Temel işlevi kimlik kazanmak olan ergenlik döneminde ergenler majör biyolojik ve ruhsal değişimler yaşamaktadır.<sup>5,6</sup> Bu değişimler birçok sorunu beraberinde getirmektedir. Ergenlerde öfke, güncel akademik başarıyı ve ilişkileri etkilemesinin yanında, psikososyal gelişimi de etkilemektedir. Kendisine ve diğer insanlara fiziksel zarar verme olasılığı yanında öfke ergenlerin akranları ile ilişkilerinin bozulmasına ve okuldan uzaklaşmasına veya uzaklaştırılmasına neden olabilmektedir.<sup>7</sup> Ergenlerle yapılan çalışmalarda öfke ile ruhsal belirtiler arasında pozitif yönde anlamlı bir korelasyon olduğu, yetiştirme yurdunda kalan ergenlerde sürekli öfke ve öfke tarzları ile saldırganlık arasında anlamlı ilişkiler olduğu, öfke ifade düzeyi yüksek ortaöğretim öğrencilerinin okula daha fazla yabancılaştığı gözlenmiştir.<sup>8-10</sup>

Öfke her yaşta yaşanabilen bir duygu olmakla birlikte, her yaşta yaşanan öfkenin aynı niteliklere sahip olduğunu ve aynı nedenlerle ortaya çıktığını söylemek olası değildir. Bu nedenle her yaş dönemine ait öfkenin ayrıca araştırılması gerekmektedir. Ergenlerde öfkenin olumsuz

sonuçları ile ilgili birçok çalışma bulunmakla birlikte, öfkenin ortaya çıkmasını etkileyen etkenlerle ilgili yeterince araştırma yoktur. Bu çalışmada ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin öfke düzeylerinin, öfke tarzlarının ve bunları etkileyen etkenlerin araştırılması amaçlanmıştır.

## YÖNTEM

Çalışma Nisan-Mayıs 2012 tarihleri arasında Manisa kent merkezinde yer alan ve farklı sosyoekonomik düzeye sahip bölgelerde bulunan üç ilköğretim okulunda öğrenim gören ikinci kademe (6., 7. ve 8. sınıf) öğrenciler ile yürütülmüştür. Araştırmanın evren ve örneklemini MNSA verilerine göre kent merkezinde farklı sosyoekonomik düzeyde (iyi, orta ve kötü) yer alan bölgelerdeki ilköğretim okulları içerisinde kura yöntemi ile seçilmiş, Manisa Avni Gemicioğlu İlköğretim Okulu, Ali Rıza Çevik İlköğretim Okulu ve Atatürk İlköğretim Okulu'nda öğrenim gören 6., 7. ve 8. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Okullardaki 6., 7. ve 8. sınıf öğrenci sayıları dağılımı; Avni Gemicioğlu İlköğretim Okulu (sırasıyla 157, 180, 155) 492 öğrenci, Ali Rıza Çevik İlköğretim Okulu (sırasıyla 265, 320, 288) 873 öğrenci ve Atatürk İlköğretim Okulu (sırasıyla 129, 142, 162) 433 öğrenci şeklindedir. Üç okuldaki toplam öğrenci sayısı 1798'dir. Araştırmada örneklem seçimine gidilmeyip, veri toplandığı anda okulda bulunan ve araştırmaya katılmayı kabul eden öğrenciler araştırma kapsamına alınmıştır (s=1581).

Veriler, öğrencilerle yüz yüze görüşme tekniği ile hemşirelik bölümü son sınıf öğrencileri aracılığıyla toplanmıştır.

## Veri toplama araçları

**Sosyodemografik Bilgi Formu:** Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyodemografik bilgilerini edinebilmek amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanan 15 soruluk veri toplama aracıdır.

**Çocuklar için Durumluk-Sürekli Anksiyete Ölçeği:** Spielberger tarafından çocuklar için geliştirilen bu ölçek, 20'şer maddelik, durumluk

ve sürekli anksiyete olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırmada ölçeğin yalnız sürekli anksiyete bölümü kullanılmıştır. Yirmi maddenin her biri anksiyete belirtisinin varlığına ve şiddetine göre 1, 2, 3 olarak puanlanan seçeneklerden biri işaretlenerek yanıtlanır. Sürekli anksiyete, bireyin genel olarak ne hissettiğini tanımlamakta ve genel olarak anksiyeteye yatkınlığını yansıtmaktadır. Ölçek puanı 20-60 arasındadır. Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Özusta tarafından yapılan ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0.81 olarak hesaplanmıştır.<sup>11</sup> Ölçeğin bu çalışma için Cronbach alfa katsayısı 0.85 bulunmuştur.

**Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği:** Otuz dört maddeden oluşan ölçeğin ilk 10 maddesi sürekli öfke düzeyini ölçerken, 24 maddesi bireylerin öfke tarzlarını (öfke-içte, öfke-dışa ve öfke-kontrol alt boyutları) belirlemektedir. Sürekli öfkeden alınan yüksek puanlar, öfke düzeyinin yüksek olduğunu; öfke-içte ölçeğindeki yüksek puanlar, öfkenin baskılanmış olduğunu, içte tutulduğunu; öfke-dışa ölçeğindeki yüksek puanlar, öfkenin kolayca ifade ediliyor olduğunu ve öfke-kontrol ölçeğindeki yüksek puanlar ise öfkenin kontrol edilebildiğini göstermektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Özer tarafından yapılmış olup Cronbach alfa katsayıları 'sürekli öfke' boyutu için 0.79, 'öfke dışa vurumu' boyutu için 0.78, 'öfke içe vurumu' boyutu için 0.62, 'öfke kontrolü' boyutu için 0.84 olarak bulunmuştur.<sup>12,13</sup> Ölçeğin bu çalışma için Cronbach alfa katsayıları 'sürekli öfke' boyutu için 0.76, 'öfke dışa vurumu' boyutu için 0.79, 'öfke içe vurumu' boyutu için 0.65, 'öfke kontrolü' boyutu için 0.79 olarak bulunmuştur.

#### Etik kurul onayı

Çalışmanın yürütülebilmesi için Manisa İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nden yazılı izin ve Manisa Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurul onayı alınmıştır.

#### Verilerin değerlendirilmesi

Verilerin istatistiksel değerlendirilmesi SPSS 16.0 programı ile tanımlayıcı analizler (sayı-yüzde dağılımı, ortalama, standart sapma değerleri) ve tek değişkenli analizler (parametrik testlerde Student's t testi ve tek yönlü varyans analizi; parametrik olmayan testlerde ise Mann Whitney U testi ve Kruskal Wallis testi) yapılmıştır. Tek değişkenli analizlerde anlamlı çıkan değişkenler ile çok değişkenli regresyon modelleri (multiple linear regresyon) oluşturulmuştur. Veri toplama araçlarını eksik dolduran öğrencilerin formları değerlendirme dışı bırakılmıştır.

**Tablo 1.** Öğrencilerin tanıtıcı özellikleri

Tanıtıcı özellikler	Sayı	%		
<b>Yaş (13.12±0.94, aralık:11-17)</b>				
11 yaş	16	1.0		
12 yaş	474	30.0		
13 yaş	490	31.0		
14 yaş	518	32.8		
15 ≤ yaş	83	5.3		
<b>Cinsiyet</b>				
Kız	769	48.6		
Erkek	812	51.4		
<b>Sınıf</b>				
6. sınıf	553	34.9		
7. sınıf	520	32.8		
8. sınıf	510	32.2		
<b>En uzun yaşanılan yer</b>				
Köy-kasaba	43	2.7		
İlçe	141	8.9		
İl	1384	87.5		
Yanıtsız	13	0.8		
<b>Gelir durumu</b>				
Gelir giderden az	187	11.8		
Gelir gidere denk	969	61.3		
Gelir giderden fazla	400	25.3		
Yanıtsız	25	1.6		
<b>Aile tipi</b>				
Çekirdek	1277	80.8		
Geniş	229	14.5		
Parçalanmış	62	3.9		
Yanıtsız	13	0.8		
<b>Kardeş sayısı</b>				
Tek çocuk	196	12.4		
2 çocuk	780	49.3		
3 çocuk	280	17.7		
4 çocuk	98	6.2		
5 ≤ çocuk	223	13.8		
Yanıtsız	4	0.3		
<b>Anne-babaların tanıtıcı özellikleri</b>				
	Anne		Baba	
	Sayı	%	Sayı	%
<b>Eğitim düzeyi</b>				
Okuryazar değil	198	12.5	59	3.7
Okuryazar	52	3.3	79	5.0
İlkokul	495	31.3	424	26.8
Ortaokul	247	15.6	310	19.6
Lise	431	27.3	419	26.5
Üniversite	151	9.6	284	18.0
Yanıtsız	6	0.4	6	0.4
<b>Mesleği</b>				
Ev kadını/çalışmıyor	1167	74.1		
Memur	108	6.9	255	16.1
Serbest meslek	56	3.6	403	25.5
İşçi	154	9.7	452	28.6
Diğer	90	5.7	457	28.9
Yanıtsız	6	0.4	14	0.9
Toplam	1581	100.0	1581	100.0

## SONUÇLAR

Araştırmada öğrencilerin yaş ortalaması  $13.12 \pm 0.94$  (aralık:11-17, ortanca:13) olarak bulunmuştur. Öğrencilerin %51.4'ü erkek, %34.9'u altıncı sınıf öğrencisi, %87.5'inin en uzun yaşadığı yer ildir; %61.3'ü gelirini giderine denk olarak değerlendirmiştir (Tablo 1).

**Tablo 2.** Öğrencilerin Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği ve Durumluluk-Sürekli Anksiyete Ölçeği puan ortalamaları

Ölçekler	Sayı	Ort.±SS	Aralık	Ortanca
Sürekli öfke düzeyi	1513	20.30±6.00	10-40	19
Öfke-içe	1555	14.89±3.88	8-31	14
Öfke-dışa	1563	15.17±4.53	8-32	14
Öfke kontrol	1557	20.13±4.86	8-32	20
Sürekli anksiyete	1521	34.05±7.09	20-58	33

Öğrencilerin Sürekli Öfke ve Anksiyete Ölçeği puan ortalamalarının dağılımları Tablo 2'de gösterilmiştir.

Öğrencilerin Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği puan ortalamaları ile tanıtıcı özellikleri karşılaştırıldığında, öğrencilerin yaş grupları ile öfke-dışa ve öfke-kontrol arasında anlamlı ilişki olduğu; cinsiyetleri ile sürekli öfke düzeyleri ve öfke-dışa arasında anlamlı ilişki olduğu; gelir algısı ile öfke kontrol arasında anlamlı ilişki olduğu; aile tipi ile sürekli öfke düzeyi, öfke-içe, öfke-dışa ve öfke-kontrol arasında anlamlı ilişki olduğu; kardeş sayısı ile öfke kontrol arasında anlamlı ilişki olduğu; anne ve baba eğitimi ile öfke-kontrol arasında anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır (Tablo 3).

Öğrencilerin Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği puan ortalamaları ile Durumluluk-Sürekli Anksiyete Ölçeği puan ortalaması arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için yapılan Pearson korelasyon analizinde, sürekli anksiyete puan ortalaması ile sürekli öfke, öfke içe, öfke dışa, puan ortalamaları arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanırken; öfke kontrol puan ortalaması ile zayıf düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Tablo 3).

Öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını açıklayan çok değişkenli modellerin tümünde yer alan değişken sürekli anksiyetedir. Daha sonra cinsiyet, aile tipi, yaş ve annenin eğitimi gelmektedir. Durbin-Watson değerinin 2'ye yaklaşması modelin uyumunun arttığını, p değeri modelin doğrusal ilişki gösterip göstermediğini anlaşılmasına yardımcı olur. Öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını belirleyicileri öngörmek üzere oluşturulan dört modelin istatistiksel olarak anlamlı doğrusal bir model olduğu görülmektedir

(Tablo 4).

## TARTIŞMA

Bu araştırma örnekleminin sürekli öfke düzeyleri ve öfke tarzları puanları ölçeğin puanlama özellikleri dikkate alınarak incelendiğinde ergenlerin sürekli öfke düzeylerinin 'biraz' düzeyinde kaldığı, öfkesini dışa vurmadığı ve orta düzeyde kontrol altına alabildiği, içte tutulan öfke düzeylerinin de yüksek olmadığı görülmektedir. Bu çalışmada elde edilen öfke düzeyleri ve öfke tarzları puan ortalamalarının Türkiye'de aynı ölçekle ergenlerde yürütülen diğer çalışmalardan elde edilen puan ortalamalarına yakın olduğu gözlenmiştir (Tablo 5).<sup>8,14-20</sup> Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeğini kullanan araştırmalar toplu olarak değerlendirildiğinde ergenlerin kendilerini orta düzeye yakın öfkeli hissettiği, öfkesini dışa vurmak veya içinde tutmak yerine, daha çok kontrol etme eğiliminde olduğu, ilişkilerinde sabırlı, soğukkanlı, hoşgörülü ve anlayışlı olma-ya çalıştığı görülmektedir.

## Öfkeyi etkileyen etkenler

Çalışmada anksiyetenin sürekli öfke ve tüm öfke tarzlarını; cinsiyetin sürekli öfke ve öfke-dışayı; annenin eğitim düzeyinin öfke-kontrolü ve aile tipinin öfke-dışayı etkilediği saptanmıştır. İncelenen on değişkenden beşinin sürekli öfke ve herhangi bir öfke tarzını etkilememesi, anksiyete dışında kalan değişkenlerin etkisinin öfkenin yaşanması ve ifade edilmesi açısından pek bir etkisinin olmadığını düşündürmektedir.

## Sürekli anksiyetenin öfkeye etkisi

Bu çalışmada tüm öfke tarzlarını etkileyen tek

**Tablo 3.** Öğrencilerin Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği puan ortalamaları ile tanıtıcı özelliklerin ve Durumluluk-Sürekli Anksiyete Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

Tanıtıcı özellikler	Sürekli öfke Ort.±SS	Öfke-içer Ort.±SS	Öfke-dışar Ort.±SS	Öfke kontrol Ort.±SS	
<b>Yaş grubu</b>					
13 ≥ yaş	20.19±6.00	14.80±3.92	14.99±4.62	20.37±4.90	
13 <	20.47±5.99	15.04±3.82	15.46±4.37	19.75±4.78	
	t=-0.86	t=-0.17	t=-2.00	t=2.44	
	p=0.388	p=0.241	p=0.045	p=0.015	
<b>Cinsiyet</b>					
Erkek	20.62±5.82	15.07±3.88	15.40±4.47	20.04±4.89	
Kız	19.96±6.16	14.71±3.88	14.93±4.59	20.23±4.84	
	t=2.13	t=-1.86	t=2.03	t=-0.74	
	p=0.033	p=0.063	p=0.043	p=0.457	
<b>En uzun süre yaşanılan yer</b>					
Köy-kasaba	19.57±7.11	15.14±4.95	15.47±5.63	19.57±5.49	
İlçe	19.73±5.64	14.85±3.55	14.85±4.39	20.41±4.71	
İl merkezi	20.39±6.00	14.89±3.88	15.18±4.52	20.12±4.86	
	F=1.08	F=0.09	F=0.45	F=0.53	
	p=0.339	p=0.910	p=0.637	p=0.591	
<b>Gelir algısı*</b>					a=b<b=c
Az (a)	21.18±6.66	15.18±4.13	15.63±5.09	19.67±4.54	
Denk (b)	20.06±5.88	14.84±3.97	15.00±4.41	20.04±4.85	
Fazla (c)	20.49±5.93	14.91±3.55	15.40±4.58	20.66±5.02	
	F=2.84	F=0.57	F=2.15	F=3.28	
	p=0.059	p=0.568	p=0.116	p=0.038	
<b>Aile tipi*</b>					
Çekirdek (a)	20.24±6.02	14.81±3.87	14.99±4.48	20.29±4.93	
Geniş (b)	20.12±5.55	14.83±3.86	15.52±4.56	19.52±4.46	
Parçalanmış (c)	22.45±6.86	16.58±3.98	17.26±5.03	19.23±4.68	
	F=3.96	F=5.98	F=8.09	F=3.49	
	p=0.019	p=0.003	p<0.001	p=0.031	
	a=b<c	a=b<c	a=b<c	a=b<c	
<b>Kardeş sayısı*</b>					a=c=d<a=b=c
Tek çocuk (a)	20.47±5.99	14.57±3.62	15.27±4.56	20.13±4.92	
2 (b)	20.24±5.92	14.96±3.89	15.05±4.44	20.50±4.78	
3 (c)	20.91±6.57	15.23±4.06	15.59±4.72	19.95±4.89	
4 ≥ (d)	19.79±5.66	14.60±3.82	15.00±4.53	19.39±4.89	
	F=1.72	F=1.81	F=1.15	F=4.07	
	p=0.161	p=0.143	p=0.328	p=0.007	
<b>Annenin eğitim düzeyi*</b>					a=b<b=c=d
Okuryazar değil (a)	20.13±5.99	14.78±3.84	15.05±4.69	18.61±4.88	
Okuryazar (b)	21.10±6.54	15.92±5.20	15.90±4.76	19.72±4.21	
İlköğretim mezunu (c)	20.23±6.03	14.76±3.92	15.14±4.53	20.07±4.69	
Lise ve üzeri (d)	20.35±5.92	14.96±3.69	15.12±4.41	20.79±5.00	
	F=0.37	F=1.58	F=0.50	F=10.08	
	p=0.772	p=0.191	p=0.681	p<0.001	
<b>Babanın eğitim düzeyi*</b>					a=b=c<c=d
Okuryazar değil (a)	18.45±5.25	14.96±3.88	15.26±4.66	18.50±4.46	
Okuryazar (b)	20.27±6.83	15.67±5.08	15.53±5.60	19.05±5.53	
İlköğretim mezunu (c)	20.39±5.98	14.64±3.73	15.25±4.60	19.78±4.65	
Lise ve üzeri (d)	20.37±5.98	15.06±3.86	15.04±4.30	20.78±4.94	
	F=1.88	F=2.51	F=0.46	F=8.88	
	p=0.130	p=0.057	p=0.712	p<0.001	
<b>Sürekli anksiyete düzeyi**</b>	r=0.532	r=0.437	r=0.418	r=-0.163	
	p<0.001	p<0.001	p<0.001	p<0.001	

\* Posthoc Tukeys b testi, \*\* Pearson korelasyon testi

## 70 Ergenlerde sürekli öfke ve öfke ifade tarzları

**Tablo 4.** Öğrencilerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarını açıklayan çok değişkenli model tablosu\*

Tanıtıcı özellikler	Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları			
	Sürekli öfke ( $R^2=0.30$ ) $\beta$ (p)	Öfke-içer ( $R^2=0.19$ ) $\beta$ (p)	Öfke-dışa ( $R^2=0.19$ ) $\beta$ (p)	Öfke kontrol ( $R^2=0.05$ ) $\beta$ (p)
Sabit ( <i>constant</i> )	3.75	6.88	3.12	28.61
Yaş ( <i>sayısal</i> )			0.04 (a.d.)	-0.06 (0.019)
Cinsiyet (1. Erkek, 0. kız)	0.12 (0.001)		0.09 (0.001)	
Aile tipi (1. Parçalanmış, 0. geniş/çekirdek)	0.026 (a.d.)	0.05 (0.023)	0.07 (0.006)	-0.03 (a.d.)
Gelir algısı (1. fazla, 0. az/denk)				0.04 (a.d.)
Kardeş sayısı ( <i>sayısal</i> )				0.13 (a.d.)
Anne eğitimi (2. lise ve üzeri, 1. ilköğretim, 0. okuryazar değil/okuryazar)				-0.09 (0.013)
Baba eğitimi (2. lise ve üzeri, 1. ilköğretim, 0. okuryazar değil/okuryazar)				-0.06 (a.d.)
Anksiyete toplam puanı ( <i>Sayısal</i> )	0.55 (0.001)	0.43 (0.000)	0.42 (0.001)	-0.15 (0.001)
Durbin-Watson (p)	1.885 (0.000)	1.868 (0.000)	1.929 (0.001)	1.941 (0.001)

a.d.: Anlamlı değil; \* Sürekli Öfke Düzeyini ve Öfke İfade Tarzlarını açıklayan çok değişkenli modele her bir bağımlı değişken ile tek değişkenli analizlerde anlamlı çıkan bağımsız değişkenler atılmış; Tablo 4'te modele atılan tüm değişkenlere yer verilmiştir.

**Tablo 5.** Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği ile yapılan diğer çalışmaların sonuçları

	Bu çalışma	Albayrak ve Kutlu	Bozkurt-Çam	Eser ve ark.	Özmen ve ark.	Koçak	Eser ve Üstün	Bodur ve ark.	Diril
Yaş aralığı	11-17 yaş	16-18 yaş	14-19 yaş	10-19 yaş	14-19 yaş	14-18 yaş	15-18 yaş	10-19 yaş	14-17 yaş
Yaş ort.	13.12±0.94	17.30±0.48	16.10±1.10	14.78±2.16	15.53±0.72	16.01±1.22	17.00±1.20	16.10±1.10	?
Sürekli öfke	20.30±6.00	23.24±5.72	23.43±5.84	20.28±4.77	23.55±5.97	25.32±6.56	24.22±6.67	23.10±7.20	23.80±5.86
Öfke-içer	14.89±3.88	15.42±3.78	15.71±4.32	14.45±3.65	16.46±4.06	16.72±4.12	15.82±4.48	15.90±5.10	16.98±3.90
Öfke-dışa	15.17±4.53	17.70±4.55	16.08±5.02	15.01±4.48	17.67±4.88	15.84±4.78	17.72±5.53	17.00±5.80	17.63±4.70
Öfke-kontrol	20.13±4.86	19.39±4.53	20.43±4.73	21.68±4.88	21.13±5.13	19.80±5.07	18.62±4.32	19.60±5.90	20.68±5.14

değişken olarak anksiyete bulunmuştur. Anksiyete düzeyi ile sürekli öfke, öfke-dışa ve öfke-içer düzeyleri arasında pozitif; anksiyete düzeyi ile öfke-kontrol arasında negatif yönde bir korelasyon bulunması anksiyete yaşamaya yatkın olanların öfkelerini kontrol edemediklerini düşündürmektedir.

Bu araştırmanın bulguları öfkenin ortaya çıkmasında, oluşumunda ve ifade edilmesinde en etkili etkenlerden birisinin sürekli anksiyete olduğunu göstermektedir. Ancak anksiyete ile öfkenin bir neden sonuç ilişkisi göstermeden aynı biyolojik ve ruhsal etkenler sonucunda ortaya çıkan iki duygu olabileceği dikkate alındığında, bu görüş temkinli bir şekilde yorumlanmalıdır.

### Cinsiyetin sürekli öfke düzeyine ve öfke tarzlarına etkisi

Genel olarak ele alındığında öfke ve saldırgan davranışların kadınlara göre erkeklerde daha yaygın olduğu görülmektedir.<sup>7</sup> Bunun en olası

nedeni, iki cinsiyetin yetiştiriliş tarzlarının ve toplumun iki cinsiyetten beklentilerinin farklı olmasıdır. Kültürel olarak erkekte duygusal olmaması beklenirken, öfke erkeklerin yaşamalarına izin verilen, onaylanan, belki de desteklenen tek duygudur.<sup>21</sup>

Bu çalışmanın bulguları erkek ergenlerin öfke düzeylerinin daha yüksek olduğunu ve daha fazla dışa vurduklarını, fakat içte tutulan öfke ile öfkeyi kontrol altında tutma açısından iki cinsiyet arasında farklılık olmadığını göstermektedir.

Türkiye'nin kültürel özellikleri nedeniyle erkeklerin kızlara göre öfkelerini dışa vurmaları beklenen bir bulgudur. Nitekim Bozkurt ve Çam, Albayrak ve Kutlu ile Sütçü ve Aydın'ın çalışmalarında elde edilen bulgular da bu görüşü desteklemektedir.<sup>8,14,22</sup> Albayrak ve Kutlu'nun çalışmasında diğer öfke tarzları açısından iki cinsiyet arasında farklılık yokken, dışa vurulan öfke açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık

olduğu, erkeklerde dışa vurulan öfke düzeyinin daha yüksek olduğu görülmüştür.<sup>14</sup> Lise öğrencilerinde kız ve erkek öğrencilerin sürekli öfke ve öfke tarzları açısından karşılaştırıldığı bir çalışmada, sürekli öfke, öfke-dışa ve öfke-içe puanları açısından aralarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu; sürekli öfke ve öfke-dışa puanının erkeklerde öfke-içe puanının kızlarda daha yüksek olduğu belirlenmiştir.<sup>23</sup> Bir başka çalışmada, sürekli öfke, öfke-içe ve öfke-dışa düzeyleri açısından cinsiyetler arasında bir farklılık olmadığı; erkeklerin öfkeyi kontrol etme düzeylerinin kızlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür.<sup>24</sup>

Bu bulgulardan farklı olarak kronik bedensel hastalığı olan ergenlerde sürekli öfke düzeylerinin ve öfke tarzlarının araştırıldığı iki çalışmada cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir.<sup>15,19</sup> Özmen ve arkadaşlarının çalışmasında sürekli öfke ve dışa vurulan öfke düzeyinin kız öğrencilerde, öfkeyi kontrol altında tutmanın ise erkek öğrencilerde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu; içte tutulan öfke düzeyi açısından ise iki cinsiyet arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür.<sup>16</sup> Bir başka çalışmada da kız öğrencilerin öfke düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.<sup>25</sup>

#### **Kardeş sayısının sürekli öfke düzeyine ve öfke tarzlarına etkisi**

Bu çalışmada kardeş sayısının sürekli-öfke, öfke-dışa, öfke-içe ve öfke-kontrolünü etkilemediği gözlenmiştir. Gençdoğan ve arkadaşları, kardeş sayısının sürekli öfke, öfke içte ve öfke kontrol düzeyini etkilemediği, kardeş sayısı arttıkça ergenlerin öfkelerini daha az dışa vurduklarını bildirmiştir.<sup>24</sup>

#### **Anne ve babanın eğitim düzeyinin sürekli öfke düzeyine ve öfke tarzlarına etkisi**

Bu çalışmada baba eğitim düzeyinin ergenlerin sürekli öfke ve tüm öfke tarzlarını etkilemediği, annenin eğitim düzeyinin ise yalnız öfke-kontrolünü etkilediği belirlenmiştir. Bu bulgular anne ve baba eğitiminin ergenlerdeki öfkeyi pek etkilemediğini düşündürmektedir. Anne eğitimi yükseldikçe öfke kontrol düzeylerinin artması, eğitim düzeyi arttıkça annelerin çocuklarını öfkelerini kontrol edecek yönde yetiştirdiklerini düşündürmektedir.

#### **Yaş grubunun sürekli öfke düzeyine ve öfke tarzlarına etkisi**

Bu çalışmada yaşın öğrencilerin sürekli öfke düzeylerini, öfke-içe ve öfke-dışa olarak ista-

tistiksel düzeyde anlamlı biçimde etkilemediği, öfke-kontrol düzeylerini ise etkilediği gözlenmiştir. Bu araştırmanın bulguları ergenlik dönemi boyunca oluşan beyindeki yapısal değişimlere bağlı olarak erken, orta ve geç ergenlik dönemleri arasında öfkeyi yaşama ve ifade etme açısından farklılık olması beklentisi ile çelişmektedir.<sup>5,6</sup>

Bu çalışmaya benzer biçimde Albayrak ve Kutlu yaşın tüm öfke tarzlarını etkilemediği bildirirken, Bozkurt ve Çam yaş arttıkça öfke ile ilgili düşüncelerin, kişilerarası ilişkilerde öfke tepkilerinin ve öfke davranışlarının arttığını bulmuştur.<sup>8,14</sup> Kronik bedensel hastalığı olan ergenler arasında, 16-18 yaş grubundaki ergenlerin 10-12 ve 13-15 yaş gruplarına göre sürekli öfke ve öfke dışa puanları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.<sup>15</sup> Kronik hastalığı olan erken, orta ve geç adolesan döneminde olan ergenler arasında da öfke tarzları puan ortalaması açısından aralarında bir farklılık olmadığı gözlenmiştir.<sup>19</sup> Yetiştirme yurtlarında kalan ergenlerde yaş ilerledikçe sürekli öfke ve bu öfkelerini dışa yansıtımalarında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde artma görüldüğü, fakat öfke içte ve öfke kontrol alt boyutlarının yaş değişkeninden etkilenmediği bildirilmiştir.<sup>9</sup> Orta ve geç ergenlik dönemindeki ergenlerin tutum ve davranış farklılıklarının değerlendirildiği bir çalışmada, ergenin anne-babasına yönelik sevgi ve statü alışverişlerinde, anne-babaya yönelik bağda ve çatışma alanlarında tutum ve davranış farklılıkları olduğu görülmüştür.<sup>26</sup>

Daha büyük yaş grubundaki üniversite öğrencileriyle yapılan bazı çalışmalarda da sürekli öfke düzeyinin 'biraz' düzeyini aşmadığı, öfke içte ve öfke dışta düzeyinin de biraz düzeyinde kaldığı, öfke kontrol düzeyinin ise ölçekte 'oldukça' düzeyine yakın olduğu bildirilmektedir.<sup>27</sup>

#### **En uzun yaşanan yerleşim biriminin sürekli öfke düzeyine ve öfke tarzlarına etkisi**

Bu çalışmada en uzun yaşanan yerin öğrencilerin sürekli öfke düzeylerini ve öfke tarzlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etkilemediği gözlenmiştir. Bu araştırmanın sınırlılıkları içinde açıklanması olası olmayan bir bulgu olmakla birlikte, günümüzde medyanın etkisiyle kırsal ve kentsel kesim arasındaki farklılıkların azalmış olması bu sonucun oluşmasını etkilemiş olabilir.

#### **Gelir algısının sürekli öfke düzeyine ve öfke tarzlarına etkisi**

Bu çalışmada gelir algısının öğrencilerin sürekli öfke düzeylerini ve öfke tarzlarını istatistiksel

düzye anlamlı biçimde etkilemediği gözlenmiştir. Özmen ve arkadaşları, bu çalışmanın bulgularından farklı sonuçlar bulmuştur. Gelirlerinin giderlerini karşılamadığını düşünen ergenlerde öfke yaşama eğiliminin ve öfke dışı vurunun daha düşük olduğu, ailesini yoksul olarak algılayanların öfkelerini daha az dışı vurdukları belirlenmiştir.<sup>28</sup>

### Aile tipinin sürekli öfke düzeyine ve öfke tarzlarına etkisi

Bu çalışmada aile tipinin öğrencilerin yalnız öfke-içer ve öfke-dışer düzeylerini etkilediği gözlenmiştir. Albayrak ve Kutlu ise, aile tipinin tüm öfke tarzlarını etkilemediğini bildirmiştir.<sup>14</sup> Bedensel hastalığı olan ergenlerde yapılan bir çalışmada da aile tipinin sürekli öfke düzeyine ve öfke tarzlarını etkilemediği belirlenmiştir.<sup>15</sup>

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada elde edilen sonuçlar Türkiye'de ergenlerin öfke yaşamaya yatkın olmadıklarını, öfkelerini kontrol etme eğiliminde olduklarını; öfkelenirken öfkelerini içlerine atmadıklarını, kin beslemediklerini, başkalarıyla tartışmaya yatkın olmadıklarını ve kızgınlıklarını açıkça göstermediklerini düşündürmektedir. Elde edilen ve literatürde bildirilen bulgular ergenlerin sürekli öfke düzeylerini ve öfke tarzlarını en çok etkileyen etkenlerin anksiyete, cinsiyet ve aile tipi olduğunu düşündürmektedir.

Anksiyete düzeyinin azalması öfkeyi kontrol edebilme düzeyini artırmaktadır. Bu nedenle ergenlerde öfke yönetimine yönelik eğitimlerde ve tedavi uygulamalarında anksiyeteyi yatıştırmaya yönelik girişimlere yer verilmelidir.

## KAYNAKLAR

1. Özmen A. Öfke: Kuramsal yaklaşımlar ve bireylerde öfkenin ortaya çıkmasına neden olan etmenler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi* 2006; 39:39-56.
2. Soykan Ç. Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz Dergisi* 2003; 11:19-27.
3. Tatlıoğlu K, Karaca M. A social psychological evaluation about anger. *International Journal of Social Science* 2013; 6:1101-1123.
4. Kuruoğlu AÇ. Ergenlik dönemi. AS Aysev, YI Taner (Eds.), *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları*, İstanbul: Golden Print, 2007, s.189-206.
5. Kılıç EZ. Ergenlik dönemindeki fırtına ve stres beyindeki değişikliklerle ilişkili olabilir mi? *Türkiye Klinikleri J Pediatr Sci* 2007; 3:69-75.
6. Çelik G, Tahiroğlu A, Avcı A. Ergenlik döneminde beyin yapısal ve nörokimyasal değişimi. *Klinik Psikiyatri* 2008; 11:42-47.
7. Lochman JE, Powell NP, Clanton NC, McElroy HK. Anger and aggression. GG Bear, KM Minke, A Thomas (Eds.), *Children's Needs III: Development, Prevention, and Intervention*, Washington DC: National Association of School Psychologists, 2006, p.115-133.
8. Bozkurt S, Çam O. Çalışan ergenlerde öfke bileşenleri ile ruhsal belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Nöropsikiyatri Arşivi* 2010;47: 105-110.
9. Kesen MF, Deniz ME, Durmuşoğlu N. Ergenlerde saldırganlık ve öfke düzeyleri arasındaki ilişki: yetiştirme yurtları üzerinde bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2007; 17:341-351.
10. Çeçen AR. Okula yabancılaşma: Ortaöğretim öğrencilerinin cinsiyet, sosyoekonomik düzey ve öfke ifade düzeyleri açısından incelenmesi. *Kuramda ve Uygulamada Eğitim Bilimler Dergisi* 2006; 6:701-726.
11. Özusta ŞH. Çocuklar için durumluk-sürekli kaygı envanteri uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi* 1995; 10:32-44.
12. Özer AK. Sürekli öfke (SL-ÖFKE) ve öfke ifade tarzı (ÖFKE-TARZ) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi* 1994; 9:26-35.
13. Savaşır I, Şahin NH. Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları,1997.
14. Albayrak B, Kutlu Y. Ergenlerde öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörler. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi* 2009; 2:57-69.
15. Eser DT, Liman T, Bilge A. Kronik hastalığı olan ergenlerin öfke ifade biçimleri. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi* 2012; 3:116-120.
16. Ozmen E, Ozmen D, Cetinkaya AC, Taskin EO, Dundar PE. The relationship between gender and depression, self-esteem, hopelessness, submissive acts, guilt, shame and anger in adolescents. EP Lamont (Ed.), *Social Psychology: New Research*. New York: Nova Science Publishers, 2009.
17. Koçak E. Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Sürekli Öfke Ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Adana, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2008.



18. Eser DT, Üstün B. *Psikiyatrik bozukluğu olan ergen ve ebeveynlerinin öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Psikiyatri Hemşireliği Dergisi* 2011; 2:111-116.
19. Bodur S, İnfal S, Kurt AS. *Kronik hastalığı bulunan adolesanlarda sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ile ilişkili faktörler. TAF Prev Med Bull* 2010; 9:645-650.
20. Diril A. *Lise Öğrencilerinin Bilişsel Esneklik Düzeylerinin Sosyo-Demografik Değişkenler ve Öfke Düzeyi İle Öfke Tarzları Arasındaki İlişki Açısından Değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adana, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2011.*
21. Şahin H. *Öfke ve öfke denetiminin kuramsal temelleri. Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi* 2005; 6:1-22.
22. Sütçü ST, Aydın A. *İki farklı öfke ölçeğinin çocuk ve ergenler için psikometrik incelenmesi. Ege Eğitim Dergisi* 2008; 9:93-108.
23. Erdur-Baker Ö, Özgülük SB, Turan N, Demirci Danışık N. *Ergenlerde görülen psikolojik belirtilerin yordayıcıları olarak ruminasyon ve öfke/öfke ifade tarzları. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 2009; 4:43-53.
24. Gençdoğan B, Sezer F, İşgör İY. *İçten/dıştan denetimlilik ve öfke kontrol düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. AÜ Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi* 2007; 2:1-14.
25. Evren C, Bozkurt M, Çiftçi-Demirci A, Evren B, Can Y, Umut G. *Gender differences according to psychological and behavioral variables among 10<sup>th</sup> grade students in Istanbul. Anatolian Journal of Psychiatry* 2015; 16:77-84.
26. Yavaş CÖG. *Orta ve geç ergenlik dönemindeki ergenlerde tutum ve davranış farklılıkları. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2012; 3:113-138.
27. Tetik S, Ökmen M, Bal V. *Meslek yüksekokulu öğrencilerinin duygusal zeka düzeyleri ile öfke düzeyleri ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Elektronik Mesleki Gelişim ve Araştırma Dergisi (EJOIR)* 2014; 2:17-29.
28. Özmen E, Özmen D, Dündar PE, Çetinkaya AÇ, Taşkın EO. *Yoksulluğun ergenlerin ruh sağlığına etkileri. Türkiye'de Psikiyatri* 2008; 10:39-46.