

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**

**ÇOCUKLAR ÖFKE ÖLÇEĞİ'NİN TÜRKÇE'YE UYARLAMASI:
GÜVENİRLİK VE GEÇERLİK ANALİZLERİ**

Gözde ÖZEL

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ADANA / 2019

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**

**ÇOCUKLAR ÖFKE ÖLÇEĞİ'NİN TÜRKÇE'YE UYARLAMASI:
GÜVENİRLİK VE GEÇERLİK ANALİZLERİ**

Gözde ÖZEL

I. Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Metehan ÇELİK

II. Danışman: Doç. Dr. Oğuzhan ÇOLAKKADIOĞLU

Jüri Üyesi: Doç. Dr. İsmail SANBERK

Jüri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi M. Sencer BULUT ÖZSEZER

Jüri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Sezai DEMİR

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ADANA / 2019

Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne;

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan: Dr. Öğr. Üyesi Metehan ÇELİK
(I. Danışman)

Üye: Doç. Dr. Oğuzhan ÇOLAKKADIOĞLU
(II. Danışman)

Üye: Doç. Dr. İsmail SANBERK

Üye: Dr. Öğr. Üyesi M. Sencer BULUT ÖZSEZER

Üye: Dr. Öğr. Üyesi Sezai DEMİR

ONAY:

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylıyorum.

.../ .../ 2019

Prof. Dr. Serap ÇABUK
Enstitü Müdürü

NOT: Bu tezde kullanılan ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu' ndaki hükümlere tabidir.

ETİK BEYANI

Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada ;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim. .../.../2019

Gözde ÖZEL

ÖZET**ÇOCUKLAR ÖFKE ÖLÇEĞİ'NİN TÜRKÇE'YE UYARLAMASI:
GÜVENİRLİK VE GEÇERLİK ANALİZLERİ****Gözde ÖZEL****Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri AnaBilim Dalı****Danışmanlar: Dr. Öğr. Üyesi Metehan ÇELİK****Doç. Dr. Oğuzhan ÇOLAKKADIOĞLU****Ağustos, 2019, 92 sayfa**

Bu çalışmanın amacı 8-11 yaş arasındaki çocuklarda öfkeye neden olan belirli durumları değerlendirmek, öfke ifade biçimi ve öfkenin kişisel ilişkiler üzerindeki etkisini ölçmek üzere Nelson ve Finch (2000) tarafından geliştirilen Çocuklar Öfke Ölçeği'ni (ÇÖÖ) Türkçe'ye uyarlama, Türkçe formun güvenilirlik ve geçerliğini test etmektir. Araştırma örneklemini Hatay ili merkez ilçelerinde ilkokul 3., 4. ve ortaokul 5., 6. sınıflarında öğrenim gören 502 öğrenci oluşturmaktadır. ÇÖÖ'nün ölçüt bağıntılı geçerliğini ve güvenilirliğini incelemek amacıyla yapılan çalışmanın örneklemini de Hatay ili merkez ilçelerinde öğrenimine devam eden ve ölçeği gönüllü olarak dolduran 182 öğrenci oluşturmuştur.

Çalışmaya öncelikle ÇÖÖ'nün Türkçe çevirisi ile başlanmıştır. Çeviri sonrası sorgulama tekniği ve geri çeviri yöntemleri kullanılarak ölçeğin orijinal dilindeki formu ili Türkçe formu arasındaki eşdeğerlik incelenmiştir. Yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi, benzer yapılarla korelasyonunu incelemek için ölçüt bağıntılı geçerliği, madde ve güvenilirlik analizleri için Cronbach Alpha ve test- tekrar test katsayıları hesaplanmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ÇÖÖ'nün orijinal ölçekte olduğu gibi dört alt boyutta uyum gösterdiği ve tüm maddelerin ilgili alt ölçeğe yerleştiği görülmüştür. ÇÖÖ'nün ölçüt bağıntılı geçerliğini incelemek için Speilberger (1973) tarafından geliştirilen ve Özusta (1995) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (ÇDSKE) ile Leitenberg, Yost, Carroll- Wilson ve arkadaşları (1986) tarafından geliştirilen ve Karakaya ve arkadaşları (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Çocuklukta Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme Ölçeği (ÇODDÖ) kullanılmıştır. ÇÖÖ toplam puanı ile ÇDSKE ve ÇODDÖ puanları arasında

pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Madde ve güvenirlik analizlerinde alt ölçeklerin Cronbach Alpha değerleri ve test tekrar test güvenirlik katsayılarının yüksek olduğu görülmüştür.

Elde edilen bulgular, Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Türkçe formunun çocuklarda öfkeye neden olan belirli durumları değerlendirmek, öfke ifade biçimi ve öfkenin kişisel ilişkiler üzerindeki etkisini ölçmede kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Çocuklarda öfke, öfke, öfke ölçekleri



ABSTRACT**ADAPTATION OF CHILDREN'S INVENTORY OF ANGER TO TURKISH:
RELIABILITY AND VALIDITY ANALYSES****Gözde ÖZEL****Master's Thesis, Department of Educational Sciences****Advisors: Dr. Inst. Metehan ÇELİK****Assoc. Prof. Dr. Oğuzhan ÇOLAKKADIOĞLU****August, 2019, 92 pages**

The aim of this study is to adapt the Children's Inventory of Anger (ChIA), which was developed by Nelson and Finch (2000) to evaluate certain situations that cause danger in children aged between 8-11 and measure the impact of the way of expression of anger and the anger itself on personal relations, to Turkish and to test reliability and validity of the Turkish version. The study sample consisted of 502 students who study in 3rd and 4th grades of elementary school and 5th and 6th grades of secondary school in central districts of Hatay province. The sample of the study which was conducted to examine the criterion-related validity and reliability of the ChIA consisted of 182 students who study in the central districts of Hatay province and completed the scale voluntarily.

The study was started to be conducted with the translation of ChIA to Turkish. The equivalency between the scale's version in its original language and the version in Turkish was examined by using the post-translation questioning technique and back-translation methods. Confirmatory factor analysis was used for construct validity and criterion-related validity was calculated to examine the correlation with similar constructs. For item and reliability analyses, Cronbach's alpha and test-retest coefficients were calculated. As a result of the confirmatory factor analysis, it was found that the ChIA is adapting in four sub-dimensions and all items fit into the relevant sub-scale as in the original scale. In order to test criterion-related validity of the AESC, the State-Trait Anxiety Inventory for Children (STAI-CH), which was developed by Spielberger (1973) and adapted to Turkish by Özusta (1995), and the Children's Negative Cognitive Error Questionnaire (CNCEQ), which was developed by Leitenberg, Yost, Carroll- Wilson et al. (1986) and adapted to Turkish by Karakaya et al. (2007), were used. A significant positive correlation was found

between the total scores of the ChIA and the scores of the CNCEQ and the STAI-CH. As a result of the item and reliability analyses, Cronbach's alpha values and test-retest reliability coefficients of the sub-dimensions were found to be high.

The findings show that Turkish version of the Children's Inventory of Anger is a valid and reliable scale that can be used to evaluate situations that cause danger in children and to measure the impact of the way of expression of anger and the anger itself on personal relations.

Keywords: Anger in children, anger, anger scales



ÖN SÖZ

Bu araştırma, 8- 11 yaşları arasındaki çocuklarda öfkeye neden olan belirli durumları değerlendirmek, öfke ifade biçimlerini anlamaya çalışmak ve öfkenin kişisel ilişkileri üzerindeki etkisini ölçmek amacıyla; Amerika'da geliştirilen Çocuklar Öfke Ölçeği'ni Türk kültürüne uyarlama çalışmasıdır.

Bu çalışmayı başlangıcından bitimine kadar hemen her aşamasında birçok kişinin desteğini alarak tamamladım. Başta, çalışma sürecimin en başında tez danışmanım olan ancak süreç içerisinde emekliliğe ayrılan çok sevgili Prof. Dr. Songül Sonay GÜÇRAY hocama verdiği geri bildirimler ve emekleri için teşekkür ederim. Araştırma süresince benden yardım ve desteklerini esirgemeyen değerli hocalarım ve tez danışmanlarım Doç. Dr. Oğuzhan ÇOLAKKADIOĞLU ve Dr. Öğr. Üyesi Metehan ÇELİK'e teşekkürlerimi sunarım. Yine süreç içerisinde yapıcı eleştirileri ve yardımları için Dr. Öğr. Üyesi İdris KAYA'ya teşekkürlerimi sunarım. Bilimsel merak ve bilimsel düşünme konusunda örnek aldığım ve daima alacağım Doç. Dr. İsmail SANBERK hocama teşekkür ederim.

Araştırmamın hem teknik hem duygusal tüm aşamalarında her daim yanımda olan ve bana hep en güzel şekilde umut aşıl原因an sevgili dostlarım Cem YAVRUM ve Fazilet MISTIKOĞLU'na çok teşekkür ederim.

Araştırmamın başlangıcından sonuna kadar her döneminde çok kısıtlı zamanları olmasına karşın bana hep zaman ayıran ve her türlü desteği veren çok değerli Özge, Kemal, Lina ve Lara BİLİR'e teşekkür ederim.

Son olarak, yaşamımın her evresinde olduğu gibi bu evresinde de anlayışlarını, şefkatlerini ve özenlerini hep üstümde hissettiren sevgili anneme, babama ve ablama sonsuz teşekkür ederim.

Gözde ÖZEL

Adana/ 2019

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
ÖN SÖZ	viii
KISALTMALAR	xii
TABLolar LİSTESİ	xiii
ŞEKİLLER LİSTESİ	xiv
EKLER LİSTESİ	xv

BÖLÜM I GİRİŞ

1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	7
1.3. Araştırmanın Önemi	9
1.4. Varsayımlar.....	12
1.5.Sınırlılıklar	12
1.6. Tanımlar.....	12

BÖLÜM II

ÖFKE İLE İLGİLİ KURAMSAL AÇIKLAMALAR, ÖLÇME ARAÇLARI VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Öfke Kuramları	13
2.1.1. Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımlar	13
2.1.1.1. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi (ADDT)	15
2.1.1.2. Bilişsel Terapi (BT):.....	20
2.1.2. Psikanalitik Kuram	22
2.1.3. Engellenme - Saldırganlık Hipotezi.....	24
2.1.4. Sosyal Öğrenme Kuramı.....	24
2.1.5. James-Lange Kuramı	25
2.1.6. Cannon-Bard Kuramı.....	25

2.2. Öfke İle İlgili Geliştirilen Ölçme Araçları.....	26
2.2.1. Çocuklar Öfke Ölçeği (ÇÖÖ).....	26
2.2.2. Novaco Öfke Ölçeği (Novaco Anger Inventory- NAI).....	31
2.2.3. Novaco Öfke Envanteri-Kısa Formu.....	31
2.2.4. Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği (The State-Trait Anger and Anger Expression Scale).....	32
2.2.5. Öfke Sıkıntısı Ölçeği (The Anger Discomfort Scale).....	32
2.2.6. Öfke Bozukluğu Ölçeği (Anger Disorders Scale- ADS).....	33
2.2.7. Ergenlerde Öfke Değerlendirme Ölçeği Türkçe Versiyonu (Adolescent Anger Rating Scale- AARS).....	33
2.2.8. Çok Boyutlu Okul Öfke Ölçeği (Multidimensional School Anger Inventory- MSAI).....	33
2.2.9. Ergenler için Öfke Düzenleme Ölçeği (EİÖDÖ).....	35
2.2.10. Üstün Yetenekli Çocuklarda Öfkeyle Başa Çıkma ve Karar ve Verme Becerileri Ölçeği.....	35
2.2.11. DSM-5 Düzey 2 Öfke Ölçeği- 11-17 Yaş Çocuk Formu ve 6-17 Yaş Çocuklar için Ebeveyn Formu (Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı Düzey 2 Öfke Ölçeği).....	36
2.3. Ölçek Uyarlama Çalışmasındaki Aşamalar.....	37
2.4. Öfke İle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	41
2.4.1. Yurt Dışındaki İlgili Araştırmalar.....	41
2.4.2. Yurt İçindeki İlgili Araştırmalar.....	47
3.1. Araştırmanın Modeli.....	50
3.2. Araştırmanın Evreni.....	50
3.3. Araştırmanın Örnekleme.....	50
3.4. Çocuklar Öfke Ölçeği'ni Uyarlama Çalışmasında Yapılan İşlemler.....	54
3.4.1. Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları.....	56
3.4.1.1. Geçerlik Çalışmaları.....	56
3.4.1.2. Güvenirlik Çalışmaları.....	57
3.5. Veri Toplama Araçları.....	57
3.5.1. Çocuklar Öfke Ölçeği (ÇÖÖ).....	57
3.5.2. Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (State-Trait Anxiety Inventory For Children).....	58

3.5.3. Çocukluktaki Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme Ölçeği (Children's Negative Cognitive Error Questionnaire)	59
3.6. Verilerin Toplanması	60
3.7. Verilerin İşlenmesi ve Çözümlemesi	61

BÖLÜM IV BULGULAR

4.1. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Çeviri Çalışmalarına İlişkin Bulgular	62
4.2. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Geçerlik Çalışmalarına İlişkin Bulgular	63
4.2.1. Çocuklar Öfke Ölçeği' nin Yapı Geçerliğine İlişkin Bulgular	63
4.2.2. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Ölçüt Bağıntılı Geçerliğine İlişkin Bulgular	67
4.3. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Güvenirlik Çalışmalarına İlişkin Bulgular.....	68

BÖLÜM V TARTIŞMA VE YORUM

5.1. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Türkçe'ye Çeviri Çalışmalarına İlişkin Tartışma ve Yorum	72
5.2. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Geçerlik Çalışmalarına İlişkin Tartışma ve Yorum.....	73
5.2.1. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Yapı Geçerliğine İlişkin Tartışma ve Yorum	73
5.2.2. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Ölçüt Bağıntılı Geçerliğine İlişkin Tartışma ve Yorum.....	74
5.3. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Güvenirlik Çalışmalarına İlişkin Tartışma ve Yorum ...	76

BÖLÜM VI SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar	79
6.2. Öneriler	80
6.2.1. Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler	80
6.2.2. Uygulamalara Yönelik Öneriler	81
KAYNAKLAR	82
ÖZGEÇMİŞ	92

KISALTMALAR

ADDT: Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi

BT: Bilişsel Terapi

ChIA: Children's Inventory of Anger

ÇODDÖ: Çocukluktaki Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme Ölçeği

DFA: Doğrulayıcı Faktör Analizi

DK: Durumluk Kaygı

NAI: Novaco Anger Inventory

SK: Sürekli Kaygı



TABLOLAR LİSTESİ

	Sayfa
Tablo 1. Sağlıksız Öfkeye Karşı Sağlıklı Öfke	17
Tablo 2. Örneklemde Yer Alan İlkokul (3., 4. sınıf) Öğrencilerinin Demografik Özellikleri	51
Tablo 3. Örneklemde Yer Alan Ortaokul (5., 6. sınıf) Öğrencilerinin Demografik Özellikleri	52
Tablo 4. Benzer Ölçek Geçerliği Sınaması İçin Uygulama Yapılan Sınıf Düzeyleri, Öğrenci Sayıları ve Kullanılan Ölçekler	53
Tablo 5. Testin Zamana Karşı Güvenirliğinin Sınanması Amacıyla Uygulama Yapılan Sınıf Düzeyleri ve Öğrenci Sayıları.....	54
Tablo 6. ÇÖÖ'nün Alt Ölçekleri ile Toplam Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri	67
Tablo 7. ÇÖÖ Toplam Puanı ile Çocukluktaki Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme ve Çocuklar İçin Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri Puanları Arasındaki Korelasyonlar.....	68
Tablo 8. Maddelerin Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve Madde- Alt Ölçek Toplam Puan Korelasyonları	69
Tablo 9. Çocuklar Öfke Ölçeği ve Alt Ölçeklerinin İç Tutarlılık Katsayıları ve Test Tekrar Test Korelasyon Katsayıları.....	70

ŞEKİLLER LİSTESİ

	Sayfa
Şekil 1. Çocuklar Öfke Ölçeği Maddelerinin Eşleştirildiği Resimli Sunumlar	30
Şekil 2. Çocuklar Öfke Ölçeği ile İlgili Birinci Düzey DFA Sonucu.....	65



EKLER LİSTESİ

Ek 1. MEB İzin Belgesi	91
-------------------------------------	----



BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Evrimsel süreç içerisinde sürekli gelişim halinde olan insan, kendisini, ihtiyaçlarını zekice yollarla karşılayabilen akılcı varlık olarak görme eğilimindedir. Ancak bunun yanı sıra, insan duygusal bir varlıktır ve davranışlarının içsel kaynaklarından biri de günlük yaşantısının büyük bir bölümünde etkisi altında kaldığı çeşitli duygulardır. Dökmen'e (2010) göre yaşamımızı anlamlandırma sürecinde duygular, insana mutluluk veren olumlu duygulardan, insanı mutsuz eden olumsuz duygulara doğru sıralanabilir. Aynı zamanda bu duygular, hafif düzeyden şiddetli düzeye doğru da farklılıklar gösterebilmektedir. Duygulara ilişkin çoğunluğun üzerinde uzlaştığı görüş, yedi temel duygu bulunduğu yönünde olup; bunlar mutluluk, hayret, korku, üzüntü, tikslenme, küçük görme ve öfkedir.

Öfke durumu, kızgınlıktan hiddete doğru değişiklik gösteren duygusal deneyimleri, sosyal geri çekilmeden fiziksel saldırganlığa doğru değişiklik gösteren davranış biçimlerini ve zihinsel gevş getirme ile suçlama gibi bilişsel deneyimleri içerir (Sukhodolsky, Kassinove ve Gorman, 2003). Deffenbacher ve Mckay'e göre öfke, duygusal, fizyolojik ve bilişsel süreçlerden oluşan yaşantısal bir durumdur. Bu süreçler hemen hemen aynı anda yaşanırken; bu durum birey tarafından tarafından öfke olarak adlandırılır. Bu süreçlerden, fizyolojik süreçler, kalp atış hızında artış, nabızda artış, terleme, avuç içinde ıslaklık, yüzde kızarma, kızarma hissi, kasların gerilmesinde artış, titreme, sallanma, huzursuzluk, sıkıntı, tetikte hissetme, ürkeklik, şaşkınlık, hızlı nefes alma, mide bulantısı ve mide rahatsızlıkları gibi fiziksel belirtileri içermektedir. Bilişsel süreçlerde ise belirtiler genel olarak altı tanedir. Bunlar;

1. Bireyin, kendisine haksız davranıldığına ilişkin güçlü bir inancı vardır.
2. Birey, kendisinin, başkalarının ve dış olayların kendi istediği gibi olmasını talep eder.
3. Birey, diğerlerinin kendisini bilerek incittiğine ve zarar verdiğine inanır.
4. Birey başkalarını ve dış olayları dışsallaştırır ve suçlar.

5. Birey, insanları ve nesnelere olumsuz, aşırı genelleştirilmiş, kötü söz şeklinde zihinsel olarak etiketler.
6. Birey, öfkeli duygu ve düşünceye sahip olduğu için kendini suçlu, günahkar, yanlış veya yetersiz hisseder(Deffenbacher ve McKay, 2000).

Birey kendisini reddedilmiş, görmezden gelinmiş, utanmış, mahcup olmuş veya incitilmiş hissettiğinde de öfke yaşayabilmektedir. Deffenbacher ve McKay (2000), bireyin yaşadığı bir olayın, bu duygulardan birini veya bir kaçını uyandırmasını öfkeyi tetikleyen duygusal süreçler olarak ifade etmişlerdir.

Fizyolojik, bilişsel ve duygusal boyutu olan öfke; sıklıklaüzüntü, sıkıntı, hiddet ve kızgınlığın oluşturduğu olumsuz, yıkıcı bir duygu olarak tanımlanır (Modrcin-McCarthy, Pullen, Barnes ve Alpert, 1998). Ancak öfke aynı zamanda, bireyin herhangi bir tehditle karşılaştığında savaşmaya hazır olmasını sağlayarak; yaşamını kurtaran, evrimsel açıdan anlamlı işlevlere de sahiptir (Deffenbacher ve McKay, 2000; Rothschild, 1998; Averill, 1983). Öfke yaşantısının olumlu veya olumsuz nasıl sonuçlanacağını belirleyen etmenlerden bir tanesi öfkenin seviyesidir. Az seviyedeki öfke, problem çözme, kendini savunma, atılgan iletişim, müzakere, davranışlarını desteklerken; sık ve yoğun öfke, beden sağlığının ve sosyal ilişkilerin, iş ve okul yaşamında işlevselliğin bozulmasında büyük bir etkidir (Deffenbacher ve McKay, 2000).

Öfkenin sıklığı, yoğunluğu, tepki süresi ve ifade ediliş şekli ile sonuçları, bireyin sorun yaşamasına ve kimi zaman bireyde işlevsel bozulmalar meydana gelmesine neden olmaktadır. Bireyde işlevsel bozulmalara neden olan öfkenin bu dört özelliği şu şekilde açıklanmaktadır:

1. Tepki Sıklığı: Öfke sıklığı arttıkça, olumsuz tepkilerin ve olumsuz sonuçların olasılığı artar. Sürekli öfke, bireyin başa çıkma kaynaklarını keser ve stres yaşamasına neden olur.
2. Tepki Yoğunluğu: Öfke yoğunluğu arttıkça, olumsuz duygulara ve sağlığın bozulmasına neden olur. Buna ek olarak bireyde kontrolden çıkma ve saldırganlık hissi uyandırarak rahatsızlık verir.
3. Tepki Süresi: Kısa ve düşük seviyedeki öfke, çok fazla olumsuz sonuç doğurmaz. Ancak, bazı bireyler çok uzun süre öfkeli kalabilmektedir. Sürekli öfke durumunda bireyin yaşam kalitesi ve başa çıkma becerilerinde bozulmalar olmaktadır.

4. İfade Şekli ve Sonuçlar: Öfkesi yüksek seviyede olan bireyler, kendilerini ve başkalarını yaralayabilir, çevresindeki eşyalara zarar verebilir; kişiler arası ilişkileri riske atabilir veya kişiler arası ilişkilere zarar verebilir; iş ve okul performansında sorunlara neden olabilir, daha fazla alkol tüketerek, fazla alkole bağlı sorunlara yol açabilir, benlik saygısı azalabilir (Deffenbacher ve McKay, 2000).

Ellis (1973; akt. Jerry Wilde, 1995) de öfkeyi şiddetine göre sağlıklı ve sağlıksız öfke olmak üzere ikiye ayırmıştır. Orta şiddette yaşanan sinirlilik, hayal kırıklığı, memnuniyetsizlik duygularını içeren öfkenin sağlıklı, yüksek şiddette yaşanan öfkenin ise bireyin hayatta kalmasına ve hedeflerine ulaşmasına engel olduğundan sağlıksız öfke olduğunu belirtmiştir. Ellis ayrıca sağlıklı öfkenin bireyin değişim için güdülenmesine ve harekete geçmesine yardımcı olduğunu ifade etmiştir.

Araştırmacıların (Deffenbacher ve McKay, 2000; Rothschild, 1998; Averill, 1983; Ellis, 1973; akt. Jerry Wilde, 1995) öfkeye ilişkin tanım ve sınıflandırmaları bir arada ele alındığında; öfke durumunun, her yaşta insanın yaşamında var olduğu; bu durumların insanın bir tehdit durumunda hayatta kalmasını sağlayabilecek şekilde olumlu sonuçları olabileceği gibi; insanın yaşamını altüst edebilecek şekilde olumsuz yıkıcı sonuçları olabileceğini de göstermektedir. Öfkeli bir insanın, olumlu veya olumsuz sonuçlardan hangisiyle karşılaşacağını belirleyen temel unsurlar; başta öfkesinin şiddeti olmakla birlikte; günlük yaşamında ne sıklıkta bu duyguyla karşılaştığı; karşılaştığında bu duygunun ne kadar sürdüğü ve bireyin öfke duygusuna yönelik tepkilerini ne şekilde ifade ettiğiyle ilgilidir. Öfke duygusunu sıklıkla ve yüksek şiddette yaşayan bir insanın öfkesi, sağlıksız öfke olarak nitelendirilirken; bu sağlıksız öfke bireyin yaşamında ciddi sorunlara yol açabilmektedir.

Doğru bir yaygınlık derecesine ve sonuçlara ilişkin veriye sahip, tanımlanmış bir öfke bozukluğu olmasa da, öfkenin ciddi bir kişisel sorun olduğu ve yardıma ihtiyacı olan kayda değer sayıda bireyler olduğunu ileri süren, geliştirilebilen çok çeşitli araştırma ve klinik incelemeler mevcuttur (Deffenbacher ve McKay, 2000). Yüksek şiddette yaşanan sağlıksız öfkenin bireylerin yaşamında bu denli soruna yol açmasının nedenlerinden biri de, öfke duygusunun ilişki olduğu çok sayıda değişken olmasıdır. Alan yazın incelendiğinde öfkenin yeme tutum bozuklukları (Oral, 2006), saldırganlık (Rupp ve Vodanovic, 1997; Averill, 1983; Kesen, Deniz ve Durmuşoğlu, 2007; Rohlf, Busching ve Krahe, 2017), intihar (Batıgün ve Şahin, 2003; Şahin, Onur, Basım, 2008), problem

çözme becerileri (Arslan, 2010), kendilik algısı ve kaygı(Hisli Şahin, Batıgün ve Uzun, 2011) gibi birçok çeşitli değişkenle ilişkili olduğu görülmektedir. Öfkenin ilişkili olduğu değişkenlerin çokluğu göz önünde bulundurulduğunda, yüksek şiddette ve sıklıkla öfke duygusu yaşayan bireylerin, bu duyguya bağlı olarak yaşamlarının ne kadar zorlaşabileceği; bu duyguyla doğru bir şekilde baş edememeleri halinde ise yardıma ihtiyaç duyabilecekleri görülmektedir. Öfke duygusuyla doğru bir şekilde baş edememe kimi zaman bireylerin bu duyguyu bastırmalarına neden olabilmektedir. Ancak doğru bir şekilde baş edilemeyip; bastırılmaya çalışılan öfkenin birçok olumsuz sonuçları olabilmektedir. Soykan (2003), yaptığı bir araştırmada, bastırılmaya çalışılan öfkenin kronik kalp damar hastalıklarına, baş ağrısına, yüksek tansiyona ve mide hastalıklarına yol açarak; kişinin fiziksel sağlığı için ciddi tehditler oluşturduğunu belirtmiştir.

Öfkenin bastırılmadan, doğru bir şekilde ifade edilmesi; neden olabileceği olumsuz sonuçların yaşanmamasında çok etkilidir. Temel biyolojik sistemler tüm insanlarda aynı olduğundan, tıpkı diğer duygular gibi öfke duygusu da her yaştan insanın yaşayabileceği bir duygudur. Ancak, kültürel bağlamda incelendiğinde, öfke her kültürde farklı şekillerde yaşanmakta ve ifade biçimleri de çeşitlilik göstermektedir (Oral, 2006; Bear, Uribe-Zarain, Manning ve Shiomi, 2009). Biyolojik sistemler, psikolojik, sosyal etkenler tarafından şekillendiğinden insanlarda öfke ve saldırganlık temelli biyolojik bir donanımın varlığına ilişkin kanıtlar çok azdır (Deffenbacher ve McKay, 2000). Bu durum bize, bireyin neye öfkeleneyeceği, öfkesinin şiddeti, öfkesini nasıl ifade edeceğinin öğrenilmiş olabileceğini aklımıza getirmektedir. Modrcin ve arkadaşları (1998), tüm kültürlerde öfkenin üstesinden gelmek için uygun ve kabul gören yolların olduğunu; homojen kültürlerdeyse çocuğun nasıl kızacağıının ve öfkeleneyeceğinin yetişkinlerden çocuklara kolaylıkla aktarıldığını belirtmişlerdir. Bunun sonucu olarak öfkelenen bir çocuğun öfkesini ifade etme şekli, tıpkı çevresinde öfkeli hallerine tanık olduğu yetişkinlerinki gibi olabilmektedir.

Çocuklarda öfkenin yansıtılma şekillerini inceleyen Wilde (1996, ss. 56-57), öfkenin; kendine karşı öfke, başkalarına karşı öfke ve dünyaya karşı öfke şeklinde üç durumla yansıtıldığını belirtmektedir. Buna göre; *kendine karşı öfke yaşayan çocuklar*, davranmamaları gerektiği gibi davrandıkları zaman, bir şeyleri yapma konusunda iyi olmadıklarına ve hatta berbat olduklarına inanırlar. Kendilerine karşı yönelttikleri öfkenin sonucunda da suçluluk duygusu ve depresyon yaşayabilmektedirler. Başkalarına karşı öfke yaşayan çocuklarda tıpkı yetişkinlerde olduğu gibi, kendilerini başkalarına karşı öfkelenirken bulmaları kolaydır. Akılcı-duygusal-davranışçı terapi yaklaşım

terapistleri (Dryden, 1990; Ellis, 1977a; Grieger, 1982, akt. Jerry Wilde, 1995) başkalarına karşı öfkenin 4 tür tema etrafında döndüğünü belirtirler:

1. Öfke bireyin amacına ulaşması engellendiğinde oluşur.
2. Öfke birey kendisi veya değerleri saldırıya uğradığında oluşur.
3. Öfke bireyler veya değerleri tehdit edildiğinde oluşur.
4. Öfke, bireyin kuralları başkaları tarafından bozulduğunda oluşur.

Öfkelerini dünyaya karşı tepki şeklinde yansıtan çocukların çok büyük bir bölümü, bir şeylerin kendi istedikleri gibi olmaması nedeniyle, neredeyse herkese ve her şeye karşı öfkelenmektedirler. Çocuklar öfkeyi kendilerine, başkalarına veya dünyaya yansıtma şekillerinden hangisine sahip olursa olsun; tüm bu şekillerin ortak yanı; çocuğun yaşamında olumsuz sonuçları olmasıdır. Çocuklarda öfkenin bu olumsuz yansıtılmalarının anlaşılmasında, çocukların öfkeyi nasıl yaşadıklarını bilmek etkilidir. Tsai (2000)'ye göre, çocuklar, öfkeyi genellikle rahatsız edici, huzursuz bir duygu olarak; tedirginlik, rahatsızlık, hayal kırıklığı, korku, kaygı gibi diğer duygularla birlikte çok boyutlu olarak yaşarlar. Çocuklar, kendilerini haksızlığa uğramış, tehdit altında, aşağılanmış olarak algıladıklarında öfkelenmektedirler. Tsai (2000), öfkenin bebeklik döneminden itibaren görülebileceğini, öfke sıklığının iki yaşına kadar artarak doruk noktasına ulaşacağını; sonrasında çocuklar büyüdükçe öfke sıklıklarının kademeli olarak azalacağını ifade etmektedir. Aynı zamanda çocuklarda öfke kaynağı olarak başlarda fiziksel tehditler ve ağrılar etkiliyken; yaşları ilerledikçe öfkelerinin kaynağı olarak benlik saygılarına yönelik tehditlerin etkili olduğunu belirtmektedir.

Görüldüğü üzere çocuklarda öfke, beraberinde birçok olumsuz duyguyla gelen, hoş olmayan, çocuğun yaşamını zorlaştıran, çeşitli şekillerde yansıtılarak yaşanan karmaşık bir duygudur ve tıpkı yetişkinlerin yaşamında olduğu gibi, çocukların yaşamında da yüksek seviyede yaşanan öfkenin olumsuz sonuçları bulunmaktadır. Kerr ve Schneider (2008), alan yazın incelemeleri sonucunda öfkenin erişkinlerde fiziksel ve zihinsel sağlık üzerine belgelediği olumsuz etkilere paralel olarak, yüksek seviyede yaşanan öfkenin çocuklarda ve ergenlerde kötü sağlık ve uyumsuzluk ile ilişkilendirildiğini belirtmiştir. İncelenen çalışmaların hiçbirinde öfke ve sonuç değişkenleri arasında nedensel bir ilişki bulunmamasına rağmen, bu çalışmalarda gençlerde öfke; depresyon, saldırganlık ve problem davranışı ve olumsuz sağlık durumlarıyla ilişkilendirilmiştir.

Öfkenin şiddetinden kaynaklanan problemlerin yanı sıra; beraberinde getirebileceği ilişkili olduğu çok sayıda olumsuz değişken göz önünde bulundurulduğunda; öfke farkında olunması gereken ve olumsuz yıkıcı sonuçlara ulaşmadan önce yardım alınması gereken bir konudur. Çocukların ise yetişkinlere kıyasla bu olumsuz yıkıcı sonuçların ortadan kalkması adına yardım arayışına girme olasılıkları daha düşük olabilmektedir. Bunun nedenlerinden bir tanesi çocuğun, yetişkinlerden farklı olarak yaşadığı sorunların nedenine dair farkındalık sahibi olmasını sağlayacak yeterli bilgi ve deneyime sahip olmamasıdır. Bu nedenle çocuklarda var olan öfkenin belirlenmesi, onlara uygun zamanda yardımcı olabilmek adına önem taşımaktadır.

Çocuk ve ergenlerde öfke durumlarının ve ifade ediliş şekillerinin belirlenmesinde çeşitli yöntemlerle çalışmalar yapılmıştır. Kerr ve Schneider (2008), çocuk ve ergenlerin öfke ifadelerini gözden geçirdikleri çalışmalarında, ilgili alan yazında çocukların öfke deneyimleri ve öfke ifadelerinin araştırılmasının üç yoldan yapıldığını belirtmişlerdir. Bunlardan ilki, standardize edilmiş ölçümlerin ve çalışmaya özgü değerlendirme sorularının her ikisinin kullanılarak, genellikle çocuk ve ergenlerin öfkeye ilişkin mevcut ve genel deneyimlerine dair yanıtları kendilerinin değerlendirmelerinin istendiği yoldur. İkinci olarak; çocukların öfke ifadelerinin, sözlü ve sözsüz davranışlarının eğitimli gözlemciler tarafından kaydedildiği ve kodlandığı davranışsal gözlemlerle de değerlendirilmesidir. Son olarak; ebeveynlerin ve/veya öğretmenlerin çocukların/öğrencilerin öfkeli davranışları açısından kontrol listelerini doldurmalarının istenmesiyle yapılan araştırmalardır. Kerr ve Schneider (2008), tüm bu yollardan kontrol listelerinin, eşlik eden/sonuçta olan problem davranışları veya bozuklukları değerlendirmede en faydalı yöntem olduğunu belirtmelerine karşın; öfkenin kendisinin bu üçüncü taraf değerlendirmelerinde saldırganlıktan bağımsız olarak nadiren değerlendirilebildiğini ifade etmişlerdir. Diğer yandan; Moeller, Novaco, Heinola-Nielsen ve Hougaard (2016), öfkenin öznel olarak yaşanan bir duygulanım olduğundan, öfkeye dair araştırmalarda kendini değerlendirmenin temel olması gerektiğini belirtmişlerdir. Yurt dışında çocuk ve ergenlerde öfke araştırmaları incelendiğinde; öfkenin ölçülmesinde çeşitli teknikler (öğretmen değerlendirmelerine dayalı, ebeveyn değerlendirmelerine dayalı, cilt iletkenliği - kalp atım hızı ve öfkeli yüz ifadelerinin gözlemciler tarafından gözlenmesine dayalı) kullanılmakla beraber; kendini değerlendirmeye dayalı öfke ölçeklerinin çoğunlukta olduğu görülmektedir. Bu ölçeklerin, araştırmalarda kimi zaman tek başlarına kimi zaman da öğretmen, ebeveyn ve fizyolojik değerlendirmelerle birlikte kullanıldıkları görülmektedir. Novaco Öfke

Envanteri Kısa Formu (Novaco, 1975), Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeği (Spielberger, Jacobs, Russel ve Crane, 1983; akt. Özer, 1994a), Öfke Sıkıntısı Ölçeği (Sharkin ve Gelso, 1991), Ergenlerde Öfke Değerlendirme Ölçeği (DeAnna McKinnie Burney, 1994), Çok Boyutlu Okul Öfke Ölçeği (Furlong ve ark, 2002), Öfke Bozukluğu Ölçeği (DiGiuseppe ve Tafrate, 2004); çocuk ve ergelerin öfkelerinin kendilerinin değerlendirmelerine dayalı olarak ölçülmesi için yurtdışında geliştirilmiş ölçeklerdir. Bu ölçeklerden özellikle Spielberger ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş olan Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeği; uyarlaması ülkemizde de yapılmış olan ve hem yurtdışında hem de yurt içinde sıklıkla kullanılmış bir ölçme aracı olduğu görülmüştür. Çocuk ve ergenlerde öfkenin ve öfke ifadelerinin ölçülmesine dair Türkiye’de yapılan araştırmalar incelendiğinde 11 yaş altındaki çocuklardaki öfke ve öfke ifadelerinin ölçülmesini sağlayacak herhangi bir ölçme aracına rastlanmamıştır. Bu durum ülkemizde küçük yaştaki çocuklarda öfke ve öfke ifadelerine dair bilimsel çalışmaların yapılmasını zorlaştırmaktadır.

Bu araştırma tüm bu bilgiler ışığında Nelson ve Finch (2000) tarafından geliştirilen, 6-16 yaş aralığı gibi geniş bir yaş aralığındaki çocuk ve ergenlerde öfkenin sağlıklı bir şekilde ölçülmesine olanak sağlayan Çocuklar Öfke Ölçeği (Children’s Inventory of Anger)’ni, 8- 11 yaş arasındaki çocuklara yönelik Türkçe’ye uyarlamayı ve ölçeğin psikometrik özelliklerini sınamayı amaçlamaktadır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Ülkemizde 11 yaş ve altı çocuklarda öfkenin değerlendirilebilmesine olanak sağlayacak bir ölçme aracının bulunmaması, bu yaş grubunda öfkeye ilişkin çalışmaların yapılmasını zorlaştırmaktadır. Bu nedenle bu yaş grubundaki çocukların öfke deneyimlerini nasıl, ne yoğunlukta, neden dolayı yaşadıklarına ilişkin sahip olduğumuz bilgiler genellikle yurt dışında yapılmış çalışma kaynaklarındandır. Oysa ki, öfke duygusunun ifade ediliş şeklinin, içinde bulunulan kültürden öğrenme yoluyla yetişkinlerden çocuklara aktarıldığı bilinmektedir. Nelson ve Finch tarafından geliştirilen Çocuklar Öfke Ölçeği; öfkeye neden olan belirli durumları değerlendirmek, öfke ifade biçimi ve öfkenin kişisel ilişkiler üzerindeki etkisini ölçmeye olanak tanımaktadır. Ayrıca 8-11 yaş aralığındaki çocuk ve ergenlerin öfke ve öfke ifade biçimlerinin ülkemiz örneklemesinde incelenbilmesini sağlayacaktır. Ölçek, psikometrik özellikleri bakımından incelendiğinde; toplam puanın yanı sıra, dört alt ölçeğine dair puana ulaşma

imkanvermektedir. Ölçeğin toplam puanının ve alt ölçeklerinin puanının iç güvenilirlikleri yüksek (.95; alt ölçek katsayıları .85 ile .87 arasında değişmektedir) ve 1 hafta arayla uygulanan test tekrar test güvenilirliği .75 olarak bulunmuştur. Araştırmanın nihai amacı, Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Türkçe dil eşdeğerlik ve geçerlik, güvenilirlik çalışmalarının yapılmasıdır. Bu amaca bağlı olarak oluşturulan ana problem cümlesi aşağıdaki gibidir;

Çocuklar Öfke Ölçeği (ÇÖÖ)'nin Türkçe formu orijinal form ile yeterli dilsel eşdeğerliğe, güvenilirliğe ve geçerliğe ne derece sahiptir?

Ana probleme bağlı olarak oluşturulan alt problemler aşağıdaki gibidir:

1. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin (ÇÖÖ) çeviri çalışmaları için,

1.1. Bilişsel-Davranışçı Kuramlar temel alınarak geliştirilmiş olan ÇÖÖ maddelerinin Türkçe formu orijinal formu ile eşdeğer midir?

2. ÇÖÖ'nün geçerlik çalışmaları için:

2.1. Yapı geçerliği için:

2.1.1. Ölçeğin Türkçe formunun faktör yapısı nasıldır?

2.1.2. Ölçeğin alt ölçeklerinde madde toplam puan korelasyonları nasıldır?

2.2. Ölçüt bağıntılı geçerliği için:

2.2.1. Benzer ve farklı yapılar geçerliği için;

2.2.1.1. İlkokul 3., 4. ve ortaokul 5., 6. sınıf öğrencilerinin Çocuklar Öfke Ölçeği'nden aldıkları puanlarla, Çocuk Durumluk Sürekli Kaygı Ölçeği'nden aldıkları puanlarla arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2.2.1.2. İlkokul 3., 4. ve ortaokul 5., 6. sınıf öğrencilerinin Çocuklar Öfke Ölçeği'nden aldıkları puanlarla, Çocuklukta Olumsuz Düşünceleri Belirleme Ölçeği'nden aldıkları puanlarla arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2.2.1.3. İlkokul 3., 4. ve ortaokul 5., 6. sınıf öğrencilerinin Çocuklar Öfke Ölçeği'nden aldıkları puanlarla, Durumluk- Sürekli Kaygı Ölçeği'nden aldıkları puanlarla arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

3. ÇÖÖ'nün güvenilirlik çalışmaları için,

3.1. ÇÖÖ'nün alt ölçeklerinin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları nelerdir?

3.2. ÇÖÖ'nün ilkokul 3., 4. sınıf öğrencileri ile ortaokul 5., 6. sınıf öğrencilerine dört hafta arayla uygulanması sonucunda elde edilen test- tekrar test güvenirlik katsayısı nedir?

1.3. Araştırmanın Önemi

Akılcı Duygusal Davranışçı Kurama (ADDDT) göre geçmişte yaşadığı olumsuz olaylar sonucunda akılcı olmayan bir şekilde düşünmeyi öğrenmiş bireyler, zaman içinde de bu düşünceyi tekrar tekrar kullanmaya devam ederler. Tekrarlayan bu düşünceler, beraberinde sağlıksız duyguları (depresyon, anksiyete, utanç, suçluluk ve rahatsızlık verici öfke) yaratarak; bireyi olumsuz yaşam durumlarına (bireyin yaşam amaçlarına ulaşmasını zorlaştırma/ engelleme, mutsuz bir yaşam sürme, amaca giden yolda çaba gösterme motivasyonunun düşmesi, vb.) maruz bırakmaktadır. Bireyin tekrar sağlıklı duygular oluşturabilmesi ve mutlu bir yaşam sürebilmesi için; bu akılcı olmayan düşüncelerin, akılcı düşüncelerle değiştirilmesi gerekmektedir (Ellis, 1990). Bunun için gerekli olan, aktif ve ısrarlı bir şekilde çaba göstererek;

1. Farkına varma,
2. Meydan okuma,
3. Düşünceleri revize etme ve
4. Akılcı olmayan inanışlara karşı tutum takınmadır (Digiuseppe ve ark., 2014, ss. 23).

Beck'in Bilişsel Terapisi'ne göre ise; bireyin yaşadığı olaylar sonucunda hissettiği korku, öfke, mutluluk, heyecan gibi tüm duyguları belirleyen ve hemen bir adım öncesinde meydana gelen; bireyin bu olayları yorumlama şeklidir. Bu yorumlamayı oluşturan düşüncelerin tek taraflı, çarpıtılmış, objektif gerçeklikten uzak olması durumunda ise; birey, kendisini ve dünyayı olumsuz olarak algılar. Bu olumsuz algılamaların beraberinde gelen olumsuz duygular ise bir süre sonra bireyde gerçeklik hissi uyandırarak; bireyin duygularının kontrolünü kaybetmesine neden olur. Bunun sonucundaysa birey, en baştaki çarpıtılmış, yanlı düşüncelerine daha fazla inanarak kendisini bir döngünün içinde bulur. Bu döngünün devam etmesi halinde birey hatalı düşüncelerinin tutsağı olduğu bir yaşantı sürmek durumunda kalır (Burns, 1980). Bireyin bu tutsalıktan kurtulabilmesi için gerekli olan, tüm çarpıtılmış düşüncelerinin tespit

edilerek; bunların gerçekçi ve işlevsel düşüncelerle değiştirilmesidir. Ancak bu düşüncelerin tespit edilmesi halinde birey, yaşadığı olumsuz duygular içinde kendini kaybetmektense, hatalı düşüncelerini değiştirmek için gerçek bir çaba gösterebilir.

Her iki terapi yaklaşımında da ortak olan; bireyin kendisine ve yaşamına zarar veren duygulardan kurtulabilmesi için; bu duyguların oluşmasına neden olan akıl dışı/hatalı inançlarının farkına varılması ve bu inançların tespit edilmesi gerekliliğidir. Bu süreç, bireyin sürekli olarak çaba göstermesini gerektirmektedir. Bu sürecin ilk aşaması olan farkına varma, yetişkin bireylerin kendi kendilerine de ulaşabilecekleri bir aşamadır. Çünkü yetişkin bireyler, deneyimleri sayesinde duygu ve düşüncelerini tanımlayabilme yetisine sahiptir. Söz konusu çocuklar olduğundaysa bu aşamanın kendiliğinden gerçekleşmesi oldukça zordur. Bunun nedeni çocuklarda iç gözlem yeteneğinin henüz gelişmemiş olmasıdır (Yörükoğlu, 1979). İç gözlem yeteneği gelişmemiş bir çocuğun, var olan duygusal, düşünsel ve davranışsal problemlerine ilişkin, yardım almadan farkındalık sağlaması çok güç olduğundan, bu durumun eğitim ve rehberlik hizmetleri tarafından desteklenmesi gerekmektedir. Çocuklar Öfke Ölçeği, bu süreçlerin ilk adımı olan “farkına varma” boyutunu tarama çalışmalarıyla belirleyerek; öfke duygusunu oluşturan akılcı olmayan düşünceleri değiştirme sürecinin başlamasını sağlayabilir. Bu inanışların yetişkin döneminde fark edilip değiştirilmesine kıyasla çocukluk döneminde değiştirilmesi, çok daha az çabayla mümkün olabilir. Yörükoğlu (1979), bunun nedenini çocukların yaş ağaç gibi bir esnekliğe sahip olmalarıyla açıklamaktadır. Bu sayede çocuklar, olumsuz yaşantılar karşısında çabuk örselenseler bile, yeni durumlara uyum sağlama, çabuk öğrenme, iyimser olma, çok örseleyici olmadığı takdirde çabuk unutma ve güçlü kendi kendini onarma yeteneklerine sahiptirler.

Gelişim dönemleri, açısından bakıldığında; bilindiği üzere her bir gelişim döneminin kendine özgü gelişim görevleri bulunmaktadır. Sağlıklı bir kişilik gelişimi için bu görevlerin başarılı bir şekilde gerçekleştirilmesi gerekmektedir. Aksi takdirde bir sonraki gelişim dönemi ve/veya dönemleri olumsuz etkilenmektedir. Bunun bir örneği, erişkin ruh hastalarının, çocukluklarında yaşamış oldukları doyumsuzlukların, örseleyici yaşantıların ve sapmaların bugün hala izlerini taşıyor olmalarıdır (Yörükoğlu, 1979). Tüm bunlar göz önüne alındığında, erken yaştan başlayan problemlerin sürekli uyumsuzluklara dönüşmeden önce saptanması ve müdahale edilmesi; çocuğun hem bugünkü yaşamı hem de erişkin yaşamı için önem arz etmektedir. Orta çocuklukta sıklıkla ve yoğun bir şekilde yaşanan öfke problemlerinin, saldırgan davranış sıklığının artması, akran reddi, akran ilişkilerinde problemler, gibi sonuçları olduğu bilinmektedir

(Hubbard, 2001; Dougherty, 2006; Oolup, Brown, Nowicki ve Aziz, 2015; Rohlf, Busching ve Krahe, 2017). Yaşıtlarla geçinmeyi öğrenme ve kişisel bağımsızlık kazanmanın, orta çocuklukta en önemli görevler olduğu (Gander ve Gardiner, 1993) göz önüne alınırsa; bu dönemi destek almadan öfke problemleriyle geçiren çocukların, diğer gelişim dönemlerinin de bu durumdan zarar göreceği açıktır. Diğer bir taraftan orta çocukluk dönemi, çocuğun duyguları ve heyecanları üzerinde denetim kurmaya başlamak zorunda olduğu bir dönemdir (Gander ve Gardiner, 1993). Bu dönemde okula başlayan çocuk üzerinde aile etkisi azalırken; öğretmen ve yaşıtlarının etkisi artmaktadır. Dolayısıyla bu dönem aynı zamanda çocuğun toplumsallaşma sürecinin önemli ve kritik bir kısmını oluşturmaktadır. Bu dönemde yaşanan öfke problemleri, çocuğun yaşıtlarıyla sağlıklı ilişkiler kurmasına zarar vererek, toplumsallaşma sürecinde bozulmalara neden olmaktadır (Rohlf, Busching ve Krahe, 2017). Bu nedenle çocuklardaki öfkenin tespit edilmesi; bu duygunun kontrol altına alınmasına yardımcı olacaktır. Çocuğun erken yaşlardan itibaren öfkesini kontrol edebilmesi, toplumsallaşma süreci içinde yaşadığı toplumun etkili bir üyesi olmasını sağlayacak düşünce ve davranışları kazanmasını mümkün kılacaktır.

Rehberlik ve psikolojik danışma sürecinin sağlıklı bir şekilde ilerleyebilmesinde; birey ve problemleriyle ilgili durumlar hakkında sistemli bir şekilde toplanmış nesnel ve sağlam bilgilere sahip olmak önemlidir (Tan ve Baloğlu, 2006). Bu amaçla Çocuklar Öfke Ölçeği'nin, ilk ve ortaokullarda öfke kaynaklı olarak gelişebilecek duygusal ve davranışsal problemlere dair önleyici çalışmalar yapılabilmesine olanak sağlayacağı düşünülmektedir. Diğer yandan, ölçeğin cevaplama süresinin kısa süreli (10-20 dk), değerlendirmesinin kolay, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olması yönüyle de ilkökul ve ortaokul rehberlik servislerine uygulama rahatlığı sağlayabilir.

Ülkemizde, araştırmacılar tarafından ihmal edilen bir geçiş dönemi olarak da ifade edilen orta çocukluk döneminde (Kırırmer, Akça ve Sümer, 2014), öfkeye dair çalışmalar az sayıdadır. Bunun nedenlerinden biri olarak; ülkemizde 11 yaş altındaki çocuklarda, öfkeyi değerlendirmeye yönelik herhangi bir çalışma bulunmaması gösterilebilir. Bu araştırma öncelikle, ülkemiz örneklemindeki 11 yaş altındaki çocuklarda öfkeye neden olan belirli durumları değerlendirirken, öfkenin ifade biçimleri ve öfkenin kişisel ilişkiler üzerindeki etkisiyle ilgili bilimsel verilere ulaşabilmemizi sağlayacaktır. Çocuklarda var olan öfkenin ve öfke ifade şekillerinin daha küçük yaşlarda belirlenebilmesinin; bu alanda yapılabilecek çalışmaların önünü açacağı düşünülmektedir. Bu araştırmanın, çocukların öfkelerini kontrol altına alabilmelerini ve sağlıklı bir şekilde yaşayabilmelerini

sağlayabilecekleri; öfkenin neden olduğu olumsuz sonuçlarla karşılaşmalarını engelleyebilecek programların geliştirilebilmesine büyük ve önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

1.4. Varsayımlar

1. Araştırmaya katılan öğrenciler evreni yeterli düzeyde temsil etmektedir.
2. Öğrencilerin ölçeğe verdikleri yanıtlar, gerçek duygu ve düşüncelerini yansıtmaktadır.

1.5.Sınırlılıklar

1. Uyarlanacak olan ölçme aracı yalnızca 8-11 yaşları arasındaki çocuklarda öfkeye neden olan belirli durumları değerlendirmek, öfkenin ifade biçimleri ve öfkenin kişisel ilişkiler üzerindeki etkisini ölçmeye yöneliktir.
2. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik çalışması için veriler Hatay ili Antakya merkez ve Defne merkez ilçesi merkez ilkokul 3., 4. ve ortaokul 5. ve 6. sınıf öğrencilerinden oluşturulmuş bir örneklemden elde edilmiştir. Farklı okullardan ve okul dışında olan çocuklar üzerinde genellenebilirliği bilinmemektedir.

1.6. Tanımlar

Öfke: Duygusal, fizyolojik ve bilişsel süreçlerden oluşan yaşantısal durum (Deffenbacher ve McKay, 2000).

BÖLÜM II

ÖFKE İLE İLGİLİ KURAMSAL AÇIKLAMALAR, ÖLÇME ARAÇLARI VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde öfkeyi açıklayan kuramlara, çocuklarda öfkeyle ilgili geliştirilen ölçme araçlarına, çocuklarda öfkeye dair yurtdışında ve yurtiçinde yapılmış ilgili araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. Öfke Kuramları

Öfke kuramları adı altında, öncelikli olarak Çocuklar Öfke Ölçeği'nin geliştirilmesinde temel alınan Bilişsel-Davranışçı Kuramlar yer almaktadır. Bu kuramların ardından, öfkenin psikanalitik kuram, engellenme- saldırganlık hipotezi, sosyal öğrenme kuramı ve duygu kuramları olan James- Lange Kuramı ve Cannon Bard Kuramı ile açıklandığı yaklaşımlara yer verilmiştir.

2.1.1. Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımlar

Günümüzde eklettik/entegrasyon yönelimlerden sonra Bilişsel-Davranışçı Terapi, psikoterapistler ve psikologlar arasında en popüler kuramsal yönelimlerden biridir (Cook, Biyanova ve Coyne, 2009). Öfkenin bilişsel davranışçı yaklaşımlarla birlikte ele alındığı çok sayıda araştırma mevcuttur (Leung ve Wong, 1998; Martin ve Dahlen, 2004; Zwemer ve Deffenbacher, 1984; Duran ve Eldeleklioğlu, 2005; Tekinsav-Sütçü, 2006; Karahan, Yalçın ve Erbaş, 2014; Görgü ve Tekinsav-Sütçü, 2015). Araştırma sonuçları, öfkeyle ilişkili sorunlara yönelik bilişsel davranışçı yaklaşımların etkili olduğunu göstermektedir. Özellikle ikinci kuşak bilişsel davranışçı terapiler arasında en çok bilinen, Beck' in (1964) "Bilişsel Terapisi" ve Ellis' in (1962) "Akılcı Duygulanım Davranışçı Terapisi" (Vatan, 2016), günümüzde öfke konusundaki çalışmalarda yaygın olarak kullanılan ve etkili sonuçları olan yaklaşımlardır (Burns, 1980 s. 32). Bunun yanı sıra; yapılan araştırmalar, psikolojik belirtilerin tedavisinde ikinci kuşak yaklaşımların bilimsel ve klinik çalışmalar açısından uzun süreli tedavilere kıyasla farklılaşmadığını desteklemiştir (Vatan, 2016). Özetle; bilişsel-davranışçı yaklaşımların; kısa süreli, yapılandırılmış ve etkili olması; bu yaklaşımların öfke alanında en yaygın tedavi yöntemi olarak kullanılmasını beraberinde getirmiştir (Tekinsav Sütçü, 2006).

Bilişsel davranışçı yaklaşıma göre öfke, bilişsel olarak öfke diye etiketlenen ve antagonist içerikli bilişlerin eşlik ettiği aşırı fizyolojik uyarılma durumudur (Tekinsav Sütçü, 2006). Yaşam durumlarına karşı verdiğimiz tepkiler, değerlendirmeler, yaptığımız yorumlamalar ve inançlar duygularımızı oluşturur. Yani bireyin öfkelenmesine neden olan, yaşadığı olaylar değil; bu olaylara karşı yüklediği anlamlar, algıları ve düşünceleridir (Beck, 1979; Burns, 1980; Deffenbacher, 1999; Ellis, 1990; Ellis ve Harper, 1997).

Bu yaklaşımlara göre; günlük yaşantımızda etkisi altında kaldığımız durumların hiçbiri bizi öfkelenmez. Öfke bireyin, dışarıdan gelen olayları zihninde, etiketleme, zihin okuma, büyütme, mantıksız -meli -malı ifadeleri, haksızlık adaletsizlik algısı gibi otomatik düşünceleri sonucunda ortaya çıkan bir duygudur (Burns, 1980). Başka bir ifadeyle öfke, bireyin kendi düşünme şekli sonucunda ortaya çıkan bir duygudur. Yani bireyin öfkelenmesine neden olan da onu mutlu eden de bireyin kendi düşünceleri olup; bireyin mantıksız ve otomatik düşüncelerini mantıklı düşüncelerle değiştirebildiği takdirde ise ortadan kaldırılabileceği bir duygu durumudur (Ellis ve Harper, 1997; DiGiuseppe ve ark., 2014).

Günümüzde yaygın olarak kullanılan bilişsel-davranışçı teknikler; Beck'in Bilişsel Terapisi ile Albert Ellis' in Akılcı Duygulanım Davranışçı Terapisinden (ADDT) hareketle geliştirilmiştir (Tekinsav-Sütçü, 2006). Bu bağlamda öncelikli olarak öfkenin Bilişsel Terapi ve Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi'ye göre açıklamaları ele alınmıştır:

Bilişsel Terapi ve Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi'ye Göre Öfke

Her iki terapi yaklaşımı da, duygusal ve davranışsal problemlerin temelinde bilişlerin (olaylara bakış, algılar, zihinsel tutumlar, inançlar) olduğunu belirtir. Düşünceler, duygular ve davranışlar; birbirleriyle iç içe ve ilişki içerisindedir. Bunlardan birinde meydana gelen bir değişiklik diğerlerinde de değişiklik ortaya çıkarabilir. Olaylara dair yorumlamalarımız, bir şey ya da bir kişi hakkındaki düşüncelerimiz duygularımızı yaratır. Olaya dair düşünce şeklimizin değişmesi o olay hakkındaki hislerimizi değiştirebilir ve bu da beraberinde farklı davranışsal tepkiler geliştirilmesini sağlayabilir. Aynı şekilde değişen bir davranış, eski düşünme şeklinin değişmesine neden olabilir.

Her iki terapi yaklaşımı da, duygusal ve davranışsal problemlerin temelinde, bireyin; deneysel gerçeklikle bağdaşmayan, uzun vadeli hedeflerini gerçekleştirmeyle uyumsuzluk teşkil eden, işlevsel olmayan bilişlerinin olduğunu varsaymaktadır. ADDT

bu bilişleri “irrasyonel inanışlar” şeklinde adlandırır. İrrasyonel inanışlar, dünyanın olduğu hali, olması gerektiği hali ve bu hallere dair neyin iyi neyin kötü olduğuna ilişkin beklentiler kümesidir (Digiuseppe, Doyle, Dryden ve Backx, 2014, s. 32). Buradaki beklentiler, gerçeklikle bağdaşmayan, gerçekte olduğundan farklı olması talep edilen, olanı olduğu gibi kabul etmeyi reddeden; bunun sonucundaysa kişinin sağlıksız duygular yaşamasına neden olan beklentilerdir. Bu beklentilere yol açan inanışlar, esnek olmamakla birlikte; kişinin hedeflerine ulaşmasına yardımcı olmayan mantık dışı inanışlardır.

Bilişsel terapi ise, bu bilişleri “bilişsel hatalar” olarak adlandırmaktadır. Psikolojik problemlere neden olan; bireyin, yetersiz ve yanlış bilgilere dayalı olarak yanlış çıkarımlar yapması, düşünle gerçeği birbirinden ayırt edememesi ve hatalı düşünmesi gibi genel süreçlerden kaynaklandığını öngörmektedir (Corey, 2008).

Corey, her iki terapi çeşidinin bilişlere dair tanımlarının benzer olmasıyla birlikte; farklılaştıkları noktanın, ADDT’nin irrasyonel inanışları mantık dışı olarak kabul ederken; BT’nin bu inanışlara mantık dışı denilemeyeceğini; çünkü her inancın kendine has bir düşünme sistemi olduğu ve bu düşünme sistemlerinin mantıklı olmadığına söylenmesinin olumsuz etki yarattığı şeklinde olduğunu belirtir. BT, bilişsel işleme sürecindeki hatalara yoğunlaşıp, katı inanışların tespit edilip, bunların düzenlenmesini savunmaktadır.

2.1.1.1. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi (ADDT)

Tıpkı bilişsel-davranışçı terapide olduğu gibi ADDT yaklaşımı da duyguların oluşumundaki en önemli belirleyicinin bilişler olduğunu ifade etmektedir. Duygu; yanlı, önyargılı ve güçlü bir şekilde değerlendirme içeren belli bir düşünüşten kaynaklanmaktadır (Ellis ve Harper,1997). Bunun yanında kimi zaman düşünce olmaksızın; geçmiş yaşantıların ya da algıların etkisiyle de duygular oluşabilmektedir. Ancak bu duygular yalnızca kısa bir süre için kendiliğinden var olup; bu duyguların devamlılığını sağlayan şey yaşanılanlara ilişkin bireyin algıları ve düşünceleridir. Digiuseppe, Doyle, Dryden ve Backx (2014) de; psikopatolojinin oluşmasında kalıtım ve çevresel koşulların önemli olduğunu; ancak bu olgunun kendini korumasında ve devamlılığının anlaşılmasında birinci odak noktasının, bireylerin rahatsızlıklarını sürekli olarak öz- doktrinleştirme yaparak devam ettirmelerinden kaynaklı olduğunu belirtmişlerdir.

ADDT kendi içinde sağlıklı/ sağlıklı olmayan duygu ve davranışlar kuramı barındırmaktadır (Ellis ve Harper, 1975). Bu kuram, tüm insanların hayatta kalmayı, acı çekmemeyi ve mutlu bir yaşam sürmeyi güçlü bir şekilde istediğini varsayar. İnsanlar bu isteklere ulaşabilmek için kendi değerleri doğrultusunda amaçlar oluştururlar. Bu amaçlarına ulaşabilmelerine engel olan her türlü düşünce, felsefe ve tutum *akılcı olmayan düşünce* olarak nitelendirilirken; bu değerlere ulaşılmasına engel olan her türlü duygu ve davranış da *sağlıksız* olarak adlandırılmaktadır. Sağlıklı duygular, amaçlarına ulaşmada zorluk yaşayan insanları, bunlarla baş etme yolları bulma gibi harekete geçirici etki yaparken; sağlıksız duygular, insanın amacına ulaşabilmesi için göstermesi gereken çabayı engelleyici etki yapabilmektedir. ADDT, örselenmiş, işlevsiz, sağlıksız ve uyumsuz olan olumsuz duygularla, her ne kadar hala olumsuz olsa da örselenmemiş, işlevsel, sağlıklı, uyumlu ve motive edici duygular arasında ayrım yaparak; duyguları iki boyutuyla inceler (Digiuseppe ve ark., 2014). Başka bir ifadeyle; olumsuz duygulardan bir kısmı bireyin davranışlarının kendisine zarar verecek şekilde yönlmesine neden olurken; diğer bir kısmı ise bireyi kendisi için daha iyi sonuçlar doğurabilecek uyumlu yollar bulabilmesine olanak sağlayacak harekete geçirici etki yapabilmektedir. Bireyin bu duygu türlerinden hangisini yaşayacağını belirleyen; olaylar karşısındaki akılcı ve akılcı olmayan düşüncelerden hangisine sahip olduğudur (Ellis, 1990). Akılcı olmayan (irrasyonel) düşünceler, bu duygu türlerinden sağlıksız duygulara (depresyon, anksiyete, utanç, suçluluk ve rahatsızlık verici öfke) neden olurken; akılcı (rasyonel) düşünceler ise bireyin sağlıklı duygulara (üzüntü, hayal kırıklığı, endişe, kaygı, pişmanlık ve işlevsel öfke) ulaşmasını sağlamaktadır (Digiuseppe ve ark., 2014; Dryden, 2012). Görüldüğü üzere öfke duygusu, bireyin akılcı/akılcı olmayan düşünme şekline göre sağlıklı bir duygu olabileceği gibi sağlıksız da olabilmektedir. Dryden (2012)'a göre sağlıksız öfke, duygusal bozukluklar arasında yer almaktadır. Dryden (2012)'ın, sağlıklı öfke ile sağlıksız öfke arasındaki düşünsel, duygusal, davranışsal ve izleyen düşünceler arasındaki durum Tablo 1'de gösterilmektedir:

Tablo 1.

Sağlıksız Öfkeye Karşı Sağlıklı Öfke

Sıkıntılı Süreç	<ul style="list-style-type: none"> • Bir şekilde engellenmiş olduğunu düşünme. • Önemli amaçlara yönelik yapılan hareketlerin bir şekilde engellenmesi. • Kişisel kuralların biri tarafından ihlal edilmesi. • Kişisel kuralların kişinin kendisi tarafından ihlal edilmesi. • Öz saygının birisi ya da bir şey tarafından tehdit edilmesi. 	
Düşünce	Akılcı Olmayan Düşünce	Akılcı Düşünce
Duygu	Sağlıksız Öfke	Sağlıklı Öfke
Davranış	<ul style="list-style-type: none"> • Başkasına/ başkalarına fiziksel saldırı. • Başkasına/ başkalarına sözlü olarak saldırma. • Başkasına/ başkalarına pasif agresif olarak saldırı. • Saldırımı başka bir kişiye, hayvana veya nesneye yöneltme. • Saldırganca geri çekilme. • Başkasına/ başkalarına karşı müttefik oluşturma. 	<ul style="list-style-type: none"> • Özgüvenini, saygınlığını veya gücünü başkalarının saygısını kazanacak şekilde ortaya koyma. • Başkalarından davranışsal değişimi istemek; fakat onları davranış değişikliğine zorlamamak. • İstenmeyen durumla başa çıkmak için girişimlerde bulunduktan sonra, bu durumu agresif olmayan bir şekilde geride bırakma.
İzleyen Düşünce	<ul style="list-style-type: none"> • Başkalarının ne ölçüde kasıtlı davrandıklarını abartma. • Başkalarının niyetlerini kötücül olarak anlama. • Kendini kesinlikle haklı görürken, başkalarını da kesinlikle haksız olarak görme. • Başkalarının bakış açısından görememe. • İntikam almak için komplo kurma. • Sürekli başkalarının davranışları hakkında düşünme ve onlara üstün geldiğini hayal etme. 	<ul style="list-style-type: none"> • Başkalarının kasıtlı davranmış olabileceğini düşünürken, aynı zamanda kasten davranmamış olabileceğini de kabul etme. • Başkalarının niyetlerinin kötü olma olasılığı olabileceği gibi iyi olabileceğini de kabul etme. • Kendisinin tamamen haklı olmayabileceği gibi; başkalarının da tamamen haksız olmayabileceği şeklinde düşünme. • Başkalarının bakış açısından da görebilme. • Sürekli intikam almayı düşünmektense ara ara düşünme.

Sağlıklı ve sağlıksız öfkeye ilişkin Tablo1'deki açıklamaların yanında, Dryden (2012), sağlıklı öfkenin sağlıksız öfkeye göre uzun vadede birey için daha yapıcı olacağını belirtmektedir.

ADDT'ye göre insanlarda duygusal ve davranışsal problemlerin büyük bir bölümü düşünme şekillerinden kaynaklanmaktadır. Buradan hareketle öfke duygusunun

da en büyük nedeni insanların öfkeye dair oluşturmuş oldukları bilişleridir. Öfkeye neden olan bilişlerin tam olarak hangileri olduğuna dair kesin bir bilgi bulunmamaktadır (Tekinsav Sütçü, 2006). Duygusal rahatsızlığa neden olan inanışlar Ellis tarafından 12 temel inanç şeklinde sıralanmıştır. Bunlar:

1. Önemli bulunan herkes tarafından, her zaman içten sevimli ve kabullenilmeli düşüncesi.
2. Tüm yönleriyle ehil, yetkin, başarılı ve kusursuz olma düşüncesi.
3. Başkalarına zarar veren, suça teşebbüs eden insanların ağır şekillerde suçlanması, lanetlenmesi ve cezalandırılması gereken; tamamiyle kötü, ahlaksız ve rezil insanlar oldukları düşüncesi.
4. Olaylar kişinin kendi istediği gibi gitmediğinde; hayatın çok kötü, korkunç, dehşet verici ve felaket olduğu düşüncesi.
5. Duygusal sorunların kaynağının dışarıdan gelen baskılar olduğu ve kişinin depresyon, düşmanlık gibi duyguları kontrol edebilmede çok az yeteneğe sahip olduğu düşüncesi.
6. Tehlikeli ve korkutucu görülen bir durum karşısında, kişinin aklını sürekli olarak bu durumla meşgul etmesi ve bu durum için üzgün (sinirli) olması gerektiği düşüncesi.
7. Yaşamın çeşitli zorluklarıyla yüzleşmek ve öz disiplini sağlamak yerine, sorumluluklardan kaçınmanın daha kolay olduğu düşüncesi.
8. Bugünkü duyguları ve davranışları belirleyen şeyin tamamen kişinin geçmişi olduğu düşüncesi.
9. İnsanların ve olayların olduklarından daha iyi olmaları gerektiği, eğer hayattaki zorluklara çabucak bir çözüm bulunamazsa bunun çok kötü ve korkunç problemlere neden olacağı fikri.
10. Eylemsiz ve pasif bir şekilde kalarak kendini bir şeye adamadan zamanını geçirerek mutlu olunabileceği düşüncesi.
11. Rahat hissedilmek için son derece düzenli ya da kuşkusuz olunması gerektiği düşüncesi.
12. Bir insan olarak birinin kendine değer vermesi ve kendini kabul etmesinin, kişinin performansının iyiliğine ve insanların kendisini onaylama derecesine bağlı olduğu düşüncesi (Ellis, 1977b akt; Wilde, 1996).

Ellis'in sıralamış olduğu bu inanışlar daha sonraları yazarlar tarafından beş tür inanış altında toplanmıştır: aşırı talepkarlık, felaketleştirme, rahatsız olmaya katlanamama, kendini kınama ve diğerlerini kınama.

Aşırı talepkarlık, olay ve durumlar hakkında gerçekçi olmayan ve kesinlik içeren bir beklentidir ya da bireyin diğerlerinin kendisinin istediği gibi olmaları gerektiğine dair yine gerçekçi olmayan ve kesinlik içeren bir beklentisidir.

Felaketleştirme, bir durumun olumsuz sonuçlarının aşırı derecede abartılmasıdır, öyle ki talihsiz bir olay "korkunç bir olay" haline gelir.

Rahatsız olmaya katlanamama, kolaylığa veya rahat olmaya dair taleplerden kaynaklanmaktadır ve rahatsızlıklara yönelik bir tahammülsüzlüğü yansıtır.

İnsan değerinin bütünsel değerlendirmeleri, kendini kınama kendisi olsun veya başkaları olsun, insanın derecelendirilebileceğini ve bazı insanların değersiz olduklarını ya da en azından başkalarından daha az değerli olduklarını ima eder (Digiuseppe ve ark., 2014).

Harekete geçirici olaylar karşısında insanların yukarıda sıralandığı gibi mantık dışı düşünceleri, duygusal rahatsızlıklarının ve uyumsuz davranışlarının nedenleridir. Goodman ve Maultsby (1974, akt. Thompson ve Rudolph, 1995)'nin yapmış olduğu bir çalışmada, mantık dışı düşünmeden kaynaklı 26 maddeyi içeren bir sonuç listesi oluşturulmuştur. Aşırı öfke ve yeterli süre geçmesine rağmen öfkeli ya da kırgın kalma durumları da bu sonuç listesinin içinde yer almaktadır.

İnsanların yaşamında temel amaçları ve değerleri bulunmaktadır. Bu temel amaç ve değerler; insanların, kendi başlarına, başkalarıyla olan ilişkilerinde, üretmek ve başararak, özgün ve yaratıcı olarak, fiziksel, duygusal ve zihinsel etkinliklerden zevk alarak yaşamayı ve makul bir ölçüde mutlu ya da hoşnut olmayı içermektedir (Ellis, 1990; Ellis ve Harper, 1997, s. 42). Duygusal ve davranışsal rahatsızlığın temel ilkelerinin gösterdiği gibi, bu temel amaç ve değerlerin engellenmesi çoğu zaman insanları yapıcı ve yıkıcı (kendilerini alt eden bir şekilde) davranışlara yöneltebilmektedir. Engellenmeye yol açan; bireyin amaçlarının gerçekleşmesine müdahale eden olaylar olabileceği gibi; kişinin yaşantıları ve düşünceleri de buna neden olabilmektedir. Engellenme karşısında bireyin akılcı düşünmesi onu sağlıklı sonuçlara ulaştırırken; akılcı olmayan düşünce şekilleri bireyin sağlıksız sonuçlara ulaşmasına neden olur. Örneğin kendisine adil davranılmadığını düşünen bir insan, kendisine adil davranılmamasından hoşlanmadığı şeklinde akılcı bir şekilde düşünürse; bunun sonucunda hoşnutsuzluk ve hayal kırıklığı yaşayabilir. Bu durumda birey bir daha bu duyguyu yaşamamak için insanların kendisine

adil davranmaları konusunda neler yapabileceğini düşünebilir ya da o insanlardan uzak durmak için çaba gösterebilir. Ancak birey bu durum karşısında, kendisine adil davranmayan insanların berbat ve çok kötü insanlar olduğu, herkesin kendisine adil davranmasının zorunlu olduğu gibi düşüncelere sahipse, bireyin yaşayacağı duygu öfke ve kin şeklinde olabilmektedir. Bu akılcı olmayan düşünce şekli sonucunda birey, intikam planları yapma, bazı davranışlara takıntılı hale gelme gibi kendisine olumsuz etkileri olacak davranışlara yönelebilir.

2.1.1.2. Bilişsel Terapi (BT):

Beck'in bilişsel terapisine göre duygusal rahatsızlıkların sebebi, insanların kendileri, gelecekleri ve deneyimleri hakkında değerlendirmelerini yaparken; sıklıkla yanlış çıkarımlar yapmalarıdır. Bu çıkarımlar, objektif gerçeklikten uzak, aşırı kesin, geniş, kişiselleştirilmiş, olumsuz düşünceler şeklindedir. Bu düşünceler ise insanların kendilerini, geleceklerini ve deneyimlerini olumsuz olarak algılamalarına neden olan bilişsel hatalardır. Bunlar; kişiselleştirme, ya hep ya hiç düşüncesi, seçici soyutlama, keyfi çıkarımlar ve aşırı genellemedir (Beck, 1976).

Kişiselleştirme: Kişinin, yaşanılan olumsuz bir olayla ilgisi olmadığı halde, bu olayın sorumlusu ve suçlusunun kendisi olduğunu düşünmesidir.

Ya Hep Ya Hiç Düşüncesi (Kutupsal Düşünme): Kişinin her şeyi siyah ya da beyaz, ya öyle ya da böyle gibi iki uç noktada görmesidir.

Seçici soyutlama: Bir olayın, tek bir olumsuz ayrıntısına dayanarak, olayın bütününe ilişkin olumsuz sonuçlar çıkarılmasıdır.

Keyfi Çıkarımlar: Kişinin herhangi bir kanıtı olmadığı halde olumsuz sonuçları düşünmesidir.

Aşırı Genelleme: Tek bir olaydan yola çıkıp genel inançların oluşturulması; bu genel inançların da uyup uymadığına bakılmaksızın farklı olaylara uygulanmasıdır.

Çoğu durumda öfke, bilişlerdeki (olaylara bakış, algılar, zihinsel tutumlar, inançlar) hatalardan kaynaklanmaktadır (Burns, 1980). Başka bir ifadeyle öfke, bireyin algılarının saptırılmış, tek taraflı ya da yanlış olan çarpıtılmış düşüncelerinden meydana gelir. Bu çarpıtılmış düşüncelerin tespit edilerek, gerçekçi ve işlevsel düşüncelerle değiştirilmesi, bireylerin öfke seviyelerini kendi kontrollerine almalarını sağlayacaktır.

Burns'e (1980) göre öfkeli bir bireyin en sık kullandığı bilişsel çarpıtmalar: etiketleme, zihin okuma, büyütme ve uygunsuz -meli -malı ifadeleridir. Bu

çarpıtmalardan etiketleme, bireyin kendisini kızdıran kişiyi “pislik”, “kaba saba”, “adi” olarak tanımlaması ve onu tümüyle olumsuz bir şekilde görmesidir. Burns, bu genelleştirmelerin aşırı bir hal alması durumununun “canavarlaştırma” olarak tanımlanabileceğini belirtmektedir. Ayrıca etiketlemeyle başlayan düşünce hatasının beraberinde, zihinsel filtre, olumluyu değersizleştirme gibi başka bilişsel çarpıtlamaları da beraberinde getirerek öfke durumunun gerçekte olduğu gibi anlaşılmasından daha da uzaklaştıracağını ve kişinin öfkesini daha da kontrol edilemez boyutlara ulaştırabileceğini ifade etmektedir.

Etiketleme sürecinde ilk olarak birey öfkelendiği kişiyi “kötü”, “pislik” gibi onun sadece olumsuz yönünü vurgulayan bir ifadeyle başlar. Bu durum öfkelenilen kişinin değerini sifira indirmeye, bireyin hoşna gitmeyen tüm yönlerinin toplanmasına (zihinsel filtre), o bireyin iyi hiçbir yönünün görülmemek, var olan değerinin de ortadan kaldırılmasına (olumluyu değersizleştirme) neden olur. Burns, etiketlemenin kişiyi öfkeli ve manevi olarak üstün hissettiren çarpıtılmış bir düşünce süreci olduğunu belirterek; bu şekilde bir kendilik imajı yaratmanın yıkıcı olduğunu da ifade etmektedir. Bunun nedeni de etiketlemenin, mutlaka karşıdaki kişiyi suçlama eğilimiyle birlikte intikam alma isteği doğurmasına, bu isteğin var olan çatışmayı şiddetlendirerek, karşıdaki kişide de benzer tavırlar ve durumlar ortaya çıkmasına yol açacağını belirtmektedir.

Öfke yaratan düşüncelerden ikincisi olan zihin okuma, kişinin herhangi bir araştırma yapmadan karşısındakinin hareketlerine ilişkin kendi kurduğu hipotezlere inanmasıdır. Ancak kişinin öfkeli bir halde kurmuş olduğu bu hipotezler, çoğu zaman karşıdaki kişinin gerçek düşüncelerini yansıtmadığından yanlış olma eğilimindedir.

Öfkeyle sonuçlanan üçüncü bilişsel çarpıtma olan büyütme, olayların öneminin gerçekte olduğundan çok fazla daha önemli olduğu şeklinde abartılarak algılanmasıdır. Burns, olayların öneminin abartılmasının, duygusal tepkilerin yoğunluğunu ve süresini kontrolden çıkarabileceğini belirtmektedir.

Öfkeye yol açan dördüncü bilişsel çarpıtma uygunsuz -meli - malı ifadeleridir. Kişilerin kendilerini “Şunu yapmalıyım”, “Bu işi bitirmeliyim” şeklinde -meli -malılarla güdülemesidir. Bunun yanında kişinin başkalarının hoşuna gitmeyen davranışları hakkında “Böyle davranılmamalı” , “Buluşmaya erken gelmeli” gibi yapmaları ya da yapmamaları gereken şeyleri kendisinin belirlemesidir. Uygunsuz -meli -malı ifadeleri, kişinin kendi isteklerinin her zaman yapılması gerektiğine ilişkin varsayımından kaynaklanmakta olup; gerçekleşmediğinde kişide kendisini yenik duruma düşüren öfke yaratabilmektedir.

Son olarak Burns, öfkenin tamamen olmasa da çoğunlukla en büyük nedeninin haksızlık ya da adaletsizlik algısı olduğunu belirtmektedir. Öfkeyi kişinin kendisine haksızlık yapıldığına inanmasıyla birebir örtüşen bir duygu olarak tanımlamaktadır.

2.1.2. Psikanalitik Kuram

Psikanalitik kurama göre, insan davranışlarına yön veren ve aynı zamanda insanın ruhsal enerji kaynağı olan 2 temel içgüdü bulunmaktadır. Bu içgüdüler; yaşam ve ölüm içgüdüleridir. Yaşam içgüdü, bireyin yaşamını zevk alma odaklı yaşamasını sağlar. Yaşam içgüdü, bireyintüm acılarının engellenmesini sağlamanın yanında, ona zevk veren her türlü eylemi içermektedir. Ölüm içgüdü ise, bireyin kendisini veya başkalarını incitme arzularını da taşıyarak; saldırgan ve yıkıcı davranmasına neden olan temel dürtüdür.

Psikanalitik yaklaşımın öfke duygusu ile ilgili açıklamaları incelendiğinde bu yaklaşımın, öfke duygusunu saldırganlığın bir boyutu olarak ele aldığı söylenebilir (Özmen, 2006). Freud'un saldırganlığı bir davranış olarak değil; insanda doğuştan var olan içgüdüsel bir duygu olarak tanımlaması da saldırganlık ve öfkeyi birbirinden ayırmadığının göstergesi olarak kabul edilebilir (Tekinsav Sütçü, 2006). Buradan hareketle; saldırganlık dürtüsü, dolayısıyla öfke, her insanda doğuştan var olan ve tamamen engellenmesi mümkün olmayan temel bir içgüdüdür. Bireyin yaşadığı öfke problemleri de, saldırganlık dürtüsünün doyurulmaması sonucu bireyin bilinçdışında yaşadığı ruhsal çatışmalardan kaynaklanmaktadır. Birey, çoğu zaman dıştan gözlemlenebilen öfke problemlerinin altındaki bilinçdışı çatışmaların farkında değildir. Psikanalitik kurama göre; problem davranışların ortadan kaldırılabilmesi için bireyin kendisine ve çevresine uyumunu engelleyen bu bilinçdışı çatışmaların, birey tarafından bilinç düzeyinde fark edilmesini sağlamak gerekmektedir (Thompson ve Rudolph, 1995). Aksi halde yaşanmayan ve sürekli bastırılan öfke duygusunun yıkıcılık tehdidi artarak; psikolojik ve fizyolojik sağlığa zarar verebilir. Öfke ve saldırganlık birikmesi, açık ya da dolaylı olarak bireyin çevresine; bunu yapamadığı zamanlarda ise organlarına yönebilir (Geçtan, 1990). Bireyin öfkesi bilinç düzeyine çıktıkça, savunma mekanizmaları tarafından değişikliğe uğrayabildiği gibi; saldırgan davranışlar olarak da kendini gösterebilmektedir (Dilekler, Törenli ve Selvi, 2014).

Horney, öfke ve saldırganlığı her insanda doğuştan var olan saldırgan içgüdülerin doyurulmamasından kaynaklı olarak açıklayan Freud'dan farklı bir şekilde açıklamakta;

bunu yaparken de nevroz kavramına yoğunlaşmaktadır. Nevroz, farklı ve birbiriyle çelişen çeşitli nevrotik eğilimlerin karşı karşıya gelmesi sonucu bireyin sürekli olarak bilinçdışı yaşadığı içsel çatışmalardan kaynaklanan ruhsal tedirginliktir. Ruhsal sorunların temelinde bu içsel çatışmalar bulunmaktadır. Bu çatışmalar içinde insanın yaşadığı temel çatışma, Horney tarafından “Bir çocuğun potansiyel olarak düşmanca bir dünyada yalnız ve çaresiz olmasından kaynaklanan duygu” olarak tanımlanmaktadır. Çocuğun yaşadığı bu duygu Freud tarafından kalıtsal etkilerle açıklanırken; Horney bu durumu kültürel etkilerin ve en çok da insan ilişkilerindeki bozulmalarla açıklamaktadır. Çocuğun özellikle aile içi ilişkilerinde, doğrudan ya da dolaylı olarak baskı altında tutulması, çocuğa tutarsız ve kayıtsız davranılması, aşırı korumacı anne baba tutumu, çocuğun kişisel ihtiyaçlarına saygı gösterilmemesi, çocuğun çok fazla takdir edilmesi veya hiç takdir görmemesi, çocuğa verilen sözlerin yerine getirilmemesi, çocuğun düşmanca bir ortamda yaşaması gibi durumlar çocuğun yalnızlık, çaresizlik, düşmanlık, korku gibi duyguları yaşayarak; gelişimini baltalayabilir (Horney, 1945). Çocuk, yaşamış olduğu bu olumsuz duygular sonucunda kendisinde oluşan korku ve kaygılarına rağmen, hayata devam edebilmek amacıyla bilinçdışı yöntemler geliştirir. Çocukluk döneminden itibaren, çocuğun gelişimini sağlama adına geliştirdiği tüm bu bilinçdışı yöntemler çocuğun kişiliğinin bir parçası haline gelerek; Horney’in “nevrotik eğilimler” olarak adlandırdığı kalıcı karakter eğilimlerini oluşturacaktır. Doğumundan itibaren, korkulu ve güvensiz bir dünyaya gelmiş olmaktan dolayı çocukta oluşan temel kaygı duygusu; onu bu nevrotik eğilimlere doğru yönlendirir. Bu eğilimler Horney tarafından; insanlara yaklaşma, insanların aksine gitme ve insanlardan uzaklaşma olarak kavramsallaştırılmıştır. Horney, saldırganlığı bireyin oldukça acılı olan nevrotik eğilimleri sürekli yaşamasına neden olan temel kaygı güdüsüne bir tepki olarak yorumlamaktadır. Bunun yanı sıra; insanların aksine gitme nevrotik eğilimi içindeki bireylerde saldırganlığın ağırlıkta olduğunu belirtmektedir. Bu eğilime sahip bireyler; yalnızca güçlü olanın hayatta kaldığı bir dünyada yaşadıklarını; bu nedenle de başkalarını önemsemeden yalnızca kendi çıkarlarını göz önünde tutarak yaşamlarını sürdürürler. Horney, bu bireylerin ihtiyaçlarını karşılayabilmek adına, sürekli başkalarının üzerinde denetim kurmaya çalıştıklarını belirtir. Saldırgan tipler; bu denetimi diğer kişilerin üzerinde doğrudan güç kullanma, geri planda durarak arkadan idare etme, başkaları üzerinde baskı kurma gibi çok çeşitli yollarla kurabilmektedir.

2.1.3. Engellenme - Saldırganlık Hipotezi

Engellenme; amaca doğru güdülenmiş davranışın geciktirilmesi veya önlenmesi olarak tanımlanabilir. Saldırganlık ise; bir başkasını bilinçli olarak incitmeye yönelik davranışlardır (Kesen, Deniz ve Durmuşoğlu, 2007). Engellenme- saldırganlık hipotezi; Dollard, Miller, Door, Mowrer ve Sears tarafından 1939 yılında, psikanalitik yaklaşım temel alınarak ortaya atılmıştır. Bu hipoteze göre; engellenme her zaman saldırganlığa neden olurken; saldırganlık da her zaman bir engellenmenin sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Günümüze kadar gelen araştırmalar sonucunda engellenmenin kimi zaman saldırganlığa yol açabileceği; saldırganlığın da kimi zaman bir engellenme sonucu oluşmuş olabileceği kabul edilmektedir; ancak hipotezde belirtildiği gibi her zaman için geçerli değildir (Taylor, Peplau ve Sears, 2003; Özmen, 2006). Saldırganlığın kısmen olumsuz duyguları hafifletmesi; engellenme sonucunda ortaya çıkmasını açıklayabilmektedir. Miller daha sonra engellenme sonucunda sadece saldırganlık değil; regresyon, depresyon, çaresizlikten kaynaklanan tembellik ve umutsuzluk gibi farklı davranışların da oluşabileceğini ifade etmiştir (Berkowitz, 1989; akt: Tekinsav Sütçü, 2006).

2.1.4. Sosyal Öğrenme Kuramı

Sosyal öğrenme kuramı, bireyin davranışlarını öğrenme süreçleriyle açıklamaktadır. Bu kurama göre birey, çevresindekilerin davranışlarını gözlemleyerek; bu davranışların çevre tarafından ne şekilde pekiştirildiğini ve cezalandırıldığını gözlemler (Bayrakçı, 2007). Birey bu şekilde yaptığı gözlemler yoluyla çeşitli davranış şekilleriyle ilgili bilgi edinir. Sosyal öğrenme kuramına göre; birey öğrendiği bu davranışları model alarak taklit yoluyla sergileyebilir. Bunun yanı sıra birey, bu davranışı doğrudan taklit etmeyip; içinde bulunduğu çevrenin koşullarına, durumun uygunluğuna ve kendisine sağlayacağı yarara göre düzenleyebilir. Buradan hareketle; bireyin öfke duygusuna karşılık olarak öfkesini ifade etme şekli, geçmiş deneyimlerinden ve gözlemlerinden edinmiş olduğu bilgilerden gelmektedir.

Birey, çocukluğundan itibaren yakın çevresinde gördüğü öfke davranışları ve bu öfke davranışlarına verilen tepkilere ilişkin gözlemlerinden yola çıkarak, kendi öfke tepkilerini oluşturmaktadır. Bireyin, gözlemlenmiş olduğu öfke içerikli bir davranış ortaya koymasında etkili olan; kendi benliğini algılayışı, karşı karşıya olduğu durum ve çevresel etmenlerdir (Özmen, 2006). Bu etmenlerin birey tarafından değerlendirilmesi sonucu,

birey öfke duygusunu içeren tepkilerini nasıl ve ne şekilde ortaya koyacağına kendisi karar vermektedir.

2.1.5. James-Lange Kuramı

William James ve Carl Lange tarafından ortaya koyulan, duyguların nasıl meydana geldiğini açıklayan bu duygu kuramına göre; duygularımızı oluşturan; ortaya çıkan durumlara karşı vücudumuzda meydana gelen fizyolojik değişikliklerdir. Beynimiz belli fizyolojik değişimleri duygu ve his olarak yorumlar ve her bir duygunun altında da farklı fizyolojik örüntüler yatmaktadır (Plotnik, 2009, s. 360). Yaşanılan durum karşısında, öncelikle vücudumuzda kalp atış hızında değişiklik, soluk alışverişinde değişiklik, titreme, kas gerilmesi gibi fizyolojik değişiklikler meydana gelir. Bu fizyolojik değişikliklerden gelen duyuların beyinde anlamlı bir bütün halinde yorumlanmasından sonra duygularımız oluşur. Yani bu kurama göre, birey öfke yaratan bir durumla karşılaştığında vücudunda soluk alışverişinde hızlanma, göz bebeklerinde büyüme, terleme, kalp atış hızının artması gibi fizyolojik değişiklikler meydana gelir. Beyin ise bu fizyolojik değişimleri öfke duygusu olarak yorumlar.

2.1.6. Cannon-Bard Kuramı

Duygu kuramı olan Cannon-Bard kuramı; yaşanmakta olan bir duruma karşı verilen fizyolojik ve duygusal tepkilerin birbirlerinden ayrı olarak ortaya çıkmadıklarını savunur. Bu kurama göre; bu 2 tepki arasında herhangi bir öncelik sonralık sıralaması da yapılamayacağını savunmaktadır. Uyarıcı algılandıktan sonra ortaya çıkan duygu ve davranış arasında herhangi bir öncelik sıralaması söz konusu değildir, çünkü her ikisi de aynı anda ortaya çıkmaktadır (Morris, 2002; Groves ve Schlesinger, 1982'den akt Özman, 2006a). Bu yaklaşıma göre öfke yalnız değildir, bedensel eşlik edicileri vardır (Şahin Kıralp, 2013). Birey, kendisini öfkeliendiren bir olayla karşılaştığında; soluk alışverişinde hızlanma, göz bebeklerinde büyüme, terleme, kalp atış hızının artması gibi fizyolojik değişiklikleri yaşarken; aynı anda öfkelenmektedir.

2.1.7. Duygu Düzenleme Kuramı

Duygu düzenleme, bireyin hangi duyguya ne zaman sahip olduğunu ve bu duyguya sahip olduğunda bunu nasıl bir şekilde deneyimlediği ve ifade ettiği süreçlerden oluşmaktadır (Gross, 1998). Bu süreçleri başlatacak duygunun hangisi olacağı ve ne

zaman olacağı planlı olabileceği gibi otomatik bir şekilde de olabilmektedir. Hatta bu süreçler eş zamanlı olarak da duygu düzenleme mekanizmalarını etkileyebilmektedir (Mauss, Bunge ve Gross, 2007). Alanyazında duygu düzenleme süreçleri içinde bir çok farklı strateji bulunmakta olup; bunlar arasından Gross'un model ve stratejilerinin dikkat çekmekte olduğu görülmektedir (Vatan, 2014). Duygu düzenleme, Gross'un bilişsel duygu düzenlemeyi merkeze aldığı süreç modelinde; uyarıcının ortaya çıkmasından önce başlayarak; durum seçimi, durum değişimi, dikkat yayılması, bilişsel yeniden değerlendirme ve tepki değişimi ile sonlanan aşamalı süreçlerden meydana gelmektedir. Durum seçimi, bireyin hangi duyguya sahip olacağını etkileyecek olan uyarıcılardan (kişi, nesne, yer vb.) birini seçmesini ifade etmektedir (Gross, 2002). Durum değişimi ise, bireyin seçtiği uyarıcıyla etkileşimi sonucu oluşan duygusal etkileri değiştirmek için bunları yönlendirmeye çalışmasıdır. Dikkat yayılması, bireyin duygusal tepkilerini düzenlemek amacı ile dikkatini durumun bir çok açısından kendi istediği yere yönlendirmesidir. Bireyin dikkatini yönlendirdiği duruma yükleyebileceği olası anlamlardan birini seçmesi bilişsel yeniden değerlendirme aşamasıdır. Son aşama olan tepki değişimi aşaması ise duygunun ortaya çıkmasının ardından gelen davranışsal ve fizyolojik tepkileri bireyin değiştirmesini ifade etmektedir.

Duygu düzenleme mekanizmalarında temel motivasyonun, bireyin olumlu duygu durumlarını sürdürme, olumsuz duygu durumlarını ise onarmaya yönelik olarak işlediği düşünülmektedir (Koole, 2009). Bireyin seçmiş olduğu uyarıcılar sonucu yüksek yoğunlukta öfke duygusu ile uzun süre kalması, duygu düzenleme süreçlerinde aksaklıklara neden olabilmektedir. Uyumsuz duygu düzenleme mekanizmalarının psikopatolojik rahatsızlıkların oluşumu ve sürdürülmesi ile ilişkili olduğunu düşünülmektedir (Aldao, Nolen- Hoeksema ve Schweizer, 2010). Bunun yanı sıra duygu düzenleme mekanizmalarının işlevsel bir şekilde kullanılmasının ise psikopatolojilerin doğasının anlaşılmasında ve psikolojik müdahalelerin etkililiğinin artmasına yardımcı olabileceği düşünülmektedir (Barlow, 2002; Berking ve ark, 2008 akt; Vatan, 2014).

2.2. Öfke İle İlgili Geliştirilen Ölçme Araçları

2.2.1. Çocuklar Öfke Ölçeği (ÇÖÖ)

Çocuklar Öfke Ölçeği, Nelson ve Finch tarafından 1978 yılında geliştirilmiştir. İngilizce adı Children's Inventory of Anger (ChIA) olan ölçek; başlangıçta CIA (uzun adı aynı) olarak adlandırılmıştır. Psikoloji literatüründe öfke ve saldırganlık

kavramlarının gittikçe keşfedildiği o yıllarda (Bandura, 1978; Novaco, 1975; Johnson, 1972; Akt. Nelson ve Finch, 2000), araştırmacılar çocukların öznel öfke duygusunun değerlendirilmesi için de bir araca ihtiyaç olduğunu görmüşlerdir. Bunun üzerine araştırmacılar, çocuk ve ergenlerde öfke tepkilerine neden olduğu düşünülen bir dizi problemleri kullanarak 1978 yılında CIA'yı geliştirmişlerdir. CIA, 1975 yılında Novaco'nun yetişkinlerdeki öfke ve saldırganlıkla ilgili öz denetim programı önermesi üzerine yetişkinlerdeki öfkeyi değerlendirmek için geliştirdiği Novaco Öfke Envanteri (NAI)'nin, çocuklar için tasarlanmış benzer bir versiyonudur. Farklı bir çok alanda olduğu gibi psikolojide de çocuk ve ergenlere yönelik klinik hizmetler ile değerlendirme araçları; başlangıçta yetişkinlere yönelik oluşturulmuş test ve müdahaleleri izlemektedir (Nelson ve Finch, 2000). CIA'ın geliştirilme sürecinde de araştırmacılar NAI'dan yola çıkmışlardır. Sonrasında da araştırmacılar tarafından, aynı NAI'da olduğu gibi, öfkenin ifade biçimi, kişisel ilişkilere etkisi, öfkenin şiddeti, yoğunluğu ve süresini de içine alan tam bir değerlendirme yapılmıştır. Böylelikle de çocuklarda potansiyel öfke uyandırıcı durumlarda yaşanan öfke yoğunluğunun değerlendirilmesini sağlayan CIA geliştirilmiştir. Araştırmacılar, o dönemler çocuklar üzerinde yaygın olarak kullanılan gözlemci değerlendirme formatının aksine; CIA'da öz bildirim formatını seçmişlerdir. Nelson ve Finch, içsel bir deneyim olan öfkenin doğrudan ölçülebileceğini düşüncelerinden dolayı öz bildirim yolunu seçtiklerini belirtmektedirler. Tüm bunlardan hareketle CIA, toplam 71 maddeden oluşmuş ve çocuğun öfkesini öznel değerlendirmesine dayanan bir öz bildirim ölçeği şeklinde tasarlanmıştır. Ölçekten yalnızca toplam puan elde edilmektedir.

CIA, çocuklardaki öfke yoğunluğunu ölçme, öfke tetikleyicilerini tanıma, çocuğun saldırgan davranışlarının nedeni olarak gördüğü kişileri tanıma ve çocukta öfke tepkisine neden olan olayları saptama gibi amaçlarla geliştirilmiştir. Bunların yanı sıra, araştırmacılar ve klinik uzmanlarca, öfkenin değerlendirilmesi ile tedavisi arasındaki boşluğun doldurulmasında kullanılması da geliştirilmesindeki bir diğer amaçtır.

Geliştirildiği yıl CIA olarak adlandırılan (uzun adı aynı) ölçek, bugünkü halini ve adını (ÇÖÖ), 2000 yılında almıştır. Bugünkü halini alması ise yıllarca süren araştırmalar ve ölçeğin klinik ortamlarda kullanılması sonucudur. Son haliyle ÇÖÖ'nün madde sayısı 71' den 39' a düşürülmüştür. Toplam puanın yanı sıra dört alt ölçek puanı ve "Tutarsız Cevap" geçerlilik göstergesi elde edilebilmektedir.

Ölçek maddeleri bilişsel davranışçı yaklaşımlara dayalı olarak oluşturulmuştur. 6-16 yaş arası çocuk ve ergenlere uygulanabilmektedir. Başlangıçta Nelson ve Finch

tarafından 2000 yılında; 8-16 yaş aralığındaki çocuk ve ergenlerin öfkelerini ölçmede kullanılmak üzere geliştirilmiştir. Ancak sonrasında 6-13 yaş arası çeşitli örneklemelerde değerlendirmelerde bulunulmuştur (Flanagan & Allen, 2005).

ÇÖÖ, çocuklarda öfkeye neden olan belirli durumları değerlendirmektedir. Çocuk ve ergenlerde öfkenin ifade biçimi ve kişisel ilişkiler üzerindeki etkisinin ölçülmesine olanak tanımaktadır. Son haliyle ÇÖÖ'nün madde sayısı 71' den 39' a düşürülmüştür. Toplam puanın yanı sıra dört alt ölçek puanı ve “Tutarsız Cevap” geçerlilik göstergesi de elde edilebilmektedir.

ÇÖÖ, öz- bildirim yoluyla veri toplamasından ötürü, çocuk ve ergenin kendi öfkelerine bakış açılarını sunmaktadır. Toplam dört alt ölçekten meydana gelmektedir. Bunlar; engellenme, fiziksel saldırganlık, akran ilişkileri ve otorite ilişkileri şeklindedir.

Engellenme alt ölçeği, toplam 11 maddeden meydana gelmektedir. Bu maddeler, çocuk ve ergenin bir engellenme durumuyla karşılaştıklarında, bir etkinlik esnasında rahatsız edildiklerinde ya da bir arzularının gerçekleşmesine engel olduğunda yaşadıkları öfkeyi yansıtmaktadır. Engellenme alt ölçeğini oluşturan maddelere örnek olarak, “Bisikletinin lastiği patlarsa” (2. madde), “Öğle yemeğinde en sevdiğin çikolatayı çantandan çıkardığında, onun erimiş ya da bozulmuş olduğunu görürsen” (26. madde), “Sen ödevini yapmak zorundayken; kardeşin televizyon izlerse” (38. madde) maddeleri gösterilebilir. Engellenme alt ölçeğinden yüksek puan alınması; çocuk ve ergenin, günlük hayatta karşılaştığı engelleri, kendisine karşı kasıtlı olarak yapıldığını düşünerek; olayları kişiselleştirmeye eğilimli olduğu şeklinde yorumlanmaktadır. Bu alt ölçekten aşırı düşük puan alınması, çocuk ve ergenin günlük hayatta yaşadıkları sorunlara ve engellenmelere karşı olumlu çözümler bulabilmede çoğunluğa göre daha yetenekli olduğu şeklinde yorumlanmaktadır. Düşük puanın diğer bir yorumlama şekli ise; çocuk ve ergenin karşılaştığı sorunlara olumlu çözümler bulabilme konusunda kendisinden beklentilerinin düşük olduğudur. Aşırı düşük puan ayrıca, engellenme karşısında duygularını ifade etmeleri halinde küçümsenme, cezalandırılma ya da görmezden gelinme gibi tepkilerle karşılaşabileceğini düşünen çocuk ve ergenin; engellenme kaynaklı duygularını reddetmiş olabileceği şeklinde de yorumlanabilmektedir.

Fiziksel saldırganlık alt ölçeği 9 maddeden oluşmaktadır. Bu maddeler, çocuk ve ergenin tehdit altında hissettikleri ya da fiziksel olarak saldırıya uğradıkları senaryolar şeklindedir. Örnek olarak; “Biri sana tükürürse” (11. madde), “Oyunda karşı takımdan biri sana vurmaya çalışırsa ” (10. madde), “Biri sana çelme takmaya çalışırsa” (37.

madde) gibi maddeler gösterilebilir. Bu alt ölçekten alınan puanın sıra dışı yüksek olması, çocuğun, sonuçları düşünmeden kavgalara karışmaya eğilimli olabildiği şeklinde yorumlanmaktadır. Bu çocuk ve ergenler, durumlar karşısında saldırıya geçerek karşılık verme veya saldırmayı düşünmeye çalışabilirler. Olumlu sonuçlara nasıl ulaşabileceklerini düşünmektense, öfkeleri ve öfkeleri sonucu oluşabilecek davranışları için gerekçe arama olasılıkları yüksektir. Bu alt ölçekten alınan düşük puanlar ise, çocuğun kendisini tehdit altında hissettiği zamanlarda sakin kalabilme gibi bir yetenekle ilişkili olabileceğini göstermektedir. Bununla birlikte, bu alt ölçekten çok düşük puan alınması, çoğunlukla iyi görünme ya da öfke duygusunun reddiyle de ilişkilendirilebilmektedir.

Akran ilişkileri alt ölçeği toplam 9 maddeden oluşmaktadır. Bu maddeler çocuk ve ergenin, arkadaşları ve kardeşleri gibi akranlarıyla olan ilişkilerinde, öfke uyandırabilecek durumlara dair senaryolar şeklindedir. Bu alt ölçek; “Bir şey istediğinde kardeşin sana hayır derse” (19. madde), “Arkadaşların oyunda takım oluştururken, en son seni seçerse” (33. madde), “Bir arkadaşım için özel bir şey yaptın ama o senin için hiçbir şey yapmazsa” (32. madde) gibi maddeleri içermektedir. Bu alt ölçekten alınan yüksek puan, çocuk ve ergenin akranlarıyla olan ilişkilerinin olumlu veya olumsuz yönlerine karşı hassas olmaya eğilimli oldukları şeklinde yorumlanabilmektedir. Bunun sonucunda ise bu çocuk ve ergenler akran ilişkilerinde yaşanabilecek olan; anlaşmazlık, reddedilme, kıskançlık gibi durumlarda oldukça üzgün tepkiler verebilmektedirler. Bu alt ölçekten düşük puan alınması; çocuk ve ergenin, kişiler arası ilişkilerde yaşanabilecek zorlukları kolaylıkla atlatmalarını sağlayabilecek güçlü ve pozitif bir karaktere sahip olduklarının göstergesi olabileceğidir. Aşırı düşük puan alınması ise kişiler arası sorunlardan kaynaklanan öfkelerini inkar ediyor olabilecekleri veya başkalarının davranışlarına karşı aşırı bir duyarsızlık gösterebildikleri şeklindedir.

Son olarak otorite ilişkileri alt ölçeği 10 maddeden meydana gelmektedir. Bu maddeler, çocuk ve ergenin çevrelerindeki otorite sahibi kişileri içeren durumlara tepki olarak yaşadıkları öfkeyi inceleyen maddelerdir. Bunlara örnek olarak; “Odanı topladın. Artık dışarı çıkıp oyun oynamak istiyorsun ama annen odanı biraz daha toplamanı isterse” (4. madde), “Kardeşinin veya arkadaşının yapması gereken bir iş sana kalırsa” (5. madde), “Öğretmen hafta sonu için çok ödev verirse” (16. madde) maddeleri verilebilir. Bu alt ölçekten alınan yüksek puanlar, çocuk ve ergenin çevresindeki ebeveyn, öğretmen ve diğer otorite sahibi kişilerin talimatlarına karşı yüksek seviyede öfke hissettiklerini gösterebilmektedir. Yine akran ilişkileri alt ölçeğinde olduğu gibi bu ölçekte de; çocuk

ve ergen, yaşadıkları durumu anlamaya çalışmak ve sonuçlarını bulmaktansa öfkelerine gerekçe bulmaya eğilimlidir. Bu alt ölçekten düşük puan alınması ise, çocuk ve ergenin otoriteye karşı güçlü bir güveni olduğunu gösteriyor olabilir. Bunun yanında çocuk ve ergenin yaşadığı durumları çok yönden görebildiği anlamına da gelebilmektedir. Bu ölçekten alınan aşırı düşük puanlar ise ÇÖÖ'nün diğer alt ölçeklerinde olduğu gibi bu alandaki öfke duygusunun bilinçli veya bilinçsiz inkar edildiği anlamına gelebilmektedir.

Ölçek maddelerinin puanlaması, dörtlü Likert tipi şeklinde sınıflandırılmıştır. Bu sınıflandırma, “Umursamam, bu durum beni hiç rahatsız etmez (1)”, “Rahatsız olurum. Ama çok öfkelenmem ya da kızmam. Unuturum gider (2)”, “Çok öfkelenirim ya da kızarım. Ama galiba kendime hakim olabilirim (3)”, “Dayanamam! Deliye dönerim! Beni öfkeliendiren kişiyi dövcek, öldürecek gibi hissederim! Beni öfkeliendiren şeyi parçalamak isterim! (4)” şeklindedir. Aynı zamanda Nelson ve Finch, saldırgan çocukların kelimelerden çok görsellerle düşündüğüne yönelik önceki araştırmalarından yola çıkarak ölçekteki her bir sayısal seçimi resimli bir sunumla eşleştirmişlerdir. Cevap seçenekleri ve ilgili resimler aşağıdaki Şekil 1’de gösterildiği gibidir:

1	2	3	4
			
Umursamam. Bu durum beni hiç rahatsız etmez.	Rahatsız olurum. Ama çok öfkelenmem ya da kızmam. Unuturum gider.	Çok öfkelenirim ya da kızarım. Ama galiba kendime hakim olabilirim.	Deliye dönerim! Beni öfkeliendiren kişiyi dövcek, öldürecek gibi hissederim! Beni öfkeliendiren şeyi parçalamak isterim!

Şekil 1.ÇÖÖ maddelerinin eşleştirildiği resimli sunumlar

Ölçekteki her bir soru maddesi, öfke tetikleyen olaydaki ortamı, kişileri ve dışsal olayları belirterek; bağlamsal bilgi toplamak için tasarlanmıştır. Ölçek maddeleri en az

üçüncü sınıf seviyesindeki çocukların okuyabileceği kolaylıktadır. Okuma güçlüğü çeken çocuklara ise yüksek sesle okunarak uygulanabilmektedir.

ÇÖÖ, gerek bireysel gerek grup uygulamalarında kullanılabilir bir ölçektir. Çocuğun kendi kendine uygulayabileceği şekilde tasarlanmıştır ve uygulama esnasında süre sınırlaması yoktur. Uygulama, ortalama olarak 10- 15 dakika gibi bir sürede yapılabilmektedir.

Ölçek, psikometrik özellikleri bakımından incelendiğinde; toplam puanın yanı sıra, dört alt ölçeğine dair puana ulaşma imkanı vermektedir. Ölçeğin toplam puanının ve alt ölçeklerinin puanının iç güvenilirlikleri yüksek (.95; alt ölçek katsayıları .85 ile .87 arasında değişmektedir) ve 1 hafta arayla uygulanan test- tekrar test güvenilirliği .75 olarak bulunmuştur.

2.2.2. Novaco Öfke Ölçeği (Novaco Anger Inventory- NAI)

Novaco Öfke Ölçeği, Novaco tarafından 1975 yılında geliştirilmiştir. O yıllarda yetişkinlerdeki öfke ve saldırganlıkla ilgili bir öz denetim programı öneren Novaco; yetişkinlerdeki öfkeyi değerlendirebilmek için de Novaco Öfke Envanterini (NAI) geliştirmiştir. Temel olarak NAI, yetişkin bireylerde öfkeye yol açabilecek 90 tane provakatif durum tanımlamasından meydana gelmektedir. Uygulayıcıların her bir durumun kendilerinde ne kadar öfke uyandırabileceğini, 5' li likert tipi ölçek üzerinde değerlendirdiği bir ölçektir (Sevinçler Togan, 2005).

2.2.3. Novaco Öfke Envanteri-Kısa Formu

Novaco Öfke Envanteri, Novaco'nun 1975 yılında geliştirdiği 90 maddelik ölçeğin 25 maddelik kısa formudur. Ölçek, kişilerin belirli durumlarla karşılaştıklarında hissedebilecekleri öfke ya da provokasyon düzeyini belirlemeyi amaçlamaktadır. Bu amaçla ölçekte öfkeyi provoke edebilecek 25 hipotetik durum vardır. Ölçek her bir durumun kişide ne kadar öfke uyandırdığını belirlemeye yönelik hiç (0) ile çok fazla (4) arasında değişen 5'li likert tipi bir puanlamaya sahiptir. Orijinal Novaco Öfke Envanteri kısa formunun Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,96 ve iki yarım güvenilirlik katsayısı 0.93'tür. Envanterin kısa formu, G. Serap TEKİNSAV SÜTCÜ'nün doktora tezinde kullanılmak üzere psikoloji bölümünden İngilizce'ye hakim 3 akademisyen ve bir İngiliz dil bilimcisi tarafından ayrı ayrı Türkçe'ye çevrilmiş, daha sonra maddeler karşılaştırılmıştır. Bazı maddelerdeki ifadeler, ülkemizin koşullarına uyarlanarak ölçek

maddelerine son şekli verilmiştir. Ölçeğin Türkiye örnekleme için iç tutarlılığını bulmak amacıyla ölçek 1218 kişiye uygulanmış, yapılan analizde Cronbach Alpha katsayısının oldukça yüksek (0,94) olduğu bulunmuştur. Ayrıca ölçeğin Sürekli Öfke ve Öfke Tarz Ölçeğinin alt ölçekleriyle istatistiksel olarak $p=0.00$ düzeyinde anlamlı korelasyonları olduğu anlaşılmıştır (korelasyon katsayıları: sürekli öfke için, 0.45; öfke/dışta için, 0.41, öfke/içte için 0.31 ve öfke/kontrol için, -0.26'dır).

2.2.4. Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği (The State-Trait Anger and Anger Expression Scale)

Ölçek, Spielberger, Jacobs, Russel ve Crane (1983; akt. Özer, 1994a) tarafından geliştirilmiştir. Türkiye uyarlaması, Özer (1994a) tarafından yapılmıştır. Ancak Durumluk öfke alt testi Türkçe'ye uyarlanmamıştır. Ölçek, 34 maddeden oluşmakta olup, sürekli öfke (10 madde) ve öfke ifade tarzı (24 madde) alt ölçeklerini içermektedir. Öfke ifade tarzı alt ölçeği ise kendi içinde; kontrol altına alınmış öfke (öfke/kontrol, 8 madde), dışa yöneltilen öfke (öfke/dışta, 8 madde) ve çevreye yöneltilen öfke (öfke/içte, 8 madde) olmak üzere üç bölüme ayrılmıştır.

Ölçek her bir madde için 1 ve 4 arasında likert tipi bir puanlamaya sahiptir. Hemşirelik okulu, lise ve üniversite öğrencileri, yöneticiler ve nevrotik bireyleri kapsayan farklı örneklemeler üzerinde yapılan çalışmalarda Sürekli Öfke Ölçeğinin güvenilirlik katsayılarının $r = 0.68$ ile 0.84 arasında değiştiği görülmüştür. Öfke/dışta, öfke/içte ve öfke/kontrol alt ölçeklerinin güvenilirlik katsayılarının sırasıyla $r = 0.78$, 0.62 ve 0.84 olduğu bulunmuştur (Özer, 1994a).

2.2.5. Öfke Sıkıntısı Ölçeği (The Anger Discomfort Scale)

Sharkin ve Gelso tarafından 1991 yılında geliştirilen ölçek; 15 maddeden oluşan kendini değerlendirmeye dayalı bir ölçektir. Ölçek maddeleri 4'lü likert tipi bir sınıflandırmadan meydana gelmektedir. Bu sınıflandırma, neredeyse hiç (1), bazen (2), sık sık (3) ve neredeyse her zaman (4) şeklindedir. Ölçeğin 3 maddesi (5, 10, 11) tersten puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek toplam puan 15 ile 60 puan arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanın artması, kişinin kendi öfkesiyle daha fazla sıkıntı yaşadığını ifade etmektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı $.81$ olarak bulunmuştur. Düzeltilmiş madde- toplam korelasyonu ise $.26$ ve $.58$ arasında değişmektedir. Test-tekrar test katsayısı $.87$ ' dir.

2.2.6. Öfke Bozukluğu Ölçeği (Anger Disorders Scale- ADS)

Ölçek, 11-18 yaş grubu bireyler için, klinik olarak işlevsiz öfkenin bir değerlendirmesini yapabilmek amacıyla, DiGiuseppe ve Tafrate tarafından 2004 yılında geliştirilmiştir. Kışkırtma, uyarılma, bilişsel, güdüler ve davranışlar da dahil olmak üzere beş alan üzerinde içsel deneyim ve ifade kalıplarını incelemektedir. Ölçek, öfke yönetiminde tedavi planları geliştirmek için klinik bilgi sağlamak amacıyla tasarlanmıştır.

2.2.7. Ergenlerde Öfke Değerlendirme Ölçeği Türkçe Versiyonu (Adolescent Anger Rating Scale- AARS)

Amacı öfke türlerini ve öfke durumlarını belirlemek olan ölçek, DeAnna McKinnie Burney tarafından 1994 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe versiyonu ise Sevinçler Togan tarafından yüksek lisans tezi kapsamında 2005 yılında yapılmıştır.

Orijinal formunda 11-19 yaşları arasında uygulanabilirliği olan ölçeğin; Türkçe versiyonu için 13-15 ve 19-23 yaşları arasındaki örneklem üzerinde çalışılmış ve bu yaş grupları üzerinde uygulanabilecek geçerlik ve güvenirlikte olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Toplamda 41 maddeden meydana gelen ölçeğin, araçsal öfke, tepkisel öfke ve öfke kontrolü olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Madde sayılarına bakıldığında, araçsal öfke alt boyutu 20 madde, tepkisel öfke alt boyutu 8 madde ve öfke kontrolü alt boyutu 13 maddeden oluşmaktadır. Ölçek neredeyse hiç (1), bazen (2), sıklıkla (3) ve çok sık (4) şeklinde puanlanan, 4' lü likert tipi bir ölçektir. Test- tekrar test güvenirlik katsayısı . 58 olarak bulunmuştur.

2.2.8. Çok Boyutlu Okul Öfke Ölçeği (Multidimensional School Anger Inventory-MSAI)

Özgün formu Furlong ve arkadaşları tarafından 2002 yılında geliştirilmiş olan Çok Boyutlu Okul Öfke Ölçeği (ÇOÖÖ), 2007 yılında Çivitçi tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek, 9- 11. sınıfa gitmekte olan öğrencilerin okul ortamındaki yaşantılarında ortaya çıkan öfkelerini duyuşsal, bilişsel ve davranışsal boyutlarıyla ölçmek amacıyla geliştirilmiştir (Çivitçi, 2007). Ölçeğin uyarlama çalışması için gerekli olan veriler 116'sı kız, 227'si erkek olmak üzere toplam 348 öğrenciden elde edilmiştir.

ÇOÖÖ, dört alt ölçekten ve toplam 37 maddeden oluşmaktadır. Bu alt ölçeklerden öfke yaşantısı alt ölçeği öfkenin duyuşsal boyutuna yönelik olup, toplam 14 maddedir.

Puanlama seçenekleri; 1= Hiç kızmazdım, 2= Biraz kızardım, 3= Oldukça kızardım ve 4= Çok kızardım şeklindedir. Yıkıcı ifade alt ölçeği öfkenin sözel ya da saldırgan biçimini ölçen davranışsal boyutuna yöneliktir ve dokuz maddeden oluşmaktadır. Bu maddelerin puanlama seçenekleri; 1= Hiçbir zaman, 2= Bazen, 3= Sık sık ve 4= Her zaman şeklindedir. Olumlu başa çıkma alt ölçeği öfkenin sosyal yaşantıda kabul edilebilir biçimlerini ölçen davranışsal boyutlarını içermekte ve toplam sekiz maddeden oluşmaktadır. Puanlama seçenekleri; 1= Hiçbir zaman, 2= Bazen, 3= Sık sık ve 4= Her zaman şeklindedir. Son olarak düşmanlık alt ölçeği öfkenin bilişsel boyutuna yöneliktir ve altı maddeden oluşmaktadır. Bu maddelerin puanlama seçenekleri de 1= Hiç katılmıyorum, 2= Katılmıyorum, 3= Katılıyorum ve 4= Tamamen katılıyorum şeklindedir.

Ölçeğin her bir alt ölçeği için ayrı ayrı puan hesaplanmaktadır. Bu puanlar, her alt ölçeğin kendi seçeneklerinin yanında verilen puanların toplanması ile elde edilmektedir. Alt ölçeklerden alınan puanların yükselmesi; o alt ölçeğin ölçtüğü öfke boyutunun da yükseldiği anlamına gelmektedir.

ÇOOÖ'nün faktör analizi sonuçlarına göre faktör yükleri .35 ile .77 arasında olup; ölçek maddelerinin açıkladığı toplam varyans %35'dir. ÇOOÖ'nün güvenirlik analizi sonuçları incelendiğinde, alt ölçeklerine göre iç tutarlık (Cronbach alfa) katsayıları; öfke yaşantısı alt ölçeği için .80, yıkıcı ifade alt ölçeği için .78, olumlu başa çıkma alt ölçeği için .60 ve düşmanlık alt ölçeği için .79 olarak bulunmuştur. Bir ay ara ile uygulanması sonucu elde edilen test- tekrar test güvenirliği ise öfke yaşantısı alt ölçeği için .76, yıkıcı ifade alt ölçeği için .65, olumlu başa çıkma alt ölçeği için .64 ve düşmanlık alt ölçeği için .74 olarak hesaplanmıştır.

Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliği Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeği ile test edilmiştir. Buna göre ÇOOÖ'nün öfke yaşantısı, düşmanlık ve yıkıcı ifade alt ölçekleri ile Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı ölçeğinin sürekli öfke, öfke-içer, öfke-dışa ve öfke kontrol alt ölçekleri arasındaki korelasyon değerlerinin -.16 ile .67 arasında olduğu bulunmuştur. ÇOOÖ'nün olumlu başa çıkma alt ölçeği ile Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği'nin öfke kontrol alt ölçeği dışında diğer alt ölçekler arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunamıştır.

2.2.9. Ergenler için Öfke Düzenleme Ölçeği (EİÖDÖ)

Yıldız (2016) tarafından, 6. ve 8. sınıflar arasında öğrenim gören ergenlerin öfke düzenleme yöntemlerini belirlemek amacıyla geliştirilmiş bir ölçektir. 18 maddeden oluşmakta ve bu maddeler ölçeğin toplam varyansının %50.17'sini açıklamaktadır. Ölçeğin faktör yapısı incelendiğinde üç faktörlü bir yapıda olduğu görülmüştür. Birinci faktör; içsel işlevsel olmayan öfke düzenleme faktörü olup; 6 maddeden oluşmaktadır. İkinci faktör işlevsel öfke düzenleme faktörüdür ve 7 maddeden oluşmaktadır. Son olarak üçüncü faktör ise dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme alt boyutudur ve 5 maddeden meydana gelmektedir. İç tutarlılığın ölçülmesi amacıyla hesaplanan Cronbach Alpha katsayısı içsel işlevsel olmayan alt boyutu için 0.77, işlevsel öfke düzenleme alt boyutu için 0.78 ve dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme alt boyutu için 0.76 olarak bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliğini ölçmek amacıyla, iki hafta ara ile 97 öğrenci üzerinde uygulanan test- tekrar test güvenilirlik katsayıları ise, içsel işlevsel olmayan öfke düzenleme alt boyutu için $r=0.74$, dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme alt boyutu için $r=0.62$ ve işlevsel öfke düzenleme alt boyutu için $r=0.62$ ' dir.

EİÖDÖ dört dereceli bir yapıda düzenlenmiş olup; bunlar: Hiçbir zaman (1), Bazen (2), Çoğu zaman (3) ve Her zaman (4) şeklindedir. Üç alt boyutu olan ölçeğin, 6 maddenin (2., 3., 5., 8., 12., 16.) toplanmasıyla içsel işlevsel olmayan öfke düzenleme puanı, 7 maddenin (6., 9., 10., 11., 13., 14., 17) puanlarının toplanmasıyla işlevsel öfke düzenleme puanı ve 5 maddenin (1., 4., 7., 15., 18) puanlarının toplanmasıyla dışsal işlevsel olmayan öfke düzenleme puanı hesaplanmaktadır. Toplamda üç ayrı puana ulaşılan ölçekte, ergenlerin kullandıkları öfke düzenleme yöntemini belirleyen; yüksek puan aldığı alt boyut ya da alt boyutlardır.

2.2.10. Üstün Yetenekli Çocuklarda Öfkeyle Başa Çıkma ve Karar ve Verme Becerileri Ölçeği

Ölçek, Ersoy ve Deniz tarafından 2015 yılında, üstün yetenekli çocukların öfkeyle başa çıkma ve karar verme becerilerinin belirlenmesi amacıyla geliştirilmiştir. Toplamda 16 madde den oluşan ölçeğin; öfkeyle başa çıkma (11 madde) ve karar verme (5 madde) becerisi olmak üzere 2 alt boyutu bulunmaktadır. Ölçeğin puanlamasına bakıldığında; öfkeyle başa çıkma becerisi alt boyutundan düşük puan alınmasının, öfkeyle başa çıkma becerisinin yüksek olduğu anlamına geldiği kabul edilmektedir. Karar

verme becerisi alt boyutundan yüksek puan alınması ise, karar verme becerisinin yüksek olduğu anlamına geldiği kabul edilmektedir.

Ölçeğin güvenirlik iç tutarlık katsayıları öfkeyle başa çıkma becerisi alt boyutu için .88; karar verme becerisi alt boyutu için .73 olarak bulunmuştur. Faktör yükleri .54 ile .78 arasında değişmektedir. Test- tekrar test güvenirlik katsayıları ise, öfkeyle başa çıkma becerisi alt boyutu için .88, karar verme becerisi alt boyutu için .70 olarak hesaplanmıştır. Madde- toplam korelasyonları .44 ile .72 arasında değişmektedir.

2.2.11. DSM-5 Düzey 2 Öfke Ölçeği- 11-17 Yaş Çocuk Formu ve 6-17 Yaş Çocuklar için Ebeveyn Formu (Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı Düzey 2 Öfke Ölçeği)

Yalın Sapmaz ve ark. (2017) tarafından Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılarak; hem klinik uygulamalarda hem de araştırmalarda güvenilir ve geçerli biçimde kullanılabileceği tespit edilmiştir. Çocuk psikiyatri kliniğinde tedavi gören ve depresif bozukluk tanısı alan klinik örneklemini ile toplum örneklemini olmak üzere iki araştırma grubu üzerinde çalışılmıştır. Araştırmaya 11- 17 yaş çocuk formu için 218 çocuk; 6- 17 yaş çocuklar için ise 160 ebeveyn katılmıştır.

Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı Düzey 2 Öfke Ölçeği-Kendini Değerlendirme Formu, 11- 17 yaş çocukları içindir. Altı maddeden oluşan bu form; çocukların kendilerini değerlendirmelerine yöneliktir. Her bir madde için, bireyden, son 7 gün için öfke ile ilgili semptomların şiddetini derecelendirmesi istenmiştir. Ölçek 5'li likert tipi bir ölçektir (1= asla, 2= hemen hemen hiç, 3= bazen, 4= çoğu zaman, ve 5 =hemen hemen her zaman). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 6 iken; en yüksek puan 30'dur. Ölçekten alınan puanların yükseldikçe; öfke probleminin seviyesi de yükselmektedir.

Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı Düzey 2 Öfke Ölçeği-Veli Formu, 6- 17 yaş çocuklarının öfkelerinin velileri tarafından değerlendirilmesini sağlayan ebeveyn formudur. Beş maddeden oluşmaktadır. Her madde için, belirtileri olan çocuğun ebeveyni/ yasal vasisinin, son 7 gün için öfke ile ilgili semptomların şiddetini derecelendirmesi istenmiştir. Ölçek 5'li likert tipi bir ölçektir (1 = asla, 2 = hemen hemen hiç, 3 = bazen, 4 = çoğu zaman, ve 5 = hemen hemen her zaman). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 5 iken; en yüksek puan 25'tir. Ölçekten alınan puanların yükselmesi; çocuğun öfke probleminin daha daha yüksek seviyede olduğu anlamına gelmektedir.

Ölçeğin güvenirlik analizleri incelendiğinde, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı kendini değerlendirmeye dayalı çocuk formu için 0,92; ebeveyn formu için 0,90 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin madde toplam korelasyon katsayısı kendini değerlendirmeye dayalı çocuk formu için 0,62 ile 0,85 arasında; ebeveyn formu için ise 0,69 ile 0,82 arasında bulunmuştur. İki hafta aralıkla uygulanan test- tekrar test uygulaması sonucunda ise; kendini değerlendirmeye dayalı çocuk formu için korelasyon katsayısı $r = 0,158$; ebeveyn formu için ise $r = 0,441$ olarak bulunmuştur.

Ölçeğin, yapı geçerliği incelendiğinde orijinal yapısıyla uyumlu her iki formda da bir faktör elde edilmiştir. Ölçüt geçerliği açısından bakıldığında, çocuk formu için Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği ($r = .814$); ebeveyn formu için ise Güçler ve Güçlükler Anketi Ebeveyn Formu ($r = .701$) ile anlamlı korelasyon gösterdiği saptanmıştır.

2.3. Ölçek Uyarlama Çalışmasındaki Aşamalar

Ölçek uyarlama, farklı bir dil ve kültürde geliştirilmiş bir ölçeğin; başka bir dile çevrilmesi ve çevrildiği kültür üzerinde psikometrik özelliklerinin yeniden sınanması sürecidir. Küreselleşmenin her geçen gün artmasıyla birlikte kültürlerarası etkileşimler gittikçe artmakta; bir çok konuda uluslararası işbirliği yapılmaktadır (Çapık, Gözüm ve Aksayan, 2018). Kültürler arasındaki etkileşimin giderek artması sonucu uluslar arası araştırmalar ağırlık kazanmıştır. Buna örnek olarak uluslararası şirketlerin iş alımlarında uyguladıkları kişilik testleri verilebilmektedir (Deniz, 2007). Uyarlama çalışmaları; kültürler, farklı diller ve etnik gruplar arası araştırmalarda karşılaştırmaların yapılabilmesine olanak sağlamaktadır (Savaşır, 1994; Hambleton ve Patsula, 1999). Özellikle; psikoloji, psikolojik danışmanlık, sosyoloji gibi sosyal bilimlerde kültürlerarası karşılaştırmaların yapılabilmesinde uyarlanmış ölçeklerden sıklıkla yararlanılmaktadır (Seçer, 2017).

Ölçek uyarlama süreci, ölçek geliştirmeye göre daha az emek isteyen ve kolay bir süreç olarak görülse de; bu süreç, her biri üzerinde titizlikle çalışılması gereken ve zaman alan bir çok aşamadan meydana gelmektedir. Spielberger ve Sharma (1976) ölçek uyarlamada dört aşamanın olduğunu belirtmektedirler. Bu aşamalar:

1. Maddenin orijinal (kaynak) dilden hedef dile çevrilmesi,
2. Çevirinin değerlendirilmesi ve deneysel formun geliştirilmesi,

3. Orijinal formla deneysel formdaki maddelerin eşdeğer olduğunun saptanması,
4. Yeni formun geçerlik ve güvenilirliğinin saptanması (Akt. Savaşır, 1994)

Sonraki yıllarda Hambleton ve Patsula (1999), ölçek uyarlama aşamalarını, Uluslararası Test Komisyonu (International Test Commission (ITC)) tarafından oluşturulmuş kılavuzdan ve pek çok araştırmadan yola çıkarak maddeler halinde oluşturmuşlardır. Araştırmacılar, oluşturdukları bu maddelere eklemeler, çıkarmalar ve yeni sınıflandırmaların da yapılabileceğini belirtmişlerdir. Deniz (2007), bu araştırmacıların oluşturduğu maddeler doğrultusunda, bazı maddelerin yerini değiştirerek; kendi tarafından da bazı maddeler ekleyerek ölçek uyarlama aşamalarını aşağıdaki şekilde sıralamıştır:

1. Araştırma yapılacak konu hakkında yeni bir test geliştirilenin mi yoksa var olan bir testi uyarlamanın mı daha kullanışlı olacağına karar verilmesi (Hambleton ve Patsula, 1999).

Araştırma yapılacak konu hakkında kendi kültürümüzde veya başka kültürlerde geliştirilmiş olan bir testin olup olmadığı bilgisiyle birlikte; test geliştirme ve uyarlama çalışmalarının avantaj-dezavantajlarının incelenmesi gerekmektedir. Bu inceleme sonucunda ölçek uyarlamaya dair karar alınmışsa bir sonraki aşamadan devam edilmelidir.

2. Uyarlama çalışmasına başlayabilmek için öncelikle ölçeği geliştirenlerden izin alınması.

Yapılan çalışmanın etik olabilmesi için ölçeği geliştirenlerden izin alınması zorunludur.

3. Çalışılacak olan kültürlerdeki dil ve kültür gruplarında ölçülen özelliğe ait yapının varlığının ve eşitliğinin sağlanması.

Ölçek uyarlama çalışmasına başlamadan önce Hambleton ve Patsula (1999) tarafından belirlenen birinci madde, araştırma yapılacak olan kültürlerde aynı psikolojik

yapının var olup olmadığına emin olunmasıdır. Böyle bir yapının olmaması halinde, düzeltmeler üzerinde çalışılarak çalışılan kültürlerde ortak bir yapının sağlanması önerilmektedir. Yapılan düzeltmelere rağmen ortak bir yapının oluşturulamaması durumunda ise, uyarlama çalışması durdurulmalıdır.

4. İyi çevirmenler seçilmelidir.

Yapılacak çalışmalarda doğru sonuçlara ulaşabilmek için iyi çevirmenlerin seçimi dikkatle üzerinde durulması gereken konulardan biridir. İyi çevirmenlerden kastedilen, çalışılacak her iki kültürü de tanıyan, bu kültürlerin dilini akıcı konuşan, test yapısını bilen ve ölçeğin ilgili olduğu konu hakkında bilgisi olan kişilerdir. Spielberger ve Sharma (1976, akt. Savaşır, 1994) çevirinin ilk olarak bir psikolog ya da psikiyatrist tarafından yapılmasını önermektedir.

Çevirinin tek bir kişi tarafından yapılmasındansa; bir ya da bir kaç grup çevirmen tarafından yapılması ve aynı zamanda denetlenmesi, uyarlama çalışmalarında özen gösterilmesi gereken konulardandır (Savaşır, 1994).

5. Çevirinin yapılmasından sonra uyarlamaya geçilmesi.

Ölçeğin çevrilmesi, hedef dilden kaynak dile çevirme ya da çeviri yapıldıktan sonra ölçeği tekrar orijinal diline çevrilmesi şeklinde yapılabilmektedir. İlk çeviriyi yapacak çevirmenlerin seçimine özellikle dikkat edilmesi gerekirken; ger çeviri yapacak çevirmenlerin hedef dildeki kültürü tanınması yeterli olabilmektedir.

6. Ölçeğin uyarlanmış halinin gözden geçirilmesi; gerektiği takdirde değişikliklerin yapılması.

Çeviriyi yapan çevirmenler gerekli gördükleri takdirde ölçek üzerinde değişiklik yapabilmektedir. Değişikliğe ihtiyacın olup olmadığı ya da değişikliklerin nasıl yapılabileceği konusunda ise çevirmenlerin grup halinde çalışmaları önerilmektedir (Geisinger, 1994, akt. Deniz, 2007)

7. Uyarlaması yapılan testin deneme grubuna uygulanması.

Uyarlanan ve gerekli değişiklikleri yapılan ölçek, uygulanacağı asıl grubun özelliklerini taşıyan bir gruba uygulanır. Bunun sonucunda da ölçek üzerinde yapılması gereken başka düzeltmelerin gerekip gerekmediği incelenir. Tüm bu işlemler, ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesinden önce yapılmalıdır.

8. Uyarlama aşamasındaki ölçeğin daha büyük bir gruba uygulanması.

Uyarlama aşamasındaki ölçek, araştırma yapılan grup evrenini temsil edebilecek büyüklükteki bir örnekleme uygulanarak geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılır. Aynı zamanda faktör analizi uygulanarak yapı kontrol edilir.

9. Asıl ve uyarlanan kültürlerdeki test puanlarının karşılaştırılabilmesi için uygun istatistiksel yöntemlerin seçilmesi.

Bu aşama, kültürler arası karşılaştırmaların yapılması ya da kaynak kültürdeki normlar veya performans standartlarının olması durumunda gereklidir.

10. Kültürler arası karşılaştırmaların yapılacağı durumlarda, testin dil sürümlerinin eşitliğinden emin olunması.

11. Uygun bir yöntemle geçerlik çalışmasının yapılması

Geçerlik çalışması için yapı geçerliğini sağlamaya yönelik faktör analizi yöntemi ya da deneysel ve ilişkisel çalışmalar yapılmalıdır.

12. Uyarlanmış testin kullanıcıları için süreç ve hazırlamayı içeren bir el kitabının hazırlanması.

Test kullanıcıları için, içerisinde yukarıda sıralanan maddelerden 1. maddeden 11. maddeye kadar olan süreçleri içine alan, aynı zamanda testin uygulama ve yorumla süreçlerini de barındıran bir el kitabının hazırlanması önerilmektedir.

13. Kullanıcıların eğitilmesi.

Testi uygulayacak ya da kullanacak olanlara test hakkında eğitim verilmelidir.

14. Uyarlanan testin takip edilmesi.

Uyarlamayı yapan araştırmacılar tarafından, ölçeğin sürekliliğinin sağlanabilmesi adına, ölçek sürekli olarak takip edilmelidir. Araştırmacılar süre içinde yeniden geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapmalıdırlar.

2.4. Öfke İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Bu kısımda öfkeyle ilgili yurt dışında ve yurt içinde yapılmış ilgili araştırmalar sunulmuştur.

2.4.1. Yurt Dışındaki İlgili Araştırmalar

Bu bölümde öfke, öfke olgusunun birlikte ele alındığı yaklaşımlar, ilişkili olduğu değişkenler ve çeşitli öfke ölçme yöntemlerine ilişkin yapılmış yurtdışındaki araştırmalara yer verilmiştir.

Durlak, Fuhrman, Lampman (1991)'ın 1970-1985 yılları arasında yaptıkları bir meta analiz çalışmasında, saldırganlık, antisosyal davranışlar, dürtüsellik, hiperaktivite ve depresyon gibi problemler gösteren çocuklar üzerinde uygulanan bilişsel davranışçı terapilerin etkililiğini araştırılmıştır. Araştırma sonucunda bilişsel davranışçı terapinin tüm bu problemlere karşı eşit seviyede etkili olduğu görülmüştür. Tedavinin başarısında çocukların bazı özelliklerinin etkisinin olup olmadığı da incelenmiştir. Çocukların bilişsel düzeylerinin önemli bir azaltıcı değişken olduğu hipotezi desteklenmiştir. Bilişsel davranışçı terapinin etki büyüklüğünün de incelendiği çalışmada; 11-13 yaşlarındaki işlemsel dönemdeki çocuklarda bilişsel terapilerin etki büyüklüğünün; bilişsel becerileri daha az gelişmiş olan daha küçük çocuklarınkine oranla iki kat daha büyük olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Yani ergenliğin baharı olarak nitelendirilen 11-13 yaş aralığındaki çocuklar için bilişsel davranışçı terapinin uygun olduğu görülmüştür.

Whitfield (1999) tarafından yapılan bir araştırmada, erkek ergenlerin oluşturduğu bir grupta çalışılmıştır. Erkek ergenler 8'er kişilik deney ve kontrol gruplarına ayrılmıştır. Deney grubunda bulunan erkek ergenlere öfkeyle başa çıkma eğitimi verilirken; kontrol grubuna bu eğitim verilmemiştir. Araştırma sonucunda, öfkeyle başa çıkma eğitimi alan erkek ergenlerin öfke kontrolünü sağlamada kontrol grubundakilere kıyasla iyileşme sağladıkları görülmüştür.

Sukhodolsky, Solomon ve Perine (2000), ilkokul çocukları için bilişsel-davranışçı terapiye dayalı 10 haftalık bir öfke-kontrol müdahale programının etkililiğini araştırmışlardır. Araştırmacılar psikoloji bölümlerinde çalışmakta oldukları okulların, dördüncü ve beşinci sınıf öğretmenlerinden, öfkeyle ilgili problemleri olan erkek öğrencilerin kendilerine yönlendirilmesini istemişlerdir. Bu kapsamda, araştırmaya yaşları 9-11 arasında değişen 33 erkek öğrenci katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, bilişsel- davranışçı terapiye dayalı olarak oluşturulmuş öfke-kontrol müdahale programı

sonrası öğretmenlerin saldırgan ve yıkıcı davranışlara ilişkin değerlendirmelerinde bir azalma olduğu görülmüştür. Katılımcıların kendilerini değerlendirmelerine dayalı raporlamalarında da bir azalma olduğu gözlenmiştir. Araştırmada öfkeyi ölçmek amacıyla, çocukların kendilerini değerlendirmelerine dayalı, Çocuklar Öfke Ölçeği Kısa Formu (Finch, Saylar ve Nelson, 1987) ve Pediatrik Öfke İfadesi Ölçeği (Jacobs, Phelps ve Rohrs, 1989) kullanılmıştır. Bunların yanında, öğretmenlerin gözlemlerine dayalı olarak değerlendirilen, yıkıcılık, reaktif ve proaktif saldırganlık, küfür etme gibi öfkenin davranışsal boyutlarını içeren Öğretmen Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır.

Flanagan, Allen ve Henry (2009), öfke kontrolü, sosyal beceri ve depresyon üzerine iki farklı tür öfke kontrol tedavisinin etkisini araştırmışlardır. Bu tedavilerden birincisi; Öfke kontrol tedavisi, ikincisi ise Akılcı Duygusal Davranış terapisinin temel ilkelerinin dahil edildiği Öfke Kontrol Tedavisidir. Öfke Kontrol Tedavisi, öfkeli duygu ve davranışların kontrol edilebilmesi için problem çözme tekniklerinin kullanıldığı bir programdır. Bu program, alternatifler üretilmesi, güçlü ve zayıf yönlerin gözden geçirilmesi ve bunları yaparken de en iyi çözüme ulaşılmasının öğretilmesini içermektedir. ADDT'nin temel ilkelerinin dahil edildiği Öfke Kontrolü'nde ise bunlara ek olarak; duygusal sorunlara ABC metodunun uygulanmasının öğretilmesini içermektedir. Araştırmaya yaşları 9 ile 11 arasında olan devlet okulu öğrencileri katılmıştır. Her iki öfke kontrol programı da on hafta sürecek şekilde planlanmış ve araştırmaya 13'ü erkek, 11'i kız olmak üzere toplam 24 öğrenci katılmıştır. Sonuçlar, ADDT bileşeninin Öfke Yönetimi'ne eklenmesinin, depresyonun yanı sıra sosyal becerileri geliştirirken, öfke ve depresyonu azalttığını ve özel bilişsel davranışçı bir bileşenin eklenmesinin müdahalenin etkinliğini artırdığını göstermiştir.

Öfke kontrolünün çocuklar üzerindeki sosyal ve duygusal sonuçlarının etkilerini araştıran bir meta- analiz çalışması kapsamında; Candelaria, Fedewa ve Ahn (2012) tarafından 1979 ve 2010 yılları arasında yapılmış olan 60 araştırma incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; çocuklarda öfke kontrolüne ilişkin uygulanan müdahale programlarının; çocuklardaki öfke, saldırganlık ve kendini kontrol edememe gibi olumsuz duygusal ve davranışsal sonuçların azaltılmasında az ila orta seviyeler arasında etkili olduğu bulunmuştur. Çalışmanın en dikkat çekici bulguları ise; okul temelli öfke kontrol programlarının; çocuklardaki öfkenin, sosyal ve duygusal sonuçları üzerindeki görünür düzeyde etkileridir. Bunun yanı sıra pek çok farklı tipteki öfke kontrolü bileşeninin de olumlu sonuçların geliştirilmesinde etkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Temel alınan yaklaşım ve tekniklere göre farklılık gösteren öfke kontrol programları; yapılan bir araştırmaya göre örneklemine göre de farklılaştırılabilir. Smith, Hubbard ve Laurenceau (2011) tarafından yapılan bir araştırmada, ikinci sınıfa gitmekte olan 8 yaş çocuklarında öfke kontrol profillerini araştırmışlardır. Bu amaçla gizli profil analizi kullanılmış ve öfke kontrolünün üç bileşeni olan; öfke farkındalığı, öfkeli yüz ifadelerinin gözlenen yoğunluğu ve cilt iletkenliği tepkiselliği değerlendirilmiştir. Katılımcıları 257 ikinci sınıf öğrencisinden oluşan bu araştırma için bir laboratuvar ortamı düzenlenmiştir. Bu ortamda çocukların öfkelerini uyandırıcı rekabete dayanan bir oyun tahtası düzenlenerek; çocukların bu tahtada oyun oynaması sağlanmıştır. Çocukların oyun oynamaları esnasında da öfkelerinin (öfkeli yüz ifadelerinin yoğunluğuna bakılarak) ve fizyolojik uyarılmalarının (cilt iletkenliği tepkiselliğine bakılarak) ölçümleri yapılmıştır. Ardından da tüm çocukların oyun esnasında gördükleri öfke seviyelerini kendi kendine değerlendirmeleri (özbildirim) istenmiştir. Bu özbildirim; çocukların oyunun her bir aşamasından sonra, deneyi yapanlar tarafından 4'lü likert tipi (1= hiç, 4= çok fazla) Öfke Özbildirimine (Self-Report Anger of Anger) dayalı olarak alınmıştır. Araştırmanın sonucunda öfke kontrol profillerinde değişiklikler gösteren beş farklı çocuk grubu olduğu ortaya çıkmıştır. Bunlar: (a) Fizyoloji ve Yüz İfadesi Denetleyicileri (yüksek seviye öz-bildirim, düşük seviye yüz ifadesi, düşükseviye fizyolojik uyarılma), (b) Yüz İfadesi- Sadece Denetleyici (yüksekseviye öz-bildirim, düşükseviye yüz ifadesi, yüksek seviye fizyolojik uyarılma), (c) Denetleyici olmayanlar (yüksek seviye öz-bildirim, yüksekseviye yüz ifadesi, ortaseviye fizyolojik uyarılma), (d) Tepkisel olmayan (düşük seviye öz-bildirim, düşük seviye yüz ifadesi, düşükseviye fizyolojik uyarılma) ve (e) Raporlamayanlar (düşükseviye öz bildirim, ortaseviye yüz ifadesi, orta seviye fizyolojik uyarılma). Araştırmacılar, bu bulgulardan yola çıkarak, çocukların öfke kontrol becerilerinin ve çocuklarda öfke kontrolü için geliştirilmiş müdahale programlarının değerlendirilme sonuçlarını tartışmışlardır. Araştırma, çocuklara yönelik olarak öfke kontrol programlarının özgül profillere göre ayrı ayrı hazırlanmasının ve bu programların çeşitlendirilmesinin önünü açtığı söylenebilir.

Öfke kontrolü sağlamaya yönelik çalışmalar incelendiğinde, öfke duygusunun tüm şiddetine karşılık ifade etme biçiminin kontrol altına alınabileceği, farklı yaklaşımlar kullanılarak yapılan çalışmalarda da desteklenmektedir. Öfke kontrol programları, geliştirildikleri yaklaşımlara göre incelendiğinde ise bazı araştırmalarda hangi yaklaşım kullanılırsa kullanılsın öfke kontrolünde müdahale programlarının etkili olduğunu

belirtirken; kimi araştırmalar, bilişsel- davranışçı tekniklere dayalı olarak geliştirilen öfke kontrol çalışmalarının daha etkili olduklarını belirtmektedir. Dikkat çeken diğer bir nokta; özellikle son yıllarda yapılan öfke kontrol çalışmalarında diğer müdahale programlarına kıyasla bilişsel- davranışçı tekniklere dayalı olanların daha sık tercih edildiği yönündedir.

Chang ve Bridewell (1997) tarafından yapılan bir araştırmada; kaygı, depresyon ve düşmanlık duyguları ile ie yönelik öfke, dışa yönelik öfke, ve öfke kontrolü arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu araştırma sonucunda, ie yönelik öfke ve öfke kontrolünün kaygı ve depresyonun güçlü birer yordayıcısı olduğu saptanırken; dışa yönelik öfkenin ise düşmanlık duygularının yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Öfkeye ilişkin daha pek çok çalışmada da bu çalışmada ilişkili olduğu belirlenen değişkenlerle ilişkili olduğuna dair benzer sonuçlara ulaşılmıştır.

Boman (2003) lise 1. sınıf seviyesindeki ergenlerin okuldaki öfkelerinin, duygusal, davranışsal ve bilişsel bileşenleriyle birlikte cinsiyetlerine göre bir fark gösterip göstermediğine ilişkin araştırmayı; 55 erkek ve 47 kız öğrenci üzerinde yapmıştır. . Bu amaçla, Smith, Furlong, Bates ve Laughlin tarafından 1998 yılında öfkenin farklı bileşenlerini ölçmek amacıyla geliştirilen Çok Boyutlu Okul Öfke Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre erkek ve kız okul çağı ergenlerinde öfkenin duyusall boyutları arasında fark olmadığı görülürken; kızların öfkelerin daha olumlu biçimde ifade ettiklerini ve erkeklerin okula yönelik düşmanlık duygularının kız öğrencilerden daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca kız öğrencilerin erkek öğrencilerle karşılaştırıldığında okuldaki yetişkinlere daha fazla güven duydukları, öfkelerini ifade etmede daha yapıcı baş etme yollarını kullandıkları görülürken; erkek öğrencilerin öfkeyle başa çıkma yollarını kullanma eğiliminde oldukları görölmüştür.

Kerr ve Schneider (2008)'ın yapmış olduğu meta analiz çalışmasında da cinsiyete bağlı olarak öfke ifade ediş biçimlerinde farklılıklar görölmektedir.

Rice, Kang, Weaver ve Howell (2008) tarafından yapılan bir araştırmada, ilkokul dördüncü sınıf öğrencilerinde; sürekli öfke, stres, öfke ifade biçimleri, başa çıkma kaynakları ve okula bağlılık (school connectedness) arasındaki ilişkiyi tanımlanmaya ve ilkokul çağındaki çocuklarda ırk ve cinsiyet faktörlerinin bu ilişkileri nasıl yönlendirdiğini belirlenmeye çalışılmıştır. Bu amaçla 4 ilköğretim okulundan toplam 166 dördüncü sınıf öğrencisine kendini değerlendirmeye dayalı ölçme araçları kullanılmıştır. Araştırmada sürekli öfkeyi ölçmek için Jacobs Pediatrik Öfke Ölçeği'nin 25 maddelik alt ölçeği kullanılmıştır. Öfke ifade biçimlerinin ölçölmesi için de Jacobs Pediatrik Öfke Ölçeği'nin 3 alt ölçeği (Öfke-Dışta, Bastırılmış Öfke ve Öfke kontrol/Yansıtılmış Öfke)

Anger-Out, Anger-Suppression, and Anger- Reflection/Control kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında, sosyal güven ve davranış kontrolü ile okula bağlılığın pozitif ilişki içinde olduğu görülürken; sürekli öfke, öfke-dışta ve stres ile okul bağlılığı arasında negatif ilişki görülmüştür. Etkileşimleri incelemek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizlerinin sonucundaysa, cinsiyetin herhangi bir modelde okula bağlılığın etkilerini hafifletmezken; ırk, okula bağlılık ile stres ve sosyal güven arasındaki ilişkiyi yönlendirmektedir.

Wittmann, Arce ve Santisteban (2008), okul çocuklarında dürtüsellik, sürekli öfke ve müfredat dışı aktivitelerin saldırganlığı nasıl etkileyebileceğine ilişkin yaptıkları bir araştırmada; yaşları 9 ile 17 arasında olan toplam 2222 ergen ve ön ergenden veri toplamışlardır. Araştırma sonuçlarına göre dürtüsellik ve saldırganlık arasında bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanında sürekli öfke, video oyunları oynamak, televizyon seyretmek ve ödev yapmak için harcanan zamanın da fiziksel ve sözel saldırganlıkla düşük ila orta katsayılar arasında ilişkili olduğu bulunmuştur. Araştırmada sürekli öfkenin ölçülmesi için Spielberger tarafından geliştirilmiş olan Durumluk-Sürekli Öfke Ölçeği kullanılmıştır.

Hubbard ve ark. (2004) çocuklarda öfkenin gözlemsel, fizyolojik ve öz bildirim dayalı ölçümleri arasındaki ilişkiyi incelemişler; sonrasında ise bu ilişkilerin proaktif ve tepkisel saldırganlıkla birlikte değişip değişmediğini araştırmışlardır. Araştırmanın örneklemini ikinci sınıfa gitmekte olan 134'ü kız, 139'u erkekten oluşan toplam 272 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma süreci, laboratuvar ortamında, çocukların işbirliğine dayalı olarak, yaklaşık sekiz buçuk dakika süren oyun tahtasında oyun oynamaları esnasında; öfkeli yüz ifadelerinin gözlenmesi, deri iletkenlik tepkiselliği, kalp atım hızı tepkiselliği, sözel olmayan öfke ifadelerinin gözlenmesi ve öfke öz bildirimlerinin alınmasından oluşmaktadır. Araştırmanın sonucunda Hubbard ve ark., herhangi bir yaklaşım kullanılarak (öfke yüz ifadelerinin gözlenmesi, fizyolojik ölçümler veya öz bildirim dayalı ölçümler) çocuklarda öfkenin ölçülmesinin; çocukların genel deneyimlerini ve öfke ifadelerinin tam karşılığını yakalayamayacağı düşüncesine varmışlardır. Bunun yanı sıra varılan diğer bir sonuç; tepkisel saldırganlığın öfke deneyimi ve öfke ifadesinde proaktif saldırganlıktan daha fazla bir bağlılık içinde olduğu düşüncesidir.

Oolup, Brown, Nowicki ve Aziz (2015) tarafından yapılan bir araştırmada, çocukların öfke deneyimini nasıl yaşadıklarını, çocukların kendi ifadelerine dayalı olarak açığa çıkarmak amaçlanmıştır. Bu amaçla 8-9 yaşlarındaki üçüncü sınıfa gitmekte olan

kız ve erkek öğrencilere 10 hafta boyunca yarı yapılandırılmış odak grup görüşmeleri yapılmıştır. Bu görüşmelerde açık uçlu sorular aracılığıyla çocuklar, kendi öfke anlayışlarını ve öfkeyi nasıl deneyimlediklerini açıklamaya çağrılmıştır. Mevcut literatürde çocukların duygusal deneyimlerine ilişkin bilgilerin büyük bir kısmının, yetişkinlerin algı ve yorumlamalarına göre yapılırken; bu çalışmada çocukların öfke deneyimine dair bilgilere çocukların kendi ifadelerinden yola çıkarak çocuk algı ve yorumlamalarına göre oluşturulması bakımından farklılık gösteren bir çalışmadır. Çocukların kendi ifadelerinden yola çıkılarak yapılan içerik analizi sonucu; çocukların öfke anlayışları ve öfke deneyimleri beş tema etrafında toplanmıştır. Bunlar; öfkenin kökenleri, öfke sonuçları, öfke düzenlenmesi, öfke çözümlenmesi ve öfkenin diğerleriyle ilişkisinden meydana gelmektedir.

Rohlf, Busching ve Krahe (2017), orta çocukluk dönemindeki uyumsuz öfke düzenlenmesi ile saldırgan davranışlar arasındaki olası ilişkileri 10 aylık bir süre içinde incelemiş ve bu ilişkilere akran problemlerinin aracılık etkisini araştırmışlardır. Almanya’da, 304’ü kız, 295i erkek toplam 599 ilkököl öğrencisi üzerinde yapılan bu boylamsal çalışmada, çocukların 10 aylık süre periyodunun başlangıcında yaşları 6- 10 ikenki durumlarıyla; zaman periyodunun sonunda 7- 11 yaşlarındaki durumları arasındaki değişimler gözlenmiştir. Çalışmada, öfke düzenlemenin değerlendirilmesi; öfkeyi tetikleyen bir durumda yapısal bir davranışsal gözlem yolu kullanılmış; saldırganlığın değerlendirilmesinde ise saldırgan davranışların fonksiyonlarını değerlendiren bir öğretmen değerlendirme anketi kullanılmıştır. Akran problemleri ise; ebeveyn raporları, öğretmen raporları ve öz bildirim raporlarına dayalı olarak ölçülmüştür. Bu araştırmanın sonucunda; orta çocuklukta uyumsuz öfke düzenlemesinin saldırgan davranışın sıklığını artırmakla birlikte; akran problemlerinin oluşmasına neden olacak saldırganlığın reaktif ve proaktif işlevlerini dolaylı olarak öngördüğüne ulaşılmıştır.

Çocuklarda öfkeye yönelik olarak yurt dışında yapılan çalışmalar incelendiğinde; çocuklarda öfkenin; kaygı, depresyon, proaktif ve tepisel saldırganlık, okul bağlılığı, akran ilişkilerinde problemler gibi değişkenlerle ilişkilerine yönelik çalışmalar yapıldığı görülmüştür. Çocuklarda öfkenin ilişkili olduğu değişkenlerin yanı sıra; çocuklara yönelik olarak geliştirilen öfke kontrol programları incelenmiş; öfke kontrolü için geliştirilen, sıklıkla bilişsel davranışçı terapiye dayalı programların, öfkenin ifade ediliş şekli yönünden cinsiyetlere göre farklılık gösterip göstermediği konularının çalışıldığı görülmüştür. Çocuklarda öfkeye yönelik olarak yapılan bu çalışmalarda, öfkenin ölçülmesi için kendini değerlendirmeye dayalı ölçeklerin ağırlıkta olduğu görülmüştür.

Bunun yanı sıra son dönemlerde çocuklarda öfkenin ölçülmesine dair yapılan çalışmalarda; kendini değerlendirme ölçeklerinin yanında; yapılandırılmış gözleme dayalı çalışmaların olduğu da dikkat çekmiştir. Ülkemizde de bu başlıklar incelenmesine karşın; yurt dışındaki araştırmaların daha geniş yaş aralığındaki örneklerle çalışmalar yapabilmelerine olanak sağlayan ölçme araçlarına sahip oldukları görülmektedir.

2.4.2. Yurt İçindeki İlgili Araştırmalar

Cenkseven (2003) tarafından bilişsel davranışsal yaklaşım temel alınarak hazırlanmış olan öfke yönetimi becerileri programının ergenler üzerindeki etkileri incelenmiştir. Bu amaçla, yaşları 14- 18 arasında değişen öfke düzeyi yüksek olan ergenler arasından 13' er kişilik deney ve kontrol grupları oluşturulmuştur. 10 hafta boyunca deney grubunda bulunan öğrencilere haftada 1 gün 90 dakika süre ile araştırmacının kendisi tarafından yürütülen öfke yönetimi becerileri programı uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, deney ve kontrol gruplarında bulunan öğrencilerin ön ölçüm ve son ölçüm sürekli öfke, dışa yönelik öfke, öfke kontrol ve saldırganlık puanları arasında deney grubu lehine anlamlı farklar bulunmuştur. İçe yönelik öfkede ise anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

Şahin (2006) tarafından yapılan araştırmada, 10-11 yaşlarında ilköğretim birinci kademeye devam eden öğrencilerin saldırgan davranışlarını azaltmaya yönelik öfke denetimi programı geliştirilmiştir. Geliştirilen bu program, sekiz hafta boyunca, haftada bir gün 60 dakika olmak üzere deney grubundaki öğrencilere uygulanırken; plasebo grubundaki öğrencilere sekiz hafta boyunca, haftada bir gün 60 dakika müzik resim gibi öfke kontrolüyle ilgisi olmayan etkinlikler yapılmıştır. Program öncesinde ve sonrasında her üç gruba da ön test- son test olarak araştırmacı tarafından geliştirilen Saldırganlık Ölçeği uygulanmıştır. Uygulamanın sonunda elde edilen bulgulara göre, öfke denetimi eğitimi alan deney grubundaki öğrencilerin bu eğitimi almayan diğer gruplardaki öğrencilere kıyasla saldırganlık puanlarının önemli düzeyde azaldığı ve bu farkın iki aylık sürede de devam ettiği bulgusuna ulaşılmıştır.

Albayrak ve Kutlu (2009), 16-18 yaş arası ergenlerin öfke ifade tarzını ve ergenin bireysel/ailesel özellikleri ile öfke ifade tarzı arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla 158'i kız, 118'in erkek toplam 276 lise son sınıf öğrencisiyle tanımlayıcı ve ilişki arayıcı bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Araştırma verilerinin toplanmasında Sürekli Öfke/Öfke İfade Tarzı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda ulaşılan bulgulara göre;

öğrencilerin, sürekli öfke puanlarının 23.24 ± 5.72 ; öfke içe vurum puanlarının 15.42 ± 3.78 ; öfke dışı vurum puanlarının 17.70 ± 4.55 ; öfke kontrol puanlarının ise 19.39 ± 4.53 olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin sağlık sorunlarından etkilenmeleri ve Beden Kitle İndeks'leri arttıkça öfke içe vurumunun arttığı belirlenmiştir.

Avcı ve Güçray (2010) tarafından şiddet davranışı gösteren ve göstermeyen ergenlerin ailelerini aile işlevleri, öfke ve öfke ifade tarzları açısından incelemek ve bu ailelerde görülen psikolojik problemlerin, alkol kullanımının suça yönelik davranışların görülme sıklığının karşılaştırılması amacıyla bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın örneklemini 14-18 yaşları arasındaki şiddet davranışı gösteren ergenlerin aileleri ile herhangi bir şiddet olayına karışmamış ergenlerin ailelerinden oluşturulmuştur. Araştırmada, öfke ve öfke ifade tarzlarının belirlenmesinde Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre ise, şiddet davranışı gösteren ergen ailelerinin problem çözme, iletişim, duygusal tepkiler verebilme, aile içi roller, davranış kontrolü, gereken ilgiyi gösterebilme ve genel aile işlevlerinde; şiddet davranışı göstermeyen ergenlerin ailelerine göre yetersiz kaldıkları belirlenmiştir. Öfke düzeyleri açısından incelendiğinde, şiddet davranışı gösteren ergenlerin ailelerinin “sürekli öfke”, “içe yönelik öfke” ve “dışa yönelik öfke” düzeylerinin, şiddet davranışı göstermeyen ergen ailelerine göre anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Şiddet davranışı göstermeyen ergenlerin aile üyelerinin öfkelerini daha iyi kontrol ettikleri tespit edilirken; şiddet davranışı gösteren ergenlerin aile üyelerinin daha fazla psikolojik probleme sahip oldukları, alkol kullandıkları ve suç işleme davranışında buldukları saptanmıştır.

Kulakçı Altınbaş, Aslan, Kuzlu Ayyıldız, Ayoğlu ve Veren (2016) tarafından yapılan bir çalışmada üniversite öğrencilerinin çocukluk döneminde yaşadıkları örseleyici davranışların öfke durumları üzerine etkisinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırma, 256'sı kız, 67'si erkek toplam 323 öğrencinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmadan elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları Ölçeği'nden yüksek puan aldıkları belirlenmiştir. Bireylerin örseleyici davranışlara maruz kaldıkça sürekli öfke düzeylerinin artarak öfkelerini dışarıya daha fazla yansıttıkları belirlenmiştir. Ayrıca örseleyici davranışlara maruziyet arttıkça öğrencilerin sürekli öfke düzeylerinin arttığı ve öfkelerini daha fazla dışarı yansıttıkları bulgusuna ulaşılmıştır. Bu çalışma bu zamana kadar öfke ifadesine ilişkin yapılan çalışmalarda, öfkenin ve ifade ediliş şeklinin çocukluk çağı yaşantılarındaki bir değişkenle ele alınması yönünden farklılık göstermektedir.

İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin öfke düzeylerinin, öfke tarzlarının ve bunları etkileyen etkenlerin araştırılması amacıyla; Özmen ve arkadaşları (2016) tarafından yapılan araştırmaya göre; ergenlerin sürekli öfke düzeylerinin ‘biraz’ düzeyinde kaldığı, öfkelerini dışa vurmadığı ve orta düzeyde kontrol altına alma eğiliminde olduğu, içte tutulan öfke düzeylerinin yüksek olmadığı saptanmıştır. Ergenlerin sürekli öfke düzeylerini ve öfke tarzlarını en çok etkileyen etkenlerin kaygı, cinsiyet ve aile tipi olduğu belirlenmiştir. Sürekli öfke, baskılanmış öfke ve ifade edilen öfke ile kaygı arasında pozitif, kontrol altında tutulan öfke ile anksiyete arasında negatif ilişki bulunurken; erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha yüksek sürekli öfke düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir. Bunun yanında yine erkek öğrencilerin öfkelerini daha çok ifade ederken, kız öğrencilerin öfkelerini daha fazla kontrol etmekte olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Parçalanmış ailede yaşayan ergenlerin sürekli öfke, ifade ettikleri öfke ve baskıladıkları öfke düzeyleri; parçalanmamış ailede yaşayan ergenlere göre daha yüksek olduğu ve öfkelerini daha az kontrol ettikleri tespit edilmiştir.

Ülkemizde öfkeye dair sıklıkla yapılan araştırma konularına bakıldığında; başta öfke ve saldırganlığın azaltılmasına yönelik çeşitli başlıklarda öfke kontrolünü sağlamaya yönelik deneysel çalışmaların olduğu gözlenmiştir. Sıklıkla çalışılan diğer bir konu ise çocuk ve ergenlerin öfkeyi ifade etme şekillerine ilişkin yapılan çalışmalardır. Ülkemizde yapılan tüm bu çalışmalarda dikkat çeken nokta; bu çalışmaların biri hariç (10-11 yaş aralığı) hepsinin 11 yaş ve üstü çocuk ve ergenlere yönelik oldukları görülmektedir. Bugüne kadar araştırma yapılan örneklemin daha küçük çocukları kapsamama nedeni olarak; 11 yaş altı çocuklarda öfkenin ölçülmesini sağlayabilecek Türkçe bir öfke ölçme aracının bulunmaması olduğu düşünülmektedir. Bu araştırma, uygun ölçme aracı bulunmaması nedeniyle bugüne kadar üzerinde çok az sayıda çalışma yapılmış 11 yaş altı çocuklardaki öfkeye neden olan belirli durumları değerlendirerek, öfke ifade biçimi ve öfkenin kişisel ilişkiler üzerindeki etkisini incelemeye olanak sağlayabilmesi açısından bugüne kadar yapılan çalışmalardan farklılık göstermektedir. Bu nedenle bu araştırmanın ülkemizde çocuklarda yaşanan öfke problemlerine ilişkin gerçekleştirilen çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu kısımda araştırmanın modeli, araştırma evreni, örnekleme, veri toplamada kullanılacak araçlar (anket, ölçek, uygulama materyalleri vb.) ve bu araçların geçerlik-güvenirlilik çalışmaları ile verilerin çözümlenmesinde kullanılacak tekniklerle ilgili bilgiler verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, 8-11 yaşlarındaki çocuklarda öfkenin; engellenme, fiziksel saldırganlık, akran ilişkileri ve otorite ilişkileri alt boyutlarıyla ölçülmesini amaçlayan Çocuklar Öfke Ölçeği'ni (ÇÖÖ) Türkçe'ye uyarlama çalışmasıdır. Araştırma, Nelson ve Finch tarafından 2000 yılında geliştirilmiş olan Çocuklar Öfke Ölçeği'nin, geçerlilik, güvenirlik ve Türkçe dil eşdeğerliğinin test edilmesini amaçlayan genel tarama modelindedir. Tarama modelleri, bir konuya ya da olaya ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya da ilgi, beceri, yetenek, tutum vb. özelliklerinin belirlendiği genellikle diğer araştırmalara göre görece daha büyük örneklem üzerinde yapılan araştırmalardır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2013). Geçmişte olmuş veya şuanda olmakta olan durumu, var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır.

3.2. Araştırmanın Evreni

Araştırma evrenini, Hatay ili merkez ilçelerinde (Antakya ve Defne) bulunan tüm ilkokul 3. 4. ve ortaokul 5. 6. sınıflarında öğrenim gören; yaşları 8- 11 arasında değişen öğrenciler oluşturmaktadır.

3.3. Araştırmanın Örnekleme

Araştırma örneklemini, asıl çalışması için, ölçüt bağıntılı geçerlik için, test- tekrar test ölçümlerinin güvenirliğinin hesaplanması için üç ayrı gruptan oluşmaktadır.

1. Ölçeğin asıl çalışması için örneklem. Hatay ili merkez ilçelerinde (Antakya ve Defne) bulunan ilkokul 3. 4. ve ortaokul 5. 6. sınıflarında öğrenim gören; yaşları 8- 11

arasında değişen 502 öğrenciden oluşmaktadır. Bu öğrencilerden gerekli bilgilerin toplanabilmesi için Hatay İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden izin alınmıştır. Araştırmanın yürütülmesi için örneklem, Hatay İl Milli Eğitim Müdürlüğü tarafından alt, orta ve üst sosyo- ekonomik düzeylere göre ayrılan okullardan sınıf düzeylerine göre basit seçkisiz örnekleme alma yoluyla belirlenmiştir. Araştırma kapsamında toplamda altı okulda 670 öğrenciye uygulama yapılmıştır. Ancak birden fazla seçeneğin işaretlenmesi ve boş bırakılan maddeler nedeniyle 168 form araştırmaya dahil edilmemiştir. Örneklemin 249'u (% 49,6) kız, 253'ü (% 50,4) erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklemi oluşturan ilkokul ve ortaokul öğrencilerinin okullara, cinsiyete, sınıf düzeylerine ve yaşlara göre dağılımı sırasıyla Tablo 2 ve Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 2.

Örnekleimde Yer Alan İlkokul (3., 4. sınıf) Öğrencilerinin Demografik Özellikleri

Uygulama Yapılan Okular	Sınıf Düzeyi	Yaş Aralığı	Cinsiyet	Toplam			
				n	%	n	%
A1	3. sınıf	8 - 10	Kız	13	10.92	22	100
			Erkek	9	7.56		
A2	3. sınıf	8 - 9	Kız	36	30.25	69	100
			Erkek	33	27.73		
A3	3. sınıf	8 - 9	Kız	15	12.61	28	100
			Erkek	13	10.92		
İlkokul 3. Sınıflar Toplam			Kız		119	23.71	
			Erkek				
A1	4. sınıf	8 - 10	Kız	16	12.80	27	100
			Erkek	11	8.80		
A2	4. sınıf	9 - 10	Kız	33	26.40	73	100
			Erkek	40	32.00		
A3	4. sınıf	9 - 10	Kız	8	6.40	25	100
			Erkek	17	13.60		
İlkokul 4. Sınıflar Toplam			Kız		125	24.90	
			Erkek				
Toplam			Kız		244	48.61	
			Erkek				

Örnekleme yer alan ilkokul öğrencilerinin demografik özelliklerinin bulunduğu Tablo 1’de görüldüğü üzere; ilkokul 3. sınıf düzeyinde 64 (% 53, 78) kız, 55 (% 46, 22) erkek öğrenci olmak üzere toplam 119 öğrenci yer almaktadır. İlkokul 4. sınıf düzeyi ise 57 (% 45,6) kız, 68 (% 54,4) erkek öğrenci olmak üzere toplam 125 öğrenciden oluşmaktadır. İlkokulda yapılan uygulamalar sonucunda 121 (% 49,59) kız, 123 (% 50,41) erkek öğrenciyle birlikte toplam 244 öğrenciden veri toplanmıştır. Tablo 3’te örnekleme yer alan ortaokul öğrencilerinin demografik özellikleri yer almaktadır.

Tablo 3.

Örnekleme Yer Alan Ortaokul (5., 6. sınıf) Öğrencilerinin Demografik Özellikleri

Uygulama Yapılan Okular	5. sınıf	Yaş Aralığı	Cinsiyet	Toplam			
				n	%	n	%
B1	5. sınıf	9 - 11	Kız	20	13.79	34	100
			Erkek	14	9.66		
B2	5. sınıf	9 - 11	Kız	39	26.90	72	100
			Erkek	33	22.76		
B3	5. sınıf	9 - 11	Kız	19	13.10	39	100
			Erkek	20	13.79		
Ortaokul 5. Sınıflar Toplam			Kız			145	28.88
			Erkek				
B1	6. sınıf	10 - 11	Kız	20	17.70	34	100
			Erkek	14	12.39		
B2	6. sınıf	11	Kız	18	15.93	47	100
			Erkek	29	25.66		
B3	6. sınıf	10 - 11	Kız	12	10.62	32	100
			Erkek	20	17.70		
Ortaokul 6. Sınıflar Toplam			Kız			113	22.51
			Erkek				
Toplam			Kız			258	51.39
			Erkek				

Örnekleme yer alan ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeylerine ve cinsiyetlerine göre dağılımları Tablo 3’te sunulmuştur. Buna göre, 5. sınıf düzeyinde 78 (% 53, 79) kız, 67 (% 46, 21) erkek öğrenci olmak üzere toplam 145 öğrenci bulunmaktadır. Ortaokul 6. sınıf düzeyinde ise 50 (% 44, 25) kız, 63 (% 55, 75) erkek öğrenci olmak üzere toplam 113 öğrenci yer almaktadır. Ortaokul 5. ve 6. sınıf düzeyinde toplam 258 öğrenciden veri toplanmıştır. Bu öğrencilerin 128 (% 49, 61) kız, 130 (% 50, 39)’u ise erkek öğrencilerden oluşmaktadır.

3. **Ölçüt- bağıntılı geçerlik için örneklem.** Ölçeğin benzer ölçek geçerliğini sınamak amacıyla iki okulda, ilkokul 3. ve 4. sınıf düzeyleri ile ortaokul 5. ve 6. sınıf düzeylerinden toplam 182 öğrenci ile uygulama yapılmıştır. Uygulama yapılan okullar, kullanılan benzer ölçekler ve sınıf düzeyleri Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4.

Benzer Ölçek Geçerliği Sınaması İçin Uygulama Yapılan Sınıf Düzeyleri, Öğrenci Sayıları ve Kullanılan Ölçekler

Kullanılan Benzer Ölçek	Uygulama Yapılan	
	Sınıf Düzeyi	n
Çocukluktaki Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme Envanteri	İlkokul 3., 4. ve Ortaokul 5. ve 6. Sınıf	182
Sürekli Kaygı Envanteri	İlkokul 3., 4. ve Ortaokul 5. ve 6. Sınıf	182
Sürekli Öfke Envanteri	İlkokul 3., 4. ve Ortaokul 5. ve 6. Sınıf	182
Uygulama Yapılan Toplam Öğrenci Sayısı		182

Tablo 4'te, sınıf düzeylerine göre uygulama yapılan öğrenci sayıları verilmiştir. Benzer ölçeklerin her biri için, belirtilen sınıf düzeylerinden yaklaşık olarak eşit sayıda öğrenciden veri toplanmıştır.

3. Test- tekrar test ölçüm güvenirliliğinin sınanması için örneklem. Ölçeğin zamana karşı güvenirliliğini belirlemek amacıyla test- tekrar test yöntemi kullanılmıştır. Ölçek dört hafta arayla toplamda 2 okuldan 223 öğrenciye uygulanmıştır. Ölçeğin uygulandığı öğrencilerin sınıf düzeylerine göre dağılımı Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5.

Testin Zamana Karşı Güvenirliğinin Sınanması Amacıyla Uygulama Yapılan Sınıf Düzeyleri ve Öğrenci Sayıları

Sınıf Düzeyi	Uygulama Yapılan Toplam Öğrenci Sayıları	
	n	%
6. Sınıf	52	23.3
5. Sınıf	52	23.3
4. Sınıf	60	26.9
3. Sınıf	59	26.5
Toplam	223	100

Tablo 5'te belirtildiği üzere ölçeğin zamana karşı güvenirliliğini belirlemek amacıyla toplam 223 öğrenci ile test- tekrar test ölçümü yapılmıştır. Bu öğrencilerin 109 (% 48,9)'u kız, 114 (% 51,1)'i erkek öğrencilerden oluşmaktadır.

3.4. Çocuklar Öfke Ölçeği'ni Uyarlama Çalışmasında Yapılan İşlemler

Çocuklar Öfke Ölçeği'nin uyarlanmasına karar verilmesinin ardından ilk olarak ölçeği geliştiren Nelson ve Finch (2000)'ten ölçeğin Türk kültürüne uyarlanması için izin istenmiş; her ikisinin de izni alındıktan sonra ölçeğin kullanım haklarını elinde bulunduran Western Psychological Services ile iletişime geçilmiştir. Ölçeğin uyarlamasının yapılabilmesi için gerekli izinler kurumdan alınmış, ücreti araştırmacı tarafından karşılanmış ve ölçek Türkiye'ye getirilmiştir. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması şu aşamalarla gerçekleştirilmiştir:

Uyarlama süreçlerinin ilk adımı olan çeviri aşaması için öncelikle iyi çevirmenlerin seçilmesi üzerinde durulmuştur. Bunun üzerine hem Türk hem İngiliz kültürünü tanıyan, her iki kültürün dilini akıcı konuşan ve ölçeğin uygulanacağı yaş grubunun bilişsel, duygusal ve davranışsal özelliklerini iyi tanıyan üç farklı çevirmen tarafından; bir de ölçeğin kuramsal temelleri ile rasyonelini bilmesinden ötürü araştırmacı tarafından olmak üzere ayrı ayrı 4 çevirisi yapılmıştır. Bu çevirmenlerden biri, Boğaziçi Üniversitesi İngiliz Dili ve Edebiyatı bölümünden mezun olmuş, kültürel çalışmalar alanında çalışmakta olan, İngilizce'yi İngiltere'de öğrenmiş ve aynı zamanda beş yıldır İngilizce-Türkçe kitap çevirmenliği yapmakta olan biridir. İkinci çevirmen, Ankara

Üniversitesi Dil Bilim bölümünden mezun olmuş; beş yıl süresince Ankara TÖMER’de çeşitli yaş gruplarındaki yabacılara Türkçe öğretimi dersi vermiş, Türk Dili’ne hakim ve aynı zamanda açık öğretim fakültesinde çocuk gelişimi bölümünü bitirmiştir. Üçüncü çevirmen, İstanbul Üniversitesi İngilizce Öğretmenliği bölümünden mezun olmuş; kırk yıl boyunca ölçeğin uygulandığı yaş grubuna İngilizce dersi vermiş, şu anda da yeminli mütercim tercüman olarak çalışmakta olan biridir. Ölçeğin dördüncü çevirisini ise, ölçeğin kuramsal dayanağını ve rasyonelini bilmesinden ötürü araştırmacının kendisi tarafından yapılmıştır.

Çeviri sürecine başlamadan önce araştırmacı tarafından bir çeviri formu hazırlanmıştır. Ölçeğin orijinal maddeleri tek tek yazılarak; her maddenin altına Türkçe çevirisinin yazılması için boşluk bırakılmıştır. Formun en sonuna ise çevirmenlerin çeviriyle ilgili görüşlerini belirtebilmeleri için “öneriler” bölümü eklenmiştir. Hazırlanan form, ölçeğin ilk çevirisini yapacak çevirmenlere gönderilmiştir. Çevirmenler, birbirlerinden bağımsız olarak çevirilerini gerçekleştirmişlerdir. Çevirmelerin bireysel olarak yaptıkları bu çeviriler, araştırmacı tarafından bir araya getirilerek psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında uzmanlara sunulmuştur. Ardından ölçekteki tüm maddenin çevirisi tek tek birbirleriyle karşılaştırılmıştır. Her bir madde için en uygun görülen çeviride karar kılınmıştır. Sonrasında çevirinin son hali, her iki dili ve kültürü iyi bilen ve alanında uzman olan bir İngilizce öğretmenin incelemesine sunulmuştur. İngilizce öğretmeni, her bir maddeyi tekrar gözden geçirmiş ve maddelerin eşdeğer olup olmadığına dair değerlendirmelerde bulunmuştur. Bu değerlendirmeler sonucunda; çevirinin, kültürel farklılıkların göz önünde bulundurularak tamamlandığı onaylanmış ve gerekli düzeltmeler yapılmıştır. Son olarak ölçeğin yazım ve dil bilgisi kuralları açısından uygunluğunun incelenmesi adına, alanında uzman iki farklı Türkçe öğretmeni tarafından değerlendirilmesi istenmiş ve gerekli düzeltmeler yapılmıştır.

Gerekli düzenlemelerin yapılmasının ardından bir sonraki aşamada ölçeğin orijinal formu ile Türkçe formunun eşdeğerliğinin sınanması için niteliksel yöntemlerden geri çevirme yöntemi ile tek yönde çeviri yöntemi kullanılmıştır. Geri çevirme yöntemi, HMKÜ Eğitim Fakültesi İngilizce Öğretmenliği Ana Bilim Dalı’nda çalışmakta olan üç öğretim elemanı tarafından gerçekleştirilmiştir. Sonrasında geri çeviriler ile orijinal formun karşılaştırması yapılarak araştırmacının değerlendirilmesine sunulmuştur. Bu aşamalardan sonra; ölçek uygulanması düşünülen yaş grubundan daha küçük bir yaş grubuna (N=25) uygulanmıştır. Bunun sonucunda, çocuklara göre açık olmayan ve anlaşılmayan ölçek maddeleri tespit edilerek gerekli düzenlemeler yapılmıştır.

Son olarak ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğinin sınanmasına aşamasına geçilmiştir. Ölçeğin güvenilirlik ve geçerliğinin incelenmesi için yapılan çalışmalar aşağıda açıklanmıştır.

3.4.1. Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları

Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğinin sınaması için yapılan çalışmalar aşağıda ayrıntılı olarak açıklanmıştır.

3.4.1.1. Geçerlik Çalışmaları

Geçerlik, testin bireyin ölçülmek istenen özelliğini diğer özelliklerle karıştırmadan ne derece doğru ölçtüğüyle ilgilidir (Büyüköztürk ve ark., 2013, s. 116). Bir ölçme aracının geçerliliği, ölçmeyi amaçladığı şeyi gerçekten ölçerken; ölçülmesi istenmeyen şeylerin ise ölçülmemesiyle ilgilidir. Yapı geçerliği ise soyut kavramların (zeka, ruh sağlığı, öfke, sevgi vb.) ne derece doğru ölçülebildiğini gösterir. Soyut kavramların içeriğinin ve evrenin açıkça bilinmediği ölçülecek niteliğin açık-seçik olarak tarif edilemediği durumlarda daha çok önem kazanmaktadır (Cronbach ve Meehl, 1955, akt. İbrahim Ethem Özgüven, 2011). Çocuklar Öfke Ölçeği'nin yapı geçerliğini sınamak amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Madde özelliklerini incelemeye yönelik analizlere kısaca faktör analizi denilmektedir (Büyüköztürk ve ark., 2013, s. 123).

Ölçüt bağıntılı geçerliğin sınanması amacıyla benzer ölçek geçerliği sınaması yapılamayacaktır. Çünkü 11 yaş altı çocuklardaki öfkeyi ve öfke tepkilerini ölçen herhangi bir Türkçe ölçek bulunmamaktadır. Ancak öfkeyle ilişkili olduğu düşünülen kaygı değişkeni ve ölçeğin bilişsel- davranışçı kuramlar temeliyle ilişkili olan ve öfkenin oluşmasında etkisi olduğu düşünülen bilişsel çarpıtmalar ile öfke arasındaki ilişki Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi ile incelenmiştir. Kaygı değişkenine ilişkin ölçümler Spielberger (1973) tarafından geliştirilen Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri kullanılarak yapılmıştır. Bilişsel çarpıtlamalar değişkenine ilişkin ölçüm ise 1986 yılında, Leitenberg, Yost, Carroll- Wilson ve arkadaşları tarafından geliştirilen; 2007 yılında Karakaya ve arkadaşları tarafından Türkçe'ye uyarlanan Çocuklukta Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme Ölçeği kullanılarak yapılmıştır.

3.4.1.2. Güvenirlik Çalışmaları

Ölçeğin güvenirliliğini sağlamak adına test-tekrar test yöntemi kullanılmış ve devamlılık katsayısı hesaplanmıştır. Bu amaçla ölçek, 4 hafta arayla 223 öğrenciye uygulanmış ve test-tekrar test alt ölçekler korelasyon değerleri saptanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin değerlendirme, Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanarak yapılmıştır.

3.5. Veri Toplama Araçları

Bu kısımda, Çocuklar Öfke Ölçeği ve bu ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliğini sınamak için kullanılan benzer ölçekler tanıtılmıştır.

3.5.1. Çocuklar Öfke Ölçeği (ÇÖÖ)

İngilizce adı Children's Inventory of Anger (ChIA) olan ölçek, Nelson ve Finch tarafından 2000 yılında geliştirilmiştir. Ölçek, çocuklarda öfkeye neden olan belirli durumları değerlendirmektedir. Çocuk ve ergenlerde öfkenin ifade biçimi ve kişisel ilişkiler üzerindeki etkisinin ölçülmesine olanak tanımaktadır.

Başlangıçta Nelson ve Finch tarafından 2000 yılında; 8-16 yaş aralığındaki çocuk ve ergenlerin öfkelerini ölçmede kullanılmak üzere geliştirilmiştir. Ancak sonrasında 6-13 yaş arası çeşitli örneklerde değerlendirilmiştir (Flanagan & Allen, 2005).

Ölçek maddeleri bilişsel- davranışçı yaklaşımlara dayalı olarak oluşturulmuştur. 6-16 yaş arası çocuk ve ergenler üzerinde kullanılacak ölçek; çocuk ve ergenin kendi öfkelerine bakış açılarını sunmaktadır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması bulunmamaktadır. 39 maddeden oluşan ölçek maddeleri en az üçüncü sınıf çocukların okuyabileceği kolaylıktadır. Okuma güçlüğü çeken çocuklara ise yüksek sesle okunabilir. Ölçek, dörtlü likert tipi bir ölçek olup; her bir sayı bir görselle ilişkilendirilerek sunulmuştur. Toplam puana ek olarak; ÇÖÖ tutarsız geçerlilik indeksi ve dört alt ölçekten oluşmaktadır:

1. Engellenme
2. Fiziksel Saldırganlık
3. Akran İlişkileri
4. Otorite İlişkileri

Ölçek, psikometrik özellikleri bakımından incelendiğinde; toplam puanın yanı sıra, dört alt ölçeğine dair puana ulaşma imkanı vermektedir. Ölçeğin toplam puanının ve alt ölçeklerinin puanının iç güvenilirlikleri yüksek (.95; alt ölçek katsayıları .85 ile .87 arasında değişmektedir) ve 1 hafta arayla uygulanan test- tekrar test güvenilirliği .75 olarak bulunmuştur.

3.5.2. Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (State-Trait Anxiety Inventory For Children)

Çocuklarda özel durumların tehdit edici olarak yorumlanması sonucu oluşan durumluk kaygısı ve kaygı yatkınlığı anlamına gelen kaygının ölçülmesi amacıyla Spielberger (1973) tarafından geliştirilmiştir (Akt. Özusta, 1995). Özusta (1995) tarafından ise Türkçe uyarlaması yapılmıştır. Ölçek 9-12 yaşları arasındaki çocuk ve ergenlerde görülen kaygıyı, durumluk kaygı ve sürekli kaygı olmak üzere iki alt boyutuyla ölçer; kendini değerlendirmeye dayalı bir ölçek türüdür.

Durumluk kaygı ölçeği, çocuğun belirli bir anda ve belirli koşullarda kendini nasıl hissettiğini, sürekli kaygı ölçeği ise çocuğun içinde bulunduğu durum ve koşullardan bağımsız olarak kendini nasıl hissettiğini belirler. Ölçek, durumluk kaygı ölçeği 20 madde; sürekli kaygı ölçeği 20 madde olmak üzere toplam 40 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin derecelendirmesi 3'lü likert tipidir. Sürekli kaygı boyutu "Hemen hemen hiç (1 puan)", "Bazen (2 puan)" ve "Sık sık (3 puan)" olarak değerlendirilirken; durumluk kaygı boyutunda gerginlik, sinirlilik, telaş gibi durumluk kaygıyla ilgili her maddede değişen seçenekler bulunmaktadır.

Ölçeğin alt boyutlarından alınan puanlar yükseldikçe bireyin ilgili boyuta ait özelliklere yüksek düzeyde sahip olduğu söylenebilir. Ölçeğin sürekli kaygı alt boyutundan alınabilecek en yüksek puan 60, en düşük puan 20'dir. Durumluk kaygı alt boyutundan alınabilecek en yüksek puan 60, en düşük puan 20'dir. Uygulama esnasında Durumluk Kaygı Ölçeği, testle ilgili ya da test koşullarında ortaya çıkabilecek tedirginlik ve heyecan gibi durumlara duyarlı olduğundan Sürekli Kaygı Ölçeği önce verilmelidir (Özusta, 1995).

Geçerlik doğrultusunda ölçeğin kriter geçerliği incelenmiştir. Durumluk ve sürekli kaygı puanları açısından, ilgili grup (normal, kaygı, psikiyatrik) ve cinsiyet karşılaştırmaları yapılmıştır. Norm, kaygı ve psikiyatrik grupları içinde bulunan grup ve cinsiyetlere göre anlamlı farklar gösterip göstermediği çift yönlü varyans analizi ile

test edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre grup ve cinsiyet temel etkileri anlamlı bulunmuş ancak grup ve cinsiyet ortak etkisi anlamlı bulunmamıştır.

Ölçeğin güvenirliği incelendiğinde; iç tutarlık bakımından Durumluk Kaygı Ölçeği Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .82; Sürekli Kaygı Ölçeği Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ise .81 olarak bulunmuştur. Ölçeğin altı hafta arayla elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayısı durumluk kaygı boyutunda .60; sürekli kaygı boyutunda .65'tir. 42'si kız, 57'si erkek toplam 99 kişiye uygulanmıştır. Düzeltilmiş madde bırakma korelasyonlarının .20 ile .30 arasında sıralandığı görülmüştür.

3.5.3. Çocuklukta Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme Ölçeği (Children's Negative Cognitive Error Questionnaire)

Ölçek, çocuklardaki bilişsel çarpıtmaları değerlendirmek amacıyla; 1986 yılında, Leitenberg, Yost, Carroll- Wilson ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (Karakaya vd., 2007). Bunun yanı sıra, farklı çalışmalarda depresyon, anksiyete ve diğer ruhsal bozukluklara eşlik eden bilişsel hataları belirlemek; tedavi öncesi ve sonrası değerlendirmelerini yapmak amacıyla kullanılmıştır (Akın, 2013). Ölçek, Karakaya ve arkadaşları tarafından 2007 yılında Türkçe'ye uyarlanmıştır.

Kendini değerlendirmeye dayalı bu ölçek, 8- 16 yaşları arasındaki çocuk ve ergenlere uygulanabilmektedir. Ölçeğin derecelendirmesi 5'li likert tipinde olup; "Ben hiç böyle düşünmem (1)"- "Hemen hemen tam benim düşünceme benzer (5) " şeklindedir. Toplamda 24 maddeden ve üç alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar; felaketleştirme (8 madde), bireyselleştirme (9 madde) ve seçici algılamadır (7 madde). Ölçeğin puanlaması incelendiğinde, alt boyutlarından alınan puanlar yükseldikçe; bireyin ilgili boyuta ait özelliklere yüksek düzeyde sahip olduğu söylenebilmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 120, en düşük puan 24'tür. Ölçek puanlaması sonucu çocuklukta olumsuz düşünceler toplam puanına erişilmektedir. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe; çocuklukta olumsuz düşünceler düzeyinin yükseldiği söylenebilmektedir.

Ölçeğin geçerliği incelendiğinde; yapı geçerliği çerçevesinde 3 faktöre ulaşılmış olup; bunlar, felaketleştirme, bireyselleştirme ve seçici algılama faktörleridir. Bu 3 faktör toplam varyansın % 59.3'ünü açıklamaktadır. Faktörler, ayrı ayrı incelendiğinde ise; felaketleştirme faktörü toplam varyansın % 13.7'sini açıklamakta ve bu alt boyuttaki faktör yükleri .35 ile .54 arasında değişmektedir. İkinci faktör olan bireyselleştirme faktörü toplam varyansın % 20.9'unu açıklamakta ve bu alt boyuttaki faktör yükleri .25

ile .50 arasında değişmektedir. Son olarak üçüncü faktör olan seçici algılama, toplam varyansın % 24.7'sini açıklamakta ve bu alt boyuttaki faktör yükleri de .21 ile .47 arasında değişmektedir.

Uyum geçerliği için yapılan ölçümlerde; ölçeğin Türkçe formu ile Çocuklar için Depresyon Ölçeği ($r = .77$), Çocuklar için Durumluk Kaygı Envanteri ($r = .57$), Çocuklar için Durumluk- Sürekli Kaygı Envanteri ($r = .50$) arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe formu ile Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği-Çocuk Formu arasında ise negatif ($r = -.65$) ilişki bulunmuştur. Ölçeğin güvenirlik ölçümlerine bakıldığında; iç tutarlık için hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlık güvenirlik katsayısı .82 olarak bulunmuştur. Bir hafta arayla elde edilen test- tekrar test güvenirlik katsayısı ise .87 olarak bulunmuştur. Ölçeğin düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .28 ile .56 arasında sıralanmıştır.

3.6. Verilerin Toplanması

Araştırma kapsamında yapılan uygulamalarda verilerin toplanabilmesi için çalışmalara başlamadan önce Hatay İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli yasal izinler alınmıştır. Araştırmada kullanılan veriler 2017- 2018 eğitim öğretim yılının Ekim- Nisan ayları içerisinde; alt, orta ve üst sosyo- ekonomik düzeylerdeki ilköğretim 3., 4. ve ortaokul 5., 6. sınıf öğrencilerinden toplanmıştır. Örneklem grubundan toplanan verilerin tamamı araştırmacı tarafından toplanmıştır.

Verilerin toplanması sürecinde yapılan uygulamalar, okul idarecileriyle iletişime geçilerek sorumlu ders öğretmenlerinin uygun buldukları ders saatleri içerisinde gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin uygulanması öncesinde, öğrencilere çalışma kapsamı hakkında bilgi verilmiştir. Sonrasında gönüllü olan öğrencilere ölçekler dağıtılarak; gerekli olan tüm yönergeler yazılı ve açıklamalı olarak ifade edilmiştir. ve uygulamayla ilgili yönergeler verildikten sonra kimliklerinin gizli kalacağı ve gönüllülüğün esas alındığı belirtilecektir. Toplu halde yapılan bu uygulamalarda; Çocuklar Öfke Ölçeği'nin uygulamaları 10-25 dakika arasında sürmüştür. Ölçüt bağıntılı geçerlik ve güvenirlik çalışmasında verilerin toplandığı oturumlar ise 30- 35 dakika sürerken; güvenirlik çalışmasında verilerin toplandığı oturum 10- 25 dakika sürmüştür. Araştırma kapsamında toplam 907 öğrenciye ulaşılmıştır.

3.7. Verilerin İşlenmesi ve Çözümlemesi

Öğrencilerden elde edilen veriler SPSS (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı) kullanılarak bilgisayara aktarılmıştır. Nelson ve Finch tarafından ortaya konan faktör yapısının, öğrencilerden elde edilen verilerle uyumlu olup olmadığının anlaşılması için, veriler doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile analiz edilmiştir. Güvenirlik için ise devamlılık katsayısı (test-tekrar test) ve iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alpha) hesaplanmıştır. Madde analizi, test- tekrar test güvenirligi ve ölçüt bağıntılı geçerliğine bakılmıştır.



BÖLÜM IV

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışmalarına ilişkin bulgular açıklanmıştır.

4.1. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Çeviri Çalışmalarına İlişkin Bulgular

Ölçeğin ilk çevirisi İngilizce'yi ve Türkçe'yi iyi bilip her ikisini akıcı konuşan, her iki kültürü de tanıyan üç ayrı çevirmen tarafından ve ölçeğin kuramsal alt yapısı ile rasyonelini bilmesinden ötürü bir de araştırmacının kendisi tarafından olmak üzere; toplam 4 farklı çevirmen tarafından bireysel olarak gerçekleştirilmiştir. Çevirmenlerin birbirlerinden bağımsız olarak gerçekleştirdikleri bu çeviriler bir araya getirilerek; Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Ana Bilim Dalı'nda çalışan öğretim üyelerinin değerlendirmesine sunulmuştur. Öğretim üyeleri, her bir madde için ellerinde bulunan çevirileri tartışarak ölçeğin orijinalindeki maddeleri en iyi karşılayan Türkçe çevirilere karar vermişlerdir.

Ölçeğin ilk çeviri halini alması sonrasında çevirinin değerlendirilmesi aşamasına geçilmiştir. Kararlaştırılan Türkçe çeviri maddeleri ile orijinal dildeki maddeler arasında eşdeğerlik olup olmadığının ve kültürel farklılıklara dikkat edilip edilmediğinin belirlenmesi için ölçek, her iki dili ve kültürü iyi derecede bilen ve alanında uzman olan bir İngilizce öğretmeninin değerlendirmesine sunulmuştur. Her bir maddenin yapısal eşdeğerliğine ilişkin değerlendirmelerde bulunulmuştur. Değerlendirmeler sonucunda tespit edilen sorunlar üzerinde görüşülmüş ve gerekli düzenlemelerde bulunularak ölçeğin bu konudaki uygunluğunun onayı alınmıştır. Ölçek, yazım dili ve dil bilgisine uygunluğunun belirlenmesi için iki Türkçe öğretmeninin incelemesine sunulmuştur. Türkçe öğretmenlerinden gelen uyarılar doğrultusunda da gerekli değişiklikler yapılmış ve ölçek ilk şeklini almıştır.

Ölçeğin orijinal formu ile Türkçe formunun eşdeğerliğinin sınanması için niteliksel yöntemlerden geri çevirme yöntemi kullanılmıştır. Ölçeğin geri çevirisi, HMKÜ Eğitim Fakültesi İngilizce Öğretmenliği Ana Bilim Dalı'nda çalışmakta olan üç öğretim elemanı tarafından yapılmıştır. Değerlendirmeleri yapılan bu geri çeviriler ile ölçeğin orijinal formunun karşılaştırması yapılarak araştırmacının değerlendirilmesine sunulmuştur.

Ölçeğin oluşturulan deneysel Türkçe formu, çocuklar tarafından doğru anlaşılabilirliğinin sınanması adına, uygulanması düşünülen yaş grubundan daha küçük bir yaş grubuna (N=25) uygulanmıştır. Uygulama sonucunda, çocukların bazı maddeleri anlamakta zorlandığı tespit edilmiştir. Çocuklardan alınan geri bildirimler sonucu, anlaşılmayan maddeler üzerinde düzeltmelerde bulunulmuştur. Niteliksel yöntemlerle çevirilerin denetlenmesi sonucunda; ölçeğin deneysel Türkçe formunun İngilizce formuna eşdeğer olduğu görülmüş ve ölçek son halini almıştır.

4.2. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Geçerlik Çalışmalarına İlişkin Bulgular

Ölçeğin geçerliğini sınamak amacıyla yapı geçerliği ve ölçüt bağımlı geçerlik çalışmaları yapılmıştır.

4.2.1. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Yapı Geçerliğine İlişkin Bulgular

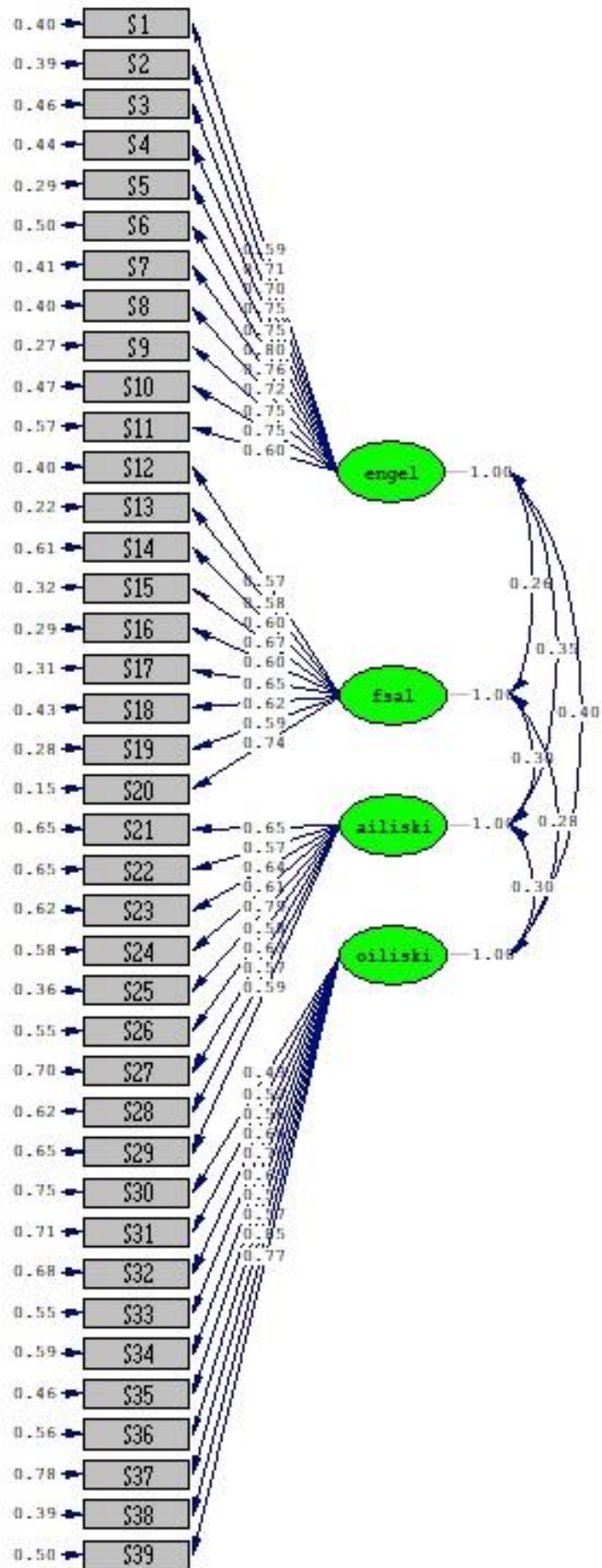
Toplamda 39 maddeden ve dört alt boyuttan oluşan Çocuklar Öfke Ölçeği'nin (11 maddelik engellenme boyutu, 9 maddelik fiziksel saldırganlık boyutu, 9 maddelik akran ilişkileri boyutu ve 10 maddelik otorite ilişkileri boyutu) yapı geçerliğini sınamak amacıyla LISREL 8.7 (Scientific Software International) programı kullanılarak birinci düzey Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. DFA, belirli bir kuramsal temelden hareketle bir araya getirilen faktörlerin, örneklemden toplanan gerçek verilerle ne derece uyum gösterdiğini değerlendirmeye yönelik yapılan bir analizdir (Gürbüz ve Şahin, 2016 syf: 334 ; Seçer, 2017 syf: 171). Özellikle ölçek uyarlama çalışmalarında DFA uygulaması sıklıkla kullanılmaktadır. Bir ölçeğin geçerliğinin DFA ile doğrulanması o ölçeğin geçerli bir ölçek olduğu anlamına gelmektedir.

DFA'da, test edilen modelin öğrencilerden toplanan verilerle doğrulanıp doğrulanmayacağına analizler sonucunda üretilen uyum iyiliği indeksleri değerlerine bakılarak karar verilmektedir. Bu uyum indekslerinden hangilerinin araştırma raporlarında kullanılması gerektiğine ilişkin araştırmacılar arasında bir anlaşma bulunmamaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2016; Koyuncu ve Kılıç, 2019). Bu çalışmada yapılan DFA için, Ki kare uyum testi (Chi-Square Goodness), GFI (Goodness of Fit Index), RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation), CFI (Comparative Fit Index), NFI (Normed Fit Index), IFI (Incremental Fit Index) ve AGFI (Adjusted Goodness of Fit Index) uyum indeksleri incelenmiştir. GFI, CFI, NFI, IFI ve AGFI indeksleri için 0.90 ve üzeri olan değerler kabul edilebilir uyum değeri olarak, 0.95 ve

üzeri olan değerler iyi uyum değeri olarak, χ^2 /sd oranının 3'ten küçük olması iyi uyum değeri olarak; 3 ile 5 arasında olması ise kabul edilebilir uyum değeri olarak kabul edilmiştir (Bentler, 1988; Brown, 2006; Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2011; Tabachnick ve Fidell, 2012; Akt. Gürbüz ve Şahin, 2016). RMSEA için ise 0.05'ten düşük olması iyi uyum (Schumacher ve Lomax, 2004), 0.05 ile 0.08 arasında olması kabul edilebilir uyum (Schumacher ve Lomax, 2004), 0.08 ile 0.1 arasında bir değer alması ise vasat uyum (MacCallum vd., 1996; Akt. Koyuncu ve Kılıç, 2019) olarak kabul edilmiştir.

Toplamda 502 öğrenciden toplanan verilerin normal dağılım göstermesi nedeniyle maximum likelihood hesaplama yöntemi kullanılarak kovaryans matrisi oluşturulmuştur (Kline, 2011; akt. Gürbüz ve Şahin, 2016). Ölçeğin birinci düzey DFA sonuçlarına ilişkin parametre değerlerinin olduğu yol şeması Şekil 2'de sunulmuştur.





Ki- Kare= 1998.72

sd= 696

p= 0.00.

RMSEA= 0.062

Şekil 2. Çocuklar öfke ölçeği ile ilgili birinci düzey DFA sonucu

Şekil 2 incelendiğinde, 39 madde ve dört alt ölçekten meydana gelen ÇÖÖ'nün birinci düzey DFA sonucunda elde edilen uyum indekslerinin anlamlı olduğu görülmüştür ($\chi^2= 2042.10$, $sd= 696$, $p= .00$, $\chi^2 /sd =2.93$). Uyum indeksi değerleri ise RMSEA= 0.062, RMR= 0.048, NFI= 0.93, CFI=.95, IFI= .95, AGFI= .81, GFI= .83 olarak bulunmuştur. Bu uyum iyiliği değerleri incelendiğinde, AGFI ve GFI değerleri hariç diğer tüm uyum indeksi değerlerinin kabul edilebilir eşik değerinde oldukları görülmüştür.

Ölçeğin önerilen dört faktörlü modelinin öğrencilerden toplanan veri ile uyumlu ve kabul edilebilir olduğu görülmüştür. Yapılan birinci düzey DFA analizi sonucu, test edilen modelin iyi uyum göstermesinden ötürü maddeler arasında her hangi bir modifikasyon yapılmasına ihtiyaç duyulmamıştır. Bu sonuçlara bakılarak, araştırmada toplanan verilerin Çocuklar Öfke Ölçeği'nin orijinal ölçekte olduğu gibi dört alt ölçekte uyum gösterdiği ve tüm maddelerin ilgili alt ölçeye yerleştiği görülmüştür.

Şekil 2'de Çocuklar Öfke Ölçeği'ne ait faktör yükleri gösterilmiştir. Şekil 2'de görüldüğü üzere faktör yükleri; engellenme alt boyutu için .59 ile .80 arasında, fiziksel saldırganlık alt boyutu için .57 ile .74 arasında, akran ilişkileri alt boyutu için .57 ile .79 arasında ve otorite ilişkileri alt boyutu için ise .49 ile .85 arasında değişmektedir. Standart çözümler sonrasında maddeler ve alt boyutlar arasındaki t değerlerine bakılmıştır. Alt boyutlardan maddelere doğru olan okların hiçbirinin kırmızı olmaması; tüm maddelerin .05 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermiştir (Jöreskog ve Sörbom, 1996; Akt. Seçer, 2017).

ÇÖÖ'nün alt ölçekleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla, her bir alt ölçeye yüklenen maddelerin toplam puanları arasındaki ve toplam puanla her bir alt ölçeğin arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 6'da gösterilmiştir.

Tablo 6.

ÇÖÖ' nün Alt Ölçekleri ile Toplam Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri

N= 502 **P<0.01

Alt Ölçek	E	FS	Aİ	Oİ
Engellenme (E)	-----			
Fiziksel Saldırganlık (FS)	.26**	-----		
Akran İlişkileri (Aİ)	.35**	.30**	-----	
Otorite İlişkileri (Oİ)	.40**	.28**	.30**	-----

Tablo 6'daki değerler incelendiğinde engellenme alt ölçeği ile fiziksel saldırganlık alt ölçeği arasında pozitif yönde zayıf düzeyde (.26) anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Engellenme alt ölçeği ile akran ilişkileri ve otorite ilişkileri alt ölçekleri arasında ise pozitif yönde orta düzeyde (.35 ve .40) anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Fiziksel saldırganlık alt ölçeği ile akran ilişkileri ve otorite ilişkileri alt ölçekleri arasında pozitif yönde zayıf düzeyde (.30 ve .28) anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Aile ilişkileri alt ölçeği ile otorite ilişkileri arasında ise pozitif yönde zayıf düzeyde (.30) anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

4.2.2. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Ölçüt Bağımlı Geçerliğine İlişkin Bulgular

Öfkenin nasıl oluştuğu, ne sıklıkla yaşandığı, öfke tepkilerinin nasıl ifade edilebildiği ve öfkenin ilişkili olduğu değişkenlere dair yapılan çalışmalar bulunmaktadır. Bu çalışmalardan bir tanesi Goodman ve Maultsby (1974, akt. Thompson ve Rudolph,)'nin mantık dışı düşünmeden kaynaklanan sonuçları araştırdığı ve bu sonuçları 26 madde şeklinde sıralayarak sonuç listesini yayınladığı çalışmalarıdır. Goodman ve Maultsby'nin, mantık dışı düşünmeyle aşırı ve uzun süreli öfkelenmeyi ilişkilendirdiği çalışmasında; mantık dışı düşünmenin bir sonucu olarak aşırı ve uzun süreli öfkenin oluşabileceğini belirtmektedir.

Bilişsel Terapiye göre öfke duygusu, diğer duygusal rahatsızlıklar gibi bireyin kendisi, yaşantıları ve geleceği hakkındaki değerlendirmelerinde yanlış çıkarsamalar yapması sonucu oluşmaktadır. Buradan yola çıkarak Burns (1980), öfkenin de bilişlerdeki çarpıtmalardan kaynaklandığını belirterek; bilişsel çarpıtlamalar ile öfke arasındaki ilişkiyi ifade etmektedir.

Yaygın kaygı bozukluklarında öfke düzeyi ve öfke ifade tarzını inceleyen bir araştırmaya göre; yaygın kaygı bozukluklarının ortaya çıkmasında ve bu kaygının düzeyinde; öfkenin düzey ve ifade tarzı etkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Erdem, Çelik, Yetkin ve Özgen; 2008).

Bu araştırmalar doğrultusunda Çocuklar Öfke Ölçeği'nin toplam puanı ile ilişkili olduğu düşünülen durumluk- sürekli kaygı ve çocuklukta bilişsel çarpıtmalar gibi değişkenlerle aralarındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu amaçla, ÇÖÖ toplam puanı ile Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (ÇDSKE) ve Çocuklukta Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme Ölçeği (ÇODDÖ) puanları arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Bu hesaplamalar Tablo 7'de gösterilmiştir.

Tablo 7.

ÇÖÖ Toplam Puanı ile Çocuklukta Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme ve Çocuklar İçin Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri Puanları Arasındaki Korelasyonlar

Ölçekler	ÇÖÖ
ÇODDÖ	.75**
DK	.75**
SK	.71**

N= 182 ** p< 0.01

Tablo 7'de görüldüğü üzere Çocuklukta Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme Ölçeği toplam puanı ile Çocuklar Öfke Ölçeği toplam puanı arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ($p < 0.01$) ilişki bulunmuştur. Çocuklar İçin Durumluk sürekli Kaygı Envanteri ile Çocuklar Öfke Ölçeği arasında ise yine pozitif yönde anlamlı düzeyde ($p < 0.01$) ilişki bulunmuştur.

4.3. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Güvenirlik Çalışmalarına İlişkin Bulgular

ÇÖÖ'nün Türkçe formunun güvenilirliğinin sınanması adına iki yöntem kullanılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığının incelenmesi için madde-toplam puan korelasyonları ile Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları; zamana karşı kararlılığının incelenmesi için ise test- tekrar test güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Bu hesaplamalara ilişkin bulgular Tablo 8'de gösterilmiştir.

Tablo 8.

Maddelerin Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve Madde- Alt Ölçek Toplam Puan Korelasyonları

Madde Numarası	X	Ss	r
1	1,65	,85	,28
2	2,14	,96	,41
3	2,32	1,14	,32
4	2,15	1,07	,38
5	2,40	1,04	,32
6	2,30	1,04	,36
7	2,46	1,10	,34
8	2,68	1,02	,29
9	2,48	1,07	,22
10	3,03	,86	,38
11	3,00	1,06	,21
12	2,95	,99	,40
13	1,88	1,03	,53
14	1,95	1,03	,42
15	2,33	1,19	,30
16	1,92	1,06	,37
17	2,24	1,09	,49
18	2,37	,99	,49
19	2,18	1,12	,35
20	2,38	1,06	,37
21	2,15	1,08	,39
22	2,99	,95	,386
23	3,04	1,000	,33
24	3,08	,91	,32
25	2,36	1,15	,36
26	2,15	1,11	,44
27	1,96	1,02	,33
28	2,28	1,03	,35
29	2,26	1,03	,41

30	2,53	1,06	,38
31	2,07	1,15	,39
32	2,23	1,16	,36
33	2,15	1,14	,32
34	2,34	1,06	,39
35	3,21	,91	,38
36	3,14	,98	,27
37	3,04	,96	,41
38	2,20	1,15	,26
39	2,21	1,19	,35

Tablo 8’de görüldüğü üzere ölçeğin Türkçe formunda yer alan maddelerin ait oldukları alt ölçeklerle aralarındaki korelasyon katsayıları .21 ile .49 arasında değişmektedir.

ÇÖÖ’nün alt ölçekleri arasındaki tutarlık katsayılarının incelenmesi için her bir alt ölçeğe ilişkin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları hesaplanarak Tablo 9’da gösterilmiştir.

Tablo 9.

Çocuklar Öfke Ölçeği ve Alt Ölçeklerinin İç Tutarlılık Katsayıları ve Test Tekrar Test Korelasyon Katsayıları

Ölçek/ Alt Ölçek	Test- Tekrar Test	Cronbach Alpha
ÇÖÖ	.83	.87
Engellenme	.80	.78
Fiz. Sal	.82	.82
Akr. İliş.	.87	.75
Oto. İliş.	.81	.81

Tablo 9’da görüldüğü üzere Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayılarının; alt ölçekler için .75 ile .82 arasında bulunmuştur. Bu bulgulardan yola çıkılarak ölçeğin tutarlı bir iç yapıya sahip olduğu söylenebilir.

ÇÖÖ, test- tekrar test ölçümleri için 8- 11 yaşları arasında 223 ilkokul 3., 4. ve ortaokul 5., 6. sınıf öğrencisine dört hafta arayla iki kez uygulanmıştır. Bu uygulamalar

sonucu elde edilen test- tekrar test güvenilirlik katsayıları Tablo 9’da görüldüğü gibi Engellenme alt ölçeği için .80, Fiziksel Saldırganlık alt ölçeği için .82, Akran İlişkileri alt ölçeği için .87 ve otorite ilişkileri alt ölçeği için .81 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgular ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.



BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde bulgular kısmında açıklanan sonuçlar yorumlanmış ve bu konuda yapılan diğer araştırmaların bulguları ile karşılaştırılmıştır.

5.1. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Türkçe'ye Çeviri Çalışmalarına İlişkin Tartışma ve Yorum

Uyarlanmış ölçeklerin sağlıklı sonuçlar verebilmesi için özenle üzerinde durulması gerektiği düşünülen ilk aşama ölçeklerin çevirilerinin ve kültürel uyarlamalarının gerçekleştirilme aşamalarıdır. Bu çalışmada da ölçeğin çeviri çalışmalarının başarılı bir şekilde gerçekleştirilebilmesi için takip edilmesi gereken uyarlama aşamaları dikkatle izlenmiştir. Uyarlama aşamalarının başında gelen çeviri aşaması için önerilen birçok çeviri yöntemi bulunmakla birlikte; bu yöntemlerin tek başlarına kullanılmasının yeterli olmadığı bilinmektedir (Savaşır, 1994). Bu nedenle, ÇÖÖ'nün çeviri aşamasında iki farklı yöntem kullanılmıştır. Bu yöntemler, tek yönlü çeviri yönteminin bir tekniği olan çeviri sonrası sorgulama ve geri çeviri yöntemleridir.

Araştırmaya iyi çevirmenlerin seçimi ile başlanarak; İngilizce'yi ve Türkçe'yi çok iyi bilen, her iki dili de akıcı konuşan, her iki kültürü de tanıyan üç çevirmen ile ölçeğin sahip olduğu kuramsal alt yapıyı ve rasyonelini bilen araştırmacının kendisi tarafından ayrı ayrı bireysel çevirileri yapılmıştır. Sonrasında bu çeviriler HMKÜ Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Ana Bilim Dalı'nda çalışan öğretim üyelerinin değerlendirmelerine sunularak ölçeğin en uygun çevirisine karar kılınmıştır. Çevirisine karar verilen maddeler arasında hedef dil ile orijinal dil arasındaki kültürel farklılıklara dikkat edilip edilmediğinin incelenmesi ve maddeler arasında eşdeğerliğin bulunup bulunmadığının kontrol edilmesi amacıyla bir İngilizce öğretmeninin incelemesine sunulmuştur. Ölçeğin her bir maddesinin yeniden gözden geçirilmesi sonucunda yapılan çeviride kültürel farklılıklara dikkat edilerek Türkçe'ye çevrildiği onaylanmış ve ihtiyaç duyulan düzenlemelerde bulunulmuştur. Daha sonra, HMKÜ Eğitim Fakültesi İngilizce Öğretmenliği Ana Bilim Dalı'nda çalışmakta olan üç öğretim elemanı tarafından ölçeğin geri çevirisi yapılmıştır. Geri çeviriler ile ölçeğin orijinal formunun karşılaştırmasının uzmanlar tarafından yapılmıştır. Bunun sonucunda oluşturulan deneysel Türkçe formun orijinal İngilizce forma eşdeğer olduğu tespit edilmiştir.

Ölçeğin oluşturulan deneysel Türkçe formunun, 8- 11 yaş grubundaki çocuklar tarafından doğru anlaşılabilirliğinin sınanması adına, ölçek, Hatay İli Altınözü İlçesinde bulunan ve Kıyıgören İlkokulu'nda 3. sınıfa devam etmekte olan 25 öğrenciye uygulanmıştır. Bazı ölçek maddelerinin çocuklar tarafından anlaşılma zorlandığı görülmüştür. Bunun üzerine çevirmenlerle yeniden bir araya gelinerek anlaşılmayan maddeler yeniden incelenmiştir. Gerçekleştirilen tüm çeviri ve kültürel uyarlama çalışmaları sonucunda ÇÖÖ'nün Türkçe dil eşdeğerliğinin sağlanmış olduğu söylenebilir.

5.2. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Geçerlik Çalışmalarına İlişkin Tartışma ve Yorum

Çocuklar Öfke Ölçeği'nin geçerliğini sınamak amacıyla, yapı geçerliği ve ölçüt bağıntılı geçerliği incelenmiştir. Bu kısımda bu analizler sonucunda ulaşılan bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.2.1. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Yapı Geçerliğine İlişkin Tartışma ve Yorum

Ölçeğin orijinalinin sahip olduğu dört faktörlü yapının doğrulanması amacıyla birinci düzey DFA uygulanmıştır. Toplam 502 öğrenciden toplanan verilerin normal dağılım göstermesi sebebiyle maximum likelihood (maksimum olabilirlik) hesaplama yöntemi kullanılarak yapılan DFA sonucunda $\chi^2/sd = 2.93$, uyum istatistikleri; RMSEA= 0.062, RMR= 0.048, NFI= 0.93, CFI=.95, IFI= .95, AGFI= .81, GFI= .83 olarak bulunmuştur.

Literatürdeki kaynaklar incelendiğinde uyum indekslerinin eşik değerleri ile ilgili araştırmacılar arasında kesin bir anlaşma olmadığı görülmektedir. Bu araştırmada kabul edilen eşik değerleri ise; GFI, CFI, NFI, IFI ve AGFI indeksleri için 0.90 ve üzeri olduğunda kabul edilebilir uyum değeri, 0.95 ve üzeri olduğunda iyi uyum değeri olarak, χ^2/sd oranınının 3'ten küçük olması iyi uyum değeri; 3 ile 5 arasında olması ise kabul edilebilir uyum değeri olarak kabul edilmiştir (Bentler, 1988; Brown, 2006; Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2011; Tabachnick ve Fidell, 2012; Akt. Gürbüz ve Şahin, 2016). RMSEA değeri için ise 0.05'ten düşük olması iyi uyum (Schumacher ve Lomax, 2004), 0.05 ile 0.08 arasında olması kabul edilebilir uyum (Schumacher ve Lomax, 2004), 0.08 ile 0.1 arasında bir değer alması ise vasat uyum (MacCallum vd., 1996; Akt. Koyuncu ve Kılıç, 2019) olarak kabul edilmiştir. ÇÖÖ'nün DFA sonucunda ulaşılan bu uyum indeksleri, belirtilen eşik değerlerine göre incelendiğinde; AGFI ve GFI değerleri hariç diğer tüm uyum indeksi değerlerinin kabul edilebilir eşik değerinde oldukları

görülmüştür. AGFI ve GFI değerleri bu araştırma kapsamında belirlenen eşik değerlere uymazken ($> .90$); Corral ve Calvete (2000) bu değerlerin $.80$ ve $.90$ arasında olduğunda da iyi uyuma elverişli olduğunu belirtmektedir. Uyum indekslerinin her birinin güçlü ve zayıf yönleri olduğunu belirten Gürbüz ve Şahin (2016), test edilen modelin doğrulanmasına ilişkin karar verilirken; bu uyum indekslerinden yalnızca birine göre karar verilemeyeceğini de ifade etmektedir. Bunun sebeplerinden biri olarak DFA’da kullanılan uyum indekslerinin her birinin, model uyumunun farklı bir yönüne ilişkin bilgi sağlaması olduğu söylenebilir. Hu ve Bentler (1998) ve Marsh, Balla ve McDonal (1988) tarafından yapılan benzetim çalışmalarında, AGFI ve GFI uyum indekslerinin çok fazla kullanılmasına karşın; bu uyum indekslerinin performanslarının zayıf olduğu; bu nedenle önerilmediği belirtilmektedir (Koyuncu ve Kılıç, 2019). Buradan yola çıkılarak ÇÖÖ maddelerinin ilgili yapılarla olan modellerinin iyi uyum gösterdiği söylenebilir. Elde edilen DFA sonuçlarına göre test edilen model ÇÖÖ’nün dört örtük değişkeni ölçtüğünü göstermektedir. Bu durum ÇÖÖ’nün alt ölçeklerinin kendi başlarına da puanlanabileceğini ve bu puanların ilgili alt ölçekte yer alan öfke düzeyi için kullanılabileceğini göstermektedir.

ÇÖÖ’nün kendisini oluşturan dört alt ölçeği arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla alt ölçekler arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Bu hesaplamalara göre ağırlıklı olarak alt ölçeklerin birbirleri arasında pozitif yönde zayıf düzeyde (E- FS= $.26$, FS- Aİ= $.30$, FS- Aİ= $.28$, Aİ- Oİ= $.30$) anlamlı ($p < .001$) bir ilişki olduğu görülmektedir. Engellenme alt ölçeği ile akran ilişkileri ve otorite ilişkileri alt ölçekleri arasında ise pozitif yönde orta düzeyde (E- Aİ= $.35$, E- Oİ= $.40$) anlamlı ($p < .001$) bir ilişki olduğu görülmektedir.

Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ÇÖÖ’nün orijinal ölçekte olduğu gibi dört alt boyutta uyum gösterdiği ve tüm maddelerin ilgili alt ölçeğe yerleştiği görülmüştür. Buna karşın alt ölçekler arasındaki korelasyonun zayıf veya orta düzeyde olması; ölçek maddelerinin içeriklerinin benzer olmasından kaynaklanmış olabilir.

5.2.2. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Ölçüt Bağıntılı Geçerliğine İlişkin Tartışma ve Yorum

Benzer ölçekler geçerliğini sınamak amacıyla; Çocuklar Öfke Ölçeği toplam puanı ile Çocuklardaki Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme Ölçeği ve Çocuklar İçin Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri toplam puanları arasındaki korelasyonlar incelenmiştir.

Çocuklar Öfke Ölçeği toplam puanı ile Çocuklardaki Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme Ölçeği toplam puanı arasında pozitif yönde $p < 0.01$ düzeyinde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu durum, çocuklardaki öfke duygusu ne derece fazlaysa; bu çocukların bilişsel çarpıtmalarının da bir o kadar fazla olduğu şeklinde yorumlanabilir. Buradan bir çocuğun kendisini ve deneyimlerini algılayışında olumsuzluklar olduğunda; öfke gibi duygulanımları da aynı anda yaşayabileceği söylenebilir. Ulaşılan bu sonuç, kuramsal açıdan beklenen sonuçla paralellik göstermektedir. Bilişsel- davranışçı kuramlara göre bireylerin yaşantılarını yorumlama şekli onların duygu durumunu ve davranışlarını da etkilemektedir. Yaşantılarını ve kendisini olumsuz düşünceler ağırlıklı algıyan bir çocuğun, duygulanımlarının da olumsuz yönde olacağı; bunun sonucundaysa kendisini kötü etkileyebilecek yaşam durumları içinde bulabileceği söylenebilir. Bu kötü yaşam durumlarından bir tanesinin de rahatsızlık verici öfke duygusu olduğu bilinmektedir. Öfke konusunda ilişkin literatür incelendiğinde; öfkeyle başa çıkmak için bilişlere odaklanarak; öfkeyi kontrol etmeyi amaçlamış pek çok sayıda çalışmaya karşılaşılmaktadır (Sukhodolsky, Solomon ve Perine, 2000; Sukhodolsky, Kassinove ve Gorma, 2003; Tekinsav, Aydın ve Sorias, 2010; Görgü ve Sütçü, 2016). Bu çalışmaların sonuçları incelendiğinde düşünme şekillerinde meydana gelen değişimlerin; değişimin olumlu ve olumsuz olmasıyla paralel olarak öfke duygusunu da etkilediği görülmüştür. Başka bir ifadeyle, bilişlerde yer alan düşüncelerin olumsuz olması, beraberinde sağlıksız öfke duygusunu oluşturabilmektedir. Bu bilgilerin; araştırma kapasamında ortaya çıkan olumsuz bilişler ve öfke arasında pozitif yönde anlamlı ilişki çıkmasını da destekler nitelikte olduğu söylenebilir.

Çocuklar Öfke Ölçeği toplam puanı ile Çocuklar İçin Durumluk Kaygı Envanteri ve Sürekli Kaygı Envanteri toplam puanları arasında pozitif yönde $p < 0.01$ düzeyinde anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Bu bulgu, çocukların öfkelendikçe durumluk ve sürekli kaygılarının da artabileceği şeklinde ifade edilebilir. Benzer şekilde düşük seviyede öfke yaşayan çocukların; durumluk ve sürekli kaygıyı düşük seviyelerde yaşayabileceği şeklinde yorumlanabilir. Alanyazın incelendiğinde; Özmen, Özmen, Çetinkaya ve Akil (2016) tarafından yapılan araştırma, bu bulguyla paralel olarak kaygı ve öfke arasındaki ilişkiyi desteklemektedir. Özmen ve arkadaşları, ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin öfke düzeyleri, öfke tarzları ve bu değişkenleri etkileyen etkenleri araştırmışlardır. Araştırmada kaygı değişkeninin incelenmesinde Çocuklar İçin Durumluk Sürekli Kaygı Ölçeği; öfke değişkeninin incelenmesi için ise Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeği kullanılarak; bu iki değişken arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu

inceleme sonuçları incelendiğinde; sürekli kaygının öfkenin oluşumunda ve ifade edilmesinde en etkili etmenlerden biri olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda, çocukların kaygı düzeyleri ile öfke kontrolleri arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur. Bu bulgu araştırmacılar tarafından; kaygı yaşamaya yatkın çocukların öfkelerini kontrol edemedikleri şeklinde yorumlanmıştır.

5.3. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin Güvenirlik Çalışmalarına İlişkin Tartışma ve Yorum

ÇÖÖ'nün güvenilirliğini incelemek adına psikolojik testlerin güvenilirliğinin araştırılmasında yaygın olarak kullanılan yöntemlere başvurulmuştur. Ölçeğin iç tutarlılığını incelemek adına madde toplam puan korelasyonları, Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı; zamana karşı güvenilirliğini sınamak amacıyla da test- tekrar test güvenilirlik/ kararlılık katsayısı hesaplanmıştır.

ÇÖÖ'nün iç tutarlılığını incelemek adına her bir maddenin alt ölçek toplam puan korelasyonları incelenmiştir. Madde puanları ile ölçek puanları arasındaki korelasyon katsayıları .21 ile .49 arasında değişmekle birlikte; altı madde için madde-toplam korelasyonları .21 ile .29 arasında değişmektedir. Bu altı maddenin yeniden düzenlenerek geliştirilmesi güvenilirliğin yükselmesini sağlayabilir. Geri kalan maddelere bakıldığında bu maddelerin iyi madde olduğu ve düzeltme yapılmadan ölçekte tutulabileceği söylenebilir.

ÇÖÖ'nün alt ölçeklerinin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları Engellenme alt ölçeği için .78, Fiziksel Saldırganlık alt ölçeği için .82, Akran İlişkileri alt ölçeği için .75, Otorite İlişkileri alt ölçeği için .81 ve toplam ÇÖÖ puanı için .87 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgulardan yola çıkılarak ÇÖÖ'nün hem toplam puan hem de alt ölçeklerin iç tutarlılıkları olarak güvenilirliklerinin iyi olduğunu göstermektedir. Cronbach Alpha güvenilirlik katsayıları .80' den büyük ise "yüksek güvenirlkte", .60 ile .80 arasında ise "oldukça güvenilir", .40 ile .60 arasında ise "düşük güvenirlkte" ve .40' tan düşük ise "güvenilir değil" olarak belirtilmektedir (Kalaycı, 2010; Yıldız ve Uzunsakal, 2018). Buna göre, ÇÖÖ'nün toplam puan güvenilirlik katsayısı yüksek derece güvenirlktedir. Alt ölçekleri incelendiğinde ise Engellenme ve Akran İlişkileri alt ölçekleri oldukça güvenilir; Fiziksel Saldırganlık ve Otorite İlişkileri alt ölçekleri yüksek güvenirlktedir.

ÇÖÖ'nün orijinal ölçeği için hesaplanan Cronbach Alpha değerleri incelendiğinde; toplam puan güvenilirlik katsayısı için .95; Engellenme alt ölçeği için .85, Fiziksel Saldırganlık alt ölçeği için .86, Akran İlişkileri alt ölçeği için .86 ve Otorite

İlişkileri alt ölçeği için .85 olarak hesaplandığı görülmüştür. ÇÖÖ'nün orijinal ölçeğinin güvenilirlik katsayılarının Türkçe formununkinden yüksek olduğu görülmektedir. Bu durumun, örnekleme bağlı değişkenlerin ölçüm güvenirligi üzerindeki etkisinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bademci (2004), yaptığı araştırmalar sonucunda; ölçüm sonuçlarından elde edilen güvenirligin, ölçme aracının güvenirligi olarak ifade edilemeyeceğini belirtmektedir. Buna neden olarak; güvenirligin bir ölçme aracı özelliği değil; ölçüm sonuçlarının bir özelliği olduğunu göstermektedir. Ölçüm sonuçlarının güvenirligini etkileyen önemli etmenlerden bir tanesi örneklem grubunun özellikleridir. Ölçme aracının uygulandığı örneklemin homojen ya da heterojen yapıda olmasının ölçüm güvenirligini artırma veya azaltma etkileri olduğu bilinmektedir (Bademci, 2015; Büyüköztürk vd., 2016). Aynı ölçme aracı, heterojen bir gruba uygulandığında güvenilir ölçümler verebilirken; homojen bir grupta güvenilir sonuçlar vermeyebilmektedir. Nelson ve Finch (2000)'in, ölçek geliştirme çalışmaları kapsamında, farklı etnik kökenlerden gelen (%3'ü Asyalı, %8'i Siyahi, % 6'sı İspanyol, % 1'i Amerikan yerlisi, %63'ü beyaz, % 3'ü diğer ve %17'si kayıp veri) ve toplam 1604 kişiden oluşan bir örneklem grubuyla çalıştığı görülmektedir. Bu bilgilerden hareketle; ölçeğin uyarlamasının yapıldığı örnekleminin, geliştirildiği örnekleme kıyasla daha az heterojen bir yapıda olduğu söylenebilir. Bu durum, ölçeğin uyarlama çalışmasında elde edilen güvenilirlik katsayısının, orijinalinden elde edilenden daha düşük olmasının nedenlerinden biri olarak gösterilebilir.

Elde edilen sonuçlara göre ÇÖÖ'nün iç tutarlılığının ve bu anlamdaki güvenilirlik ölçümlerinin yeterli olduğu söylenebilir.

ÇÖÖ'nün test- tekrar test yöntemi ile hesaplanan kararlılık katsayıları incelendiğinde; Engellenme alt ölçeği için .80, Fiziksel Saldırganlık alt ölçeği için .82, Akran İlişkileri alt ölçeği için .87, Otorite İlişkileri alt ölçeği için .81 ve toplam puanı için .83 olarak hesaplandığı görülmektedir. Ölçeğin dört hafta ara ile yapılan iki uygulamasından elde edilen alt ölçek ve toplam puanları arasındaki korelasyon katsayıları incelendiğinde; pozitif yönde yüksek ve anlamlı düzeyde korelasyonlar görülmektedir. Ölçeğin kararlılık katsayısını yüksek olmasında her iki uygulama arasında verilen dört hafta sürenin öğrencilerin gelişim özelliklerine ve ölçülen özelliğe göre belirlenmesinin; her iki uygulamanın da araştırmacının kendisi tarafından aynı ortam, aynı süre ve aynı açıklamalarla gerçekleştirilmesinin sağladığı katkılar olduğu söylenebilir. Ölçeğin orijinalinin kararlılık katsayıları incelendiğinde; yalnızca 6-11 yaş aralığındaki 87 çocuğa ve 6-7 yaş aralığındaki 24 çocuğa bir hafta arayla uygulama yapılarak hesaplandığı

görülmüştür. Bu çalışmalardaki kararlılık katsayıları 6-11 yaş aralığındaki çocuklar için alt ölçekler için .65 ile .75 aralığında; toplam puan .75 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin 6-7 yaş aralığındaki test- tekrar test uygulamasında ise alt ölçeklerin .48 ile .73 aralığında, toplam puanın ise .66 olarak hesaplandığı görülmüştür.

Elde edilen korelasyon katsayıları, ÇÖÖ'nün hem alt ölçekler hem de toplam puan bakımından kararlı bir ölçme yapabildiğini göstermektedir.



BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma bulguları doğrultusunda elde edilen sonuçlar ve bu sonuçlara dayalı olarak yapılabilecek araştırma ve uygulamalara yönelik öneriler sunulmuştur.

6.1. Sonuçlar

1. ÇÖÖ'nün çevirisi, tek yönde çeviri sonrası grup sorgulama tekniği ve geri çeviri çalışması ile yapılmıştır. Bunun sonucunda ÇÖÖ'nün Türkçe formu ile orijinal formundaki maddelerin eşdeğer olduğuna ulaşılmıştır.

2. ÇÖÖ'nün geçerlik çalışmaları kapsamında yapı geçerliği ve ölçüt bağıntılı geçerliği incelenmiştir.

2. a. Ölçeğin yapı geçerliğinin doğrulanması amacıyla, birinci düzeyde doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgular, ölçek maddelerinin ilgili yapılarla olan modellerinin iyi uyum gösterdiği yönündedir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ÇÖÖ'nün orijinal ölçekte olduğu gibi dört alt alt ölçekte uyum gösterdiği ve tüm maddelerin ilgili alt ölçeklere yerleştiği görülmüştür.

ÇÖÖ'de yer alan maddeler ve bu maddelerin yerleştiği alt ölçekler aşağıdaki gibidir:

- Engellenme alt ölçeğinde; 1, 2, 3, 13, 14, 15, 25, 26, 27, 28, 38 no'lu maddeler yer almaktadır.
- Fiziksel Saldırganlık alt ölçeğinde; 10, 11, 12, 22, 23, 24, 35, 36, 37 no'lu maddeler yer almaktadır.
- Akran İlişkileri alt ölçeğinde; 7, 8, 9, 19, 20, 21, 32, 33, 34 no'lu maddeler yer almaktadır.
- Otorite İlişkileri alt ölçeğinde; 4, 5, 6, 16, 17, 18, 29, 30, 31, 39 no'lu maddeler yer almaktadır.

ÇÖÖ, dörtlü likert tipindedir. Buna göre, “Umursamam” 1 puan, “Rahatsız Olurum” 2 puan, “Çok Öfkelenirim” 3 puan ve “Dayanamam/ Deliye dönerim” 4 puan

olacak şekilde değerlendirilmektedir. Ölçekte tersten puanlanan maddeler bulunmamaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar çocuklardaki öfke duygusunun arttığını göstermektedir.

2.b. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin alt ölçekleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla her bir alt ölçeğe yüklenen maddelerin toplam puanları arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Bu hesaplamalar sonucunda alt ölçeklerin kendi aralarında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki (Engellenme-Fiziksel Saldırganlık, Fiziksel Saldırganlık- Akran İlişkileri, Fiziksel Saldırganlık- Otorite İlişkileri) ve pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki (Aile İlişkileri- Otorite İlişkileri) gösterdikleri görülmüştür.

2.c. Çocuklar Öfke Ölçeği'nin ölçüt bağımlı geçerlik çalışması için benzer yapıları ölçtüğü düşünülen Çocuklukta Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme Ölçeği toplam puanı ve Çocuklar İçin Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri Toplam puanı ile arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu inceleme sonuçlarına göre, çocuklardaki öfke ile çocuklukta olumsuz düşünceler ve durumluk sürekli kaygı arasında pozitif yönde ilişkiler olduğu görülmüştür.

2.d. Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları ve test- tekrar test kararlılık katsayıları, Çocuklar Öfke Ölçeği'nin güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermiştir.

6.2. Öneriler

Bu kısımda,uyarlaması yapılanÇocuklar Öfke Ölçeği ile ilgili yapılabilecek araştırma ve uygulamalara yönelik olarak öneriler sunulmuştur.

6.2.1. Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler

1. ÇÖÖ'nün ölçüt bağımlı geçerlik çalışması yaş, cinsiyet ve sosyo- ekonomik düzey bağımlı geçerlikleri incelenerek sınanabilir.

2. ÇÖÖ'nün benzer yapılar geçerliği; ebeveyn, öğretmen, arkadaş gibi farklı sosyal bilgi kaynaklarından toplanan nicel ve nitel verilerle desteklenebilir.

3. ÇÖÖ'nün yapı geçerliği doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile incelenmiştir. DFA sonucunda ÇÖÖ'nün örtük dört yapısını da ölçtüğü doğrulanmıştır. Bu sonuç, ÇÖÖ'nün alt ölçeklerinin de ayrı ayrı puanlanabileceği anlamına gelmektedir.

6.2.2. Uygulamalara Yönelik Öneriler

4. Okullardaki rehberlik ve psikolojik danışma çalışmalarının sağlıklı bir şekilde ilerleyebilmesinde; öğrenci ve problemleriyle ilgili durumlar hakkında sistemli bir şekilde toplanmış nesnel bilgilere sahip olmak önemlidir. Bu amaçla Çocuklar Öfke Ölçeği'nin, ilk ve ortaokullarda öfke kaynaklı olarak gelişebilecek duygusal ve davranışsal problemlere dair önleyici çalışmalar yapılabilmesine olanak sağlayacağı düşünülmektedir.

5. ÇÖÖ, cevaplama süresinin kısa süreli (10-20 dk), değerlendirmesi kolay, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olması yönüyle de ilköğretim ve ortaokul rehberlik servislerine uygulama rahatlığı sağlayabilir.



KAYNAKLAR

- Akın, A. (Ed.). (2013). *Eğitimde kullanılan güncel ölçme araçları*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Albayrak, B., & Kutlu, Y. (2009). Ergenlerde öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörler. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 2(3), 57-69.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S. & Schweizer, S. (2010). Emotion regulation strategies across psychopathology: a meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 30, 217-237.
- Altınbaş, H. K., Aslan, G. K., Ayyıldız, T.K., Avoğlu, F. N., & Veren, F. (2016). Üniversite öğrencilerinin çocukluk döneminde yaşadıkları örseleyici davranışların öfke durumları üzerine etkisi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(6), 518-524. doi: 10.54555/pmb. 1-1456412345
- Arslan, C. (2010). Öfke ve öfkeyi ifade etme biçimlerinin, stresle başa çıkma ve kişilerarası problem çözme açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(1), 1- 38.
- Avcı, R., & Güçray, S. (2010). Şiddet davranışı gösteren ve göstermeyen ergenlerin ailelerinin aile işlevleri, aile bireylerine ilişkin problemler, öfke ve öfke ifade tarzları açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 10(1), 45-76.
- Averill, J.R. (1983). Studies on Anger and Aggression: Implications for Theories of Emotion. *American Psychologist*, November, 1145-1160.
- Bademci, V. (2004). “Testin güvenilirliği” veya “test güvenilirlidir” diye ifade etmek doğru değildir. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2 (3), 367- 373.
- Bayrakçı, M. (2007). Sosyal öğrenme kuramı ve eğitimde uygulanması. *SAÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, (14), 198- 210.
- Bear, G. G., Uribe-Zarain, X., Manning, M. A. & Shiomi, K. (2009). Shame, guilt blaming, and anger: differences between children in japan and the us. *Motivation and Emotion*, 33(3), 229- 238.
- Beck, A., T. (2008). Bilişsel terapi ve duygusal bozukluklar (2. baskı). (Çev. A. Türkcen ve V. Öztürk). İstanbul: Litera Yayıncılık. (Orijinal çalışmanın yayın tarihi 1979).
- Boman, P. (2003). Gender differences in school anger. *International Education Journal*, 4 (2), 71- 77.

- Burns, D. (2017). *İyi hissetmek- yeni duygudurum tedavisi* (32. Baskı). (E. Tuncer, Çev.; Ö. Mestçioğlu, Çev.; İ. E. Atak, Çev. ve G. Acar, Çev.). İstanbul: Psikonet yayınları (Orijinal çalışmanın yayın tarihi 1980).
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (14. baskı). Ankara: Pegem akademi.
- Candelaria, A., Fedewa, A. and Ahn, S.(2012). The effects of anger management on children's social and emotional outcomes: A meta-analysis. *School Psychology International*, 33(6), 596-614. doi:10.1177/0143034312454360
- Cenkseven, F. (2003). Öfke yönetimi becerileri programının ergenlerin öfke ve saldırganlık düzeylerine etkisi. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 2(4), 153-167.
- Chang, E. Bridewell, B.W. (1997). Distinguishing between anxiety, depression and hostility: relations to anger-in, anger-out and anger control. *Personality and Individual Differences*. Elsevier Science Ltd. Printed in Great Britain, 22(4), 587-590.
- Cook, J. M., Biyanova, T. & Coyne J. C. (2009). Influential psychotherapy figures, authors, and books: an internet survey of over 2,000 psychotherapists. *Psychotherapy Theory, Research, Practice, Training*, 46(1), 42-51.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları* (T. Ergene, Çeviren). Ankara: Mentis yayıncılık. (Orijinal çalışmanın yayın tarihi 2005).
- Corral, S. & Calvete, E. (2000). Machiavellianism: Dimensionality of the Mach IV and Its Relation to Self-Monitoring in a Spanish Sample. *The Spanish Journal of Psychology*. 3(1). 3-13. Dos: Available in: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17230102>
- Çapık, C.; Gözüm, S. Ve Aksayan, S. (2018). Kültürlerarası ölçek uyarlama aşamaları, dil ve kültür uyarlaması: güncellenmiş rehber. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 26(3), 199-210.
- Çivitçi, N. (2007). Çok boyutlu okul öfke ölçeği' nin Türkçe' ye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(22), 99- 109.
- Deffenbacher, J. L. (1999). Cognitive-behavioral conceptualization and treatment of anger. *Journal Of Clinical Pshchology*, 55 (3), 295-309
- Deffenbacher, J. and McKay, M. (2000). *Owercoming situational and general anger*. USA.

- Deniz, K. Z. (2007). Psikolojik ölçme aracı uyarlama. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 40(1), 1- 16.
- DiGiuseppe, R. and Chip, T. R. (2004). *Anger Disorder Scale*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Dilekler, İ., Törenli, Z. ve Selvi, K. (2014). Öfkeye farklı açılardan bakış: öfkenin mekanizması, farklı psikopatolojilerde öfke ve terapistin öfkesi. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 1(3), 44-59.
- Dryden, W. (2012). *Dealing with emotinal problems using rational-emotive cognitive behaviour therapy: a practitioner's guide* (1th edition), London.
- Dougherty, L. R. (2006). Children's emotionality and social status: a meta-analytic review. *Social Development*, 15(3), 394-417.
- Dökmen, Ü. (2010). *Sanatta ve günlük yaşamda iletişim çatışmaları ve empati* (44. Baskı). İstanbul: Remzi kitabevi
- Duran, Ö. ve Eldeleklioğlu, J. (2005). Öfke kontrol programının 15-18 yaş arası ergenler üzerindeki etkililiğinin araştırılması. *Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(3), 267-280.
- Durlak, J. A.; Fuhrman, T., & Lampman, C. (1991). Effectiveness of cognitive behavior therapy for maladapting children: A meta analysis. *Psychological Bulletin*, 110(2), 204-214.
- Ellis, A. & Harper, R. A. (2015). *Akılcı yaşam kılavuzu* (2. Baskı). (S. Kunt Akbaş, Çev.). Ankara: Eksi kitaplar. (Orijinal çalışma basım tarihi 1997).
- Erdem, M; Çelik, C.; Yetkin, S. ve Özgen, F. (2008). Yaygın anksiyete bozukluğunda öfke düzeyi ve öfke ifade tarzı. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 9(4), 203- 207.
- Ersoy, E. ve Deniz, M. E. (2016). Üstün yetenekli çocukların öfkeyle başa çıkma ve karar verme becerilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 15(3), 1017-1030.
- Flanagan, R., & Allen, K. (2005). A review of the Children's Inventory of Anger (CHIA): A neededmeasure. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive- Behavior Therapy*, 23, 263–273.
- Gander, M. J. & Gardiner, H. W. (2010). *Çocuk ve ergen gelişimi*. (A. Dönmez, N. Çelen ve B. Onur, Çev.). Ankara: İmge yayınevi. (Orijinal çalışmanın yayın tarihi 1993).
- Geçtan, E. (2013). *Varoluş ve psikiyatri*. (8. Baskı). İstanbul: Metis yayınları. (Orijinal çalışmanın yayın tarihi 1990).

- Görgü, N. S. ve Tekinsav Sütçü, S. (2015). İşlevsel olmayan öfkenin tedavisinde bilişsel davranışçı grup terapisi etkililiği: sistematik bir gözden geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(1), 129- 143.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of General Psychology Science*, 10, 214- 219.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: affective, cognitive, and social consequences. *Current Psychology*, 39, 281- 291.
- Gültekin, F. T. (2011). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin öfke ve saldırganlık düzeylerinin azaltılması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi*, (41), 180.
- Gürbüz, S. ve Şahin, F. (2016). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri* (3. Baskı). Ankara: Seçkin yayıncılık.
- Hambleton, R. K. & Patsula, L. (1999). Increasing the validity of adapted tests: myths to be avoided and guidelines for improving test adaptation practices. *Journal of Applied Testing Technology*, 1(1), 1- 30.
- Hisli Şahin, N., Durak Batıgün, A., Uzun, C. (2011). Anksiyete bozukluğu: kişilerarası tarz, kendilik algısı ve öfke açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12, 107-113.
- Horney, K. (2010). *İçsel çatışmalarımız*. (2. Baskı).(Z. Koçak, Çev.). İstanbul: Sel yayıncılık. (Orijinal çalışmanın yayın tarihi 1945).
- Hubbard, J. A. (2001). Emotion expression processes in children's peer interaction: The role of peer rejection, aggression, and gender. *Child Development*, 72, 1426–1438.
- Hubbard, J. A., Parker, E. H., Ramsden, S. R., Flanagan, K. D., Relyea, N., Dearing, K. F., Smithmyer, C. M., Simons, R. F. & Hyde, C. T. (2004). The relations among observational, physiological, and self-report measures of children's anger. *Social Development*, 13(1), 14-39.
- Jacobs, G., Phelps, M., & Rhors, B. (1989). Assessment of anger in children: The Pediatric Anger Expression Scale. *Personality and Individual Differences*, 10, 59-65.
- Kalaycı, Ş. (2010). *SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*, (5. Baskı), Ankara: Asil Yayın Dağıtım Ltd. Şti.
- Karahan, T. F., Yalçın, B. M. & Erbaş, M. M. (2014). The beliefs, attitudes and views of university students about anger and the effects of cognitive behavioral therapy-oriented anger control and anxiety management programs on their anger

- management skill levels. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 14 (6), 2071-2082.
- Karakaya, I., Coşkun, A., Ağaoglu, B., Yıldız, Ö., Memik, N. Ç., Şişmanlar, Ş. G., ve Arslan, H. (2007). Çocukluktaki Olumsuz Düşünceleri Değerlendirme Ölçeği' nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(2), 1-8.
- Kerr, M. A. and Schneider, B. H. (2008). Anger expression in children and adolescent: A review of the empirical literature. *Clinical Psychology Review*, 28559-577. doi: 10.1016/j.cpr.2007.08.001
- Kesen, N. F., Deniz, M. E. ve Durmuşoğlu, N. (2007). Ergenlerde saldırganlık ve öfke düzeyleri arasındaki ilişkisi: yetiştirme yurtları üzerinde bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17, 353-364.
- Kırimer, F., Akça, E. ve Sümer, N. (2014). Orta çocuklukta anneye kaygılı ve kaçınan bağlanma: yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri II orta çocukluk ölçeğinin türkçe'ye uyarlanması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 17(33), 45- 57.
- Kline, R. B. (2016). *Principle and practice of structural equation modelling* (4. bs.). New York, NY: The Guilford Press
- Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: an integrative review. *Cognitive and Emotion*, 23(1), 4- 41.
- Koyuncu, İ., & Kılıç, A. (2019). Açıklayıcı ve Doğrulayıcı Faktör Analizlerinin Kullanımı: Bir Doküman İncelemesi. *Eğitim ve Bilim* 44(198). doi:<http://dx.doi.org/10.15390/EB.2019.7665>.
- Kulakçı Altınbaş, H., Korkmaz Aslan, G., Kuzlu Ayyıldız, T., Ayoğlu, F. N. ve Veren, F. (2016). Üniversite öğrencilerinin çocukluk döneminde yaşadıkları örseleyici davranışların öfke durumları üzerine etkisi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(6), 518- 524.
- Leung, P. W. L. & Wong, M. M. T. (1998). Can cognitive distortions differentiate between internalising and externalising problems. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 39(2), 263- 269..
- Lochman, J. E. (1981). A cognitive behavior program for use with aggressive children. *Journal Of Clinical Child Psychology*, 10(3), 146.
- Martin, R. C. & Dahlen, E. R. (2004). Irrational beliefs and experience and expression of anger. *Journal of Rational- Emotive & Cognitive- Behavior Therapy*, 22(1), 3-20.
- Mauss, I. B., Burge, S. A. & Gross, J. J. (2007). Automatic emotion regulation. *Social and Personality Psychology Compass*, 10, 1111- 1133.

- Moeller, S., Novaco, R., Heinola-Nielsen, V., & Hougaard, H.). (2016). Validation of the Novaco Anger Scale–Provocation Inventory (Danish) With Nonclinical, Clinical, and Offender Samples. *Assessment*, 23(5), 624-636. doi:10.1177/1073191115583713
- Modrcin-McCarthy, M. A., Pullen, L., Barnes, A. F. ve Alpert, J. (1998). Childhood anger: so common, yet so misunderstood. *Journal of Child & Adolescent Psychiatric Nursing*, 11(2),69-77.
- Nelson, W.M., Finch, A.J. (2005). *Children's inventory of anger*. Los Angeles, CA: Western Psychological Services
- Oolup, C., Brown, J. Nowicki, E. & Aziz, D. (2015). The emotional experience and expression of anger: children's perspectives. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 33. 279-292.
- Oral, N. (2006). *Yeme tutum bozukluğu ile kişilerarası şemalar, bağlanma stilleri, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı. Ankara.
- Özer, A. K. (1994a).Sürekliöfke (SL-Öfke) ve öfke ifade tarzı (Öfke-Tarz) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 26-35.
- Özgüven, İ. E. (2011). *Psikolojik testler*. Ankara: PDREM Yayınları
- Özmen, A. (2006). Öfke: kuramsal yaklaşımlar ve bireylerde öfkenin ortaya çıkmasına neden olan etmenler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*,39(1), 39-56.
- Özmen, D.; Özmen, E.; Çetinkaya, A. ve Akil, İ. Ö. (2016). Ergenlerde sürekli öfke ve öfke ifade tarzları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 65- 73.
- Özusta, H. Ş. (1995). Çocuklar için durumluk-sürekli kaygı envanteri uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*. 10(34), 32-44.
- Plotnik, R. (2009). *Psikolojiye giriş* (Çev. Tamer Geniş). İstanbul: Kaknüs Yayınları. (Orijinal eser 2007 yılında basılmıştır)
- Rice, M., Kang, D., Weaver, M., & Howell, C. C. (2008). Relationship of anger, stress, and coping with school connectedness in fourth-grade children. *The Journal Of School Health*, 78(3), 149-156. doi:10.1111/j.1746-1561.2007.00277.x
- Robins, S. and Novaco, R. W. (1999). Systems conceptualization and treatment of anger. *Journal Of Clinical Psychology*, (3), 325.

- Rohlf, H., Busching, R. & Krahe, B. (2017). Longitudinal links between maladaptive anger regulation, peer problems and aggression in middle childhood. *Merrill-Palmer Quarterly: Journal of Developmental Psychology*, 63(2), 282-309.
- Rosemary, F., Korrie, A., & Donna J., H. (2010). The impact of anger management treatment and rational emotive behavior therapy in a public schoolsetting on social skills, anger management, and depression. *Journal Of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, (2), 87. doi:10.1007/s10942-009-0102-4
- Rothschild, B. (1999). A humanistic understanding of anger. *Humanistic*, 59(1), 36.
- Rupp, D. E. and Vodanovich, S. J. (1997). The role of boredom proneness in self-report anger and aggression. *Journal Of Social Behavior and Personality*, 12(4), 925-936
- Savaşır, I. (1994). Ölçek uyarlamasındaki sorunlar ve bazı çözüm yolları. *Türk Psikoloji Dergisi*. 9(33), 27-32.
- Schumacher, R., & Lomax, R. (2004). *A beginner's guide to structural equation modelling*. London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers
- Seçer, İ. (2017). *SPSS ve LISREL ile pratik veri analizi: analiz ve raporlaştırma* (3. Baskı). Ankara: Anı yayıncılık
- Smith, M., Hubbard, J. A. and Laurenceau, J. (2011). Profiles of anger control in second-grade children: examination of self- report, observational, and physiological components. *Journal Of Experimental Child Psychology*, 110 (2), 213- 226.
- Soykan, Ç. (2003). Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11(2), 19-27.
- Steele, R.G., Legerski, J.P., Nelson, T.D. & Phipps, S. (2008). The anger expression scale for children: Initial validation among healthy children and children with cancer. *Journal of Pediatric Psychology*, 1-12.
- Sukhodolsky, D. G., Solomon, R. M., & Perine, J. (2000). Cognitive-behavioral, anger-control intervention for elementary school children: A treatment outcome study. *Journal Of Child & Adolescent Group Therapy*, 10(3), 159-170. doi:10.1023/A:1009488701736
- Sukhodolsky, D. G., Kassinove, H., Gorman, B. S. (2003). Cognitive-behavioral therapy for anger in children and adolescents: a meta-analysis. *Aggression and Violent Behavior*, 9 (2004) 247–269
- Suter, J. M., Bryne, M.K., Bryne, S., Howels, K., Day, A.(2002). Anger in prisoners: women are different from man. *Personality and Individual Differences*, 32 (2002), 1087-1100.

- Sütçü Tekinsav, S. (2006). *Ergenlerde öfke ve saldırganlığı azaltmaya yönelik bilişsel davranışçı bir müdahale programının etkililiği*. Doktora Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Sütçü Tekinsav, S. T., Aydın, A. T., Sorias, O. T. (2010). Ergenlerde öfke ve saldırganlığı azaltmak için bilişsel davranışçı bir grup terapisi programının etkililiği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 25(66), 57.
- Sütçü Tekinsav, S. ve Görgü, N. S. (2016). İşlevsel olmayan öfkenin tedavisinde bilişsel davranışçı grup terapisi etkililiği: sistematik bir gözden geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(1), 129- 143. doi: 10.18863/pgy.89184
- ŞAHİN, H. (2006). *Öfke Denetimi Eğitiminin Çocuklarda Gözlenen Saldırgan Davranışlar Üzerindeki Etkisi*. Turkish Psychological Counseling and Guidance Association.
- Şahin Kıralp Sülen, F. (2013). *Öfke yönetimi becerileri programının ilköğretim 2. Kademe öğrencilerinin öfke düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Şahin, N. Ş., Onur A., Basım, H. N. (2008). İntihar olasılığının, öfke, dürtüsellik ve problem çözme becerilerindeki yetersizlik ile yordanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23 (62), 79-88.
- Tan, H. ve Baloğlu, M. (2006). *Psikolojik danışma ve rehberlik*. (3. Baskı). Ankara: Nobel yayıncılık.
- Thompson, C. L. & Rudolph, L. B. (1995). *Counseling children* (4th edition), USA: Brooks/Cole.
- Tsai, C. P. (2000). *The lived experience of anger in children*. Doctoral Thesis. The University of Calgary Department of Educational Psychology.
- Uzunsakal, E, Yıldız, D. (2018). Alan araştırmalarında güvenilirlik testlerinin karşılaştırılması ve tarımsal veriler üzerinde bir uygulama. *Uygulamalı Sosyal Bilimler Dergisi*, 2 (1), 14-28.
- Vatan, S. (2014). *Duyguların, duygu düzenlemenin, obsesif inançların, düşünce kontrolünün ve bağlanmanın, obsesif kompulsif bozukluktaki farklı belirtilerdeki rollerinin incelenmesi*. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı, Ankara.
- Vatan, S. (2016). Bilişsel davranışçı terapilerde üçüncü kuşak yaklaşımlar. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(3), 190-203.

- Whitfield, G. W (1999). Validating school work: an evaluation of a cognitive behavioral approach to reduce school violence. *Research on Social Work Practice, 99* (4), 399-427.
- Wilde, J. (1995). *Treating anger, anxiety, and depression in children and adolescents: a cognitive- behavioral perspective*. USA.
- Wittmann, M., Arce, E. & Santisteban, C. (2008). How impulsiveness, trait anger, and extracurricular activities might affect aggression in school children. *Personality and Individual Differences, 45* (7), 618- 623.
- Yalın Sapmaz, Ş., Özerk Erkuran, H., Yalın, N., Önen, Ö., Öztekin, S., Kavurma, C., Köroğlu, E. & Aydemir, Ö. (2017). Validity and reliability of the turkish version for dsm- 5 level 2 anger scale (child form for children aged 11- 17 years and parent form for children aged 6- 17 years). *Arch Neuropsychiatry, 54*, 334- 338.
- Yıldız, M. A. (2016). Ergenler için öfke düzenleme ölçeği' nin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Düşünen Adam the Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 29*(3), 247-258.
- Yörükoğlu, A. (2016). *Çocuk ruh sağlığı* (37. Baskı). İstanbul: Özgür yayınları. (Orijinal çalışmanın yayın tarihi 1979).
- Zwemer, W. A. & Deffenbacher, J. L. (1984). Irrational beliefs, anger and anxiety. *Journal of Counseling Psychology, 31*(3), 381-393.

EKLER**EK 1. MEB İZİN BELGESİ**

T.C.
DEFNE KAYMAKAMLIĞI
İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 46460292-605.01-E.19411422
Konu : Araştırma İzni Onayı
(Gözde ÖZEL)

16.11.2017

..... MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi: Hatay İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nün 13.11.2017 tarihli ve 18827154 sayılı yazısı.

İlgi yazıda, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü Anabilim Dalı öğretim üyesi Prof.Dr.S.Sonay GÜRÇAY' ın danışmanlığını yürüttüğü 2015931231 numaralı yüksek lisans öğrencisi Gözde ÖZEL' in "Çocuklar Öfke Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarılması: Güvenirlilik ve Gerçeklik Analizleri" konulu anket çalışmasını okulunuzda uygulayabileceği ile ilgili 08/11/2017 tarihli ve 18827154 sayılı Valilik Onayı ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi ve Eğitim-Öğretimi aksatmadan araştırmacıya yardımcı olunması hususunda gereğini rica ederim.

Fuat YARAR
İlçe Milli Eğitim Şube Müdürü

EK: Yazı ve Ekleri (3 sayfa)

DAĞITIM:
Tüm Okul Müdürlüklerine

Sümerler Mah. 11/1 Defne/HATAY
Elektronik Ağ: www.defne.meb.gov.tr
e-posta: defne31@meb.gov.tr

Ayrıntılı bilgi için: T.GÜRÇAM-Bil.İşlt.
Tel: (0 326)223 69 85
Faks: (0 326) 223 69 69

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 292c-76ee-3fc0-b788-756a kodu ile teyit edilebilir.

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı: GÖZDE ÖZEL

Doğum Yeri: Mersin

e-mail: gozdeozl@gmail.com

ÖĞRENİM DURUMU

2015-2019: Yüksek Lisans, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı, Adana.

2010-2014: Çift Anadal, Lisans, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri

Bölümü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı, Eskişehir.

2009- 2013: Anadal, Lisans, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri

Bölümü, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Öğretmenliği, Eskişehir.