

# Çok Boyutlu Öfke Ölçeği

Feza BALKAYA<sup>1</sup>, Dr. Nesrin H. ŞAHİN<sup>2</sup>

## ÖZET

**Amaç:** Bu çalışmanın amacı, öfkeyi çeşitli boyutlarıyla ölçen, Türk kültürüne özgü, yeni ve orijinal bir ölçek geliştirmektir.

**Yöntem:** İlk pilot çalışmada 60 kişiye gidilerek önce açık uçlu sorularla kendi kültürümüzde öfke ve kızgınlığın nasıl tanımlandığı soruşturulmuş, bu açık uçlu sorulardan elde edilen bilgilerden ve batı ülkelerinde kullanılan ölçeklerin maddelerinden bir madde havuzu oluşturulmuş ve bu maddelerden düzenlenen bir taslak, ikinci pilot çalışma ile 148 kişi üzerinde denenmiştir. Bu pilot çalışmadan elde edilen bulgular doğrultusunda pek çok maddenin uygun istatistiksel yöntemlerle ayıklanmasına gidilmiş ve bu çalışmaya esas teşkil eden "Çok Boyutlu Öfke Ölçeği" oluşturulmuştur. Esas çalışmada, söz konusu bu ölçek, 756 kişi üzerinde psikometrik özellikleri açısından incelenmiştir. Ölçeğin geçerliğine ilişkin bilgilere ulaşmak için de, öfkeyi ve öfkeyle ilişkili diğer duyguları ölçtüğü düşünülen diğer envanterler (Kısa Semptom Envanteri ve Suçluluk Utanç Ölçeği) kullanılmış ve ölçeği oluşturan boyutların faktör yapılarına bakılmıştır.

**Bulgular:** Ölçeğin psikometrik analizleri, iç tutarlılığının .64 ve .95 arasında değiştiğini göstermektedir. Analizler sonucunda, ölçeğin geçerliğine ilişkin pek çok önemli kanıt elde edilmiştir.

**Sonuç:** Çok Boyutlu Öfke Ölçeği'nin Türk kültürü için, öfkeyi çeşitli boyutlarıyla geçerli ve güvenilir bir biçimde ölçen bir ölçek olduğu ileri sürülebilir.

**Anahtar Sözcükler:** Öfke, belirtiler, bilişler, kişilerarası ilişkiler

## SUMMARY: Multidimensional Anger Scale

**Objective:** To develop a new and original scale which can measure anger on a multidimensional level.

**Method:** In the first phase of this study, 2 pilot studies were conducted. The first pilot study was conducted on a sample of 60 individuals to develop an item pool. A second pilot study was conducted with another group of 148 individuals using a 429 item scale that was developed from this item pool. After the item analyses, a 158 item 'Multidimensional Anger Scale' (MAS) was derived for use in the second phase of the study to investigate the psychometric properties of the instrument. In the second phase reliability and validity analyses of this scale with 5 dimensions, Anger symptoms, Anger eliciting situations, Anger related cognitions, Anger reactions and Interpersonal Anger, were conducted on a sample of 756 individuals.

**Results:** Psychometric analysis of the scale showed that it possessed adequate internal consistency (alpha coefficients between 0,64 and 0,95). The validity of the scale was supported by the expected pattern of relations with other inventories (Brief Symptom Inventory and Guilt and Shame Scale).

**Conclusion:** Multidimensional Anger Scale, for Turkish culture, may be suggested as a valid and reliable scale to measure anger in different dimensions.

**Key Words:** Anger, symptoms, cognition, interpersonal relations

<sup>1</sup>Uzm. Psk., <sup>2</sup>Prof., Ankara Ü. DTCF Psikoloji Bl., Ankara.

## GİRİŞ

Öfke, günlük hayatımızda önemli yere sahip duygularımızdan biridir. Evrensel bir duygu olmakla beraber, her kültürde farklı şekillerde yaşanmaktadır. Öfke, Biagio tarafından (1989), gerçek veya varsanılan bir engellenme, tehdit veya haksızlık karşısında oluşan bilişlerle ilgili ve kişiyi rahatsız edici uyarıcıları ortadan kaldırmaya yönelten, güçlü bir duygu olarak tanımlanırken; Törestad (1990) öfkenin planlanarak ortaya çıkan bir durum olmadığını, çoğunlukla, engellenme, haksızlığa uğrama, eleştirilme, küçümseme gibi durumlarda oluştuğunu belirtmektedir. Spielberg ve arkadaşları (1991) öfkeyi, basit bir "sinirlilik" veya "kızgınlık" halinden, yoğun "hiddet" durumuna kadar değişen dereceli bir duygusal durum olarak tanımlamakta; Kassinove ve Sukhodolsky (1995) de belirli bilişsel, algısal çarpıtmalarla bağlantılı fenomenolojik, içsel bir duygu durumu olarak tarif etmektedirler. Novaco, öfkeyi, bilişsel-davranışsal model çerçevesinde açıklamaktadır. Araştırmacıya göre öfke, bilişsel olarak öfke diye etiketlenen ve düşmanlık (antagonist) içerikli bilişlerin eşlik ettiği, yoğun bir fizyolojik uyarılma durumudur (Robins ve Novaco 1999).

Öfke kimi zaman kısa süreli, orta şiddette ve hatta kişiye faydalı; kimi zaman ise, çok şiddetli, yoğun, sürekli ve tahrip edici olabilmektedir. Bu duygunun açık bir şekilde, doğrudan ifade edilmesinin yıkıcı bir özelliği olduğu düşünüldüğünden, öfke pek çok kültürde olumsuz bir şekilde değerlendirilmektedir. Bu şekilde ifade edilen öfke duygusunun, kişiyi, sözel ve fiziksel saldırılara açık bir hale getirebildiği, aile içinde ve kişilerarası diğer ilişkilerde çatışmalara neden olabildiği ileri sürülürken (Schuerger 1979), kişinin benlik saygısının, önemli ölçüde düşmesiyle de sonuçlanabildiği belirtilmektedir (Deffenbacher 1992). Bastırılmış öfkenin ise, yüksek tansiyon, koroner arter hastalığı ve kanser gibi pek çok fiziksel rahatsızlıklarla da ilişkili olduğu ileri sürülmektedir (Bitti ve ark. 1995, Siegman 1993, Spielberg ve ark. 1991). Bazı yayınlarda da, ifade edilen öfkenin yukarıdakilere benzer fizyolojik sonuçları olacağına değinilmektedir (Ellis 1997, Martin ve Watson 1997).

Öfkenin ifade biçimleri de çeşitlilik göstermektedir. Öfkenin ifade biçimlerinden birisi, belki de en önemlisi saldırganlık olarak görülmektedir. Öfke, saldırganlığın iki tür ifade biçimlerin-

den biri olarak tanımlanmaktadır. Fiziksel saldırganlık motor davranışlarla ilişkilidir ve amaç karşındaki kişiye veya objeye zarar vermektir. Diğer deyişle hedef yönelimlidir. Ancak her saldırgan davranışın temelinde her zaman öfke olmayabilir. Örneğin profesyonel tetikçi olan birisi, bir başkasına zarar verirken bunu öfke duygusuyla değil, muhtemelen maddi nedenler gibi başka ihtiyaçları yüzünden yapmış olacaktır (Berkowitz 1990). Saldırganlığın ikinci şekli olan, sözel saldırganlık boyutu ise daha çok, dışa vurulmuş öfke olarak tanımlanmaktadır (Kassinove ve Sukhodolsky 1995). Hostilite, öfke duygularını içermesine rağmen, diğer kişilere doğrudan zarar vermek amacıyla yapılan saldırgan davranışları da harekete geçiren bir anlama sahiptir. Öfke ve hostilite, daha çok duygu ve tutumlarla ilişkiliyken, saldırganlık, başka kişilere ya da objelere yönelik, tahrip edici ve zarar verici davranışları kapsamaktadır (Spielberger ve ark. 1995).

Öfkeye eşlik eden fizyolojik belirtiler, kas geriliminin artması, kaşların çatılması, dişlerin gıcırdatılması, ters ters bakma, yumrukları sıkma, yüzün kızarması, titreme hissi (özellikle el ve ayakta), uyuşma hissi, tıkanma hissi (nefes almakta zorluk), vücudun çeşitli bölgelerinde seyirmeler olması, terleme, kontrol kaybı, sıcaklık hissi, burundan soluma, dudakları ısırma, beynin zonklaması, baş ağrısı ve hareketlerin hızlanması gibi tepkilerdir (Tavris 1989).

Öfke duygusu tüm bu özelliklerinden dolayı pek çok psikoterapi seansının başlıca konusu olsa da, öfkenin üzerinde en az araştırma yapılan duygulardan biri olduğunu görmekteyiz (Deffenbacher 1992, Kassinove ve Sukhodolsky 1995).

Araştırmalar öfke duygusunun cinsiyete göre değiştiğine işaret etmektedir. Averill (1983) öfkelenme sıklığı açısından kadınların, erkekler kadar ve onlara benzer yoğunlukta ve benzer nedenlerle öfkelenildiğini belirtmektedir. Erkekler kadınlara kıyasla öfke duygularını daha doğrudan ifade etmektedirler. Kadınların ifade biçimi ise daha dolaylı olmaktadır (Lerner 1996, Sharkin 1993). Öfke tepkilerinin yaşa göre azaldığını da tespit eden pek çok araştırma yapılmıştır (Stoner ve Spencer 1987, Siegel 1986).

Araştırmacılara göre, öfke ve diğer duygular arasında çok karmaşık bir ilişki vardır. Pek çok insan öfkelenildiği zaman, kaygı ve korku düzeyleri artmakta, bazen de suçluluk ve üzüntü öfke-

ye eşlik etmektedir (Jakops ve ark. 1997, Wickless ve Kirsch 1988). Üniversite öğrencileriyle yapılan pek çok çalışmada utanç duygusu ile, incinme ve olumsuz olaylar yüzünden öfke duygusunun uyanması ile başkalarını suçlama eğilimi arasında ilişki olduğu bulunmuştur (Tangney ve ark. 1996).

Biaggio ve Godwin (1987) depresyon ile bastırılmış öfke arasındaki ilişki üzerinde durmaktadırlar. Benzer şekilde Bridewell ve Chang (1997) da, içselleştirilmiş öfkenin, depresyonu yordamada önemli bir role sahip olduğunu ileri sürmektedir. Depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) tanısı alan kişiler üzerinde yapılan bir araştırma sonucunda depresyon grubunun, öfkeyi, hem normal gruba, hem de TSSB grubuna göre daha çok bastırıldığı saptanmış (Riley ve ark. 1989), farklı bir çalışmada da, öfkeyi en fazla TSSB grubunun ifade ettiği gözlenmiştir (Robbins ve Tanck 1997). Öfkenin fazla kontrol edilmesinin depresyonla ilgili olduğu şeklindeki görüşü destekleyen bir diğer çalışma da Türkçapar ve arkadaşları (2001) tarafından ülkemizde yapılmıştır. Bununla birlikte öfkenin açıkça ifade edilmesinin de, depresyonla ilişkili olduğu vurgulanmaktadır (Lerner 1996, Tavris 1989). Ülkemizde, Sayar ve arkadaşları (2000) tarafından yapılan bir çalışmada, öfke nöbeti olan hastaların olmayanlara göre anlamlı ölçüde daha fazla depresyon ve kaygı gösterdikleri bulunmuştur. Öfke, intihar davranışı için de önemli bir risk faktörü olarak ele alınmaktadır (Batıgün 2002, Horesh ve ark. 1997).

Öfke ile kaygı bozuklukları arasında da bir ilişki bulunmaktadır. Fava ve arkadaşları (1990) öfke atakları olan pek çok hastanın kaygı veya panik düzeylerinin de yüksek olduğunu vurgulamaktadır. Benzer şekilde, Hazaleus ve Deffenbacher (1986), kaygının öfkenin sonuçlarından birisi olduğunu belirtmekte ve öfke azaltıldığı zaman, kaygı belirtilerinin de azaldığını belirtmektedir.

Öfkenin kadınlarda aşırı yeme davranışını etkilediği ileri sürülmektedir (Valentis ve Devane 1994, Russell ve Shirk 1993). Adolesanlarda anoreksik veya bulimik tutumlarının, ebeveynlerine karşı olan öfkenin bir ifadesi olduğu belirtilmekte (Valentis ve Devane 1994); kadınlar arasında aşırı yemenin, gücü kontrol etme ve tekrar ele geçirme arzusundan kaynaklandığı ileri sürülmektedir (Buss 1989).

rülmektedir (Buss 1989).

Öfkenin ifade biçiminin ve çeşitli psikolojik sorunlarla ilişkisinin kültürlere göre de, değiştiğini gösteren pek çok bulgu vardır (Tanaka-Matsumi 1995, Frijda ve Mesquita 1994, Russell 1991, Tavris 1989). Tanaka-Matsumi (1995) öfkeye neden olan durumlar açısından, özellikle batı ve doğu kültürleri arasında önemli farklılıklar bulunduğunu vurgulamaktadır.

Literatürde öfkeyi ölçmek üzere geliştirilen birçok ölçek vardır. Bu ölçeklerin en önemli sorunları arasında bazı yaş grupları için uygun olmadıkları, güvenilirlikle ilgili sorunları olduğu, bilişsel düzeydeki değişimleri yansıtmadıkları ifade edilmektedir (Tangney ve Fischer 1995). Türk kültürüne uygun bir şekilde geliştirilmiş bir ölçek olmaması bu araştırma için motivasyon kaynağı olmuştur. Geliştirilecek böyle bir ölçeğin, koruyucu ruh sağlığı çalışmalarında tarama amacıyla kullanılabilmesi gibi, psikosomatik rahatsızlıklarda risk gruplarının belirlenmesi ya da psikolojik sorunların çözümünde, psikoterapilerin yönlendirilmesi amacıyla da kullanılabilmesi düşünülebilir.

## YÖNTEM

Bu çalışmada, Türk normlarına uygun yeni bir ölçek geliştirmek amacıyla iki pilot çalışma ve bir esas çalışma yapılmıştır. İlk pilot çalışmada, yaş ortalaması 30.6; (ss= 12.24); yaş aralığı ise 15-65 olan 27 kadın, 33 erkek, toplam 60 kişiye gidilerek, toplam 13 açık uçlu sorudan oluşan bir mülakat formuyla öfke ve kızgınlığa ilişkin duygu, düşünce ve tutumları sorulmuştur.

Verilen cevaplar, içerik analizi tekniği ile değerlendirilmiş ve bu değerlendirme sonrasında öfke ve kızgınlığı tanımlayan 341 ifade elde edilmiştir.

İkinci pilot çalışmada ise birinci pilot çalışmadan elde edilen bütün maddeler, "kendini değerlendirme" türü bir ölçek haline getirilerek, esas çalışmada kullanılacak ölçeğin oluşturulması hedeflenmiştir. Bu kez, yaş ortalaması 29.13 (ss= 9.94) yaş aralığı ise 17-74 olan 90 kadın, 58 erkek, toplam 148 kişiye gidilmiştir.

Birinci pilot çalışmadan elde edilen 341 maddede, Durumluk-Sürekli Öfke Ölçeği'nden alınan 34 madde ile Novaco Öfke Ölçeği'nden alınan 48 madde de eklenerek, öfke ve kızgınlığa ilişkin

toplam 429 maddeden oluşan ölçek oluşturulmuştur. Çeşitli türden madde ayıklama yöntemleri ile yapılan değerlendirmeler sonucunda ölçek toplam 158 maddeye indirgenmiştir. (Balkaya 2000).

Beşli Likert tipi bir ölçek olarak hazırlanan bu yeni ölçeğin ilk boyutunda, “Öfkelendiğinizde aşağıdaki belirtiler sizde ne sıklıkla ortaya çıkar?” sorusuyla, 14 maddede öfkenin fiziksel belirtileri araştırılmaktadır. İkinci boyutta, öfkenin oluşmasına neden olan etmenleri tanımlayan toplam 42 madde verilerek, bu ifadelerin uyandırdığı öfke yoğunluğu sorulmaktadır. Üçüncü boyutta, öfkeyle ilişkili düşünceleri içeren 30 madde verilerek, “Aşağıdaki düşünceler aklınızdan ne sıklıkla geçer?” sorusu; dördüncü boyutta da 47 madde ile “Sizi öfkelendiren bir insan karşısında aşağıdaki davranışları ne sıklıkla gösterirsiniz?” soruları bulunmaktadır. Beşinci boyutta ise, öfkeyle başa çıkma yolları araştırılmaktadır. Bu boyutta “Sizi öfkelendiren bir durumda kaldığınızda aşağıdaki davranışları ne sıklıkla gösterirsiniz?” sorusu altında toplam 26 ifade yer almaktadır. Bu şekilde beş boyutta toplanan ölçeğe, “**Çok Boyutlu Öfke Ölçeği**” (ÇBÖÖ) adı verilmiştir.

### Örneklem

Esas çalışmanın örneklemini Ankara, Bursa, Sinop, Kırıkkale, İskenderun illerinde oturan ve rastlantısal olarak belirlenen, 319 kadın, 432 erkek ve cinsiyetini belirtmeyen 5 kişi olmak üzere toplam 756 kişi oluşturmuştur. Örneklemini oluşturan illerin seçiminde, araştırmacıların veri toplamak için o illere ulaşabilmesinin kolay olması belirleyici olmuştur. Tüm grubun yaş ortalaması 27.98 (ss= 9.46); yaş aralığı 14-50’dir. Yaşa göre grubun dağılımı şu şekildedir: 14-19 yaş arası 106 (%14), 20-25 yaş arası 252 (%33.3), 26-35 yaş arası 243 (%32.2), 36-50 yaş arası 133 (%17.6) kişi. Grupta 22 kişi (%2.9) yaşını belirtmemiştir. Eğitime göre grubun dağılımı şu şekildedir: İlköğretim mezunu 102 (%13), lise mezunu 243 (%32.1), üniversite mezunu 392 (%51.9) kişi. Eğitimini belirtmeyenlerin sayısı ise 19’dur (%2.5).

### Diğer Veri Toplama Araçları

Daha önce de belirtildiği gibi, öfkenin, suçluluk, utanç, depresyon, kaygı gibi duygularla ve somatizasyon, olumsuz benlik ve hostilite gibi belirtiler ile anlamlı ilişkileri söz konusudur. Bu

nedenle, geliştirilmek istenen Çok Boyutlu Öfke Ölçeği’nin geçerliğini sınamak amacıyla, saydığımız değişkenleri ölçen ve ülkemizde standardizasyonu üzerinde çalışılmış olan, Suçluluk-Utanç Ölçeği (SUTÖ) ile Kısa Semptom Envanteri (KSE) kullanılmıştır.

**Suçluluk-Utanç Ölçeği (SUTÖ):** SUTÖ, Şahin ve Şahin (1992) tarafından geliştirilen, 24 maddelik, 5 dereceli Likert tipi kendini değerlendirme türü bir ölçektir. Suçluluk ve utanç duyguları için ayrı ayrı puanlanmaktadır. Yüksek puanlar, suçluluk ya da utanç duygularının yoğunluğuna işaret eder. Yapılan güvenilirlik çalışmasında ölçeğin iç tutarlık, Cronbach Alfa değeri “suçluluk” alt boyutu için 0.81, “utanç” alt boyutu için 0.80 olarak bulunmuştur.

**Kısa Semptom Envanteri (KSE):** Derogatis (1992) tarafından çeşitli psikolojik belirtileri taramak amacıyla geliştirilen Kısa Semptom Envanteri, SCL-90-R’nin kısa formudur. SCL-90-R’nin 9 faktörüne dağılmış olan 90 madde arasından, her faktörde en yüksek yükü almış toplam 53 madde seçilerek kısa form elde edilmiştir. KSE aynen SCL-90-R’deki gibi 9 alt ölçek, ek maddeler ve 3 genel indeksten oluşmaktadır.

Türk örneklemi üzerinde Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılan üç ayrı çalışmada, ölçeğin toplam puanından elde edilen Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları 0.96 ve 0.95, alt ölçekler için elde edilen katsayılar ise 0.55 ile 0.86 arasında değişmiştir.

## BULGULAR

### Faktör yapısı

Bu çalışmada ölçeğe temel teşkil eden boyutlar, madde sayısına karşın örneklem sayısının yetersiz kalışı nedeniyle, faktör analizi ile değil, klinik psikoloji alanında çalışan iki farklı “hakem”in söz konusu maddeleri birbirlerinden bağımsız bir şekilde sınıflandırmalarına göre tesbit edilmiştir. Yapılan sınıflandırma işlemi sonucunda hakemlerin %97 oranında birbirleriyle uyuşuklukları görülmüştür. Hakemler geriye kalan maddeler üzerinde tartışarak ortak bir anlaşmaya varmışlardır. Bu iki ayrı sınıflandırma sonucunda söz konusu boyutlar, “Öfke Belirtileri”, “Öfkeye Yol Açan Durumlar”, “Öfkeyle İlişkili Düşünceler”, “Öfkeyle İlişkili Davranışlar” ve “Kişilerarası Öfke” olarak belirlenmiştir. Elde edilen bu

boyutların her biri ile ilgili olarak Temel Bileşenler Analizi (Principal Component Analysis), Varimax rotasyonu kullanılarak, ayrı ayrı faktör analizleri yapılmış ve faktör yapıları incelenmiştir. Analizlerde özdeğeri (eigenvalue) 1'in üzerinde olan faktörler ve faktör yükleri .30'un üzerinde olan maddeler yoruma esas alınmıştır. Analiz sonucunda oluşan faktörler ve açıkladıkları varyans oranları Tablo 1'de verilmiştir.

"Çok Boyutlu Öfke Ölçeği"nin her boyutu için yapılan faktör analizleri sonucunda ortaya çıkan faktörlerden oluşturulan faktör alt ölçeklerinin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayıları, ayrı ayrı hesaplanmıştır. Analiz sonucunda söz konusu 5 temel boyutun güvenilirlik katsayılarının  $\alpha = 0.83$  ve  $\alpha = 0.93$  arasında, toplam 15 faktör alt ölçeğinin güvenilirlik katsayılarının da  $\alpha = 0.64$  ve  $\alpha = 0.95$  arasında değiştiği görülmüştür.

Ölçeğin içtutarlılığına yönelik analizler sonucunda da faktör alt ölçekleri arasında  $r = -.11$  ( $p < .01$ ) ile  $r = .76$  ( $p < .001$ ) arasında değişen anlamlı korelasyonlar bulunmuştur.

Çalışmada, "yaş", "cinsiyet" ve "eğitim", demografik değişkenler olarak ele alınarak, alt ölçeklerden alınan puanların bu değişkenlere göre nasıl değiştiğine, Cinsiyet (2) x Yaş (4) x Eğitim (3) çok yönlü varyans analizi (ANOVA) çözümüyle bakılmıştır.\*

### Geçerlik Bulguları

Öfkenin, hostilitenin temelinde yatan bir duygu olduğu, benlik saygısını etkilediği, depresyon, kaygı ve somatizasyon bozukluklarıyla da anlamlı ilişkiler gösterdiği pek çok araştırma sonucunda ifade edilmiştir. Ayrıca öfkenin suçluluk ve utanç duygularıyla güçlü ilişkileri olduğu da elde edilen bulgulardandır. Öfkeyi ölçmeyi amaçlayan bir ölçeğin, bu değişkenlerle, yayınlardakine uygun ilişkiler göstermesi, o ölçeğin geçerliğine ilişkin kanıtlar olarak değerlendirilebilir. Bu amaçla, kriter ölçümü olarak, yukarıda sayılan boyutları içeren Kısa Semptom Envanteri (KSE) ve Suçluluk ve Utanç Ölçeği (SUTÖ) ile, bu çalışmada geliştirilmeye çalışılan Çok Boyutlu Öfke Ölçeği (ÇBÖÖ) arasındaki ilişkilere bakılmıştır.

KSE ve ÇBÖÖ alt ölçekleri arasındaki ilişkileri gösteren analiz sonuçları Tablo 2'de veril-

miştir. Bu çalışma da öfkeyle ilişkili olduğundan dolayı, KSE Hostilite alt ölçeği ile ilişkiler ayrıca vurgulanmıştır.

Tabloda görüldüğü gibi; KSE toplam puanıyla ÇBÖÖ faktörleri arasındaki korelasyon .01 ile .67 arasında değişmektedir. En yüksek oranlar "öfkeyle ilgili düşünceler" boyutu ile dir.

Çok Boyutlu Öfke Ölçeği (ÇBÖÖ) alt ölçeklerinin, Suçluluk Utanç Ölçeği (SUTÖ) ile arasındaki korelasyonlara baktığımızda da değişkenler arası anlamlı düzeyde pek çok korelasyon olduğunu görebiliriz (Tablo 3).

Tablodan da anlaşılacağı üzere "Utanç" alt ölçeği, beklendiği gibi ÇBÖÖ'nün "Umursamaz Tepkiler" alt ölçeği hariç, diğer tüm alt ölçekleriyle anlamlı ilişkiler içindedir.

Öfkeyle İlişkili Düşünceler boyutu, Utanç ile pozitif korelasyon gösterirken ( $r = .12$ ;  $p < .001$ ), Suçluluk ile, düşük bir seviyede de olsa, anlamlı bir şekilde negatif korelasyon göstermektedir ( $r = -.08$ ;  $p < .05$ ). Diğer deyişle, öfkeye yönelik düşünceler arttıkça, utanç duygusu artarken, suçluluk duygusunun azaldığı söylenebilir. Suçluluk puanı, "Pasif-Agresif Tepkiler" ( $r = .26$ ;  $p < .001$ ) ve "İçedönük Tepkiler" ( $r = .25$ ;  $p < .001$ ) ile anlamlı ilişkiler içindedir. "İntikam Tepkileri" ile anlamlı düzeyde olmasa da ters yönde korelasyon göstermesi dikkat çekicidir.

### TARTIŞMA

Yayınlardaki diğer öfke ölçekleri dikkate alındığında, bu ölçeğin boyut sayısı, görüldüğü gibi biraz daha fazladır. Diğer deyişle, yayınlarda rastlanan diğer öfke ölçeklerinde, bu boyutların bir ya da iki tanesi yer alırken, bu ölçek, birbirinden bağımsız ölçeklerdeki farklı boyutların herbirini, kendi bünyesinde toplamış görünmektedir.

Her bir boyut için yapılan faktör analizleri sonucunda, faktörlere verilen isimler açısından yayınlarda yer alan ölçeklerle bir benzerlik görülmese de içerik açısından benzerlikler vardır. Yayınlarda sıklıkla söz edilen ölçeklerden biri olan, Durumluk-Sürekli Öfke Ölçeği'nin (Spielberger ve ark. 1983), "Öfke İçte" alt ölçeği, bu çalışmada, "İçedönük Tepkiler" alt ölçeği ile; "Öfke Dışta" alt ölçeği ise yine bu çalışmadaki, "İntikam Tepkileri" ve "Saldırgan Davranışlar" alt ölçekleriyle benzeşmektedir. Durumluk-Sürekli Öf-

\*Anova analizlerinin daha ayrıntılı sonuçları için birinci yazara başvurulabilir.

ke Ölçeği'nin, "Öfke Kontrol" alt ölçeğinin de bu çalışmadaki, "Sakin Davranışlar" alt ölçeğiyle benzediğini söyleyebiliriz. Ayrıca, Novaco Öfke Ölçeği'nin (1975, Akt. Feindler 1989) ve Siegel'in Çok Boyutlu Öfke Envanteri'nin (Siegel 1986) genel olarak bu çalışmaya temel teşkil eden ölçeğin "Öfkeye Neden Olan Durumlar" alt boyutuyla benzerlikleri olduğu düşünülebilir.

Çok Boyutlu Öfke Ölçeği'nin (ÇBÖÖ) güvenilirliğine ilişkin yapılan analiz sonuçları, ölçeğin oldukça güvenilir olduğu izlenimini vermektedir. Yayınlarda karşımıza çıkan çeşitli öfke ölçeklerinin güvenilirlik katsayılarının, .51 ile .88 arasında değiştiği gözönüne alınırsa, güvenilirlik katsayıları .64 ile .95 arasında değişen ÇBÖÖ'nün güvenilirliğinin, kabul edilebilir düzeyde olduğu ifade edilebilir. Bu çalışmada geliştirilen ÇBÖÖ'nün kullanılarak, gençlerde intiharı yordayıcı değişkenlerin araştırıldığı ve 13-62 yaş arası 619 kişiyle yapılan bir başka çalışmada (Batıgün 2002), ölçeğin güvenilirlik katsayıları yeniden hesaplanmış ve elde edilen katsayılar tamamen aynı çıkmıştır (alfa= .64 ile .95 arasında).

Çok Boyutlu Öfke Ölçeği'nin geçerliğine ilişkin diğer kanıtlar ise birkaç yönden ele alınmıştır. Bunlardan ilki, ölçeğin geçerliği daha önceden gösterilmiş ölçeklerin ilişkili boyutlarıyla ilişkisinin arandığı, eşzamanlı geçerlik (concurrent validity) bulgularıdır. Giriş kısmında tartışıldığı gibi, depresyon, kaygı ve somatizasyon bozukluklarında öfkenin rolü, pek çok araştırmanın konusu olmuş; yapılan çalışmalarda öfkenin, kaygı, depresyon, olumsuz benlik algısı ve somatizasyon bozuklukları ile doğrudan bir ilişkisi olduğu saptanmıştır (Rosenbaum 1993). Ayrıca hostile ve öfke arasında da belirgin bir ilişki olduğu gösterilmiştir (Berkowitz 1990). Bu nedenlerle, ÇBÖÖ'nün bir yandan ölçüte bağlı geçerliğine, diğer yandan da yapı geçerliğine dair bilgiler elde etmek için, bu boyutları içeren ve ülkemizde daha önceden standardizasyonuna ilişkin bilgiler toplanmış olan, Kısa Semptom Envanteri kullanılmıştır.

Pek çok çalışmada (Robbins ve Tanck 1997, Bridewell ve Chang 1997), içselleştirilmiş öfkenin, depresyonu yordamada önemli bir role sahip olduğu ileri sürülmektedir. Bu açıdan bakıldığında ÇBÖÖ'nün, "içe atılmış öfke"yi yansıttığı düşünülen, "Kendine yönelik öfke düşünceleri" ve

"İçedönük davranışlar" alt ölçekleri ile, KSE'nin "depresyon" alt ölçeği arasındaki korelasyonun beklenen yönde ve anlamlı çıkması ölçeğin geçerliğine ilişkin bir kanıt olabilir (Tablo 2).

Ayrıca öfkenin bir yansıması olarak kabul edilen (Berkowitz 1990) ve KSE'de "hostilite" alt ölçeği ile ölçülen duygu ve düşüncelerin, ÇBÖÖ'nün "Sakin Davranışlar" ve "Umursamaz Davranışlar" alt ölçekleri hariç, diğer tüm alt ölçekleri ile  $r = .14$  ile  $r = .64$  arasında anlamlı korelasyonlar göstermiş olması da, ölçeğin geçerliğine ilişkin ek bir bulgu olarak kabul edilebilir (Tablo 2). Batıgün (2002) tarafından yapılan ve yukarıda söz edilmiş olan çalışmada da ÇBÖÖ'nün alt boyutları ile KSE "hostilite" alt ölçeği arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Bir başka örneklemeden elde edilen söz konusu korelasyonlar da ( $r = .12$   $p < .01$  ile  $r = .61$   $p < .001$ , arasında), bu çalışmada elde edilenlerin ( $r = .14$   $p < .001$  ile  $r = .64$   $p < .001$  arasında) neredeyse aynıdır.

Ölçeğin geçerliğine ilişkin bir başka kanıt olarak sayılabilecek durum ise, benlik saygısının öfkeyle olan güçlü ilişkisidir. Yayınlarda, öfkenin derecesinin, genellikle kişinin kendi benlik saygısı ile doğru orantılı olduğu ileri sürülmektedir (Dryden 1990). ÇBÖÖ'nün geliştirildiği bu çalışma da ölçeğin "Haksızlığa Uğrama", "Sakin Davranışlar" ve "Umursamaz Tepkiler" alt ölçekleri hariç, diğer tüm alt ölçekleri ile, KSE'nin "Olumsuz Benlik" alt ölçeği arasında beklediği gibi güçlü ilişkiler olması dikkate alınabilecek geçerlik bulguları olarak kabul edilebilir.

Aralarındaki ilişki yayınlarda sıklıkla vurgulanan, "suçluluk" ve "utanç" duyguları ile öfke ilişkisi (Tangney ve ark. 1992) bu çalışmada da araştırılmıştır. Bunun için, yine ülkemizde geliştirilmiş ve geçerliği ve güvenilirliğine ilişkin bilgileri önceden saptanmış olan, Suçluluk ve Utanç Ölçeği (Şahin ve Şahin 1992) kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda (Tablo 2). Çok Boyutlu Öfke Ölçeği'nin pek çok boyutunun, Suçluluk Utanç Ölçeği ile beklediği yönde, anlamlı ve güçlü ilişkileri bulunmuştur. Bu bulgular da yine ölçeğin, ölçüt geçerliği savı için kullanılabilecek ek kanıtlar olarak kabul edilebilir.

Bu araştırmadan çıkan önemli sonuçlardan birisi de, ÇBÖÖ'nün "Öfkeyle İlişkili Düşünceler" boyutunun, yukarıda sayılan tüm belirtti gruplarıyla (kaygı, depresyon, hostile, olumsuz benlik, somatizasyon) en yüksek korelasyonları gösteri-

**TABLO 1.** Çok Boyutlu Öfke Ölçeği'ne Ait Faktörler ve Açıkladığı Varyans.

Boyutlar ve Faktörler	Faktör Yükleri	Varyansı	Açıkladığı Varyans
1) Öfke Belirtileri	(14 madde)	0.43-0.66	%48.60
2) Öfkeye Yol Açan Durumlar	(41 madde)		%42.84
Ciddiye Alınmama	(20 madde)	0.40-0.66	%20.75
Haksızlığa Uğrama	(16 madde)	0.32-0.72	%15.46
Eleştirilme	(5 madde)	0.36-0.72	%6.62
3) Öfkeyle İlişkili Düşünceler	(30 madde)		%46
Öfkesine Yönelik Düşünceler	(9 madde)	0.43-0.76	%15.87
Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri	(9 madde)	0.30-0.62	%11.14
Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri	(7 madde)	0.41-0.66	%9.98
Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri	(5 madde)	0.41-0.76	%9.01
4) Öfkeyle İlişkili Davranışlar	(26 madde)		%44.29
Saldırgan Davranışlar	(12 madde)	0.35-.80	%19.18
Sakin Davranışlar	(10 madde)	0.39-.71	%15.36
Kaygılı Davranışlar	(4 madde)	0.39-.69	%9.75
5) Kişilerarası Öfke	(47 madde)		%44.13
İntikam Tepkileri	(24 madde)	0.30-0.78	%21.71
Pasif-Agresif Tepkileri	(10 madde)	0.40-0.60	%9.68
İçe dönük Tepkileri	(10 madde)	0.39-0.69	%7.47
Umursamaz Tepkileri	(3 madde)	0.74-0.84	%5.27

yor olmasıdır. Buradan da, öfkenin pek çok psikolojik sorunla çok yakından ilişkili olan ve belirli türden bilişleri kapsayan bir duygu olduğunu söylemek olasıdır. Diğer deyişle ister depresyon, ister kaygı, ister somatik bozukluklar olsun bu tür psikolojik sorunların tedavisinde öfke boyutunun da dikkate alınması çok önemli bir durumdur.

Yayınlar incelendiğinde öfkenin intiharı yordamada da önemli bir değişken olduğu görülmektedir (Minarik ve ark. 1997, Wetzler ve ark. 1996). Bu çalışmada geliştirilen ÇBÖÖ'nün kullanılarak, gençlerde intiharı yordayıcı değişkenlerin araştırıldığı, yukarıda söz edilmiş olan Batıgün (2002) tarafından yapılan çalışmada da öfkenin, intiharı bir çözüm yolu olarak ilk akla getirme eğilimini yordayıcı bir değişken olduğu görülmüştür.

Ancak kuşkusuz bu konunun daha pek çok araştırmayla daha da derinlemesine incelenmesi gerekmektedir. Bu görüş desteklediği takdirde, öfkenin iyi tanınmasının, anlaşılmasının ve uygun şekilde başa çıkma becerilerinin geliştirilmesinin, kişinin ruhsal, bedensel sağlığı ve bazı psikolojik sorunların da tedavisi açısından önemli olacağı düşünülmektedir.

Çok Boyutlu Öfke Ölçeği'nin yüzeysel geçerliliğine ilişkin diğer bulgular ise demografik değişkenlerle yapılan analizler sonucunda elde edilmiştir. Araştırmada demografik değişken olarak, cinsiyet, yaş ve eğitim düzeyi temel alınmıştır.

Beklendiği gibi ÇBÖÖ'nin genel olarak bu değişkenlerden etkilendiği görülmüştür.

Cinsiyet değişkenine göre yapılan analizlerin sonucunda, beklendiği üzere, fizyolojik durumları içeren "öfke belirtileri" puanı açısından cinsiyete göre bir farklılık görülmemiştir. Fakat "Ciddiye Alınmama" ("düşüncelerinize değer vermediğinde", "yaptığınız bir iş takdir edilmediğinde", "size değer verilmediğini hissettiğinizde"), "Haksızlığa Uğrama" ("size hakaret edildiğinde", "yapmadığınız bir işten dolayı suçlandığınızda", "aldatıldığınızda") ve "Eleştirilme" ("başkalarının önünde eleştirildiğinizde", "azarlandığınızda", "birisini sizi hep aynı konuda kızdırdığınızda") olarak tanımlanan, "Öfkeye Yol Açan Durumlar" boyutunda kadınların, erkeklerden daha fazla etkilendiği görülmüştür. Yayınlara baktığımızda bu konuda yapılan araştırmaların bazılarında elde edilen bulguların, bizim bulgularımızla genelde benzer olduğunu söyleyebiliriz (Lerner 1996, Buntaine ve Costenbader 1997). Öfkeye yol açan durumlara ait maddeler incelendiğinde, bu boyutun kadınların toplumdaki sosyal statüleriyle ilişkin olduğu ileri sürülebilir. Bu bulgular, kadınların sosyal ortamlardaki olumsuz durumları kendilerine atfetmelerine (Sharkin 1993, Lerner 1996) ilişkin çeşitli yayınlarda yer alan bilgilerle de destekler nitelikte görünmektedir.

Araştırmalarda erkeklerin, öfkelenedikleri zaman öfkelerini kadınlara göre daha çok fiziksel

**TABLO 2.** Çok Boyutlu Öfke Ölçeği'nin Kısa Semptom Envanteri ile Korelasyonu.

Çok Boyutlu Öfke Ölçeği	KSE Toplam Puan	Kaygı	Depresyon	Olumsuz Benlik	Somatizasyon	Hostilite
Öfke Belirtileri	.45***	.43***	.42***	.35***	.36***	.42***
Öfkeye Yol Açan Durumlar (Toplam)	.16***	.15***	.17***	.12***	.05	.22***
Ciddiye Alınmama	.16***	.16***	.16***	.12***	.06	.22***
Haksızlığa Uğrama	.07*	.06	.10**	.04	-.02	.14***
Eleştirilme	.26***	.27***	.23***	.22***	.13***	.28***
Öfkeyle İlişkili Düşünceler (Toplam)	.67***	.62***	.60***	.63***	.45***	.64***
Öfkesine Yönelik Düşünce	.57***	.54***	.50***	.48***	.39***	.61***
Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünce	.56***	.51***	.49***	.56***	.35***	.55***
Kendisine Yönelik Öfke Düşünce	.54***	.49***	.49***	.56***	.37***	.44***
Dünyaya Yönelik Öfke Düşünce	.56***	.50***	.54***	.51***	.39***	.50***
Öfkeyle İlişkili Davranışlar						
Saldırgan Davranışlar	.44***	.42***	.35***	.40***	.25***	.51***
Sakin Davranışlar	.02	.01	.02	.04	.03	-.07
Kaygılı Davranışlar	.35***	.32***	.33***	.29***	.24***	.35***
Kişilerarası Öfke						
İntikam Tepkileri	.43***	.41***	.35***	.41***	.25***	.50***
Pasif-Agresif Tepkiler	.21***	.19***	.20***	.17***	.06	.31***
İçedönük Tepkiler	.30***	.27***	.31***	.29***	.17***	.25***
Umursamaz Tepkiler	.01	.00	.01	.01	.06	-.04

\*p&lt;.05, \*\*p&lt;.01, \*\*\*p&lt;.001

tepkilerle ifade ettikleri (Biaggio 1989, Sharkin 1993, Buntaine ve Costenbader 1997), kadınların ise öfkelerini daha gizli yollarla göstermeyi tercih ettikleri (Lerner 1996) ileri sürülmektedir. Bu çalışmada da “Öfkeyle İlgili Davranışlar” boyutunun, “Saldırgan Davranışlar” alt ölçeğinde, beklendiği gibi erkekler kadınlara göre daha yüksek puanlar almışlardır. Fakat bunu rağmen “Kişilerarası Öfke” boyutunda, “Pasif-Agresif Tepkiler” açısından kadınların yine cinsiyet rolleriyle tutarlı bir şekilde daha yüksek puan aldıkları görülmüştür.

İlgili yayınlarda, “kontrol edilen öfke” ve “içe atılan öfke” konusunda cinsiyet değişkeni açısından tutarlı sonuçlar elde edilmemiş (Buntaine ve Costenbader 1997), çoğunlukla cinsiyet farkına rastlanmamıştır (Stoner ve Spencer 1987, Kopper ve Epperson 1991). ÇBÖÖ çalışmasında da kontrol edilen öfke olarak düşünülebilecek “Sakin Davranışlar” ile, içe atılan öfke olarak düşünülebilecek “İçe dönük Tepkiler” alt ölçeklerinde, cinsiyete yönelik bir farka rastlanmamıştır.

Yaş değişkenine göre yapılan analiz sonuçlarına baktığımızda, “Ciddiye Alınmama” alt ölçeği hariç, diğer tüm boyutlarda, yaş değişkeninin belirleyici olduğu anlaşılmaktadır. Genel olarak, yayınlarla da benzer şekilde (Stoner ve Spencer

1987, Cummings ve Ballard 1991) ileri yaşlarda öfkeye yol açan durumların ve tepkilerinin azaldığı görülmektedir. Beklendiği gibi, sadece “Sakin Davranışlar”da bu eğilim tersine dönmekte ve ileri yaşlarda “Sakin Davranışlar”da bir artma görülmektedir. Buradaki kritik faktörün olgunlaşma olduğunu varsayacak olursak, bu eğilim de beklenen doğrultudadır. Batıgün’ün (2002) 13-62 yaş arasındaki 619 kişiden oluşan normal bireyler üzerinde, ÇBÖÖ kullanarak yapmış olduğu çalışmada da oldukça benzer bulgular elde edilmiştir.

Bulgulara baktığımızda, sadece “Haksızlığa Uğrama” ve “İçe dönük Tepkiler”de 20-25 yaş grubunun 14-19 yaş grubundan daha yüksek puan alıyor olduğunu ve yaş ilerledikçe de bu puanların azaldığını görmekteyiz. Kişinin, bu yaşlarda, ergenlikten çıkarak, daha farklı ilişki biçimlerinin yer aldığı iş ortamına girdiğini (Bauman 1997) ve kendini kanıtama durumuyla karşı karşıya kalıp, bu çabalarına karşılık, diğer insanların haksızlık olarak tanımlanabilecek davranışlarına karşı daha da hassas olabileceğini düşünersek, böyle bir farklılığın da beklenebileceğini ileri sürebiliriz.

Genel sonuçlardan farklı olarak görülen ve az önce ifade edilen görüşü destekleyen bir diğer



**TABLO 3.** Çok Boyutlu Öfke Ölçeği'nin Suçluluk ve Utanç Envanteri ile Korelasyonu.

Çok Boyutlu Öfke Ölçeği	Suçluluk	Utanç
Öfke Belirtileri	.10**	.16***
Öfkeye Yol Açan Durumlar (Toplam)	.28***	.37***
Ciddiye Alınmama	.21***	.33***
Haksızlığa Uğrama	.37***	.35***
Eleştirilme	.07	.27***
Öfkeyle İlişkili Düşünceler (Toplam)	-.08*	.12***
Öfkesine Yönelik Düşünceler	-.06	.09*
Diğerlerine Yönelik Öfke Düşünceleri	-.08*	.10**
Kendisine Yönelik Öfke Düşünceleri	-.06	.12***
Dünyaya Yönelik Öfke Düşünceleri	-.08*	.08*
Öfkeyle İlişkili Davranışlar		
Saldırgan Davranışlar	.00	.12***
Sakin Davranışlar	.30***	.14***
Kaygılı Davranışlar	.26***	.29***
Kişilerarası Öfke		
İntikama Yönelik Tepkiler	-.05	.16***
Pasif-Agresif Tepkiler	.24***	.26***
İçedönük Tepkiler	.24***	.27***
Umursamaz Tepkiler	.06	-.03

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

durum da, “Kaygılı Tepkiler”in en yoğun 20-25 yaş grubunda yaşanması ve yaş ilerledikçe azalması, ancak 35 yaşından sonra tekrar yükselmesidir. 35-50 yaş grubunda kaygılı tepkilerin yükseliyor olması, kaygıyı arttıran, öfke dışında (sağlık, gelecek vb.) başka değişkenlerin de olabileceğini düşündürmektedir.

Çok Boyutlu Öfke Ölçeği'nde eğitim değişkeni açısından elde edilen bulgular, genel olarak lise ve üniversite mezunlarının, temel eğitim mezunlarından daha fazla öfke belirtisi yaşadığı ve öfkeye yol açan durumlardan daha fazla etkilendiği, ancak bu yaşananları davranışlara dökme konusunda lise mezunlarının daha rahat olduğu görülmektedir. Buradan, öfkenin yaşanmasında toplumsal beklentilerin, öğrenme süreçlerinin ve belli de olaylara yönelik yapılan atıfların önemli olduğunu düşünebiliriz.

Öfkenin bilişsel alt yapısının yer aldığı, “Öfkeyle İlişkili Düşünceler” ve bu düşüncelerin neden olduğu, “Öfkeyle İlişkili Davranışlar” boyutları arasında beklendiği gibi büyük benzerlikler vardır. Bulgular incelendiğinde, temel eğitim ve lise mezunlarının, üniversite mezunlarına göre daha yüksek puanlar aldığını görmekteyiz. Batıgün (2002) tarafından yapılan çalışmada da benzer bulgular elde edilmiştir. Bu bulgulardan hare-

ketle, daha farklı düşünce biçimlerinin olduğu üniversite eğitiminin, öfke düşüncelerini ve doğal olarak öfke davranışlarını da göstermede bazı sınırlılıklar getirdiğini ileri sürebiliriz.

“Kişilerarası Öfke” boyutunda, eğitim değişkeni açısından istatistiksel anlamlılık düzeyinde bir fark görülmesi de, lise mezunlarının, temel eğitim veya üniversite mezunlarına göre kişilerarası ilişkilerde daha fazla öfke sorunu yaşama eğiliminde olduklarını söyleyebiliriz. Eğitim açısından arada kalmış gibi görünen lise mezunlarının, bu sıkıntıyı ilişkilerine de yansıtması olağan görünmektedir. Bu görüşü destekleyen bir diğer bulgu da saldırgan davranışlar açısından ortaya çıkmıştır. Bu eğilim en fazla lise mezunlarında gözlenmiştir.

Eğitim değişkeni açısından baktığımızda, yıllarda bu konuyla ilgili başka araştırmaların bulunmadığını görmekteyiz. Batı ülkelerinde formal eğitim açısından önemli farklılıklar olmadığını düşünürsek böyle bir sonucun beklendiğini söyleyebiliriz.

Yapılan çok yönlü varyans analizi sonrasında ortaya çıkan yaş, eğitim ve cinsiyet etkileşim etkilerine baktığımızda, erkeklerin 36 yaşından sonra öfkeye neden olan durumlardan, kadınlara göre daha az etkilendikleri anlaşılmaktadır. Yıllarda bu yönde bir araştırma bulgusuna rastlanmamışsa da bu bulgu, klinik gözlemlerle desteklenmektedir (Lerner 1996). Cinsiyet ve yaş değişkeninden kaynaklanan böyle bir fark, erkeklerin, kadınlara kıyasla, öfkeye neden olabilecek durumlarla (haksızlığa uğrama, ciddiye alınmama, eleştirilme) daha az karşılaştıklarını düşündürmektedir. Analizler sonrasında bu konuda ortaya çıkan bir diğer bulgu ise, 36-50 yaş grubunda, özellikle temel eğitim mezunlarının daha az haksızlığa uğrama nedeniyle öfke yaşamasıdır. Bunun bir nedeni de belli bir yaştan sonra, temel eğitim mezunlarının hayattan beklentilerinin daha belirgin ve sınırlı olması ve dolayısıyla da mücadeleyi gerektiren, haksızlığa uğramak gibi durumları daha az önemsemeleri olabilir. Bunu destekleyen bir diğer bulgu da “pasif agresif tepkiler” konusunda ortaya çıkmaktadır. Analizler sonucunda, 36-50 yaş grubu temel eğitim mezunu olan erkeklerin, diğer tüm gruplara göre çok daha az pasif agresif tepkiler gösterdikleri anlaşılmaktadır. Öfkeyi daha az önemseyen bu grup için böyle bir sonuç anlamlı görünmektedir. Cinsiyet, yaş ve eğitim arasındaki bir diğer etkileşim

etkisi de, intikam tepkileri konusunda ortaya çıkmaktadır. Sadece temel eğitimi tamamlayan 14-19 yaşındaki kişilerin, diğer tüm gruplara göre daha fazla "İntikam Tepkileri" puanı almış olmaları dikkat çekicidir. Öfkeyle uygun şekilde baş etme becerilerinin eğitim ve yaşla ilişkili olduğunu düşünürsek, bu sonucun beklendiği yönde olduğu anlaşılmaktadır.

## SONUÇ ve ÖNERİLER

Öfke içsel olarak yaşanan bir duygu olduğundan dolayı, öfkenin bilimsel olarak ölçülmesi de en rahat, kişinin kendi ifadelerine dayanan "kendini değerlendirme türü ölçekler" tarafından gerçekleştirilmektedir. Doğal olarak bu tarz ölçeklerde, sosyal beğenirlik faktörü de etkili olabilmektedir. Ancak bu araştırmaya temel olan ÇBÖÖ, sadece öfkeyle ilişkili belirtileri değil, kişiye öfke yaşatan durumlara ve insanlara, öfkeyle ilişkili düşüncelere ve davranışlara da yak-

laştığı için bu faktörün olumsuz etkisi en aza indirilmeye çalışılmıştır. Bu çalışmanın en önemli sınırlılığı, örneklemin sadece normal popülasyondan oluşmasıdır. Dolayısıyla klinik popülasyonla yapılacak çeşitli çalışmalara ihtiyaç olduğu açıktır. Çalışmanın bir diğer kısıtlılığı ise öfkenin sürekliliğini test etmek amacıyla test-tekrar test güvenirliliğinin ölçülmemiş olmasıdır. Bunun yerine alt boyutların iç tutarlılığı ve alt boyutlar arasındaki ilişkilerin hesaplanması ile yetinilmiştir. Sonuç olarak ÇBÖÖ'nün Türk kültürü için, öfkeyi çeşitli boyutlarıyla geçerli ve güvenilir bir biçimde ölçen bir ölçek olduğu ileri sürülebilir. Kuşkusuz değişik örneklemlerle yapılacak yeni çalışmalar, ölçeğin psikometrik özelliklerinin gücü konusunda yeni bilgiler sağlayacaktır. Söz konusu bu ölçeğin geçerliğine ilişkin yeni kanıtlar elde edilmesi durumunda, gerek psikopatoloji tarama çalışmalarında, gerekse psikoterapi etkililiği araştırmalarında güvenle kullanılabilir yeni bir ölçek kazanılmış olacaktır.

## KAYNAKLAR

Averill JR (1983) Studies on anger and aggression: Implications for theories of emotion. *Am Psychol*, 38: 1145-1160.

Balkaya F (2000) Çok Boyutlu Öfke Ölçeği'nin Geliştirilmesi ve Bazı Semptom Gruplarındaki Etkisi (Yüksek Lisans Tezi). Ankara, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Batıgün AD (2002) Gençler ve İntihar: Diğer Yaş Gruplarıyla Farklılaşan Özellikler. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Berkowitz L (1990) On the formation and regulation of anger and aggression: A cognitive-neoassociationistic analysis. *Am Psychol*, 45:494-503.

Biaggio MK (1989) Sex differences in behavioral reactions to provocation of anger. *Psychol Rep*, 64:23-26.

Biaggio MK, Godwin WH (1987) Relation of depression to anger and hostility constructs. *Psychol Rep*, 61:87-90.

Bitti PER, Gremigni P, Bertolotti G ve ark. (1995) Dimensions for anger and hostility in cardiac patients, hypertensive patients, and controls. *Psychother Psychosom*, 64: 162-172.

Bridewell WB, Chang EC (1997) Distinguishing between anxiety, depression and hostility: Relations to anger-in, anger-out, and control. *J Pers Individ Dif*, 22: 587-590.

Buntaine RL, Costenbader VK (1997) Self-reported differences in the experience and expression of anger between girls and boys. *Sex Roles*, 36: 625-637.

Buss DM (1989) Conflict between the sexes: strategic interference and the evocation of anger and upset. *J Pers Soc Psychol*, 56: 735-747.

Deffenbacher JL (1992) Trait anger: theory, findings, and implications. *Advances in Personality Assessment*, 9: 177-201.

Dereğafri (1992) DiGiuseppe R (1999) End piece: Reflections on the treatment of anger. *Psychotherapy in Practice*, 55(3): 365-379.

Dryden W (1990) Dealing with Anger Problems: Rational-

Emotive Therapeutic Interventions. Sarasota FL, Professional Resource Exchange.

Ellis A (1997) How to Control Your Anger Before It Controls You. Secaucus, NJ, Carol Publishing Group.

Fava M, Anderson K, Resenbaum JF (1990) "Anger attacks": possible variants of panic and major depressive disorders. *Am J Psychiatry*, 147: 867-870.

Feindler E (1989) Adolescent anger control: Review and critique. *Progress in Behavior Modification*, Hersen M, Eisler RM, & Miller PM (Eds.), Newbury Park, CA, Sage Pubs.

Frijda NH, Mesquita B (1994) The social role and functions of emotions. *Emotion and Culture*, S. Kitayama HR. Markus (Eds.), Washington, DC, American Psychological Association, s. 51-87.

Hazaleus SL, Deffenbacher JL (1986) Relaxation and cognitive treatments of anger. *J Consult Clin Psychol*, 54: 222-226.

Horesh N, Rolnick T, Iancu I (1997) Anger, impulsivity and suicide risk. *Psychother Psychosom*, 66: 92-96.

Jakops E, Fischer AH, Manstead ASR (1997) Emotional experience as a function of social context: the role of the other. *Journal of Nonverbal Behavior*, 21: 103-130.

Kassinove H, Sukhodolsky DG (1995) Anger disorders: basic science and practice issues. *Anger Disorders: Definition, Diagnosis and Treatment*. Kassinove H (Ed.), Washington, Taylor & Francis.

Lerner H (1996) Öfke Dansı (Çev: Gül S. ). İstanbul, Varlık Yayınları.

Martin R, Watson D (1997) Style of anger expression and its relation to daily experience. *Pers Soc Psychol Bull*, 23: 285-294.

Minarik MJ, Myatt R, Mitrushina M (1997) Adolescent multiphasic personality inventory and its utility in assessing suicidal and violent adolescents. *Suicide Life Threat Behav*, 27: 278-284.

Riley WT, Treiber FA, Woods MG (1989) Anger and hostility in depression. *J Nerv Ment Dis*, 177: 668-674.

Robbins PR, Tanck RH (1997) Anger and depressed affect: Interindividual and intraindividual perspectives. *J Psychol*, 131: 489-500.

Robins S, Novaco RW (1999) Systems conceptualization and treatment of anger. *J Clin Psychol*, 55: 325-337.

Russell JA (1991) Culture and categorization of emotions. *Psychol Bull*, 110:426-450.

Russell SS, Shirk B (1993) Women's anger and eating. *Women and Anger*. Thomas S. (Ed.), New York, NY, Springer Pub, s. 91-111.

Sayar K, Güzelhan Y, Solmaz M ve ark. (2000) Anger attacks in depressed Turkish outpatients. *Ann Clin Psychiat*, 12: 213-218.

Scherger JM (1979) Understanding, and controlling anger. *Helping Clients with Special Concerns*, Elsenberry S, Patterson LE (Eds), London, Houghton Mifflin Company, s.79-102.

Sharkin BS (1993) Anger and gender: theory, research and implications. *J Couns Dev*, 71: 386-389.

Siegel JM (1986) The multidimensional anger inventory. *J Pers Soc Psychol*, 5: 191-200.

Siegmán AW (1993) Cardiovascular consequences of expressing, experience and repressing anger. *J Behav Med*, 16: 539-569.

Spielberger CD, Reheiser EC, Sydeman SJ ve ark. (1995) Measuring the experience, expression and control of anger. *Anger Disorders: Definition, Diagnosis and Treatment*. Kassınove N. (Ed), Washington, Taylor&Francis.

Spielberger CD, Crane RS, Kearns WD ve ark. (1991) Anger and anxiety in essential hypertension. *Stress and Emotion: Anxiety, Anger and Curiosity*. Spielberger CD (Ed), New York, Taylor&Francis, s. 265-279.

Spielberger CD, Jacobs G, Russell S ve ark. (1983) Assessment of anger: The State-Trait Anger Scale. *Advances in Personality Assessment*. Cilt 2, Butcher JN, Spielberger CD (Eds), Hillsdale, NJ, LEA.

Stoner SB, Spencer WB (1987) Age and gender differences with the Anger Expression Scale. *Educ Psychol Meas*, 47: 487-492.

Şahin NH ve Durak A (1994) Kısa Semptom Envanteri: Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9: 44-56.

Şahin NH, Şahin N (1992) Adolescent guilt, shame and depression in relation to sociotropy and autonomy. *The World Congress of Cognitive Therapy*, Toronto, Haziran, 17-21.

Tanaka-Matsumi J (1995) Cross-cultural perspectives on anger. *Anger Disorders: Definition, Diagnosis and Treatment*, Kassınove H (Ed), Washington, Taylor&Francis.

Tangney JP, Fischer KW (1995) *Self Conscious Emotions: The Psychology of Shame, Guilt, Embarrassment and Pride*. New York, Guilford Press.

Tangney JP, Wagner P, Fletcher C ve ark. (1992) Shamed into anger? The relation of shame and guilt to anger and self-reported aggression. *J Pers Soc Psychol*, 62: 669-675.

Tangney JP, Wagner P, Hill-Barlow D ve ark. (1996) Relation of shame and guilt to constructive versus destructive responses to anger across the lifespan. *J Pers Soc Psychol*, 70: 797-809.

Tavris C (1989) *Anger: Misunderstood Emotion*. New York, Simon&Schuster.

Türkçapar MH, Güriz O, Özel A ve ark. (2001) Öfke ve öfke dışavurumunun depresif bozukluk ve antisosyal kişilikle ilişkisi: kontrollü bir çalışma. (Basım aşamasında).

Valentis M, Devane M (1994) *Female Rage*. New York, NY, Carol Southern Books.

Wickless C, Kirsch I (1988) Cognitive correlates of anger, anxiety, and sadness. *Cognit Ther Res*, 12: 367-377.

## Şizofreni Dernekleri ruh hekimlerinin ilgi ve desteğini bekliyor

### Şizofreni Dostları Derneği

Lamartin Cad., 23/4, Talimhane, Taksim, İSTANBUL

Tel. 0212 256 36 61 ● Faks. 0212 256 53 91

### Şizofreni Gönüllüleri ve Dayanışma Derneği

Ethemefendi Cad. Fırın Sok., Can Apt. No: 5/5, Erenköy, İSTANBUL

Tel. 0216 363 77 26 ● Faks. 0216 302 19 94

### Şizofreni Dayanışma Derneği

370. Sok 44A, Bahçelievler, Hatay, İZMİR, Tel. 0232 261 80 83

### Şizofreni Hastaları ve Yakınları Dayanışma Derneği

Kuveyt Cad. (Güven Sokak) 7/18, Aşağıyayracı, ANKARA, Tel. 0312 466 43 66

### Şizofreni ile Yaşam Derneği

Tunca Mah. İzmir Cad. No: 172/2, Karaköy, MANİSA, Tel: 0 236 239 64 71