

# *Ergenlerde Öfke İfade Tarzları ve Sosyal Medya Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

Makalenin

Geliş Tarihi / Received: 20.12.2020

Kabul Tarihi / Accepted: 20.01.2020

**Zeliha Merve UYSAL\***

**Elif Özge ERBAY\*\***

## **Öz**

Bu araştırmada, İstanbul'da bulunan farklı lise türlerinde eğitim gören ergenlerin sosyal medyaya yönelik tutumları ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmada lise düzeyindeki öğrencilerin demografik bilgilerini elde etmek amacıyla 'Kişisel Bilgi Formu', sosyal medyaya yönelik tutumlarını ölçmek amacıyla Otrar ve Arğin (2013) tarafından geliştirilmiş olan 'Sosyal Medya Tutum Ölçeği' ve öfke ifade tarzları hakkında bilgi edinebilmek için Spielberger ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilen, Özer (1994) tarafından Türkçeye uyarlanan 'Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Ölçeği' kullanılmıştır. Araştırma sonucunda ergenlerde sosyal medyaya yönelik tutum toplam puanı ile öfke ifade tarzları toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ancak alt boyutlar arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** *Sosyal Medya, Öfke, Öfke İfade Tarzları, İnternet, Ergenlik.*

---

\* Zeliha Merve UYSAL, İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü  
Orcid: 0000-0001-8690-1149

\*\* Dr. Öğr. Üyesi Elif Özge ERBAY, İstanbul Aydın Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, eliferbay@aydin.edu.tr  
Orcid: 0000-0001-7927-0596

Doi Num: 10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait\_v06i1004

# ***Investigating the Relationship between Anger Expression Styles and Social Media Attitude in Adolescents***

**Zeliha Merve UYSAL\***

**Elif Özge ERBAY\*\***

## **Abstract**

The aim of this study is to investigate the relationship between social media attitudes and anger expression styles of adolescents attending different high schools in Istanbul. In the study, ‘Personal Information Form’ was used to obtain the demographic information of the high school students; ‘Social Media Attitude Scale’ developed by Otrar and Argın (2013), was used to measure their attitudes towards social media; and ‘Continuous Anger and Anger Expression Styles Scale’ developed by Spielberg and his colleagues (1983) and adapted into Turkish by Özer (1994), was used to measure their anger expression styles. As a result of the research, it was found no significant relationship between social media attitudes and anger expression styles of adolescents. However, significant relationships were found between dimensions of social media attitudes and anger expression styles.

**Keywords:** *Social Media, Anger, Anger Expression Styles, Internet, Adolescent.*

---

\* Zeliha Merve UYSAL, Istanbul Aydin University, The Graduate Institute of Social Sciences, Psychology Department

Orcid: 0000-0001-8690-1149

\*\* Dr. Öğr. Üyesi Elif Özge ERBAY, Asst. Prof., Istanbul Aydin University, Faculty of Arts and Sciences, Psychology Department, eliferbay@aydin.edu.tr

Orcid: 0000-0001-7927-0596

Doi Num: [10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait\\_v06i1004](https://doi.org/10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v06i1004)

## Giriş

Son yıllarda gelişmekte olan internet, başlarda iletişimi sağlama konusunda yardımcı olmaktayken zamanla bilgi edinme, oyun oynama, farklı alanlarda arama yapma gibi neredeyse tüm ihtiyaçları karşılamaya yönelik fayda sağlamaya başlamıştır (İli, 2013). Web sitelerinin etkisi giderek azalmaktayken, sosyal paylaşım ağlarının etkisi giderek artmaktadır (Kırık ve Karakuş, 2012). Son zamanlarda en yaygın olarak kullanılan iletişim aracının sosyal medya olduğu görülmektedir (Tepret, 2018).

Her geçen gün insanların yaşantısına daha fazla girmeye başlayan sosyal medyanın, yaşamları birçok yönden etkilediği düşünülmektedir. Özellikle ergenlik dönemi, özellikleri ve bu dönemde karşılaşılan sorunlar göz önünde bulundurulduğunda, sosyal medyanın kişilerin gelişimleri üzerinde en etkili olduğu dönem olarak düşünülmektedir. Bu dönemde ergenlerin, kimlik kazanmak, sosyalleşmek ya da kendilerini ifade etmek için sosyal medyayı kullanmaya yöneldikleri görülmektedir (Atalay, 2014).

Ergenlik dönemi, son çocukluk çağının yaşandığı ve birçok değişikliğin gözlemlendiği yetişkinliğe geçiş dönemi olarak görülmektedir (Yavuzer, 2005). Ergenlik dönemindeki bireylerin sosyal becerilerini geliştirme ve duygusal bağımsızlığını kazanma alanındaki gelişim görevlerini yerine getirebilmeleri için, duygularını tanıması, ifade ediş biçimlerinin farkına varması ve denetim altına alması gerekmektedir (Kırmızı, 2008). Buradan hareketle, özellikle öfke gibi güçlü duyguların farkındalığı ve ifadesinde sorun yaşaması olası ergenlerin (Erdoğan, 2015), kendilerini ifade etme aracı olarak kullandıkları internetle temaslarının incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Öte yandan, Erbay ve Gülüm'e göre (2018) boş zamanlarını toplumsal denetim dışında internet kafelerde geçiren çocukların riskli davranışlara sürüklenme olasılığının arttığı bildirilmekle bu konunun önemi daha da artmaktadır.

Son yıllarda gitgide artan sosyal medya kullanımı nedeniyle, ergenlerde sosyal medyaya yönelik tutum ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesine gereksinim duyulmuştur. Bu araştırmanın amacı, İstanbul ili içerisindeki farklı lise türlerinde öğrenim görmekte olan ergenlerin sosyal medyaya yönelik tutumları ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Literatür incelendiğinde sosyal medyaya yönelik tutum ile öfke ifade tarzlarını inceleyen sınırlı sayıda araştırma olduğu tespit edilmiştir.

## **Sosyal Medya**

Son yıllarda teknoloji hızlı bir şekilde gelişme göstermektedir. Yeni gelişmeler ile birlikte yaşantımızda farklı alanlar oluşmaktadır. Bu farklı alanlardan biri olan ve teknolojik gelişmeler içerisinde önemli bir yere sahip olan internet, her geçen gün yaşantımızda daha sık karşılaştığımız bir yere sahip olmaya başlamaktadır. İnternet teknolojisinin en önemli öğelerinden biri olan sosyal medya da bu gelişime ayak uydurmaya çalışmaktadır. İnternete ulaşımın kolaylaşması ve kullanım sıklığının artmasıyla birlikte sosyal medya da yaşantımızda önemli bir yere gelmeye başlamıştır.

Sosyal medya, Web 2.0'ın ortaya çıkması ve web tabanlı çalışmaların ilerlemesi ile birçok yeniliği de beraberinde getirmiştir. Bu yenilikler: gerçekleştirilen işlemlerde mekân sınırlamasının ortadan kaldırılması, aynı zamanlarda gerçekleştirilebilen bilgi paylaşımı ve iletişim kurmada kullanılacak en geniş sanal ortam olması gibi gelişmelerdir (Sarıçam, 2015).

Sosyal medya, bireylerin yeni fikirler ortaya koyabilmesine, düşüncelerini paylaşabilmesine, farklı düşünceler hakkında tartışabilmesine, gerçek hayatı sanal ortamda yaşayabilmesine imkân sağlamaktadır. Videoların, fotoğrafların, kişisel bilgilerin paylaşılmasını, iş aramayı ve iş bulmayı da sağlamaktadır. Bu gibi nedenlerden dolayı her kesimden insanın merakını arttırarak zamanla bütün ilgiyi üzerine çekmeye başlamıştır (İli, 2013).

Sosyal medya araçlarının kullanımı ile birlikte internet kullanıcıları daha etkin bir role sahip olmaktadır. Gelişmelerle birlikte insanlar, izleyici ve tüketen olmakla birlikte izlenen ve üreten konumuna da erişerek geniş kitlelere ulaşmaktadır. Bu gelişmeyle birlikte sosyal medya kullanıcıları olaylar, kişiler ve durumlar üzerine yorumlar yapabilmekte ve belirli konuların uzmanları haline gelebilmektedir (Ök, 2013).

Yaşadıklarını paylaşmak, o anı kalıcı hale getirme arzusu ya da diğerleri tarafından görülmenin çekiciliği sosyal medyayı vazgeçilemez bir konuma sokmaktadır (Atalay, 2014). Sosyal medya araçları zamanla içeriğini ve kullanım şeklini kullanıcıların beklentileri doğrultusunda değiştirerek vazgeçilmez konumunu korumaktadır. Örneğin; Instagram'a Snapchat'in bir benzeri olan anlık hikâye paylaşma özelliği eklenmiş, Twitter'ın 140

karakterlik sınırı genişletilmiş ve paylaşım içerikleri arttırılmıştır. Böylece sosyal medya araçlarının kapsamları genişlemektedir (Çoban, 2019).

### **Öfke İfade Tarzları**

Öfke, karşılanamayan beklenti ve istenmeyen sonuçlara verilen doğal bir tepkidir (Erdoğan, 2015). Öfke gündelik yaşamda sıklıkla karşılaşılan, sosyal ilişkilere, iş yaşamına ve hayata yön veren, değişik yoğunluklarda ortaya çıkan bir duygu olarak tanımlanmaktadır (Aydınlı, 2014). Fizyolojik değişimlerin de eşlik ettiği bu duygu, farklı yoğunluk ve süreçlerde karşılaşılan, küçük ve büyük sonuçları olabilen normal bir duygu olarak görülmektedir (Şahin, 2005). Genellikle engellenme sonucu ortaya çıkan bu duygu, kişinin kendisine ve diğerlerine yönelik olarak ortaya çıkmaktadır (Aydınlı, 2014).

Öfke; tek başına doğal bir duygu olmasına rağmen, kırıncı sözler ve sert davranışlar eşlik ettiğinde sonuçlarıyla çatışmaya neden olan, özellikle beklenmeyen yer ve zamanlarda ortaya çıktığında ilişkilere zarar vermesi dolayısıyla istenmeyen, uzak durulan bir duygu olarak görülmektedir (Uslu, 2004). Öfke duygusunun olumsuz bir şekilde tanımlanması, ifade ediş tarzının olumsuz olmasından kaynaklanmaktadır (Şahin, 2005). Birçok bireysel ve sosyal sorunun temelinde öfkenin uygun bir şekilde ifade edilememesi bulunmaktadır (Kökdemir, 2004).

Sevinç, üzüntü, mutluluk ve diğer bütün duygular gibi öfkenin ifade edilmesi de farklı biçimlerde, farklı yoğunluklarda ve hatta bazen taşkınlık içeren şekillerde görülebilmektedir (Dündar, 2016). Öfke her birey tarafından farklı şekillerde ve farklı derecelerde ifade edilebilir. Bazıları öfkeye neden olan durumlardan kaçır, bazıları üzerine giderek bu durumun ortadan kaldırılması için çabalar, bazıları ise bu durumun yaşandığını göz ardı etmeye çalışır (Uslu, 2004).

Öfke, uygun bir şekilde ifade edildiğinde sağlıklı bir etkileşim ortaya çıkarmaktadır. Ancak kontrolsüz ve uygun olmayan bir şekilde ifade edildiğinde zarar verici sonuçlara neden olmaktadır (Erdoğan, 2015). Genellikle kaçınılan ve istenilmeyen bir duygu olarak görülen öfke, doğru bir şekilde ifade edilemediğinde, bireye ve bireyin diğerleriyle olan ilişkilerine zarar vermektedir (Atkınıc Elmas, 2009).

Öfke yaşamımızda bazen yapıcı bazen ise yıkıcı fonksiyonlarıyla yer almaktadır. Öfkenin yapıcı ya da yıkıcı fonksiyonlarıyla karşımıza çıkması öfke ifade tarzlarına göre farklılık göstermektedir. Buna göre, bazı bireyler öfkeyi bastırarak ifade ederken bazıları saldırganlıkla ifade etmekte bazıları ise görmezden gelmeyi tercih etmektedir. Oysa anlaşılabilir, kabul edilebilir, uygun bir şekilde ifade edilebilir öfke, enerji veren etkin bir durum olmaktadır (Demirci Danışık, 2005). Her insanın kendini ifade etme tarzı farklı olabileceği gibi, öfkeyi ifade etme tarzı da kişiden kişiye farklılık göstermekte ve bu durumun farklı sonuçları bulunmaktadır (Erdoğan, 2015).

## **Yöntem**

### ***Araştırma Deseni:***

Araştırmada ergenlerde sosyal medyaya yönelik tutum ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiye yönelik ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli iki veya daha fazla değişken arasındaki değişimin varlığını ve / veya derecesini belirleyen araştırma modelidir (Karasar, 2003).

### ***Örneklem:***

Araştırmanın evreni, 2019-2020 eğitim öğretim döneminde İstanbul ili içerisindeki liselerde öğrenim görmekte olan ergenlerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, İstanbul ili içerisinde bulunan Anadolu Lisesi, Meslek Lisesi, Anadolu İmam Hatip Lisesi ve Özel Liseler olmak üzere 4 farklı türdeki liselerden oluşmaktadır. Bu liselerde bulunan rastgele seçilmiş olan 9., 10., 11. ve 12. sınıfta bulunan gönüllü öğrencilerle çalışılmıştır. Her sınıf düzeyinden 20 öğrenci olmak üzere, toplamda 320 öğrenci çalışmaya katılmıştır.

### **Veri Toplama Araçları**

Araştırmada ergenlerin demografik bilgilerini elde etmek amacıyla ‘Kişisel Bilgi Formu’, sosyal medyaya yönelik tutumlarını ölçmek için Otrar ve Argın (2013) tarafından geliştirilmiş olan ‘Sosyal Medya Tutum Ölçeği’ ve öfke ifade tarzları hakkında bilgi edinebilmek için Spielberger ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilen ve Özer (1994) tarafından Türkçeye uyarlanan ‘Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Ölçeği’ kullanılmıştır.

**Sosyal Medya Tutum Ölçeği**, Otrar ve Argın (2015) tarafından, öğrencilerin sosyal medyaya yönelik tutumlarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 17 olumlu, 6 olumsuz toplamda 23 maddeden oluşmaktadır. Maddeler 5’li Likert tipinde (1-Kesinlikle Katılmıyorum; 2-Katılmıyorum; 3-Kararsızım; 4-Katılıyorum; 5-Kesinlikle Katılıyorum) tasarlanmıştır. Ölçekte 8 maddeden oluşan “Paylaşım İhtiyacı”; 6 maddeden oluşan “Sosyal Yetkinlik”; 6 maddeden oluşan “Sosyal İzolasyon”; 3 maddeden oluşan “Öğretmenlerle İlişki” olmak üzere 4 alt boyut yer almaktadır. Öğrencilerin almış olduğu puanların yükselmesi, sosyal medyaya yönelik tutumlarının da yüksek olduğunu göstermektedir. Otrar ve Argın (2015) tarafından yapılan güvenilirlik çalışmalarında tüm ölçek için Cronbach  $\alpha = .85$  olarak, alt boyutlar için ise Cronbach  $\alpha$  min=.79 ve Cronbach  $\alpha$  max=.81 olarak hesaplanmıştır.

**Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği**, Spielberger ve arkadaşları (1983) tarafından Sürekli Öfke (SL-ÖFKE) ve Öfke İfade Tarzı (ÖFKE-TARZ) Ölçeği geliştirilmiş ve Özer (1994) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Bireysel ve grup halinde, ergenlere ve yetişkinlere uygulanabilmektedir (Özer, 1994). Ölçek iki aşamalı olarak geliştirilmiştir. Durumluluk Sürekli Öfke Ölçeği, Öfke Tarz Ölçeği bulunmaktadır (Demirci Danışık, 2005). Öfke ifade tarzı (ÖFKE-TARZ) kendi içerisinde öfke içe, öfke dışı, öfke kontrol olmak üzere üç alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçek, 10 Sürekli öfke, 24 Öfke Tarz olmak üzere toplam 34 maddeden oluşmaktadır ve maddeler arasında ters madde bulunmamaktadır. 4’lü Likert tipi olarak (1:Hiç/ Hemen Hiçbir Zaman- 4: Tümüyle/ Hemen Her Zaman) düzenlenmiştir. Ölçek için yapılan güvenilirlik çalışmalarında Cronbach  $\alpha = .73$  ile .84 arasında, madde toplam korelasyonları ise .14 ile .56 arasında bulunmuştur (Özer, 1994). Bu çalışmada ise ergenlerin yalnızca öfke ifade tarzlarına bakılmıştır.

### **Prosedür**

Verilerin analizinde SPSS programı kullanılmıştır. Analizler öncesinde data üzerinde normallik testleri yapılmış; Skewness ve Kurtosis değerleri -1,5 ile 1,5 arasında çıkmıştır (Gürbüz ve Şahin, 2014). Bu nedenle sonuçların normal dağıldığı varsayılmıştır. Ardından frekans analizleri, tanımlayıcı analizler, Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Önem düzeyi olarak

korelasyon analizlerinde hem 0,05 düzeyinde hem de 0,01 düzeyinde ilişkiye bakılmıştır.

## **Bulgular**

Araştırma kapsamında 320 lise düzeyindeki öğrenci, kendilerine verilen ölçekleri yanıtlamıştır. Ergenlerin 164'ü (%51,2) kız, 156'sı (%48,8) erkektir. Ailelerinin sosyoekonomik durumlarına bakıldığında 21'i (%6,6) düşük, 266'sı (%83,1) orta, 33'ü (%10,3) ise yüksek düzeydedir. Lise türlerine bakıldığında 80'i (%25) Anadolu Lisesine, 80'i (%25) Meslek Lisesine, 80'i (%25) İmam Hatip Lisesine, 80'i (%25) ise Özel Liseye gitmektedir. Sınıf düzeylerine bakıldığında 80'i (%25) 9.sınıfa, 80'i (%25) 10.sınıfa, 80'i (%25) 11.sınıfa, 80'i (%25) ise 12.sınıfa gitmektedir.

Araştırma kapsamında ergenlerin sosyal medyaya yönelik tutumları ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiyi analiz etmek için Pearson korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir (Bkz. Tablo 1).

Buna göre; sosyal medyaya yönelik tutum toplam puanları ile öfke ifade tarzları toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ancak, araştırma sonucunda sosyal medyaya yönelik tutum alt boyutları ile öfke ifade tarzları alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Sosyal medya tutumlarının alt boyutu olan sosyal yetkinlik alt boyutu ile öfke ifade tarzlarının alt boyutu olan öfkenin dışa vurulması alt boyutu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ( $r=-0,140$ ;  $p<0,01$ ). Sosyal medya tutumlarının alt boyutu olan sosyal yetkinlik alt boyutu ile öfke ifade tarzlarının alt boyutu olan öfkenin kontrol edilmesi alt boyutu arasında pozitif yönlü ( $r=0,132$ ;  $p<0,01$ ); sosyal medya tutumlarının alt boyutu olan paylaşım ihtiyacı alt boyutu ile öfke ifade tarzlarının alt boyutu olan öfkenin dışa vurulması alt boyutu arasında negatif yönlü ( $r=-0,164$ ;  $p<0,01$ ); sosyal medya tutumlarının alt boyutu olan paylaşım ihtiyacı alt boyutu ile öfke ifade tarzlarının alt boyutu olan öfkenin içe atılması alt boyutu arasında negatif yönlü ( $r=-0,112$ ;  $p<0,05$ ); sosyal medya tutumlarının alt boyutu olan öğretmenlerle ilişki alt boyutu ile öfke ifade tarzlarının alt boyutu olan öfkenin dışa vurulması alt boyutu arasında negatif yönlü ( $r=-0,521$ ;  $p<0,01$ ); sosyal medya tutumlarının alt boyutu olan sosyal izolasyon alt boyutu ile öfke ifade tarzlarının alt boyutu olan öfkenin dışa vurulması alt boyutu arasında pozitif yönlü ( $r=0,122$ ;  $p<0,05$ ); sosyal izolasyon alt



boyutu ile öfke ifade tarzlarının alt boyutu olan öfkenin kontrol edilmesi alt boyutu arasında ise negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir ( $r=-0,119$ ;  $p<0,05$ ).

**Tablo 1.** Öğrencilerin sosyal medyaya yönelik tutumları ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiyi gösteren korelasyon tablosu

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Sosyal Yetkinlik	1								
2 Paylaşım İhtiyacı	,587**	1							
3 Öğretmenlerle İlişki	,438**	,375**	1						
4 Sos İzolasyon Ortalama	-,830**	-,721**	-,521**	1					
5 Öfkenin Dışa Vurulması	-,140**	-,164**	-,034	,122*	1				
6 Öfkenin İçerilmes	-,063	-,112*	-,009	,076	,545**	1			
7 Öfkenin Kontrol Edilmesi	,132**	,094*	,071	-,119*	-,450**	-,241**	1		
8 Sosyal Medya Tutumları	,752**	,720**	,841**	-,693**	-,124*	-,060	,112*	1	-,003
9 Öfke İfade Tarzları	-,022	-,073	,046	,031	,573**	,612**	,326**	-,003	1

\*\*  $p<0,01$ ; \*  $p<0,05$

## **Tartışma**

Ergenlik dönemi fizyolojik, duygusal, bilişsel ve davranışsal boyutlarda büyük değişimlerin yaşandığı bir dönemdir. Bağımsızlaşmaya ve yalnızlaşmaya başlayan ergen, kendi kimliğini oluşturmaya ve kendi çevresini inşa etmeye başlar (Santrock, 2012). Bu oluşum sürecinde arkadaşlarıyla, ailesiyle, okul yaşantısıyla olan ilişkileri, internet ve sosyal medya kullanım özellikleri gibi bilgilerle ergen hakkında daha fazla bilgi edinilebilir. Sosyal medyanın gündelik yaşantılarda daha fazla yer edinmesiyle birlikte, oldukça hassas bir dönem olan ergenlik dönemindeki bireyler üzerindeki etkilerinin araştırılması gerekliliği ortaya çıkmıştır. Bu bölümde ergenlerin sosyal medyaya yönelik tutumları ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma bulgularına göre, ergenlerin sosyal medyaya yönelik tutumları ile öfke ifade tarzları toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Sosyal medyaya yönelik tutumların alt boyutları ile öfke ifade tarzlarının alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Sosyal medyaya yönelik tutumun alt boyutu olan ve sosyal medya sitelerinde kendini daha iyi ifade etmeyi kapsayan sosyal yetkinlik ile öfke ifade tarzları alt boyutu olan öfkenin dışa vurulması arasında negatif yönlü bir ilişki bulunurken, öfkenin kontrol edilmesi alt boyutu ile pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Sosyal olarak yetkin hissedebilmek adına sosyal medyaya yönelen ergenlerin, esasen reel sosyal alanlarda ilişki kuramamış olan ve bu alandaki eksikliğini sosyal medya üzerinden tamamlamaya çalışan kişiler olduğu düşünülebilir (Örn; Sosyal yetkinlik alt boyutu örnek ifadesinden anlaşılabilir gibi, *sosyal medya siteleri sayesinde daha fazla arkadaşımın olacağını düşünürüm.*). Bu anlamda bu ergenlerin reel sosyal ortamlarda içe dönük bir yapısının olduğu tahmin edilebilir. Bunun üzerinden öfkelerini saldırgan bir dışa vurum yoluyla değil, kontrol ederek ifade etmeleri anlaşılır bir durumdur.

Sosyal medyaya yönelik tutumun alt boyutu olan paylaşım ihtiyacı alt boyutu ile öfkenin dışa vurulması ve içe atılması alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Paylaşım yapmaktan hoşlanan ve ihtiyaç duyan ergenlerde öfkenin içe atılması ve dışa yansıtılmasının azaldığı tespit edilmiştir. Yoğun bir şekilde bastırılmadan ve dışa yansıtılmadan, uygun ve anlaşılır bir şekilde ifade edilen öfke enerji

vermektedir (Demirci Danişık, 2005). Bu durumda paylaşımdan keyif alan ve enerjisini bu yönde harcayan ergenlerde yoğun bir öfke içe atımı ve dışa vurumu görülme durumunun daha seyrek yaşanıyor olduğu düşünülebilir.

Sosyal medyaya yönelik tutumun alt boyutu olan öğretmenlerle ilişki alt boyutu ile öfke ifade tarzlarının alt boyutu olan öfkenin dışa vurulması alt boyutu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öğretmenlerle sosyal medya üzerinden ilişki kuran öğrencilerde öfke dışa vurumunun azaldığı tespit edilmiştir. Öfkenin açık bir şekilde dışa vurumu ve saldırganlıkla ortaya koyulmasının bazı toplumlar tarafından olumsuz olarak görülmesinden (Aydınlı, 2014) dolayı, okul ve öğretmenlerle olan ilişkilerde de olumsuz görüleceği düşünüldüğünden öfkenin daha dikkatli ifade edildiği düşünülebilir.

Sosyal medyaya yönelik tutumun alt boyutu olan sosyal izolasyon alt boyutu ile öfkenin dışa vurulması alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunurken, öfkenin kontrol edilmesi alt boyutu ile negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Sosyal medya nedeniyle ailesine, arkadaşlarına ya da derslerine zaman ayıramayarak sosyal izolasyon yaşayan ergenlerde öfkenin daha yoğun bir şekilde dışa vurulduğu ve öfke kontrolünün azaldığı tespit edilmiştir. DüNDAR (2016) tarafından, öfkenin kontrol edilmeden yoğun bir şekilde dışa vurumunun çevredekiler tarafından mesafe koyulmasıyla sonuçlandığı ve bu durumun da öfkenin daha yoğun bir şekilde kontrolsüzce dışa vurulmasına neden olduğu bir döngüden söz edilmiştir. Aynı döngünün sosyal izolasyon için de geçerli olabileceği düşünülebilir.

Araştırma sonuçlarına bakıldığında, yapılacak bir sonraki çalışmada öfke kontrolü çalışmaları ile sosyal medyaya yönelik tutumda gerçekleşecek değişimler ya da sosyal medyaya yönelik bilinçlendirme çalışmaları ile öfke ifade tarzlarında gerçekleşecek değişimler gözlemlenebilir. Ergenlerde model olarak öğrenme sıklıkla gerçekleştiğinden ebeveynler ve eğitimciler kendi öfke ifade tarzları ve sosyal medya kullanım özelliklerine yönelik bilinçlendirilmelidir. Çünkü öfke ve sosyal medya konusunda çalışmalara katılacak olan ergenler, daha sonra ailelerinde ya da öğretmenlerinde öğrendikleriyle uyuşmayacak davranışlar gözlemlendiğinde yapılan çalışmalar fayda göstermeyebilir. Bu konularla ilgili olarak okullarda veli ve öğretmen çalışmaları yapılarak doğru rol model olunması sağlanabilir.

## **Kaynakça**

Atalay, R. (2014). Lise Öğrencilerinin Sosyal Medyaya İlişkin Tutumları ile Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişki (Bahçelievler İlçesi Örneği), Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Atkıncı Elmas, H. E. (2009). Ortaöğretim Öğrencilerinin Benlik Algı Düzeyleri ile Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Kastamonu İli İnebolu İlçesi Örneği), Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Aydınlı, S. (2014). Ergenlerin Öfke İfade Biçimleri, Sosyal Karşılaştırma Düzeyleri, Umutsuzluk Seviyeleri ve Çatışma Çözme Yaklaşımlarının İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çoban, B. (2019). Sosyal Medya Kullanımı ile Değişen Mahremiyet Algısı: *Youtube Üzerine Bir İnceleme*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Demirci Danışık, N. (2005). Ergenlerin Sürekli Öfke, Öfke İfade Tarzları ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dündar, Ü. (2016). Lise Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Gaziosmanpaşa İlçesi Örneği, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Erbay, A. ve Gülüm, Z. (2018). Çocuklarda Suç Tekrarını Yordayan Risk Faktörleri. *Adli Tıp Bülteni*. 23(3), 162-168. doi: 10.17986/blm.2018345599

Erdoğan, H. T. (2015). Ergenlerin Anksiyete Düzeylerinin Öfke Yönetimi Becerileri ve Öfkeyi İfade Tarzlarına Etkisi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gürbüz, Ş. ve Şahin, F. (2014). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*, İstanbul: Seçkin Yayınevi.

İli, K. (2013). Sosyal Medya Ortam ve Araçlarının Öğrenci Davranışlarına Etkisi (*Gaziçiği Anadolu Lisesi Örneği*), Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Karasar, N. (2003). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, Ankara: Nobel Akademi.
- Kırık, A. M. ve Karakuş, M. K. (2012). Sosyal Medya ve İnternet Teknolojisi ile Yöndeşen Televizyon Yayıncılığı: Sosyal Tv, *Online Academic Journal of Information Technology*, 4(12), 62-73.
- Kırmızı, Z. (2008). Lise Öğrencilerinin Öfke İfade Tarzlarının ve Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kökdemir, H. (2004). Öfke ve Öfke Kontrolü, *Pivolka*, 3(7), 7-10.
- Otrar, M. ve Arın, F. S. (2015). Öğrencilerin Sosyal Medyaya İlişkin Tutumlarını Belirlemeye Yönelik Bir Ölçek Geliştirme Çalışması, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(1) 391-403.
- Ök, F. (2013). Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıkları ve Motivasyonları, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Elazığ: Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özer, A. K. (1994). Sürekli Öfke (SL-Öfke) ve Öfke İfade Tarzı (Öfke-Tarz) Ölçekleri Ön Çalışması, *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 26-35.
- Santrock, J.W. (2012). *Ergenlik*, çev. ed. Diğdem Müge Siyez, Ankara: Nobel Yayınları.
- Sarıçam, F. (2015). Öğrencilerin Okul Dışı Sosyal Medya Kullanım Amaçlarının Öğrencilerin Ders Başarılarına Etkisi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Afyon: Afyon Kocatepe Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Spielberger, C. D., Jacobs G., Russell F. S., Crane, R. S. (1983). Assessment of Anger: The State-Trait Anger Scale, *Advances in Personality Assessment*, 2(1), 159-187.
- Şahin, H. (2005). Öfke Denetiminin Kuramsal Temelleri, *SDÜ Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(10), 1-21.
- Tepret, D. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Facebook ve Instagram Kullanımı ile Narsistik Yapılanma Düzeyleri Arasındaki İlişki, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: T.C. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Uslu, G. (2004). Lise Öğrencilerinin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Düzeylerini Yordayan Bazı Değişkenler, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yavuzer, H. (2005). *Gençleri Anlamak*, İstanbul: Remzi Kitabevi.