

Kişiler Arası Sorun Çözme Beceri Eğitiminin Yetiştirme Yurdunda Yaşayan Ergenlerin Yapıcı Problem Çözme ve Sürekli Öfke Düzeylerine Etkisi*

Interpersonal Problem Solving Skills Training's Effect on the Adolescents' Living in Orphanages Constructive Problem-Solving and the Level of Trait Anger

Ahmet BEDEL ** & Ramazan ARI ***

Özet

Bu araştırmanın amacı, kişiler arası sorun çözme beceri eğitiminin yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerin yapıcı problem çözme becerilerine ve sürekli öfke düzeylerine etkisini incelemektir. Araştırmada ön test son test kontrol gruplu deneme deseni kullanılmış olup, deneme grubunda 8, kontrol grubunda ise 15 denek yer almıştır. Verilerin toplanmasında Kişiler Arası Problem Çözme Envanteri ve Sürekli Öfke Ölçeği kullanılmıştır. Deneklerin ön test son test puan farklarının anlamlılığı Mann Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Araştırma bulguları, kişiler arası sorun çözme beceri eğitiminin deneme grubunda yer alan ergenlerin yapıcı problem çözme beceri düzeylerinin artmasında, sürekli öfke düzeylerinin azalmasında anlamlı düzeyde etkisinin olduğunu göstermiştir.

***Anahtar sözcükler:** Kişiler arası sorun çözme, yapıcı problem çözme ve sürekli öfke*

Abstract

The purpose of this study is to examine the effect of the interpersonal problem solving skills training on the adolescents' living in the orphanages constructive problem-solving skills and the level of trait anger. Pre-test post test control group experimental research design was used, there were 8 subjects in the experiment group and 15 subjects in the control group. For the collection of data Interpersonal Problem Solving Inventory and Trait Anger Scale was used. To decide differences between group on scores Mann Whitney U test were conducted. The data of the research have shown that interpersonal problem solving skills training has the effect on the increase of the level of the experiment group adolescents' constructive problem solving skills and a significant reduce in the level of trait anger.

***Keywords:** Interpersonal problem solving, constructive problem-solving and trait anger*

* Bu makale, 2011 yılında Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsünde tamamlanmış olan "Kişiler Arası Sorun Çözme Beceri Eğitiminin Ergenlerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarına Etkisinin İncelenmesi" isimli doktora tezine dayalı olarak hazırlanmıştır.

** Dr. Ahmet BEDEL Konya Selçuklu Mehmet-Halil İbrahim Hekimoğlu Ticaret Meslek Lisesi Rehber Öğretmeni
a.bedel@mynet.com

*** Prof. Dr. Ramazan ARI Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi ramazanari2@yahoo.com

Giriş

Sosyal yaşamın gereği olarak, birey okulunda, ailesinde, çevresinde başkalarıyla sosyal ilişkiler ağı içerisinde etkileşimde bulunur. Bu etkileşim içerisinde pek çok alanda sorunla karşılaşabilir. Kişiler arası sorun D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Oliveras (2004) tarafından bireyin karşılaştığı bir sorunu çözmemesi ve nasıl çözeceğini bilememesi olarak tanımlanmıştır. Bu tanımda bireyin sorun çözme sürecindeki beceri eksikliğine vurgu yapılmaktadır. Bir başka tanımda Deutsch (1973) çatışma ve sorunu, bir kişinin hedeflerine ulaşma ve isteklerini yerine getirme çabalarının, diğer kişinin hedefine ulaşmak için yaptığı atılımları tarafından engellendiği zaman ortaya çıkan durum olarak tanımlanmaktadır (Aktaran: Johnson ve Johnson, 1994).

Kişiler arası sorununun farkında olan birey, olanla olması gereken durum arasındaki farkın yol açtığı gerginlikten kurtulmak ister ve bunun için farklı yollara başvurur. Mevcut durumla erişilmek istenen amaç arasındaki boşluğun algılandığı ve bunun yol açtığı gerginliği ortadan kaldırmaya yönelik çabaları içeren bilişsel ve davranışsal sürece kişiler arası sorun çözme süreci denir (Öğülmüş, 2001: 10). Sorun çözmede vurgulanan bilişsel davranışsal süreç, sorunlar için potansiyel etkili çözümlerin bulunması ve çeşitli alternatifler arasında daha etkili çözümün seçilmesinin ihtimalini artırma olarak tanımlanmaktadır (D’Zurilla ve Goldfried, 1971). Bu tanımlarda sosyal problem çözme bilinçli tasarım, mantıklı, güçlü ve bir amaca yöneliktir. Sorun çözme sürecinin amacı, pozitif sonuçları en yüksek düzeye çıkarmak ve negatif sonuçları en alt düzeye indirmektir. Böylece, sorunlu durumlarda daha iyi sonuç almak, duygusal sıkıntıyı azaltmak hedeflenmektedir (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Oliveras, 2004; D’Zurilla ve Chang, 1995).

Günlük yaşamın doğal bir parçası olan kişiler arası sorunların çözümünde gösterilen tepkiler açısından bireysel farklılıklar bulunmaktadır. Sorunları çözmek için insanlar farklı yöntemler kullanırlar. Bu yöntemler, kişilerin bulunduğu ortama, kişisel özelliklerine, aldığı eğitime, disipline, model aldığı ebeveynlerine, öğretmenlerine kısacası yaşamında onu etkileyen kişiler ve etkenlere göre değişir. İnsanların kolay ve acele çözüm arayışı, bir sorunun tek doğrusu olduğu yönündeki kısıtlayıcı yaklaşımlar, sorunları geniş bakış açısı ile ele almayı sınırlamaktadır (Özcan ve Öğülmüş, 2010). Johnson ve Johnson (2004) kişiler arası yaşanan sorunlarda, beş farklı çözüm stratejisi ortaya koymaktadır. Kişilerin hangi stratejiyi seçeceklerinde, kişinin amaçlarını gerçekleştirmeye odaklanması ve diğer kişi ile iyi ilişkileri sürdürmeye odaklanması önemli faktörlerdir. Çözüm stratejileri;

- ✓ Geri Çekilme (ilişkileri ve amaçları bırakma),
- ✓ Güç Kullanma (kazan kaybet görüşmesi, zorlama, emir verme),

- ✓ Yumuşak (ilişkiyi güçlendirmek için amaçları bırakma),
- ✓ Uzlaşma (ilişkiye zarar gelmesin diye amaçların bir kısmını bırakma) ve
- ✓ Sorunu çözmeye yönelik görüşme (amaçları başarma ve ilişkiyi sürdürme).

Kişiler arası çatışmalar sert, yıkıcı, hükmedici olarak çözümlendiğinde bireyde şiddet, düşmanlık, öfke, ayrılık, üzüntü duygularının yaşanmasına yol açmaktadır. Çatışmalar yapıcı olarak çözümlendiğinde ise bireyde mutluluk, başarı, ferahlama, ilişkinin güçlenmesi ve olası çatışmaları yapıcı olarak çözebilme becerisine ilişkin duygular ortaya çıkmaktadır (Cornilius ve Faire, 1989; Johnson ve Johnson, 1995; Aktaran: Türnüklü ve Şahin, 2004). Bu duygular içerisinde öfke duygusu doğal bir duygu olmasına karşın, öfke duygusunun kontrol edilememesi, saldırganlığa ve olumsuz davranışlara yol açmaktadır. Öfke ifade ediliş tarzından dolayı çoğunlukla olumsuz bir duygu olarak tanınmasına karşın, kişiyi uyarıcı, koruyucu veya harekete geçirici olan işlevleri bulunmaktadır. Soykan (2003)’e göre öfke duygusu; son derece normal ve yaşamın sürdürülmesi için gerekli duygusal bir tepki, uyarıcı bir işaret, kişiyi tehditlere karşı uyarıcı ve kendisini korumasına olanak sağlayıcı, yeni öğrenmeler için motivasyon kaynağıdır.

Öfke bu özellikleri ile kişinin uyumuna yöneliktir. Fakat kişilerin öfke duygusunun kontrolünde güçlükler yaşaması durumunda yoğun ve kontrol edilmeyen öfke, saldırganlığa yol açabilir. Bu durum, öfkenin olumsuz bir duygu olarak tanınmasına yol açar (Lochman, Dunn ve Wagner, 1987; Aktaran: Lochman, Palardy, Mcelroy, Philips ve Holmas, 2004). Tangney ve arkadaşları (1996) öfkenin hedefinin onun sağlıklı ya da zararlı olacağını ayırt etmede en önemli kriter olacağını vurgulamaktadır. Öfke, arkadaşlığı korumaya ve sürdürmeye devam ediyorsa, kişinin kendi otoritesini kabul ettirebiliyorsa, öfkeye neden olan kişinin davranışını değiştirebiliyor ve problemi çözebiliyor ise yararlıdır. Kişi kendini tehdit altında hissettiği zaman, koruyucu bir fonksiyon olarak harekete geçecektir. Fakat öfkeye neden olan kişiye fiziksel zarar veriyorsa, intikam duygularını pekiştiriyor ve karşıdakinin isteklerine uymaya yol açıyorsa zararlı olmaya başlamıştır (Balkaya, 2001; Novaco, 1975).

Alan yazındaki araştırmalarda, sosyal problem çözme ve öfke denetimi arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Sosyal problem çözme becerilerindeki eksiklikler, gençlerde öfke ve onu takip eden saldırganlık ve davranış bozuklukları gibi sonuçlara yol açabilmektedir (Korkut, 2002; Kesen, Deniz ve Durmuşoğlu, 2007; Şahin, 2000). Danişık (2005)’ın yaptığı araştırma sonuçlarına göre; öfke kontrolü ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki anlamlı olup, öfkelerini kontrol edebilen bireylerin problem çözme becerileri daha yüksek bulunmuştur. Duygularını

tanıyan, rahatlıkla ifade edebilen, gerektiğinde kontrol edebilen bireylerin problemler karşısında daha sağlıklı düşünebilecekleri, daha etkili çözüm yolları bulabilecekleri ve daha etkili kararlar verebilecekleri düşünülmektedir. Moon ve Eisler (1983), öfke problemi yaşayan bireyler için problem çözme tekniğini önermişlerdir. Bu tekniğin amacı, bireyleri öfkeyi tahrik eden durumu çözebilmeleri için uygun yollar bulma yönünde yeterli kılmaktır. Bu görüşe göre; öfke problemi yaşayan birey, problem çözme becerilerinde eksikliklere sahiptir (Aktaran: Danışık, 2005; Terzi, 2007). Sosyal beceri eksiklikleri, istenmeyen sonuçlar elde edilmesinde ve antisosyal davranış için risk oluşturmaktadır (D’Zurilla ve Goldfried, 1971).

Kişiler arası yaşanan sorunları çözmek için D’Zurilla ve Goldfried (1971) tarafından geliştirilen sosyal problem çözme modeline göre sorun çözme yaklaşımı probleme yönelim ve problem çözme beceri stillerinden oluşmaktadır. Kişiler arası sorunu çözmesinde ergenin sorun hakkındaki düşünceleri ve algılaması soruna karşı yönelimini etkilemektedir. Bu model içerisinde probleme yönelim, probleme pozitif yönelim ve probleme negatif yönelim olarak adlandırılmaktadır. Sorun hakkında olumlu düşünce, probleme pozitif yönelimdir. Probleme pozitif yönelim, yapıcı problem çözmeden oluşmaktadır. Probleme pozitif yönelimin genel yapısında; kazanmak veya yarar sağlamak için probleme değer biçme, problemin çözülebileceğine inanma, bir kişinin problemi başarılı bir şekilde çözülebileceğine inanma (problem çözme öz yeterliliği), başarılı problem çözenin zaman ve çaba gerektirdiğine inanma, kaçınmak yerine problem çözmeyi üstlenmesi gerektiği yer almaktadır (D’Zurilla, Chang ve Sanna, 2003). Aynı zamanda kişinin kendi yeteneklerine güvenmesinin, problemin çözülebilir olacağına inanmasının ve problemi çözmeye uğraşmasının (pozitif problem yönelimi) kişinin yaşam memnuniyetini ve kendisine olan öz saygısını arttırmada önemli bir faktör olduğu sonucu elde edilmiştir (Hamarta, 2009). Buna karşın olumsuz düşünce, probleme negatif yönelim olarak adlandırılmaktadır. Probleme negatif yönelim fonksiyonel olmayan probleme yönelimdir. Probleme negatif yönelim şu genel eğilimleri içerir: Problemi, iyi oluşu etkileyen önemli bir tehdit olarak görme (psikolojik, sosyal, ekonomik), kişinin kendi kişisel yeteneğiyle problemi başarılı bir şekilde çözeceğine güvenmeme (düşük problem çözme öz yeterliliği) ve kolay düş kırıklığına uğrama (düşük hayal kırıklığı toleransı) eğilimleri bulunmaktadır (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Oliveras, 2004).

Bu model içerisinde problem çözme beceri stilleri mantıklı, dürtüsel-dikkatsiz ve kaçınan stildir. Mantıklı problem çözme, yapıcı problem çözme stildir. Bu mantıklı, temkinli ve etkili problem çözme becerisinin sistematik kullanımındır. Bu model dört büyük problem çözme becerisini tanımlar. a) problemin tanımlanması

ve formülasyonu b) alternatif çözüm üretme c) karar verme ve d) çözüm uygulama ve değerlendirme. Problem tanımlama ve formülasyonunda birey, problem hakkında somut ve spesifik etkileri toplayarak problemi anlamaya ve açıklamaya uğraşmaktadır. İstekleri ve engelleri tanımlamakta ve gerçek problem çözme amaçlarını ortaya koymaktadır (durumu daha iyi yönde değiştirme ve duygusal sıkıntıyı azaltma). Alternatif çözüm üretmede kişi problem çözme amaçlarına odaklanmakta, muhtemel birçok çözümleri tanımlamaya çalışmaktadır. Karar vermede birey, farklı çözümlerin sonuçlarını düşünmekte, karşılaştırmakta ve daha sonra potansiyel en etkili çözümü seçmektedir. Son adımda kişi dikkatlice çözümü uygulamakta ve seçilen çözümün sonucunu değerlendirmektedir (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Oliveras, 2004). Dürtüsel dikkatsiz stil, fonksiyonel olmayan sorun çözme stildir. Burada sınırlı, düşüncesiz, dikkatsiz ve endişeli davranışlar bulunmaktadır. Bireyin çok az alternatif çözüm düşüncesi vardır ve genellikle aklına gelen ilk fikir ile düşüncesizce hareket eder. Buna ilaveten alternatif çözümleri ve sonuçları çabucak, dikkatsizce, sistematik olmayan bir şekilde tarayabilir ve çözüm sonuçlarını dikkatsiz bir şekilde denetler. Kaçınan stil de diğer fonksiyonel olmayan sorun çözme stildir. Bunun içerisinde kaytarma, pasiflik ve güvensizlik yer almaktadır. Birey sorunun üstesinden gelmektense ondan kaçınmayı tercih eder. Mümkün olduğu kadar erteler, kendi kendine çözülsün diye bekler (D’Zurilla, Nezu ve Maydeu-Oliveras, 2004). Nezu’nun (1989) belirttiğine göre “pozitif kendini değerlendirme, etkili problem çözme performansı meydana getiremeyebilir, kişi aynı zamanda problemli durumu çözmeye yönelik özel problem çözme yeteneğine, yapıcı problem çözme stilini öğrenmeye ihtiyaç duyar” (Heppner, Witty ve Dixon, 2004).

Literatürde kişiler arası sorun çözme ve öfke duygusuyla ilgili çalışmalar ergenlik döneminde yoğunlaşmaktadır. Ergenlerin kendi sorumluluklarını almaları beklenmektedir. Bu dönemde genç, bağımsız olmayı istemekte, ancak yeni karşılaştığı sorumlulukları benimsemek ve üstlenmekte güçlük çekmektedir (Yılmaz, 2004). Ergenin yaşadığı aile ortamları, öfke durumunu belirleyici bir etkiye sahipken, bu ortamlardan ayrı kalmak da ergende öfke tepkisi yaratabilir (Deniz, Kesen ve Üre, 2006). Bu dönemde özellikle sosyal destekten yoksun olma, ergenin öfkeyi izleyen saldırgan davranışlarda bulunmasına yol açabilir. Dolayısıyla yetiştirme yurtlarında yaşayan ergenlerin bu konuda dezavantajlı olduğu söylenebilir. Ebeveyni olmayan çocuklarda ya da ebeveyni boşanmış, korunmaya muhtaç çocuklarda öfke, hırçınlık, antisosyal ve kendine dönük saldırganca davranışlar ile korunmaya muhtaç olmalarına bağlı olarak kendilerini küçük görme, içedönüklük, hırçınlık ve dışa yönelik saldırgan davranışlara rastlandığı araştırma bulgularıyla desteklenmektedir (Köknel, 1996; Aktaran: Kesen vd., 2007). Yetiştirme yurdu

ortamında ergenlerin otorite figürü olarak yetiştirme yurdu personeli ile yaşamak zorunda oluşu, uygun rol modellerinin bulunmaması, yeterince sevginin gösterilmemesi, duygusal paylaşımlarının sınırlı olması ve bireyselliklerine yeterince önem verilmemesi gibi nedenlerden dolayı yetiştirme yurtlarında yaşayan ergenler öfke duygusu yaşayabilmektedir (Tambağ, 2004). Araştırmalarda ailesinin yanında ve yetiştirme yurdunda kalan öğrencilerin sosyal ve psikolojik faktörler açısından farklılıkları karşılaştırılmıştır. Balcı (1999) tarafından yapılan araştırmada yetiştirme yurdu ile ailesi yanında kalan öğrencilerin sosyal ilişki düzeyleri yönünden karşılaştırıldığında ailesi yanında kalan öğrencilerin sosyal ilişki düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Tambağ (2004) tarafından yapılan araştırmada yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerin dünyaya ve diğerlerine yönelik öfke puanı, ailesi ile birlikte yaşayanlardan daha yüksek bulunmuştur. Şahin (2009) tarafından yapılan araştırmada ailesi yanında yaşayan ergenlerin güvenli bağlanma stili puan ortalamalarının yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerin puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu, korkulu bağlanma stilinde ise yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerin puan ortalamalarının ailesi yanında yaşayan ergenlerin puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Uğurlu (1994) tarafından yapılan araştırma sonucunda yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin atılganlık ve öz saygı düzeylerinin ailelerinin yanında kalan ergenlerden düşük olduğu sonucuna varılmıştır. Yılgör (1993) yetiştirme yurdu gençlerinin ailelerinin yanında yaşayan gençlere göre bedensel gelişim, toplumsal gelişim, psikolojik gelişim, gelecek beklenti ve istekleri ile ilgili problemleri daha yoğun yaşadıkları sonucunu elde etmiştir. Barut (1992) tarafından yapılan araştırmada depresyon açısından yetiştirme yurdunda kalan kız öğrencilerin ailesi yanında kalan kız öğrencilere oranla depresyon düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Yurt dışında kurum bakımının çocuğun gelişimi üzerindeki etkisinin araştırıldığı araştırmalarda, kurum bakımının zihinsel, fiziksel, davranışsal ve sosyal-duygusal alanlarda gelişim üzerinde olumsuz bir etkisinin olduğu bulunmuştur (Sloutsky, 1997; Maclean, 2003; Aktaran; Üstün, 2008).

Ergenlerle yapılacak psikoeğitim çalışmaları içerisinde ikinci düzey risk gruplarına odaklanmada; kişiler arası sorun çözme, çatışma çözme ve akran arabuluculuğu gibi sosyal duygusal yeterliğe odaklı programların uygulanması önleyici rehberlik hizmetleri kapsamında önemli bir yer tutmaktadır (Korkut, 2003; MEB, 2006). Bu uygulamaların kişiler arası sorun çözme beceri eksikliklerinden doğacak yoğun öfke ve yoğun öfkeyi izleyen saldırganlığa yönelik riski azaltması beklenmektedir. Kişiler arası sorun çözme beceri eğitimi uygulamaları, ergenlerin kişiler arası sorun çözme becerilerini arttırmaları yoluyla, öfkelerini bastırmadan veya kontrolsüz bir biçimde dışa yöneltmeden sağlıklı bir biçimde ifade etmelerini sağlayarak, ilerleyen yıllarda kişiler arası ilişkilerinde

doyum sağlamalarında önemli bir faktör olacağı düşünülmektedir. Yukarıdaki araştırma sonuçlarında vurgulanan yetiştirme yurdunda barınan öğrencilerin karşılaştığı sosyal ve duygusal yetersizlikler, bu kurumlar bünyesinde yapılacak sosyal ve duygusal yeterlilik kazanımlarını arttıracak psikoeğitim çalışmalarının önemini bir kez daha arttırdığı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın amacı, Kişiler Arası Sorun Çözme Beceri Eğitiminin (KSÇBE) yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerin yapıcı problem çözme becerilerini ve sürekli öfke düzeylerini etkileyip etkilemediğinin belirlenmesidir. Araştırmanın bağımsız değişkeni kişiler arası sorun çözme beceri eğitimidir. Bağımlı değişkeni ise, ergenlerin yapıcı problem çözme becerileri ve sürekli öfke düzeyleridir.

Genel amaca bağlı olarak aşağıdaki denenceler sınanacaktır.

Denence 1. “Yapıcı problem çözme” ön test son test fark puanları deneme grubu lehine anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Denence 2. “Sürekli öfke” ön test son test fark puanları deneme grubu lehine anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Yöntem

Bu araştırmada gerçek deneme modellerinden öntest-sontest kontrol gruplu deneme deseni kullanılmıştır. Uygulanan deneme deseni tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1

Araştırma Deseni

	Ön test	Uygulama	Son test
Deneme grubu (yetiştirme yurdunda kalan)	KPÇE ve SÖÖTÖ	KSÇBE	KPÇE ve SÖÖTÖ
Kontrol grubu (ailelerin yanında kalan)	KPÇE ve SÖÖTÖ	-	KPÇE ve SÖÖTÖ

KPÇE: Kişiler Arası Problem Çözme Envanteri

SÖÖTÖ: Sürekli Öfke ve Öfke Tarz Ölçeği

KSÇBE: Kişiler Arası Sorun Çözme Beceri Eğitimi

Araştırma Gruplarının Oluşturulması

Bu araştırmada yer alan denekler, 2010-2011 eğitim öğretim yılında Konya il merkezindeki resmi ortaöğretim kurumunda öğrenim gören 10. sınıf öğrencileri arasından ve Konya Yetiştirme Yurdu’nda barınan, aynı zamanda lise öğrenimine devam eden araştırmaya katılmaya gönüllü öğrenciler arasından

ölçeklerden alınan puanlara bazı kriterler uygulanarak belirlenmiştir. Araştırmanın deneme grubu Yetiştirme Yurdunda kalan öğrencilerdir. Kontrol grubu ise, ailelerinin yanında kalan öğrencilerdir. Bunun nedeni, Yetiştirme yurdunda kalan ve lise öğrenimine devam eden öğrenci sayısının az olması (33 öğrenci) nedeniyle kontrol grubunu oluşturabilecek kriterlere uygun yeterli öğrenci sayısı elde edilememesidir.

Deneme ve kontrol grubuna uygulanan ölçeklerden alınan puanlara göre KPÇE'nin "Yapıcı Problem Çözme" alt ölçeğinden çalışma evreni ortalamasının (çalışma evreni ortalaması 50, standart sapması 11) 0.5 standart sapma altı olan (ortalama 44 ve altı) ve SÖÖTÖ'nün "Sürekli Öfke" alt ölçeğinden çalışma evreni ortalamasının (çalışma evreni ortalaması 25, standart sapması 6) 0.5 standart sapma üstü olan (ortalama 28 ve üstü) öğrenciler seçilmiştir. Başka bir deyişle, yapıcı problem çözme düzeyi düşük bununla birlikte sürekli öfke düzeyi yüksek öğrenciler deneme ve kontrol grubunu oluşturmuştur. Çalışmada yer alan grupların cinsiyete göre dağılımı tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2

Grupların Cinsiyete Göre Dağılımı

Gruplar	n	Kız	Erkek
Deneme grubu	8	-	8
Kontrol grubu	15	6	9

Bağımlı değişkenler açısından deneme ve kontrol grubunun tanımlanmasına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3

Araştırma Gruplarının Yapıcı Problem Çözme ve Sürekli Öfke Alt Ölçeklerinin Ön Test Puanlarının Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Deneme			Kontrol		
	n	\bar{X}	S	n	\bar{X}	S
Yapıcı problem çözme	8	38.75	11.47	15	38.60	11.57
Sürekli öfke	8	31.25	6.35	15	31.80	6.09

Deneme ve kontrol grubundaki öğrencilerin yapıcı problem çözme ve sürekli öfke ön test puanlarına göre bağımlı değişkenler açısından benzeşik olup olmadıkları Mann Whitney U Testi ile analiz edilmiş ve analiz sonuçları tablo 4 ve tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 4

Deneme ve Kontrol Grubunun Yapıcı Problem Çözme Ön Test Son Test Fark Puanlarına İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları

	n	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	p
Deneme	8	13.63	109.00	47.000	.399
Kontrol	15	11.13	167.00		

Tablo 4 incelendiğinde analiz sonuçlarında Deneme ve Kontrol (U: 47.000 $p > .05$) grubu arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 5

Deneme ve Kontrol Grubunun Sürekli Öfke Ön Test Son Test Fark Puanlarına İlişkin Mann-Whitney U Testi

	n	Sıra ort.	Sıra toplamı	U	p
Deneme	8	10.56	84.50	48.000	.452
Kontrol	15	12.77	191.50		

Tablo 5 incelendiğinde analiz sonuçlarında Deneme ve Kontrol (U: 48.000 $p > .05$) grubu arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Bu sonuçlara göre "yapıcı problem çözme" ve "sürekli öfke" alt ölçeklerinde bağımlı değişkenler açısından grupların deneme uygulamasına başlamadan önce birbirine denk olduğu söylenebilir.

Veri Toplama Araçları**Kişiler Arası Problem Çözme Envanteri**

Envanter 18-30 yaşları arasındaki üniversite öğrencilerinde problem çözme yaklaşım ve becerilerini ölçmek için Çam ve Tümkaya (2007a) tarafından geliştirilen bir araçtır. Lise öğrencileri için geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Envanter beş alt ölçekten ve toplam 50 maddeden oluşmaktadır. Maddelerin 1 (Hiç uygun değil) ile 5 (Tamamıyla uygun) arasında olmak üzere beşli değerlendirme seçenekleri vardır. Her bir alt ölçek için elde edilen yüksek puan kişilerarası problem çözmeyle ilgili özelliğin yüksek olduğunu göstermektedir. Yapılan Doğrulayıcı faktör analizinde beş faktörlü yapısı doğrulanmıştır. Faktörler Probleme Olumsuz Yaklaşma (POY), Yapıcı Problem Çözme (YPC), Kendine Güvensizlik (KG), Sorumluluk Almama (SA) ve Israrcı-Sebatkâr Yaklaşım (I-SY) alt ölçekleri olarak adlandırılmıştır. Her bir alt ölçekte yer alan madde sayısı sırasıyla 16, 16, 7, 5 ve 6'dır. Çam ve Tümkaya (2008) tarafından yapılan güvenilirlik çalışmalarında envanterin alt ölçek puanlarının Cronbach

Alfa iç tutarlılık katsayılarının .67 ile .89 arasında; test tekrar test korelasyon katsayılarının ise .67 ile .84 arasında değiştiği bulunmuştur. Araştırma kapsamında ölçeğin “Yapıcı Problem Çözme” alt ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği

Özgün ismi “Trait Anger and Anger Expression Scale” olan ve Spielberger, Jacobs, Russel ve Crane tarafından geliştirilen Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeğinin, Türkçe uyarlaması Özer (1994) tarafından gerçekleştirilmiştir (Özer, 1994b). Toplam 34 maddeden oluşan ve dörtlü likert tekniği ile değerlendirilen ölçek, üç alt ölçeğe sahiptir. Maddelerin 10 tanesi Sürekli Öfke Alt Ölçeğini oluşturur. Öfke İfade Tarz Alt Ölçeği ise, sekizer madde içerin üç alt bölümden ve 24 maddeden oluşur. Bunlar içe yönelik öfke, dışa yönelik öfke ve öfke denetimi alt ölçekleridir. Özer (1994b) tarafından çeşitli örneklemelere uygulanan Sürekli Öfke ölçeğinin alfa değerlerinin .67 ile .92 arasında olduğu gözlenmiştir. Öfke Kontrol, Öfke Dışa ve Öfke İçte ölçeklerinin alfa değerleri sırasıyla .80-.90, .69-.91 ve .58-.76 arasında bulunmuştur. SÖÖTÖ’deki maddelerin tümü düzdür. Sürekli Öfke Alt Ölçeğinden bireyler 10 ile 40 arasında bir puan alabilirler. Öfke İfade Tarzı Alt Ölçeğindeki her bir boyutun toplamından 8 ile 32 puan alabilirler (Özer, 1994b). Araştırma kapsamında ölçeğin “Sürekli Öfke” alt ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

İşlem

Araştırmanın tarama çalışması 2010-2011 eğitim öğretim yılı birinci yarıyılında yapılmıştır. Deneme gruplarına girmeye uygun aday öğrencilerin listesi oluşturularak, gerçekleştirilecek eğitim çalışması hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Bilgilendirme sonunda eğitim programına katılmayı istediğini ifade eden öğrencilerin velileri ile bireysel görüşme yapılarak, uygulanacak eğitim programı hakkında bilgilendirilmiştir. Öğrencilerin, kişiler arası sorun çözme beceri eğitiminin verileceği deneme grubunda yer alabilmeleri için; ölçeklerden belirlenen kriterlerde yeterli puan almaları, eğitim programına katılmayı gönüllü olarak istemeleri, eğitim programına düzenli devam etmelerini engelleyebilecek eğitim zamanı ile çakışan faaliyetlerinin bulunmaması (spor, halk oyunları, dersane vb.) ve ailelerinin gerekli yazılı izni vermeleri temel esas olarak alınmıştır. Bu hususları karşılamayan öğrenciler deneme grubu aday listesinden çıkarılmışlardır.

KSÇBE programı hazırlanırken, kişiler arası sorun çözme ve öfke konusundaki yayınlar incelenmiş ve uygulama eğitim programları örnekleri gözden geçirilmiştir. Bu yayınlar ve eğitim programları arasında; D’Zurilla ve Goldfried (1971), Novaco (1975), Bedell and Lennox (1997), Egan (1997), Shure (1999), Mountrose (2000), Öğülmüş (2001), Üstündağ (2002), D’Zurilla vd. (2004), Erkan (2006), Acar

(2007), Altınay (2009) ve Erşahin (2009) bulunmaktadır. D’Zurilla ve Goldfried (1968) tarafından geliştirilen sosyal problem çözme modeli, kuramsal temel olarak alınmıştır.

Programın her biri 90 dakika olmak üzere 11 oturumdan oluşmaktadır. Her oturumda, belirlenen hedefleri gerçekleştirmek amacıyla gerekli içerik yapılandırılmıştır. Her bir oturum, alan uzmanları ve eğitim programı uzmanı tarafından incelenerek eğitim programı başlamadan önce hazır hale getirilmiştir. Oturumlar, üyelerin grup çalışmalarını gözden geçirmelerini, oturumlar arasında bağlantı kurmalarını ve kendilerinde oluşacak ilerlemeyi görmelerini kolaylaştıracak şekilde tamamlayıcı ve bitişik olarak hazırlanmıştır. Bir oturumdaki hedefin kapsamı diğer bir oturumdaki hedef ve davranışın kapsamına girmemektedir. Kontrol grubu ile herhangi bir çalışma yapılmamıştır.

Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin istatistiksel analizi için deneme ve kontrol gruplarında yer alan deneklerin sayılarının 30 (otuz)’dan az olması ve grupların ölçümlerde aldıkları puanların normal dağılıma uymamaları nedeniyle, parametrik olmayan istatistikler kullanılmıştır. Deneklerin ön test son test puan farkları alınarak fark puanlarının oluşturduğu dizide grupların ikili karşılaştırmaları Mann Whitney U testi ile analiz edilmiştir (Büyüköztürk, 2007). Deneme ve kontrol grubundan elde edilen veriler, SPSS-WINDOWS 17.0 paket programıyla çözümlenmiş ve anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır.

Bulgular

Bu bölümde, araştırmanın denenceleri doğrultusunda yapılan istatistiksel analizlerin sonuçlarına yer verilmiştir.

Denence 1. “Yapıcı Problem Çözme” ön test son test fark puanları deneme grubu lehine anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Bu denence, Kişiler Arası Sorun Çözme Beceri Eğitimi sonunda Yapıcı Problem Çözme düzeyi, ön test ve son test fark puanları bakımından Deneme grubu ve kontrol grubu arasında deneme grubu lehine anlamlı bir fark olup olmadığına ilişkin olup, puan farklarının anlamlılığı için Mann Whitney U Testi uygulanmıştır.

Gruplara ilişkin n , \bar{X} ve S_s değerleri tablo 6’da, Mann-Whitney U testi sonuçları ise tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 6

Deneme ve Kontrol Grubu Yapıcı Problem Çözme Ön Test Son Test Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		n	\bar{X}	S
Deneme	Ön test	8	38.75	7.49
	Son test	8	63.62	7.63
Kontrol	Ön test	15	38.60	3.50
	Son test	15	45.46	11.63

Tablo 6 incelendiğinde, deneme grubundaki öğrencilerin ön test puan ortalamaları ile son test puan ortalamaları arasında 24.87 puanlık bir fark olduğu, kontrol grubundaki öğrencilerin ön test puan ortalamaları ile son test puan ortalamaları arasında ise 6.86 puanlık bir fark olduğu görülmektedir.

Tablo 7

Deneme ve Kontrol Grubunun Yapıcı Problem Çözme Ön Test Son Test Fark Puanlarına İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları

	n	Sıra ort.	Sıra toplamı	U	p
Deneme	8	18.31	146.50	9.500	.001
Kontrol	15	8.63	129.50		

Tablo 7 incelendiğinde analiz sonuçları, Deneme ve Kontrol (U: 9.500 p<.05) grubu arasında deneme grubu lehine anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, kişiler arası sorun çözme eğitim programının deneme grubunda yer alan deneklerin yapıcı problem çözme becerilerini arttırmada etkili olduğunu gösterir. Bu sonuç, ifade edilen denencenin desteklendiğini göstermektedir.

Denence 2. “Sürekli Öfke” ön test son test fark puanları deneme grubu lehine anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Bu denence, Kişiler Arası Sorun Çözme Beceri Eğitimi sonunda Sürekli Öfke düzeyi, ön test ve son test fark puanları bakımından Deneme grubu ve kontrol grubu arasında deneme grubu lehine anlamlı bir fark olup olmadığına ilişkin olup, puan farklarının anlamlılığı için Mann-Whitney U testi uygulanmıştır.

Gruplara ilişkin n, \bar{X} ve Ss değerleri tablo 8’de, Mann-Whitney U testi sonuçları ise tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 8

Deneme ve Kontrol Grubu Sürekli Öfke Ön Test Son Test Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		n	\bar{X}	S
Deneme	Ön test	8	31.25	4.52
	Son test	8	19.75	4.16
Kontrol	Ön test	15	31.80	3.00
	Son test	15	30.80	3.58

Tablo 8 incelendiğinde, deneme grubundaki öğrencilerin ön test puan ortalamaları ile son test puan ortalamaları arasında -11.50 puanlık bir fark olduğu, kontrol grubundaki öğrencilerin ön test puan ortalamaları ile son test puan ortalamaları arasında ise -1.00 puanlık bir fark olduğu görülmektedir.

Tablo 9

Deneme ve Kontrol Grubunun Sürekli Öfke Ön Test Son Test Fark Puanlarına İlişkin Mann-Whitney U Testi

	n	Sıra ort.	Sıra toplamı	U	p
Deneme	8	18.63	149.00	7.000	.001
Kontrol	15	8.47	127.00		

Tablo 9 incelendiğinde analiz sonuçları Deneme ve Kontrol (U: 7.500 p<.05) grubu arasında deneme grubu lehine anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, kişiler arası sorun çözme eğitim programının deneklerin sürekli öfke düzeylerini azaltmada etkili olduğunu gösterir. Bu sonuç, ifade edilen denencenin desteklendiğini göstermektedir.

Tartışma ve Sonuç

Araştırma bulguları, kişiler arası sorun çözme beceri eğitiminin, yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin yapıcı problem çözme beceri düzeylerinin artmasında önemli bir etkisinin olduğunu göstermektedir. Önleyici rehberlik hizmetleri kapsamında kişiler arası sorun çözme becerisi eğitiminin, ergenlerin sorun çözme becerilerini arttırmaları beklenmektedir (Korkut, 2002). Bu beklenti doğrultusunda hazırlanan kişiler arası sorun çözme beceri eğitim programında probleme pozitif yönelimin, sorunu başarılı bir şekilde çözebileceğine inanmanın, sorundan kaçınmak yerine sorunun çözümünde sorumluluk almanın, başarılı problem çözmenin zaman ve çaba gerektirdiğini düşünmenin vurgulanması, deneklerin kişiler arası problem çözme becerilerinin artmasında etkili olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte yetiştirme yurdunda barınan ergenler

üzerinde yapılan araştırma sonuçlarına göre, ergenlerin sosyal duygusal gelişim alanında bazı dezavantajlara sahip oldukları yukarıdaki araştırma sonuçlarında belirtilmişti. Ergenlerin sosyal duygusal gelişim alanına yönelik yapılacak çalışmalara çok açık oldukları, katılımlarının yüksek olduğu gözlemlenmiş ve bu durum ergenlerin ifadelerinde yer bulmuştur. Ergenlerin bir arada yaşamaları, grup eğitimleri için uygun imkânlarının bulunması yapılan psikoeğitim çalışmasının başarıya ulaşmasında büyük bir öneme sahip olduğu görülmüştür. Shure ve Spivack (1982) yapmış oldukları çalışmalarında, bilişsel sorun çözme eğitimi alan çocukların, sorun çözücü düşünme biçimini kazandıkları için sosyal uyumlarının arttığı ve duygusal huzursuzluklarının, şikâyetlerinin, içe kapanıklıklarının, fevri, duyarsız ve saldırgan davranışlarının önemli derecede azaldığını belirtmektedirler (Özcan ve Ögülmüş, 2010). Erwin ve Ruane (1993) yaptıkları çalışmada, çocuklara bilişsel yeteneğini geliştirmeye yönelik kısa dönemli ICPS (ben problem çözebilirim) eğitim programı uygulamışlardır. Kontrol grubunda yer alan denekler eğitimden önce deneysel gruba göre daha fazla bilişsel beceriye sahip olmasına rağmen, eğitim sonrası deneysel grup, kontrol grubundan önemli derecede yüksek seviyede alternatif çözüm üretme ve sonuçsal düşünce becerisine sahip olmuştur (Rixon ve Erwin, 1999). Güner (2007) tarafından yapılan çalışmada, çatışma çözme becerilerini geliştirmeye yönelik grup rehberliğinin lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin azalmasında ve problem çözme becerilerinin artmasında anlamlı düzeyde etkisinin olduğu sonucu elde edilmiştir. Bununla birlikte, kişiler arası sorunlarda kendi davranışlarını düzenleyebilen bireyler yapıcı hareketler içerisinde gelişimsel avantaja sahip olabilmektedirler. Kişinin sorun çözme beceri yeteneğini kullanması yaşadığı güçlüklerle başa çıkabilme yeteneğini güçlendirmesini arttırmaktadır. Aynı zamanda, akranları ile sağlıklı ilişki kurma ve bu ilişkiyi devam ettirme yeteneğini arttırmasına katkıda bulunmaktadır (Johnson, Johnson, Dudley, Mitchell, ve Fredrickson, 1997; Johnson ve Johnson, 2004). Johnson ve Johnson (2004) tarafından yapılan meta analizde, sorun çözme beceri eğitimine katılan öğrenciler eğitimden önce kazan kaybet, güç kullanma veya geri çekilme stratejilerini kullanırken eğitimden sonra sorun çözmeye yönelik süreci kullanma eğilimi göstermektedirler. Yukarıda sözü edilen araştırma sonuçları, bu araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir.

Araştırma bulguları, kişiler arası sorun çözme beceri eğitiminin, ergenlerin sürekli öfke düzeylerinin azalmasında önemli bir etkisinin olduğunu göstermektedir. Literatürde farklı kuramları temel alan problem çözme ve öfke ile başa çıkma eğitim programlarının deneklerin sürekli öfkelerine anlamlı düzeyde etkisinin olduğu görülmektedir. Yıldırım (2006) ve Çalikoğlu (2010) tarafından yetiştirme

yurtlarında ve ailelerinin yanında kalan öğrencilerle yapılan çalışmada problem çözme becerisiyle öfke kontrol arasında doğrusal bir ilişki bulunarak problem çözme becerisi arttıkça öfke kontrol becerisinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Danışık (2005) tarafından yapılan çalışmada öfke kontrolü ve problem çözme becerisi arasındaki anlamlı doğrusal bir ilişki bulunmuştur. Problem çözme becerisi, bireyin birey olma ve çevreyle baş etme sürecinde en belirleyici rollerden birine sahiptir. Problem çözme becerileri ile öfke kontrol edebilme becerileri ergenin sağlıklı bir kimlik geliştirmesinde önemli bir yere sahip olup döngüsel bir ilişki içindedir. Çünkü öfkelerini kontrol edebilen bireyler problemleri daha iyi tanımakta, daha fazla alternatifler üretebilmekte ve daha doğru kararlar alabilmektedirler. Aynı zamanda karşılaştıkları problemleri çözebildikleri için de daha az öfkelenmekte ve yaşadıkları öfke duygusunu da daha sağlıklı ifade edebilmektedirler. D’Zurilla ve Goldfried (1971) yaptıkları çalışmada, sosyal problem çözme modeli çerçevesinde eğitim alan lisans öğrencilerinin kontrol grubundaki öğrencilere göre yaşadıkları sorunlarda daha etkili alternatifler ürettikleri ve sorunların çözümünde kişisel kontrollerinin artarak öfkelerini kontrol edip, dikkatsiz stili daha az kullanma eğilimi gösterdikleri sonucuna ulaşmışlardır. Yılmaz (2004) tarafından yapılan çalışmada öfkeyle başa çıkma eğitiminin ve grupla psikolojik danışmanın sürekli öfke düzeylerinin azalmasında anlamlı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bireyin yaşadığı kişiler arası soruna pozitif bir yöneliminin bulunması ve mantıklı sorun çözme basamaklarını bilmesi, sorununu çözmesinde ve yaşadığı sorunda öfke duygusunu kontrol etmesinde önemli bir etkisi bulunmaktadır. D’Zurilla ve diğerleri araştırmalarında (2003), bireyin probleme negatif yöneliminin bulunması, mantıklı problem çözme yerine dikkatsiz ve kaçınan bir stil sergilemesi bireyin öfke duygusu ve zaman zaman öfke duygusunu izleyen saldırganlık ile önemli birlikteliği olduğunu vurgulamaktadır. Yukarıda sözü edilen araştırma sonuçları, bu araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir.

Araştırma sonucunda kişiler arası sorun çözme beceri eğitiminin yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin yapıcı problem çözme beceri düzeylerinin artmasında ve sürekli öfke düzeylerinin azalmasında anlamlı düzeyde etkisinin olduğu bulgusu elde edilmiştir. Bu bulgu, alanda çalışan psikolog ve sosyal hizmet uzmanları tarafından yetiştirme yurdunda kalan öğrencilerin problem çözme becerilerini geliştirecek ve öfke düzeylerini azaltacak açık ve örtük programlara yer verilebileceğini göstermektedir.

Kaynakça

- Acar, N. V. (2007). *Grupla psikolojik danışmada alıştırmalar deneyler*. Ankara: Nobel.
- Altınay, D. (2009). *Psikodrama 400 ısınma oyunu ve yardımcı teknik*. İstanbul: Sistem.
- Balcı, T. (1999). *Yetiştirme yurdu ile ailesi yanında kalan öğrencilerin kişisel ve sosyal uyum düzeylerinin okul başarılarına etkisi* (Yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Balkaya, F. (2001). Öfke: temel boyutları, nedenleri ve sonuçları. *Türk Psikoloji Yazıları*, 4(7), 21-45.
- Barut, Y. (1992). *Parçalanmış ailelerden gelen 15-18 yaş gubu yetiştirme yurdu çocuklarıyla normal aile çocuklarında görülen anksiyete ve depresyon sıklığının incelenmesi* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Bedell, J. R., & Lennox, S. S. (1997). *Handbook for communication and problem solving skills training- a cognitive - behavioral approach*. New York: John Wiley Sons Inc.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Deneyisel desenler*. Ankara: Pegem A.
- Çalikoğlu, T. (2010). *Lise öğrenimine devam eden ailesinin yanında yaşayan öğrencilerle, yetiştirme yurdunda yaşayan öğrencilerin çatışma çözme davranışı ile öfke ifade stillerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Çam, S. ve Tümkaya, S. (2008). Kişilerarası problem çözme envanteri lise öğrencileri formu'nun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Uluslar Arası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5(2), 1-17.
- Danışık, N. D. (2005). *Ergenlerin sürekli öfke öfke ifade tarzları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Deniz, M. E., Kesen, F. ve Üre, Ö. (2006). Yetiştirme yurtlarında yaşayan ergenlerin sürekli öfke ve öfke tarzı düzeylerinin incelenmesi üzerine bir araştırma. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 6(1), 136-152.
- D'Zurilla, T. J., & Goldfried, M. R. (1971). Problem solving and behavior modification. *Journal of Abnormal Psychology*, 78(1), 107-126.
- D'Zurilla T. J., & Chang, E. C. (1995). The relations between social problem solving and coping. *Cognitive Therapy and Research*, 19(5), 547-562.
- D'Zurilla, T., Chang, E. C., & Sanna, L. J. (2003). Self-esteem and social problem solving as predictors of aggression in college students. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22(4), 424-440.
- D'Zurilla, T., Nezu, A. M., & Maydeu-Oliveras, A. (2004). Social problem solving: Theory and assesment. Social problem solving: Theory, research and training, Ec. Chang, T.J. D'Zurilla and L.J. SaFna, (Ed.), Washington DC: *American Psychological Association*.
- Egan, G. (1997). *Psikolojik danışmaya giriş* (Editör: F. Akkoyun). Ankara: Form Ofset.
- Erkan, S. (2006). *Örnek grup rehberliği etkinlikleri*. Ankara: Pegem A.
- Erşahin, C. (2009). *Bilgelik öyküleri*. Ankara: Tutku.
- Güner, İ. (2007). *Çatışma çözme becerilerini geliştirmeye yönelik grup rehberliğinin lise öğrencilerinin saldırganlık ve problem çözme becerileri üzerine etkisi* (Doktora tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Hamarta, E. (2009). A prediction of self-esteem and life satisfaction by social problem solving. *Social Behavior and Personality*, 37(1), 73-82.
- Heppner, P. P., Witty, T. E., & Dixon, W. A. (2004). Problem solving appraisal and human adjustment. *The Counseling Psychologist*, 32(3), 344-428
- Johnson D. W., & Johnson R. T (1994). Constructive conflict in the schools. *Journal of Social Issues*, 50(1), 117-137.
- Johnson, D. W., & Johnson R. T. (2004). Implementing the "teaching students to be peacemakers program". *Theory into Practice*, 43(1), 68-79.
- Johnson, D. W., Johnson, R., Dudley, B., Mitchell, J., & Fredrickson, J. (1997). The impact of conflict resolution training on middle school student. *The Journal of Social Psychology*, 137(1), 11-21.
- Kesen, N. F., Deniz, M. E., & Durmuşoğlu, N. (2007). Ergenlerde saldırganlık ve öfke düzeyleri arasındaki ilişki. Yetiştirme yurtları üzerinde bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17, 353-364.
- Korkut, F. (2002). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 177-184.
- Korkut, F. (2003). Rehberlikte önleme hizmetleri. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9, 441-452.
- Lochman, J. E., Palardy, N. R., Mcelroy, H. K., Philips, N., & J. Holmas, K. (2004). Anger management interventions. *Journal of Early and Intensive Behavior Intervention*, 1(1), 47-56.
- Milli Eğitim Bakanlığı (2006). *Okullarda şiddetin önlenmesi*. Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü, 2006/26 sayılı genelge.
- Mountrose, P. (2000). *6 ile 18 yaş çocuklarıyla sorunları çözmeye 5 aşama*. (Çeviren: Sermin Can). İstanbul: Kariyer.
- Novaco, R. W. (1975). *Anger control*. The Development and Evaluation of an Experimental Treatment Health and Company.

- Öğülmüş, S. (2001). *Kişiler arası sorun çözme becerileri ve eğitimi*. Ankara: Nobel.
- Özcan, C. ve Öğülmüş, S. (2010). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan çocuklara bilişsel yaklaşıma dayalı kişilerarası sorun çözme eğitiminin katkıları. *TAF Prev Med Bull*, 9(4), 391-398.
- Özer, A. K. (1994b). Sürekli öfke (sl-öfke) ve öfke ifade tarzı (öfke-tarz) ölçeklerinin ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 26-35.
- Rixon, R., & Erwin, P. G. (1999). Measures of effectiveness in a short-term interpersonal cognitive problem solving programme. *Counselling Psychology Quarterly*, 12(1), 87-93.
- Shure, M. B. (1999). Preventing violence the problem solving way. Office of Juvenile Justice and Delinquent Prevention Washington: *Juvenile Justice Bulletin*, 1-13.
- Soykan, Ç. (2003). Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11(2), 19-27.
- Şahin, G. (2009). *Yetiştirme yurdunda ve ailesinin yanında yaşayan ergenlerin bağlanma stilleri ile kimlik statüleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Şahin, H. (2000). Öfke denetimi eğitiminin çocuklarda gözlenen saldırgan davranışlar üzerindeki etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 47-61.
- Tambağ, H. (2004). *Aileleri ile birlikte ve yetiştirme yurtlarında yaşayan adölesanların öfke ifade etme biçimleri* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Terzi, Ş. (2007). Okullarda yaşanan şiddeti önleyici yaklaşım: kendini toparlama gücü. *Aile ve Toplum*, Nisan-Mayıs-Haziran, 73-81.
- Tümtüklü, A. ve Şahin, İ. (2004). 13-14 yaş grubu öğrencilerin çatışma çözme stratejilerinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 7(13), 45-61.
- Uğurlu, U (1994). *Yetiştirme yurdunda yaşayan ergenler ile ailesiyle birlikte yaşayan ergenlerin özsaygı ve atılganlık düzeyleri açısından karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Üstün, B. (2008). *Yetiştirme yurdu deneyimi olan genç yetişkinlerin çocuklarının duygusal ve davranışsal sorunları* (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Üstündağ, T. (2002). *Yaratıcı drama öğretmeninin günlüğü*. Ankara: Pegem A.
- Yeşilyaprak, B. (2003). *Eğitimde rehberlik hizmetleri*. Ankara: Nobel.
- Yıldırım, E. (2006). *Yetiştirme yurtlarında ve ailelerinin yanında kalan ilköğretim 2. Kademe öğrencilerinin çatışma çözme davranışı ile öfke ifade stillerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Yılğör, F. (1993). *Yetiştirme yurdunda yaşayan 13-17 yaş grubu okuyan gençler ile aileleri yanında yaşayan ve okuyan aynı yaş grubu gençlerin ergenlik problemlerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Yılmaz, N. (2004). *Öfke ile başa çıkma eğitiminin ve grupla psikolojik danışmanın ergenlerin öfke ile başa çıkabilmeleri üzerindeki etkisi* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.