

Makalenin Dergiye Ulaşma Tarihi: 29.01.2015
Yayın Kabul Tarihi: 27.11.2014

Etkinlik Temelli Grupla Psikolojik Danışma Müdahale Programının Çocuklarda Öfke ve Saldırganlığı Azaltmaya Yönelik Etkileri

The Impact of Activity Based Group Along With Psychological Consultation and Intervention Programme to Reduce Anger and Aggression in Children

Melih Burak ÖZDEMİR **

Özet:

Bu araştırmanın amacı; çocuklarda öfke ve saldırganlığı azaltmaya yönelik etkinlik temelli grupla psikolojik danışma müdahale programının, ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkisi ve öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesidir. Çalışma, 2010-2011 eğitim öğretim yılında, KKTC’de Ziyamet İlkokulu ve Yenierenköy ilkokulunda 180 öğrencinin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmada, öğrencilerin öfke ve saldırganlık düzeyleri ile ilgili veri toplamak için saldırganlık ölçeği ve öğrenci bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma deney ve kontrol gruplu ön-test son-test modeline dayalı deneysel bir çalışmadır. Deney grubuna 8 oturumluk eğitim programı uygulanmıştır. Program sonunda deney ve kontrol gruplarına saldırganlık ölçeği yeniden uygulanmış ve gruplardan elde edilen ön test ve son test sonuçlarındaki farkın anlamlılığı t-testi ile analiz edilmiştir. Öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin ele alınan değişkenlere göre anlamlı fark gösterip göstermediğini belirlemek için, cinsiyet değişkeni için t-testi, yaş ve sınıf değişkenleri için Anova kullanılmıştır. Sonuçlar, eğitim programı sonunda deney grubundaki öğrencilerin saldırganlık düzeylerinde, kontrol grubundaki öğrencilere göre anlamlı bir azalma olduğunu ortaya koyarken, öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin yaş ve sınıf değişkenlerine göre anlamlı fark gösterdiğini, cinsiyet değişkenine göre ise anlamlı bir fark göster-

* Bu makale, yazarın 2012 yılında Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalında yaptığı yüksek lisans çalışmasının bir bölümüdür ve 15-17 Mayıs 2012 tarihleri arasında KKTC’de düzenlenen International Conference On Interdisciplinary Research in Education’da workshop çalışması olarak sunulmuştur.

** Bilim uzmanı, uzman psikolojik danışman. Samsun/Çarşamba Rehberlik ve Araştırma Merkezi, Özel Eğitim Bölüm Başkanı. mlhbrk52@hotmail.com

mediğini ortaya koymuştur. Çalışmanın sonunda elde edilen bulgulara dayalı, öfke ve saldırganlığın azaltılmasına yönelik önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Çocuk, öfke ve saldırganlık, etkinlik temelli müdahale programı

Abstract

Based on some variables, the aim of this study is to examine the degree of the impact of the educational intervention programme, which is designed to reduce the level of anger and aggression in primary school children attending 4th and 5th forms. The study was implemented at Ziyamet and Yenierenköy Primary schools in 2010-2011 academic years. Instruments like aggression scales and student information forms have been used in order to collect some evidence about the degree of anger and aggression behaviour in children. This study is an experimental one with experimental and controlled groups and is based on the model of pre-tests and final tests. Eight different educational session programmes have been applied to the experimental group. At the end of the programme, the aggression scale has been re-applied to the experimental and controlled groups and the meaning of differences in the results of former and final tests have been analysed by the t-test. In order to bring out whether or not the level of aggression in children show meaningful differences according to the variables at hand, t-test, for gender differences, and Anova test, for class differences, have been used. The results have both shown that at the end of the educational programme, the level of aggression in the experimental group declined more meaningfully when compared to the degree of children in the controlled group. On the other hand, the level of aggression differs more significantly according to class and age, but shows no difference at all when gender was taken into consideration. Based on the findings of the programme, at the end of the study, suggestions about decreasing anger and aggression in children have been made.

Key words: Child, anger and aggression, educational intervention programme

Günümüzde bireylerin yaşam olayları karşısında sakin kalabilmeleri önemli bir beceri haline gelmiştir. Hemen her gün “ne oluyor bize?” dedirten pek çok haberle karşılaşmaktayız. Bu gibi haberlerin içeriğini oluşturan olayların ekonomik, sosyal ve kişisel pek çok nedeni olabilmektedir. Toplum düzenini bozan, bireysel olarak kişileri zora sokan durumların nedenlerinden birinin de öfke duygusu ve bu duyguyla nasıl başa çıkılacağına bilinmemesi olduğu düşünülmektedir (Şahin, 2005). Öfke kavramıyla ilgili ilk kapsamlı bilimsel araştırmayı yapanların başında gelen Novaco'ya göre, öfke kavramı, çok uzun bir süre, psikoloji alanında bir sorun olarak görülmemiş ve araştırmacılarca ihmal edilmiştir. Bunun nedeni ise öfkenin, uzun bir süre saldırganlık kavramının bir boyutu olarak görülmesinden ileri gelmektedir. Araştırmacılar saldırganlığı, gözleyebildikleri biçimiyle

değerlendirmektedirler. Fakat öfkenin bileşenleri daha çok bireye özgüdür ve bu durum öfke kavramının tanımının tam ve nesnel olarak yapılmasını zorlaştırmıştır. Bu da araştırmacıların öfke konusunu ihmal etmelerinin en önemli nedenlerinden birisi olmuştur (Novaco, 1975; akt.Özmen, 2006). Öfke duygusunun ortaya çıkmasıyla ilgili olarak en çok kabul gören görüş, öfkenin herhangi bir engel durumuyla karşılaştığında yaşandığıdır. Ayrıca öfke duygusunu izleyen davranışın ise çoğunlukla vurma, itme, bağırma, kırma vb gibi saldırganca davranışlar olduğu görüşü ağırlık kazanmaktadır. Öfke, saldırganlıkla ilişkisi olan; ama saldırganlıktan bağımsız olan bir duygu hali olarak tanımlanmaktadır. Öfke saldırganlığa eşlik edebilmektedir. Ancak bazen, kişisel, politik ve sosyal gelişim için olumlu, güdüleyici bir güç de olan öfke, aslında ne iyi ne de kötü bir duygudur. Önemli olan öfkenin nasıl ifade edildiği ve yönlendirildiğidir (Şahin, 2005).

Lerner'e (1985/2010) göre öfke bir işarettir, hem de önemli bir işaret. Öfkemiz, incindiğimizi, haklarımızın ihlal edildiğini, gereksinimlerimizin ya da isteklerimizin doğru şekilde karşılanmadığını ya da sadece işlerin yolunda gitmediğini gösteren bir iletilebilir. Hauck'a (1974/2009) göre öfke en yaygın olarak öğretilen duygusal tepkidir. Öfke sadece çok rahatsız edici değil, aynı zamanda da çok tehlikeli olabilecek bir duygusal durumdur. Özkan'a (2011) göre öfke, gizlenmiş ya da kılık değiştirmiş bir duygu olarak da tanımlanabilir. Bastırıldığı zaman, pasif saldırganlık (surat asma, küsme gibi) biçiminde ortaya çıkabilir. Şahin'e (2005) göre öfke, bireyin istek, ihtiyaç ve planlarının engellenmesi ve haksızlıklara uğraması karşısında, kendini olumlu yollardan ifade edememesi sonucunda yaşadığı duygu durumudur. Soykan'a (2003) göre öfke; doyurulmamış isteklere, istenmeyen sonuçlara ve karşılanmayan beklentilere verilen duygusal tepkidir.

Gençtan'a (2007) göre insan varoluşunu gerçekleştiremediği oranda çevresiyle bağını da yaşayamaz. Bunu yaşayamamaktan ötürü onlara bağımlı bir yaşam sürdürmekte olmanın öfke ve düşmanlığını, bazen onlara bazen de kendine yöneltilir. Kökdemir'e (2004) göre ise öfke hem dışsal, hem de içsel bazı olaylarla ortaya çıkabilir. Arkadaşınız, anneniz, kardeşiniz, sokaktaki bir adam, öğretmeniniz gibi belli bir insana öfkelenebileceğiniz gibi; trafik sıkışıklığı, iptal edilen bir randevu gibi bir olaya da öfkelenebilirsiniz. Öfkelenmenizden kendi kişisel kuruntularınız sorumlu olabileceği gibi, daha önceden başınızdan geçmiş ve sizi öfkelenen bazı olayların anıları da sorumlu olabilir. Genellikle öfkeye yol açan nedenler arasında; engellenme, haksızlığa uğrama, fiziksel incinme ve yaralanmalar, tacize uğrama, hayal kırıklığı, saldırıya uğrama, tehditler sayılabilir. Hauck'a (1974/2009) göre ise suçlamak öfkenin temel nedenidir.

Psikolojideki kuramların öfkeyle ilgili açıklamalarına baktığımızda, öfkenin sadece duygusal bir durum olarak değerlendirilmediği görülmektedir. Daha önce de söz edildiği gibi, öfke; saldırganlık ve düşmanlık kavramları ile birlikte ya da birbirlerinin yerine kullanılabilir. Bazı model ya da kuramların öfkeye ilişkin açıklamaları saldırganlık için de geçerli sayılmıştır ki bunlardan biri de psikoanalitik kuramdır. Psikanalitik yaklaşıma göre, insan davranışları iki temel içgüdü

tarafından yönlendirilir. Bu iki temel içgüdü, biri yaşam diğeri ise ölüm içgüdüsi olarak adlandırılan eros ve tanatosdur (Gebeş, 2011). Sütçü'ye (2006) göre ise, psikoanalitik kuram incelendiğinde saldırganlığın, kuramın temel kavramlarından biri olduğu görülmektedir. Ancak Freud'un saldırganlığı sonraki yazarlar gibi bir davranış olarak değil de, doğuştan getirilen içgüdüsel bir duygu olarak tanımladığı dikkate alınır, saldırganlık ve öfke arasında bir ayırım yapmadığı, bunları birbirlerinin yerine kullandığı söylenebilir. Davranışçı kuram ise, öfkeyi üç temel duygudan biri olarak kabul etmekte ve erken dönemlerdeki koşullanmalarla meydana geldiğini ifade etmektedir (Gültekin, 2008). Geçtiğimiz 20 yılda, bilişsel-davranışçı terapi ise öfke kontrolünde en yaygın yaklaşım olarak karşımıza çıkar. Bilişsel-davranışçı terapi; rahatlatma, bilişsel yapılandırma, problem çözme ve stres azaltma gibi teknikleri bir araya getirir; ancak sadece teknik yapıda olmaktan ziyade, teoriyi öğrenme ve bilgi süreci prensiplerini de birleştirir (Beck ve Fernandez, 1998). Ayrıca bu kurama göre, öfkeye hakim olmada faydalı bulunan ilave stratejiler; insanı sınırlendirecek durumlardan uzak durmayı, çevreyi değiştirmeyi, olumlu bir şeye odaklanmayı, yedek olumlu etkinliklere katılmayı, iletişim ve sosyal becerileri geliştirmeyi içerir. Ayrıca yüz problemlerine yapıcı şekilde yardım etmek amacıyla kullanıldığında mizahın da faydalı olduğu bulunmuştur (Hogan, 2003). Öfkenin, akılcı olmayan inançlardan kaynaklandığını ileri süren akılcı duygusal yaklaşım ise, insanların tüm işlevsel olmayan düşünce ve davranışlarda olduğu gibi, saldırgan olmaya yönelik potansiyelleri olduğunu, öfke ve saldırganlığın giderilmesinde de akılcı olmayan inançların akılcı hale dönüştürülmesi gerekliliğini ifade etmektedir (Gültekin, 2008). Varoluşçu yaklaşıma göre ise, kendimizi var edebildiğimiz zamanlarda içimizde öfke sıkışmadığı için yıkıcılık tehdidi azalır, çevremizdekiler tarafından 'hissedilebilme' olasılığımız da artar (Gençtan, 2007).

Saldırganlık, insanın varoluşundan günümüze uzanan süreçte pek çok sorunun, çatışmanın sebebi ya da sonucu olarak gelişen olumsuz bir sosyal durum, acı bir gerçektir. (Özen, Gülaçtı ve Çıkıllı, 2004). Başoğlu'na (1998) göre saldırganlık, sözel veya fiziksel bir güç harcayarak, genellikle bir hedefe (kişi ya da nesneye) yönelen bir eylem olup, öfke, hiddet veya düşmanlık benzeri duygulanımların motor karşılığı olarak tanımlanmaktadır. Diğer insanlarda fiziksel ve psikolojik sonuçları olan, önceden karar verilmiş davranış olarak kısaca tanımlanabilir. Kökdemir'e (2004) göre ise saldırganlık, öfkenin kontrol edilmediği durumlarda ortaya çıkan bir davranıştır. Anderson ve Bushman'a (2011) göre ise saldırganlık, gelecek herhangi bir saldırıdan kendini korumaya çalışan, bir bireye zarar vermeye niyet eden bir davranıştır. Dilekman, Ada ve Alver'e (2007) göre ise, hangi şekilde tanımlanırsa tanımlansın saldırganlık, kişinin kendisine veya başkasına zarar veren bir davranış biçimini ortaya koymakta ve kabul edilemeyecek olumsuz bir sosyal beceriyi anlatmaktadır.

İnsan saldırganlığının nedenlerini açıklayan çok sayıda görüş bulunmaktadır. Bu görüşlerden en eskisi saldırganlığın, insanların biyolojik yapısında var olduğunu savunan görüştür. Bu görüşün en önemli savunucuları arasında Freud gelir. Diğer bir yaklaşım insanlarda saldırganlığın doğuştan gelme olasılığını savunan etyolo-

jiye dayanan görüştür. Etyologların çoğu, saldırganlığı doğuştan gelen ve hayvanın yaşamını sürdürmesinde önemli rolü olan bir davranış olarak görürler. İnsanlarda görülen saldırganlık davranışının hayvanlardan farklı olduğunu öne sürülmektedir; çünkü insanların saldırgan davranışlarında öğrenmenin rolü büyüktür (Eroğlu, 2009).

Saldırganlığın ne olduğu birçok kuramcı tarafından farklı tanımlanmıştır. Bunun en temel nedeni hangi davranışların saldırgan olarak kabul edilmesinin toplumdan topluma ya da kültürden kültüre değişkenlik göstermesidir. Bununla birlikte saldırganlığı ortaya çıkaran nedenler de birçok yaklaşım ve kuramcı tarafından farklı bir biçimde açıklanmaya çalışılmış ve saldırganlık konusu sürekli tartışma konusu olmuştur. Saldırganlık olgusunun yaşamın her alanında yaygın bir şekilde etkisinin sürmesi, yıkıcı ve bozucu etkiler meydana getirmesi bu konu üzerindeki çalışmaların sürekliliğini sağlamıştır. Bir davranışın saldırgan olarak nitelenebilmesi için sonucunda fiziksel ve psikolojik olarak kabul edilebilecek olumsuz bir etkinin meydana gelmesi ve bu davranışın altındaki niyetinde bireye zarar verici bir nitelik taşıması gerekmektedir (Eroğlu, 2010). Freud, içgüdülerin kökeni olan bedensel durumların yeterince bilinmediği gerekçesiyle önce içgüdülerin bir listesini çıkarmış, sonraları içgüdülerin tümünü iki ana bölümde toplamıştır. Yaşam içgüdü (eros) ve ölüm içgüdü (thanatos). Freud yıkıcı içgüdü olarak nitelendirdiği ölüm içgüdülerini yaşam içgüdülerine oranla daha kapalı bir biçimde işlemiştir ve bundan ötürü bu konudaki bilgiler yeterli değildir. Yaşamın amacı ölümdür diyen Freud her insanda bilincinde olmadığı bir ölüm isteğinin olduğuna inanmıştı. Ölüm içgüdüünün önemli türevi, saldırganlık dürtüsüdür. Freud'a göre saldırganlık, insanın kendine dönük yıkıcı eğilimlerinin dış dünyadaki objelere çevrilmesidir (Gençtan, 1996). Engellenme-saldırganlık kuramına göre ise saldırganlık; yöneltildiği kişiye zarar vermek olan bir davranış olarak tanımlanmıştır. Bu tanım hem fiziksel hem de sözel saldırganlığı kapsamaktadır (Dizman, 2003). Saldırganlığın ve sebeplerinin öğrenmeler sonucu kazanıldığını gösteren en önemli çalışmalar Bandura ve arkadaşları tarafından ortaya atılan sosyal öğrenme kuramıdır. Sosyal öğrenme kuramcıları insanın doğuştan saldırgan olmadığını, saldırganlığın toplumsallaşmanın bir sonucu olarak ortaya çıktığını belirtmişlerdir. Bireyi saldırganlığa iten güçlerin içsel olmaktan çok dışsal olduğunu savunmaktadırlar. Diğer kuramlarla karşılaştırıldığında bu kuram dış etkilere daha fazla önem vermektedir (Eroğlu, 2009).

Şahin'e (2005) göre öfke ve saldırganlık, birbiriyle ilişkilidir ve zaman zaman örtüşebilirler. Ancak psikolojide ve diğer sosyal bilimlerdeki gelişmeler bu iki kavramın artık ayrı ayrı ele alınıp incelenmesini gerekli kılmıştır. Yukarıdaki tanımlar incelendiğinde, öfke kavramının bir duyguyu, saldırganlık kavramının ise daha çok bir davranışı ifade ettiği görülmektedir (Özmen, 2004). Günümüzde saldırganlık davranışlarının okullarda sıkça görülmesi ve giderek büyüyen bir problem haline gelmesi, özellikle erken dönemlerde çocuklarda saldırganlık ve öfkeyi araştırmaya değer bir konu haline getirmiştir. Bu nedenle bu araştırmada ilköğretim I. kademe öğrencilerinin öfke ve saldırganlıklarını azaltmaya yönelik

uygulanan eğitim programının etkililiği ve saldırganlık davranışı ile yaş, cinsiyet ve sınıf düzeyi arasındaki ilişki ortaya konulmaya çalışılmıştır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Deneyssel çalışmamız; deney grubuna uygulanan Bilişsel-davranışçı yaklaşımı temel alan bir programdır. Uygulanan programda bilişsel süreçler dikkate alınmış, öğrencilerin öfke duygusunu tanımları sağlanmıştır. Daha sonra öfkenin ipuçları tanımlanarak uygun olan ve olmayan tepkiler belirlenmiştir. Öğrenciler kendi sorumluluklarını almaları açısından bilinçlendirilmişlerdir. Programı kapsamında davranış denemeleri, kendini izleme, pekiştirme, iletişim, ev ödevleri, grup rehberliği etkinlikleri, eğitim verme gibi tekniklerden yararlanılmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın evren ve örnekleme 2010- 2011 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde KKTC'de İskele kazasına bağlı Ziyamet İlkokulu ve Yeni Erenköy ilkokullarının 4. ve 5. sınıflarında okuyan öğrenciler oluşturmaktadır. Çalışmaya 9 deney ve 9 kontrol grubu olmak üzere toplam 18 denek katılmıştır. Deney ve kontrol gruplarını oluşturmak amacıyla 4. ve 5. sınıflarında okuyan 180 öğrenciye Saldırganlık ölçeği uygulanmıştır. Uygulama sonucunda elde edilen saldırganlık ölçeği puanlarının aritmetik ortalaması bulunmuştur. Grubun aritmetik ortalamasından düşük puana sahip olan öğrencilerin, saldırganlık düzeylerinin düşük olduğu kabul edilmiştir. Öğrencinin ölçekten aldığı puanın, grubun aritmetik ortalamasından yüksek olması durumunda ise, saldırganlık düzeyinin yüksek olduğu kabul edilmiştir. Saldırganlık düzeyi yüksek olarak belirlenen öğrenciler kura yöntemiyle gelişigüzel seçilerek deney ve kontrol grupları oluşturulmuştur. Bu yöntemle 9'ar kişilik deney ve kontrol grupları oluşturulmuştur. 2. Oturumda deney grubu öğrencilerinden biri oturumları yarıda bıraktığı için deney grubu süreci 8 kişi ile tamamlamıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, saldırganlık ölçeği (davranış değerlendirme ölçeği) ve öğrenci bilgi formu kullanılmıştır.

Saldırganlık Ölçeği

Saldırganlık ölçeği, Şahin (2004) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 18 maddeden oluşmaktadır ve ilköğretim birinci kademe öğrencilerinin saldırganlık düzeyini belirlemeyi amaçlamaktadır. Ölçek üçlü dereceleme ölçeği şeklinde düzenlenmiştir. Seçeneklerden hep yaparıma 3 puan, ara sıra yaparıma 2 puan, hiç yapmama

1 puan verilerek, toplam puan hesaplanmaktadır. Ölçekten toplam “saldırganlık” puanı elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek toplam puan 39, en düşük toplam puan 13’tür. Değerlendirmede, grubun ortalamasının bir standart sapma üstünde puan alanlar saldırgan olarak tanımlanmaktadır

Öğrenci Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan ve çalışmaya katılan öğrenciler hakkında bazı bilgiler almayı amaçlayan öğrenci bilgi formu 10 maddeden oluşmaktadır. Bu form, öğrencinin yaşı, sınıfı, cinsiyeti, annenin eğitim düzeyi, babanın eğitim düzeyi, anne babanın medeni durumu, annenin sağ olup olmadığı, babanın sağ olup olmadığı genel olarak annenin çocuğa karşı tutumu ve genel olarak babanın çocuğa karşı tutumu gibi bilgileri içermektedir.

Verilerin Çözümlemesi

Araştırmanın analiz işlemlerinde SPSS 17.0 paket programı kullanılmıştır. Araştırmanın amaçları doğrultusunda, deney ve kontrol gruplarından elde edilen sonuçlardaki farkın anlamlılığını belirlemek amacıyla yapılan işlemlerde ikili karşılaştırmalar için *t*-testi kullanılmıştır. Öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin ele alınan değişkenlere göre anlamlı fark gösterip göstermediğini belirlemek için ise, cinsiyet değişkeni için *t*-testi, yaş ve sınıf değişkenleri için Anova kullanılmıştır. Araştırmada önem düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

İşlem Yolu

Deney ve kontrol gruplarının oluşturulması amacıyla saldırganlık ölçeğinin uygulanması neticesinde, saldırganlık düzeyi yüksek bulunan 18 öğrenci, kura yöntemi ile deney ve kontrol gruplarına seçilmiştir. Deney grubundaki öğrencilere programın amacı ve işleyişi hakkında ayrıntılı bilgi verilmiş ve devamlılığın önemi vurgulanmıştır. İlk oturumun yeri ve zamanı belirtilmiş ancak oturumların başlamasından önce deney grubu öğrenci velilerinden veli izin formları alınmıştır. Oluşturulan deney grubuna haftada iki kez ve 90 dakika olmak üzere 8 oturumluk etkinlik temelli müdahale programı uygulanmıştır. Kontrol grubu üzerinde ise herhangi bir işlem yapılmamıştır. Deneysel çalışma sonrasında deney ve kontrol gruplarına saldırganlık ölçeği (davranış değerlendirme ölçeği) yeniden uygulanmıştır.

Programın İçeriği

1-Oturum: Programa giriş ve tanışma, program hakkında bilgi verme. Grup kurallarının oluşturulması. Öfkenin tanımının yapılması ve öfkenin normal bir duygu olduğunun açıklanması.

2-Oturum: Grup içi ısınma ve iletişimi sağlama (Etkinlik: ısınma oyunu). Öfke ile başa çıkmanın yapıcı yollarını arama (Etkinlik: Duygu, düşünce, davranış diyagramı).

3-Oturum: Isınma oyunu. Uygun olmayan bir şekilde davranmayı önleyebileceğimizi fark etmek. Kızgınlık duygusunun ne olduğunun anlaşılması ve nasıl uygun bir yolla ifade edebileceği (Etkinlik: Öfke ile ilgili fiziksel tepkileri anlatan video seyrettirilmesi). Öfkelendiğimizde vücudumuzun verdiği tepkiler (Etkinlik: Balonun Öfkesi)

4-Oturum: Isınma oyunu. Öfkeli anlarımızda tepki vermeden önce kazanabileceğimiz beceriler hakkında konuşmak (Etkinlik: Öfkemi patlatmak zorunda değilim)

5-Oturum: Isınma oyunu.Öfkenin kontrol edilebilir bir duygu olduğunu anlamak (Etkinlik: Öfkemi kont rol edebilirim). Nefes egzersizi çalışması.

6-Oturum: Isınma oyunu. Öfke karşısında problem çözme tekniklerinin gözden geçirilmesi. Ben dili ve sen dili kavramlarının işlenmesi.

7-Oturum: Isınma oyunu. Empati kavramının işlenmesi.

8-Oturum: Programın çocuklara kazandırdıklarının paylaşılması, sonlandırma.

Bulgular ve Sonuçlar

Bu bölümde çalışmanın genel amacı olan, etkinlik temelli grupla psikolojik danışma müdahale programının ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeylerine olan etkisini incelemektir. Ayrıca öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri; cinsiyet, sınıf düzeyi ve yaş değişkenleri açısından da incelenmiştir.

Tablo 1

Deney ve Kontrol Gruplarının Saldırganlık Ölçeği Ön Test-Son Test Puan Bulguları

Gruplar	n	x	ss	sh	Korelasyon	Sig.
Deney ve Kontrol Grubu (Ön test)	17	38,94	3,11	,75		
					-,575	,016
Deney ve Kontrol Grubu (Son test)	17	10,05	3,45	,83		

Deney ve kontrol grupları arasında, etkinlik temelli grupla psikolojik danışma müdahale programı öncesinde saldırganlık ölçeği puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Buna göre deney ve kontrol grupları, saldırganlık ölçeği ön test puan ortalamaları bakımından birbirine denk deneklerden oluşmaktadır. Saldırgan davranışlar, öğrencilerin problem çözme ve baş etme stratejisi olarak kullandıkları davranış örüntüleridir. Öğrencilerin bu davranışlardan vazgeçmeleri için yerlerine daha etkili davranışlar koymaları gerekmektedir. Öğrenciler istedik sonuçlara ulaştıkları durumlarda saldırganlık dışında alternatif uzlaşmacı yolları benimseyebilirler. Öğrencilerin bu davranışları daha etkili bir biçimde kullanabilmeleri ise zamanla gerçekleşebilir. Ancak öğrenciler saldırganlığın desteklendiği olumsuz bir çevreden geliyorlarsa bu düşünce yapısını ve davranışları deneme ya da etkili biçimde kullanarak istedik sonuçlar alma imkânı bulamamış olabilirler.

Bu çalışmada kullanılan etkinlik temelli grupla psikolojik danışma müdahale programı büyük oranda bilişsel davranışçı yaklaşımı temel almıştır. Programda, nefes egzersizleri, ev ödevleri, geri bildirim gibi teknikler kullanılmış ve deney grubuna öfke kontrolü kazandırılarak saldırgan davranışlarını azaltmak amaçlanmıştır. Öfke yönetimi becerisi kazandırmada bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı programların çokça kullanıldığı ve etkili olduğu bilinmektedir. Tablo-1 incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarının saldırganlık ölçeği ön test-son test puan farkları arasında deney grubu lehine anlamlı düzeyde bir fark olduğu görülmektedir. Litaratür tarandığında (Sütcü, 2006; Akdeniz, 2007; Kaplan, 2007; Duran ve Eldeleklioğlu, 2005, Karataş, 2009; Öz ve Aysan, 2011; Serin ve Genç, 2011, Genç, 2007, Gebeş, 2011; Gürbüz, 2008) çalışma sonuçlarının bu çalışmada elde bulgularla örtüştüğü görülmektedir. Bu bulgular da göstermektedir ki, etkinlik temelli grupla psikolojik danışma müdahale programı sonunda, deney grubunun saldırganlık

puanları açısından olumlu yönde gelişme gösterdiği ve uygulanan etkinlik temelli grupta psikolojik danışma müdahale programının öğrencilerin saldırganlık düzeylerini azaltmada etkili olduğu söylenebilir.

Tablo II

Yaş değişkenine göre öğrencilerin saldırganlık puan bulguları

Yaş	n	x	f	Mean square	f	sig.
9	26	28,46				
10	78	31,12	Gruplar arası	3	92,982	3,515 ,016
11	69	29,01	Grup içi	174	26,454	
12	5	33,2				
Total	178	29,97				

Araştırma bulgularına bakıldığında yaş değişkeni açısından saldırganlık puanları noktasında anlamlı düzeyde bir fark vardır. Öğrencilerin yaşına göre saldırganlık düzeylerinin farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular incelendiğinde; 12 yaşındaki öğrencilerin saldırganlık puan ortalamalarının, 9-10-11 yaşındaki öğrencilerin saldırganlık puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durum ergenlik dönemine girmekte olan çocuğun bir yandan ailesinin denetiminde olması, diğer yandan ailesine olan içsel bağımlılığından kurtulmaya çalışması, anne-babasına kendine ifade edememesi sonucunda dışarıda arkadaşlarına ve kendine saldırgan davranışlar göstermesiyle açıklanabilir. Dizman (2003) anne babası ile yaşayan ve anne yoksunu olan 10-11-12 yaş grubundaki çocukların saldırganlık eğilimini incelediği araştırmasında, en yüksek saldırganlık puan ortalamasına 12 yaşındaki çocukların sahip olduğunu belirlemiştir. Bu sonuç da araştırmamızın bulguları ile örtüşmektedir. Literatür incelendiğinde, yaş değişkeni ile saldırganlık düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalardan farklı bulgular elde edildiği görülmektedir. Dilekman, Ada ve Alver (2011) çalışmalarında, yaş değişkeni açısından öğrencilerin saldırganlık puanları arasında anlamlı bir farklılık bulmazken, Panayiotis, Anna, Charalambos ve Chrysostomos (2010) çalışmalarında Kıbrıs'taki ilkökul ve lise öğrencileri arasındaki şiddet eğilimlerinin yaygınlığını araştırmış ve yaş kıyaslamaları göstermiştir ki yaş olarak daha büyük erkeklerin şiddet uygulama ihtimali daha yüksektir. Lee, Baillargeon, Vermunt, Wu ve Tremblay (2007) çalışmalarında Kanadalı okul çağındaki erkek ve kız popülasyonundaki fiziksel saldırganlığın yaygınlığını yaş farklılıkları açısından test etmişler ve kızlarda yaşla birlikte saldırganlığın arttığı

sonucuna varmışlardır. Erdoğan ve Oto (1999) çalışmalarında saldırganlığın yaşla birlikte arttığı sonucuna varmışlardır. Bu noktada çalışmamızın bulgularının Panayiotis ve diğerleri (2010), Lee ve diğerleri (2007), Dizman (2003), Erdoğan ve Oto (1999) çalışmalarıyla paralellik gösterdiği söylenebilir.

Tablo III

Sınıf değişkenine öğrencilerin göre saldırganlık puan bulguları

Sınıf	n	x		df	mean square	f	Sig.
3	33	29,75					
4	73	31,36	Gruplar arası	2	133,418	5,059	,007
5	72	28,66	Grup İçi	175	26,372		
Total	178	29,97					

Araştırma bulgularına bakıldığında sınıf değişkeninin saldırganlık puanları üzerinde anlamlı bir farklılığa neden olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde, sınıf düzeyi ile saldırganlık düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar mevcuttur. Erdoğan (2010) öğrencilerin saldırganlık eğilimlerini bazı değişkenler açısından incelediği çalışmasında, öğrencilerin saldırganlık eğilimlerinin sınıf düzeyi yükseldikçe arttığı sonucuna ulaşmıştır. Bir başka çalışmada, 3. ve 4. sınıftaki çocukların belirgin ve ilişkisel saldırganlıkla başa çıkmak üzere geliştirdiği tepkiler araştırılmış ve yaşları büyük olan çocukların, yaşları küçük olanlara göre dışa vurma stratejilerinin kullanımını daha fazla; özümseme ve geride bırakma stratejilerinin kullanımını daha az bildirmişlerdir (Phelps 2001; akt.Öz, 2007). Crick ve Grotmeter (1995) 491 tane 3. sınıf ve 6. sınıf öğrencisiyle yaptığı çalışmaları neticesinde kızların ilişkiler açısından erkeklerden daha saldırgan olduğu sonucuna varmışlardır. Bu çalışma sonuçları da göstermektedir ki sınıf değişkeni saldırganlık puanları üzerinde anlamlı farklılıklara yol açabilmektedir.

Tablo IV

Cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin saldırganlık puan bulguları

Cinsiyet	n	x	ss	sh	f	Sig.
Kız	83	27,95	4,46	,48		
Erkek	95	31,74	5,27	,54	1,882	,172

Araştırma bulgularına bakıldığında, cinsiyetin saldırganlık puanları üzerinde önemli bir farklılığa neden olmadığı görülmektedir. Ancak literatürde cinsiyet ile saldırganlık arasında ilişki olduğunu ortaya koyan araştırma bulguları mevcuttur.

Öztürk, (2008) çalışmasında ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin cinsiyetlerine göre bir fark gösterip göstermediğini araştırmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda erkek öğrencilerin saldırganlık puan ortalamalarının kız öğrencilerin saldırganlık puan ortalamalarından yüksek olduğu görülmüştür. Erdoğan (2010) öğrencilerin saldırganlık eğilimlerini bazı değişkenler açısından incelediği çalışmasında, erkek öğrencilerin, kız öğrencilerden daha çok saldırgan eğilimlere sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Zengin (2008) anne baba tutumları ile adolesan saldırganlığı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, cinsiyet ve saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve erkek adolesanların kızlara oranla daha saldırgan oldukları sonucuna ulaşmıştır. Aktaş, Şahin ve Aydın (2005) saldırgan olan ve olmayan çocuklarda düşmanca niyet yüklemeye yanlılığının cinsiyete göre değişip değişmediği incelenmiştir. Bulgular, sosyal ilişkileri açısından genel olarak saldırgan tanınan erkeklerin, saldırgan tanınan kızlardan daha fazla düşmanca niyet yüklemeye eğiliminde olduğunu göstermiştir. Gudlaugsdottir, Vilhjalmsson, Kristjansdottir, Jacobsen ve Meyrowisch (2004) çalışmalarında, şiddet eğilimlerinin yaygınlığını ve bu eğilimlerin İzlanda'daki 15-16 yaşlarındaki okul çağı çocuklarıyla olan ilişkisini değerlendirdikleri çalışmalarında, erkeklerin şiddet uygulamasının, kızlara göre daha muhtemel olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kurtyılmaz (2005) çalışmasında, erkeklerin saldırganlık düzeylerinin, kızlara göre önemli bir biçimde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Boman (2003) yaptığı çalışmasında ise öfkenin bilişsel bileşenleriyle ilişkili olarak, erkeklerin okula karşı düşmanca yaklaştıkları sonucuna ulaşmıştır. Crick ve Grotpeter (1995) 491 tane 3. sınıf ve 6. sınıf öğrencisiyle yaptığı çalışmaları neticesinde ise yukarıdaki sonuçlardan farklı olarak, kızların ilişkiler açısından erkeklerden daha saldırgan olduğu sonucuna varmışlardır. Dilekman ve diğerleri (2009) çalışmalarında ise, cinsiyet değişkeni ile öğrencilerinin saldırganlık puanları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Bu sonuç ise bizim araştırmamızın sonucu ile paralellik göstermektedir.

Şahin'e (2005) göre öfkeyi ifade ediş biçimi ve öfkeye yol açan durumların cinsiyete göre değiştiği, erkeklerde hangi yaşta olursa olsun, öfke duygusunun daha kabul edilebilir olduğu belirtilmektedir. İlkçağlardan günümüze kadar gelen ataerki düzen anlayışı, erkeklerde hayati saldırı ve savunma aracı olarak pekiştirildiğinde erkeklerin öfke ve saldırganlığı toplum tarafından doğal karşılanmaktadır. Bu nedenledir ki, erkekler toplumsal ve kültürel beklentiler doğrultusunda kızlara oranla daha çok fiziksel saldırganlık gösterebilirler. Her ne kadar bizim çalışmamızda erkeklerin saldırganlık puan ortalamaları kızlardan daha yüksek çıkmış olsa da bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı değildir. Yapılan bu araştırma desteklemese de, birçok araştırma bulgusundaki ortak nokta, cinsiyet değişkeni açısından, saldırganlık düzeyinde erkekler lehine sonuçlar olduğudur. Araştırmamızın literatüre paralel bir yapı sergilememesine sebep olarak araştırmamızın örneklerle

mini oluşturan öğrencilerin son çocukluk dönemi içinde yer almalarına rağmen, toplumsal cinsiyet rollerine gençler kadar yakın olmamaları ve cinsiyetler arasındaki farkındalığın bu dönem çocukları üzerinde etkin olmaması araştırmamızın literatürle farklılık göstermesinde etkili olabilir.

Tartışma ve Öneriler

Bu bölümde, araştırma sonuçlarının genel bir değerlendirmesi yapılmış ve bu değerlendirmeler sonucunda hem uygulamaya hem de ileride bu alanda yapılacak araştırmalara yönelik öneriler sunulmuştur. Bu çalışmada, etkinlik temelli grupla psikolojik danışma müdahale programının ilköğretim I. kademe 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeylerine etkisine ve yaş, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre saldırganlık puanlarında farklılık olup olmadığına bakılmıştır. Elde edilen bulgularda, 8 oturumluk etkinlik temelli grupla psikolojik danışma müdahale programının, deney grubundaki öğrencilerin saldırganlık puanları üzerinde anlamlı düzeyde etkili olduğu görülmektedir. Programı daha sonraki uygulamalarda daha etkili hale getirmek mümkün olabilir. Deney grubuna uygulanan program bilişsel-davranışçı yaklaşımı temel alan bir programdır. Uygulanan programında bilişsel süreçler dikkate alınmış, öğrencilerin öfke duygusunu tanımaları sağlanmıştır. Deney grubunda saldırganlığın azalması ve öfke kontrolünün nedeni olarak, davranış değişikliği ve bilişsel değişimin beraber verilmesi gösterilebilir. Programda kullanılan yaklaşım öğrencilerin öfke denetimleri ve yaşam doyumlarına olumlu yönde etki etmiştir. Sonuç olarak, öğrenciler öfke kavramını daha iyi tanıyarak, uygun ifade yöntemlerini öğrenmişlerdir. Bu da öğrencilerde öfke kavramına ilişkin bilişsel yeniden yapılanma sağlamıştır.

Araştırmanın bulguları, kullanılan etkinlik temelli grupla psikolojik danışma müdahale programının etkililiğini ortaya koymuştur. Dolayısıyla bu eğitim programı okul psikolojik danışmanları tarafından okullarda uygulanabilir. Bu araştırmada sadece öfke düzeyleri yüksek olan deneklerle çalışılmıştır. Model alma yoluyla öfke denetimi becerileri yüksek olan deneklerin, deney grubunda yer almasıyla öfke düzeyleri yüksek ve denetim becerisi düşük olan deneklere olumlu yönde örnek olacağı düşünülebilir. Öfke duygusunu tanıma, öfke kontrolü, öfkeyi doğru ifade edebilmeyi öğrenme yalnızca çocuklara kazandırılması gereken bir beceri değil, farklı yaş düzeyindeki çocuklara, yetişkinlere de kazandırılması gereken bir beceridir. Sosyal ilişkilerinde yaşadıkları olumsuz durumlarda, öfke duygusunu kontrol edemeyen yetişkinler, öfkelerini nasıl kontrol etmeleri gerektiğini bilmediklerinden çoğu zaman birçok sorunla karşı karşıya gelebilmektedirler. Çocuğun kişiliğinin şekillenmesinde anne babanın çocuk yetiştirme biçiminin önemi göz ardı edilemez. Uygulanan eğitim programının etkililiği ve kalıcılığı için, deney grubunu oluşturan çocukların anne babalarının da süreç içerisinde eğitime alınmaları faydalı olabilir. Araştırma KKTC’de İskele kazasında Ziyamet ilkokulu ve Yenierenköy ilkokulları ile sınırlı kalmıştır. Lefkoşa, Girne ve Gazimağusa’da yapılacak yeni araştırmalarla örneklem genişletilebilir ve araştırma daha geniş bir öğrenci kitlesiyle gerçekleştirilebilir.

Kaynaklar

Akdeniz, M. (2007) *Öfke kontrolü eğitiminin lise öğrencilerinin öfke kontrolü becerilerine etkisi*. Yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana, Türkiye.

Aktaş, V., Şahin, D. ve Aydın, O. (2005) Saldırgan olan ve olmayan çocuklarda düşmanca niyet yüklenme yanlılığının cinsiyete bağlı olarak incelenmesi.

Türk Psikoloji Dergisi, XX, 55: 43-57.

Anderson, A. C. ve Bushman, J. B. (2001) Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal and prosocial behavior: a meta-analytic review of the scientific literature. **Psychological Science**, XII, 5.

Başoğlu, C. (1998) *Saldırganlık davranışının biyolojik belirleyicilerinin araştırılması* yönelik bir çalışma. Uzmanlık tezi. Genel Kurmay Başkanlığı Gülhane Askeri Tıp Akademisi Haydarpaşa Eğitim Hastanesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği, İstanbul, Türkiye.

Beck, R. ve Fernandez, E. (1998) Cognitive-behavioral therapy in the treatment of anger: a meta-analysis. **Cognitive Therapy and Research**, XXII, 1: 63-74.

Boman, P. (2003). Gender Differences in School Anger. **International Education Journal**, IX, 2.

Crick, R. N. ve Grotpeter K. J. (1995) Relational aggression, gender and social Psychological Adjustment. **Child Development**, LXVI, 3: 710-722.

Dilekman, M., Ada, Ş. ve Alver, B. (2011) İlköğretim 2. kademe öğrencilerinin saldırganlık özellikleri. **Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, X, 2: 927-944.

Dizman, H. (2003) *Anne-babası ile yaşayan ve anne yoksunu olan çocukların saldırganlık eğilimlerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Türkiye.

Duran, Ö. ve Eldeklelioğlu, J. (2005) Öfke kontrol programının 15-18 yaş arası ergenler üzerindeki etkililiğinin araştırılması. **Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi**, XXV, 3: 267-280

Erdoğan, M. Y. ve Oto, R. (1999) Sokakta çalışan ve çalışmayan çocukların atılganlık ve saldırganlık davranışları açısından karşılaştırılmaları. **Kriz Dergisi**, XII, 3 11- 23.

Erdoğan, M. Y. (2010) Öğrencilerin saldırganlık eğilimlerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *International Conference on New Trends in Education and Their Implications*.

Eroğlu, S.E. (2009) Saldırganlık davranışının boyutları ve ilişkili olduğu faktörler: Lise ve üniversite öğrencileri üzerine karşılaştırmalı bir çalışma. **Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, XXI.

Gebeş, H. (2011) *Akran eğitimi ile desteklenen öfke kontrolü eğitiminin lise öğrencilerinin öfke kontrol becerilerine etkisi*. Yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana, Türkiye.

Genç, H. (2007) *Grupla öfke denetimi eğitiminin lise 9. sınıf öğrencilerinin sürekli öfke düzeylerine etkisi*. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, Türkiye.

Gençtan, E. (2007) **Varoluş ve Psikiyatri**. (7. basım). İstanbul: Metis Yayınları

Gençtan, E. (1996) **Psikanaliz ve Sonrası**. (7. basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Gudlaugsdottir, R. G., Vilhjalmsón, R., Kristjansdóttir, G., Jacobsen, R. ve Meyrowisch, D. (2004) Violent behaviour among adolescent in Iceland: a national survey. **International Journal of Epidemiology**, XXXIII.

Gültekin, F. (2008) *Saldırganlık ve öfkeyi azaltma programının ilköğretim ikinci kademe*

- öğrencilerinin saldırganlık ve öfke düzeyleri üzerindeki etkisi. Doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, Türkiye
- Gürbüz, Gezgin, A. (2008) *Öfke denetimi eğitiminin lise son sınıf öğrencilerinin öfkeyle başa çıkmaları, yaşam doyumları ve depresyon düzeylerine etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, Türkiye.
- Hauck, P. (2009) *Sakin Olun, Öfkenizi Denetim Altında Tutun* (Çev. S. Güven). Ankara: HYB.
- Hogan, E.K. (2003) *Anger management 2: Counselors strategies and skills*. **Eric Digest**. **Eric Identifier**: ED482767
- Kaplan, A. (2007) *Öfke yönetimi becerileri programının ilköğretim 5. sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeyi ve benlik saygısına etkisi*. Yüksek lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, Türkiye.
- Karataş, Z. (2009) Bilişsel davranışçı teknikler kullanılarak yapılan öfke yönetimi programının ergenlerin saldırganlığını azaltmadaki etkisi. **Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, XXVI, 12-24.
- Kurtyılmaz, Y. (2005) Öğretmen adaylarının saldırganlık düzeyleri ile akademik başarıları, iletişim ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiler. Yüksek lisans tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir, Türkiye.
- Lee, K., Baillargeon, H. R., Vermunt, K. J., Wu, H. Ve Tremblay, E. R. (2007) Age differences in the prevalence of physical aggression among 5-11 year old Canadian boys and girls. **Aggressive Behavior**, XXXIII, 26-37.
- Lerner, H. (2010). *Öfke Dansı* (10. basım).(Çev. S. Gül) İstanbul: Varlık Yayınları (Eserin Orjinali 1985'te yayımlandı)
- Kökdemir, H. (2004) Öfke ve öfke kontrolü. **Pivolka**, III, 12: 7-10.
- Öz, S. E. (2007). İlköğretim I. kademe 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, Türkiye.
- Öz, Selda, F. ve Aysan, F. (2011) The effect of anger management training on anger coping and communication skills of adolescents. **International Online Journal of Educational Sciences**, III, 1: 343-369
- Özen, Y., Gülaçtı, F. ve Çıkkılı, Y. (2004) Saldırganlığın psikolojik-kültürel boyutu ve vandalizm. **Fırat Üniversitesi DAUM Araştırma Dergisi**, 144-149.
- Özkan, N. A. (2010) *Ailede Öfke Kontrolü*. (1. basım). İstanbul: Timaş Yayınları
- Özmen, A.(2004) *Seçim kuramına ve gerçeklik terapisine dayalı öfkeyle başa çıkma eğitim programının ve etkileşim grubu uygulamasının üniversite öğrencilerinin öfkeyle başa çıkma becerileri üzerindeki etkisi*. Doktora tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Türkiye.
- Özmen, A. (2006) Öfke: Kuramsal yaklaşımlar ve bireylerde öfkenin ortaya çıkmasına neden olan etmenler. **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi**, XXXIX, 1: 39-56.
- Öztürk, N. (2008) Ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi. İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya, Türkiye.
- Panayiotis, S., Anna, P., Charalambos, T. ve Chrysostomos, L. (2010) Prevalence of bullying among Cyprus elementary and high school students. **International Journal of Violence and School**, XI, 114-128.

- Serin, Bulut, N. ve Genç, H. (2011) Öfke yönetimi eğitimi programının ergenlerin öfke denetimi becerilerine etkisi. **Eğitim ve Bilim**, XXXIX, 159.
- Soykan, Ç. (2003) Öfke ve öfke yönetimi. **Kriz Dergisi**, XI, 2: 19-27.
- Sütcü, Tekinsav, S.G. (2006) *Ergenlerde öfke ve saldırganlığı azaltmaya yönelik bilişsel davranışsal bir müdahale programının etkililiğinin değerlendirilmesi*. Doktora tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, Türkiye
- Şahin, H. (2004) Saldırganlık ölçeği geçerlik ve güvenilirlik çalışması. **Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi**, V, 7: 180-190.
- Şahin, H. (2005) Öfke ve öfke denetiminin kuramsal temelleri. **Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi**, VI, 10. 1-22.
- Zengin, E. (2008) *Anne baba tutumları ile adolesan saldırganlığı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, Türkiye.



**TANITMALAR
REVIEWS**

