

ÖFKE DENETİMİ EĞİTİMİNİN ÇOCUKLARDA GÖZLENEN SALDIRGAN DAVRANIŞLAR ÜZERİNDEKİ ETKİSİ*

Hülya Şahin**

ÖZET

Bu araştırma 10-11 yaşlarında ilköğretim birinci kademeye devam eden öğrencilerin, saldırgan davranışlarını azaltmaya yönelik öfke denetimi programının etkililiğini ortaya koymayı amaçlayan, 3x3 (placebo kontrol gruplu, öntest, son test, izleme testi) Split plot modeline dayalı deneysel bir çalışmadır. Araştırmada, “Öfke denetimi eğitimi verilen deney grubu öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri, bu eğitimi almayan placebo ve kontrol grubundaki öğrencilerin saldırganlık düzeylerine göre azalma gösterecek ve bu azalma uzun süreli olacaktır.” denencesi test edilmiştir. Araştırmada bağımsız değişken; saldırganlığı azaltmaya yönelik *öfke denetimi eğitimi programı*, bağımlı değişken ise deneklerin saldırganlık puanlarıdır. Bağımlı değişken araştırmacı tarafından geliştirilmiş olan “Saldırganlık Ölçeği” ile ölçülmüştür. Araştırmada elde edilen bulgular, öfke denetimi eğitimi alan deney grubunun eğitim sonrasında saldırganlık puanlarının kontrol gruplarına göre önemli düzeyde azaldığı ve bu farkın iki aylık süre sonunda da devam ettiğini ortaya koymuştur. Elde edilen bu sonuç araştırma denencesini doğrulamıştır.

ANAHTAR SÖZCÜKLER: Çocuklar, saldırganlık, öfke ve öfke denetimi

ABSTRACT

This research was a 3x3 split plot model. It was based on experimental study that aimed at showing

the effectiveness of the anger management program of decreasing aggressive behaviours of 10-11 years-old primary school students. The hypothesis of the research, “Aggression levels of the treatment group’s students, who are exposed to anger management education, will decrease from the aggression levels of the placebo and control group’s students, who are none educated, and how long this decrease will last.” was tested. The independent variable of this research was anger management education programme for decreasing aggression. Dependent variable was aggression scores of the subjects. Dependent variable was measured with the Aggression Scale developed by the researcher. Findings obtained within the research. It was revealed that the treatment group, trained for anger management, had less aggression scores and this difference even continued after the two month’s period. The result obtained at the research was confirmed the hypothesis.

KEY WORDS: Children, aggression, anger, and anger management,

Modernleşmenin getirdiği rahatlıkların, teknolojinin sağladığı imkanların vazgeçilmez olmakla birlikte, yaşamı giderek karmaşıktırdığı da bir gerçektir. Ekonomik, sosyal, siyasal pek çok alandaki gelişmeleri izleyebilmek, gelişmelere ve değişen rollere ayak uydurabilmek zaman zaman ruh sağlığını zorlayabilmekte, kişilerin stres kaynaklarını artırabilmekte, olaylar karşısında kolayca öfkelenmelerine neden olabilmektedir. Stresin ve öfke yaratan durumların üstesinden gelebil-

* 21-23 Eylül 2005 VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresinde bildiri olarak sunulmuştur. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi

** Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi, hulyasahin@gmail.com

Not: Bu çalışma Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne bağlı olarak, Doç. Dr. Yasemin AKMAN danışmanlığında yürütülen doktora tezinin özettir.

mek bir takım başaşikma becerileri gerektirmektedir. Bu becerilere sahip olunmadığında, ağır toplumsal ve kişisel sonuçların neler olabileceği hemen her gün yazılı ve görsel medyadan izlenmektedir. “Cinnet geçiren”, anneler, babalar, eşler, iş adamları ya da polisler... Öfkeli davranışlar, nedeni ne olursa olsun kurallara karşı gelme, kavga etme, ya da adam yaralama veya öldürme ile sonuçlanabilmektedir. Oysa gelişimsel olarak pek çok temel davranışın kazanıldığı ilköğretim çağında, gelecekte yetişkinler olacak bugünün çocuklarına problem çözme becerileri, iletişim becerileri gibi, öfkelerini kontrol etmelerine yardımcı olacak becerilerin kazandırılmasının toplumsal huzurun sağlanmasına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Havhighurst, Erikson, Freud ve Piaget gibi gelişim alanında isim yapmış kuramcılar pek çok davranışın kazanılmasında çocukluk döneminin önemine dikkat çekmektedirler. Bu dönemde sağlıklı ve uygun bir öğrenme ortamı yaratılması, çocuğun fiziksel ve zihinsel gelişimi açısından olduğu kadar, sosyal ve psikolojik gelişimi açısından da son derece önemli olmaktadır (Yeşilyaprak, 2000). İlköğretim yılları çocuğun kişilik gelişimi açısından kritik bir öneme sahiptir.

İlköğretim yaşlarındaki çocuklar, saldırganlık gibi kendilerini ve çevrelerini zora sokan çeşitli olumsuz davranışları bir önceki gelişim dönemine göre daha fazla sergilemektedirler. Sınıfta, evde ve oyun alanındaki saldırgan davranışlar birçok öğretmen ve ana-baba için sorun haline gelmektedir. Saldırgan davranışlar çocuğun yaşadığı içsel çatışmaların, engellemelerin bir sonucu olarak gözlenebileceği gibi, çocukların bu tür davranışları birbirlerini model almaları yoluyla da ortaya çıkabilmektedir.

Yaramazlık, haylazlık olarak bilinen başkaldırma, karşı gelme ve toplumsal değerlere ters düşen hareketler çocukların çoğunda bir miktar görülebilmektedir. Bunlar genellikle süregelen ve yineleyici değildir. Çocukla ilgilenildiğinde, bu hareketlerinin anlamı ince-

lenerek onunla konuşulduğunda, genellikle bu tür başkaldırmalar ve karşı gelmeler yatışmakta ve önemli bir uyum sorunu oluşturmamaktadır. Ancak bazı çocuklarda başkaldırma, karşı gelme ve topluma aykırı davranışlar yineleyici ve inatçı biçimde uzun süre görülebilmektedir. “Davranım Bozukluğu” (Öztürk, 1997) ya da DSM IV tanı ölçütlerinde “Yıkıcı Davranış Bozukluğu” (Koroğlu, 1994) olarak adlandırılan bu tür davranışlar gösteren çocuklar, genellikle uygun olmayan aile, eğitim ve sosyal çevre içinden gelmektedirler. Bu nedenle basit yaramazlık ya da itişip kakışmaları davranım bozukluğundan ayırmak gerektiği düşünülmektedir.

Çoğu zaman saldırganlığa eşlik eden belirli duygular bulunmaktadır. Saldırganlığa eşlik eden en temel duygu “öfke”dir (Tavris, 1982). Kısaç (1997) öfkeyi, bireyin istek, ihtiyaç ve planlarının engellenmesi ve karşılaştığı farklı durumların haksızlık, adaletsizlik ve kendine yönelik bir tehdit olarak algılanması sonucunda kendini savunmak ve karşıdakini uyarmak amacıyla ortaya konulan temel bir duygulanım biçimi olarak tanımlamaktadır. Balkaya (2001), öfkenin temel boyutları ve nedenine ilişkin olarak yaptığı bir çalışmada, öfkeye ilişkin yapılan çeşitli tanımlamalara da yer vermiştir. Balkaya’nın ifadesine göre Webster sözlüğünde öfke, güçlü bir husumet duygusu ve hoşnutsuzluğun doğurduğu yoğun bir duygusal durum olarak tanımlanmıştır. Anlamdaşları; kızgınlık, hiddet ve gazaptır. En genel terim olarak öfke, gösterilen tepkinin adıdır. Törastad ise, öfkenin planlanarak ortaya çıkmadığını; çoğunlukla engellenme, haksızlığa uğrama, eleştirilme, küçümsenme gibi rahatsız edici durumlarda ortaya çıktığını belirtmektedir (Akt. Baklaya, 2001). Öfke duygusu mantıklı olmak zorunda değildir ve kendisine kasıtlı olarak herhangi bir kötülük yapmayan kişilere, durumlara bile uygulanabilmektedir. Bir amaca ulaşması ya da ihtiyacının karşılanması engellendiğinde, birey kızgınlık ve saldırganlık duyguları yaşayabilmektedir (Cüceloğlu, 1996). Engelleyici bir durumla karşılaşan bireylerden bazıları öfkelerini o anda sergilerken, bazı-

ları o durum sona erdikten sonra öfkelerini fark edebilirler, bu noktada kimileri de bu duyguyu bastırabilirler (Geçtan, 1995).

Hem biyolojik açıklamalara hem de psikososyal yaklaşıma dayalı olarak yapılan birçok araştırmada öfke ve saldırganlık ilişkisine dikkat çekilmiştir (Averill, 1983; Akt: Kısaç, 1997). Bununla birlikte Anderson (1992), öfke ve saldırganlık arasında bir ilişki olmakla birlikte ikisinin birbirlerinden ayrılmaları gerektiğini belirtmektedir. Ona göre öfke geçici bir duygu hali, saldırganlık ise bir başka kişiye veya eşyaya zarar verme girişimidir.

Araştırmalar şiddete eğilimli kişilerin, çoğunlukla şiddete eğilimli olmayan kişilerden daha öfkeli, daha saldırgan olduklarını göstermektedir. Ancak öfke ve saldırganlık arasındaki gerçek ilişki bu kadar da açık değildir (Eric, 1997). Öfkeli birinin saldırganca davranıp davranmayacağı; durumsal etkenlere, kişinin bilişsel niteliklerine ve değerlendirmelerine veya daha önceki öğrendiklerine ve eylemlerin sonuçlarını değerlendirme yetisine bağlıdır. Öfkenin saldırganlığa yol açıp açmayacağı, şartlara bağlı olduğu kadar kişinin inançlarına, algılamasına, beklentilere ve hatta belki de kişinin biyolojik yapısına bağlıdır (Hollenhorst 1998).

Çocuklar, öfkelendiklerinde bunu uygun yollarla kontrol altında tutmayı bilememektedirler. Çocukların, çatışmalara cevapları saldırganca davranmak olabilmekte, kızgınlıklarını zararlı ve yıkıcı yollarla ifade edebilmektedirler. Bu tür olumsuz davranışlar, çocuğu öfkeli duruma sokan durumla açıklanıp davranışı onaylandığında, şiddet içeren davranış, kızgınlığın dışı vurumu için sosyal açıdan kabul edilebilir bir tepki haline gelmektedir (O'Rourke ve Worzbyt, 1996). Averill de (1982), benzer bir şekilde çocukların duygusal hayatlarını, içinde buldukları kültüre, duygusal yaşantılara ve davranışlara gösterdiği tepkilere göre ayarladıklarını belirtmektedir. Bir başka deyişle, çocuklar saldırgan davranışları, içinde yaşadıkları kültürün bu tür davranışlara

verdiği tepkiye göre tekrarlamakta ya da bu davranışlardan kaçınmaktadırlar.

Öğretmenler okulda, artan bir şekilde öğrencilerin yıkıcı davranışlar ve öfke patlamaları ile yüz yüze gelmektedirler. Saldırgan çocuklar, kendilerine zarar verirken (düşük akademik başarı, okulu bırakma vb.) arkadaş ilişkilerinde de başarısız olmakta ve sınıftaki eğitimi engellemektedirler. Bu durum karşısında öğretmenler öğretme için daha az, kişiler arası çatışmaları ortadan kaldırmak için daha fazla zaman harcamak zorunda kalmaktadırlar. Sonuç olarak öğretmenler, öğretmek için ihtiyaç duyulan zamanı akademik çalışmalar için kullanmamakta ve fazladan yardıma ihtiyacı olan öğrencilerine yeteri kadar bireysel akademik ilgi gösterememektedirler (O'Rourke ve Worzbyt, 1996).

Okullarda en çok gözlenen saldırganlık ifadesi, kavga etme, kavgayı başlatma, kavgayı sürdürme biçimindedir. Tehdit, saldırganlık ve öfke içeren davranışların sergilenmesi olarak tanımlanabilecek kavgalar genellikle taraflar sorunu birbirlerinin bakış açısından göremedikleri zaman ortaya çıkmaktadır. Bu kişiler birbirleriyle iletişim kurmaktan kaçınmakta, konuşmak, birbirlerini anlamaya çalışmak yerine dayatmacı bir tutum içerisinde saldırgan davranışlarda bulunmaktadırlar (Öner, 1999).

Bu araştırmada öğrencilere verilen "öfke denetimi" eğitimiyle, onlara kendileri gibi düşünmeyenlerle kavga etmek yerine, farklılıkları barışçıl yollarla kabul edebilmek için sorunları bir de karşıdaki kişinin bakış açısından görebilme becerisi kazandırılmaya çalışılmıştır. Ayrıca çocuklar sataşmalar ve engellemeler karşısında öfkelendiklerinde, saldırganca davranmak yerine daha olumlu alternatif davranış biçimleri olduğunu da öğrenebilmektedirler. Böylece öğrencilerin gençlik ve yetişkinlik dönemlerinde, uyumlu, barışçıl, kendini iyi bir şekilde ifade edebilen bireyler olarak yaşamlarını sürdürebilmelerine yardımcı olmaya çalışılmıştır. Bu araştırmanın amaçlarından birisi de, çocukların saldırgan

gan davranışları önlenemediğinde, öğretmenler ve yöneticilerin şiddete başvurmak yerine, öfke kontrol becerilerini kazanmalarında öğrencilerine yardımcı olabilmelerini kolaylaştırmaktır.

Bu araştırmada, öfke duygusunun bilişsel olarak öğrenmeler ve model alma yoluyla saldırgan davranışlarla ifade edildiği görüşü benimsenmiştir. Bu nedenle öğretici (didaktik), bilişsel davranışçı yaklaşıma dayanan, bir “*öfke denetimi eğitimi programı*”nın uygulanması ile, öfkenin etkili bir şekilde denetlenmesi öğretilerek, saldırgan davranışların azaltılmasının mümkün olup olmayacağı sınınmıştır. Öfke denetimi programı, bilişsel yaklaşıma göre, öfkeyle ilgili var olan şemaları anlamaya, olumsuz otomatik düşünceleri ortaya çıkarıp var olan şemayı değiştirmeye, sosyal öğrenme yaklaşımına göre ise olumlu rol modellerinden yararlanarak, saldırgan davranışlar yerine olumlu alternatif davranışları göstermeye yönelik olmasına dikkat edilmiştir. Öfke duygusunun, daha çok erkeklerde saldırgan davranışlarla ifade edildiğine ilişkin literatür doğrultusunda da erkek öğrencilerle çalışılmıştır.

Öfke Denetimi

Öfke ve öfke denetimi ile ilgili görüşler incelendiğinde, öfkenin normal bir duygu olduğu, ancak esas sorunun öfkeyi ifade etme biçimi olduğu görülmektedir. Bu durumda öfkenin kontrol edilmesi mümkündür. Öfkenin kontrol edilmesi ya da öfke denetimi; kıskırtma, kıskırtmaya verilen fiziksel tepki ve öfkenin düzgün olarak ifade edilmesi konularına odaklanmaktadır (Hollenhorst, 1998). Ebette ki öfkeyi kontrol etmeye çalışmanın haklı nedenleri bulunmaktadır. Öfke kontrol edilmediğinde kişi, bir takım olumsuzluklar yaşamaktadır.

Öfke denetiminin tarihçesine bakıldığında, öfkenin nasıl dizginlenebileceği konusundaki ilk düşüncelerin antik çağlara kadar dayandığı görülmektedir. Öfke denetimi hakkında bugün sahip olunan inançların kökenleri felsefeyle birlikte doğmuştur; ancak günümüze,

bu inançlar sosyal hayat içinde yaşarken dikkat edilmesi gereken önemli dersler olarak kalmıştır. Toplumun bir parçası olup da öfke yaratacak durumlarda tepkilerini kontrol etmeyi başaramayan insanlar, sinirli davranışlarda bulunmakta ve kendilerini mahkeme salonlarında ya da hapishanelerde bulabilmektedirler (Hollenhorst, 1998).

Stoacıların, disipline değer vermelerine ve öfkenin hem savaş hem de spor olaylarında gereksiz olduğunu düşünmelerine rağmen, Aristo haksızlığa tepki olarak verilen öfkenin haksızlığı önlemek konusunda bir önemi olduğuna inanmıştır. Ancak, her şeye rağmen filozofların, öfke duygusunu dizginlemenin ve kendini kontrol etmenin rasyonel düşünceyi geliştirerek öğrenilebileceği konusunda fikir birliği içinde olduğu görülmektedir. Ünlü Stoacı Romalı düşünür Seneca, kişinin kendini öfkelenmekten alıkoyabilmesi için, insanın kişisel olarak sınırlendiği şeylerin farkına varması, öfkeye öfkeyle karşılık vermemesi ve çok fazla alkol almaması gerektiğine inanmıştır. Ayrıca, öfkenin akıl ile, nüktencilik ile önüne geçilebileceği ve çocukların kendini kontrol konusunda erken yaşta eğitim alması gerektiği düşünülüyordu. Uzun zaman önce öne sürülmüş bu düşüncelere rağmen, olumsuz duygular üzerine yapılmış çalışmalar, öfke yerine öncelikle kaygı ve bunalmı duygularına odaklanmıştır. Son yirmi–otuz sene içinde karşı cinslerin öfkeyi ifade etmedeki farklılıkları ve saldırganlık ile öfkeyi ayırt etme konuları üzerinde daha fazla durulmaya başlanmıştır. Öfkeye ilişkin odaklanılan noktaların değişmesine karşın, Kemp ve Strongman, öfkeyi algılamının 2000 senedir pek de fazla değişmediğini belirtmektedirler (Hollenhorst, 1998).

Öfke denetiminde problem yaşayan öğrenciler, genelde saldırgan ve başkalarının niyetlerini anlamada zorlanan öğrencilerdir. Bu öğrenciler, kendilerini öfkeleniren durumlar karşısında gösterdikleri davranışlarını değerlendirmekte ve yaşlılarıyla anlaşmadıklarında suç işlemektedirler. Aynı zamanda onların, sosyal problemleri çözme konusunda başarısız oldukları gözlenmektedir (Besley, 1999).

Psikolojik danışmanlar öfkeli çocuklarla çalışırken çok çeşitli müdahalelerde bulunmaktadır. Öfkeyle başa çıkma uygulamalarında okullarda çalışan psikolojik danışmanların amacı, öğrenciye olumsuz davranışlarının yerine, uygun, olumlu davranışları öğretmektir. Öğrenciler psikolojik danışma oturumlarında sosyal beceriler ve problem çözme tekniklerini öğrenmektedirler. Ancak, kapsamlı çalışmalardan sonra bile, bazı öğrencilerin bu yöntemleri uzun vadede kullanmayı başaramayacakları bilinmektedir. Bununla birlikte öğrencilerin sınıf ortamında, etkin başa çıkma tekniklerini kullanma becerilerini geliştirmeye ihtiyaç duydukları da bir gerçektir (Lochman, 1992).

Korkut (2004: 332), öfke denetimi programlarının amaçlarını genel olarak şu şekilde özetlemektedir:

1. Öfke ve çatışmayı uyandıran çevresel uyarıcıların, çevresel koşulların farkına varılmasını sağlamak,
2. Fiziksel ve sözel olarak öfkeye verilen tepkilerin ve sonuçlarının farkında olmayı öğretmek,
3. Çatışma çözümede ben dilinin kullanımının gücünün farkına varılmasını sağlamak,
4. Öfkeliyken duygu ve düşünceleri ben diliyle ifade etmeye yardımcı olmak,

Problem

“ Öfke Denetimi eğitim programının, 10-11 yaşlarındaki ilköğretim birinci kademeye devam eden öğrencilerde gözlenen saldırgan davranışları azaltmada etkisi var mıdır ?”

Denence

Probleme dayalı olarak geliştirilen denence şöyledir:

“Öfke denetimi eğitimi verilen deney grubu öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri, bu eğitimi almayan plasebo ve kontrol grubundaki öğrencilerin saldırganlık düzeylerine göre azalma gösterecek ve bu azalma uzun süreli olacaktır.”

Araştırmanın Sayıltıları

1. Bu çalışmada, deneklerin saldırgan davranışlarının temelinde öfke duygusunun yer aldığı varsayılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmanın sınırlılıkları şunlardır:

1. Araştırmanın bağımlı değişkeni olan “öğrencilerin saldırganlık davranışları” saldırganlık ölçeğinin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.
2. Araştırmadan elde edilen bulgular araştırma kapsamına giren deneklerin özelliklerine benzer gruplar için genellenebilir.

Tanımlar

Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenlerinin tanımları aşağıda verilmiştir.

Öfke (Anger): Sık olarak yaşanan, küçük hayal kırıklıklarından yoğun hiddete kadar değişik süreçlerde ve yoğunluklarda var olan, fizyolojik ve biyolojik değişimlerin de eşlik edip etkide bulunduğu normal bir duygudur (Hollenhorst, 1998). Bu çalışmada öfke, bireyin istek, ihtiyaç ve planlarının engellenmesi ve haksızlıklara uğraması karşısında, kendini olumlu yollardan ifade edememesi sonucunda yaşadığı duygu durumu olarak tanımlanmıştır.

Öfke Denetimi (Anger Management): Öfke denetimi, kışkırtmaya verilen fiziksel tepkinin ve öfkenin düzgün olarak ifade edilmesi olarak tanımlanmaktadır (Hollenhorst, 1998). Araştırma kapsamında ise öfke denetimi, yaşanan öfke duygusunun, dışı vurum biçiminin sosyal açıdan kabul edilebilir bir biçimde ortaya konması ve öfke duygusunun kontrol edilmesi olarak tanımlanmıştır.

Saldırganlık (Aggressiveness): Bir kişinin diğerine, kendine, hayvana ya da cansız bir nesneye kazara ya da niyetli bir biçimde fiziksel ya da psikolojik

zarar vermeye neden olabilecek herhangi bir davranıştır (Moustone ve Pulkinen, 1991 Akt: Korkut, 1995). Bu çalışmada saldırganlık, çocuğun başkalarına, hayvanlara ve nesnelere niyetli bir şekilde fiziksel zarar verme şeklinde ortaya koyduğu davranış biçimi olarak tanımlanmış, saldırganlık ölçeğinden alınan puanlar, öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin göstergesi olarak kabul edilmiştir.

YÖNTEM

Bu araştırma 10-11 yaşlarında ilköğretim birinci kademeye devam eden öğrencilerin, saldırgan davranışlarını azaltmaya yönelik öfke denetimi programının etkililiğini ortaya koymayı amaçlayan, 3x3 (plasebo kontrol gruplu, öntest, son test, izleme testi) Split plot modeline dayalı deneysel bir çalışmadır. Bağımsız değişken; saldırganlığı azaltmaya yönelik *öfke denetimi eğitimi programı*, bağımlı değişken ise deneklerin saldırganlık puanlarıdır. Bağımlı değişken araştırmacı tarafından geliştirilmiş olan “Saldırganlık Ölçeği” ile ölçülmüştür. Araştırmada bağımsız değişkenin manipüle edilmesinin bağımlı değişken üzerindeki etkisi incelenmiştir.

Denekler

Araştırmanın denekleri, 2001-2002 ders yılı güz döneminde Burdur İli Merkez İlköğretim okullarının dördüncü ve beşinci sınıflarına devam eden erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Deney ve kontrol gruplarında yer alan öğrenciler, saldırganlık puanları ortalamasının bir standart sapma üstünde olan öğrencilerden seçilmişlerdir.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, saldırgan davranan çocukları belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen “Saldırganlık Ölçeği” kullanılmıştır. “Öfke Denetimi Eğitimi Programının” etkililiğini test etmek amacıyla “Saldırganlık Ölçeği” öntest-sontest ve izleme testi ola-

rak uygulanmıştır. Ayrıca, deney ve kontrol gruplarına seçilecek öğrencileri birbirleriyle eşleştirmek amacıyla “Kişisel Bilgi Formu” oluşturulmuştur. Saldırganlık ölçeği ve kişisel bilgi formuna ilişkin bilgiler aşağıda verilmiştir.

Saldırganlık Ölçeği Geçerlik ve Güvenirliği

Saldırganlık ölçeğinin geçerlik düzeyi, yapı geçerliği ve kapsam geçerliği ile incelenmiştir. Yapı geçerliği için faktör analizi, kapsam geçerliği için, uzman kanılarının alınmasına ek olarak, madde toplam korelasyonu yöntemi kullanılmıştır. Maddelerin ayırmedicilik güçleri ise, alt ve üst % 27’yi oluşturan grupların ortalamaları karşılaştırılarak hesaplanmıştır.

Faktör analizi sonrasında tek faktörde toplam varyansın % 28’ inin açıklandığı görülmüştür. Faktör analizi sonrasında elde edilen boyutların birlikteki toplam varyans açıklama oranları için aranan genel oran 2/3’tür. Ancak bu oran sosyal bilimlerdeki çalışmalarda daha aşağılara çekilebilmektedir (Doğan, Atılgan ve Demirci, 2002, Tabachnick ve Fidell Akt. Büyüköztürk, 2002). Maddelerin yapılan faktör analizi sonucu elde edilen faktör yükleri .33 ile .69 arasında değişmektedir.

Ölçeğin saldırgan olan ve olmayan öğrencileri ayırmedicilik gücünü saptamak için maddelerin ayırmedicilik özellikleri incelenmiştir. Ölçekten elde edilen ham puanlar büyükten küçüğe doğru sıralandıktan sonra alt %27 ve Üst % 27’yi oluşturan gruplar belirlenmiştir. Her bir madde için bu grupların puan ortalamaları ve t değerleri hesaplanarak maddelerin ayırmedicilik güçleri belirlenmiştir. Sonuç olarak her bir maddenin istenen düzeyde (.05) ayırmedicilik olduğu görülmüştür. Ölçekten elde edilen ham puanlar büyükten küçüğe doğru sıralandıktan sonra alt %27 ve Üst % 27’yi oluşturan gruplar belirlenmiştir. Her bir madde için bu grupların puan ortalamaları ve t değerleri hesaplanarak maddelerin ayırmedicilik güçleri belirlenmiştir. Sonuç olarak her bir maddenin istenen düzeyde (.05) ayırmedicilik olduğu görülmüştür

Saldırganlık Ölçeğinin güvenilirliği iç tutarlılık katsayısı ve kararlılık düzeyi saptanarak test edilmiştir. Ölçeğin Burdur ili merkez okullarında öğrenim gören toplam 430 öğrencinin aldıkları puanlar üzerinden hesaplanan Cronbach Alfa katsayısı .77 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin kararlılık düzeyi (puan değişmezliği) test-tekrar test yöntemi ile hesaplanmıştır. Bu amaçla ölçek 63 beşinci sınıf öğrencisine üç hafta arayla iki kez uygulanmıştır. İki uygulamadan elde edilen puanların karşılaştırılması sonucunda elde edilen korelasyon katsayısı .71 ($p < .01$) olarak hesaplanmıştır.

İŞLEM

Çocukların gelişim dönemi özellikleri ile ilgili literatür göz önünde bulundurularak grupların cinsiyet açısından homojen olmasına ve grupların 6 saldırganlık puanı yüksek, iki saldırganlık puanı düşük olmak üzere (olumlu rol modeli olması amacıyla) 8 kişiden oluşturulmasına karar verilmiştir. Saldırganlık puanları düşük öğrencilere de son test ve izleme testi uygulanmış, ancak puanları değerlendirmeye alınmamıştır. Ayrıca uygulamaya başlamadan önce oluşturulan her üç grubun öntest puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığı, tek yönlü varyans analizi ile test edilmiş ve gruplar arasında .05 düzeyinde anlamlı bir fark bulunmamıştır. Böylece saldırganlık puanları açısından her üç grubun birbiriyle denk olduğu sonucuna varılmıştır.

Öfke denetimi eğitim programının 10-11 yaşlarında ilköğretim birinci kademe öğrencilerinde gözlenen saldırgan davranışları azaltmada etkisi olup olmadığını ortaya koymak amacıyla, oluşturulan gruplara atanan öğrencilere aynı gün ve aynı zaman dilimi içinde saldırganlık ölçeği uygulanmıştır (öntest). Daha sonra, deney ve plasebo grubundaki öğrencilerle ayrı ayrı bir araya gelinerek, öğrencilerin çalışmaya katılabilecekleri ortak gün ve saatler belirlenmiştir. Daha sonra deney grubundaki çocuklara (sekiz hafta) haftada bir gün, 60 dakika süreyle öfke denetimi eğitim programı uygulanmış,

plasebo grubundaki öğrencilerle (sekiz hafta) haftada bir gün, 60 dakika öfke-kontrolüyle ilişkisi olmayan etkinlikler (resim, müzik vb.) yapılmış, kontrol grubundaki öğrencilerle herhangi bir uygulama yapılmamıştır. Araştırmada etkisi araştırılan “öfke denetimi eğitim programının hazırlanmasında, Lochman (1992), Stewart ve Mckay (1995), Glover ve Ellen, Synder ve Virginia (1999) gibi araştırmacıların, öfke denetimi ile ilgili yaptıkları araştırmalar, ilgili literatür ve özellikle O'Rourke ve Worzby (1996) ile Kellner (2000) ' in çalışmalarından yararlanılmıştır.

Uygulamaların bitiminde eş zamanlı olarak her üç gruba da saldırganlık ölçeği yeniden uygulanmıştır (sontest). Uygulamaların bitiminden yaklaşık iki ay sonra grupların tümüne saldırganlık ölçeği tekrar uygulanmıştır (izleme testi). Aşağıda önce, deney grubuna verilen öfke denetimi eğitimi oturum konuları ile plasebo grubuyla yapılan etkinliklerin neler olduğu belirtilmiştir.

Öfke Denetimi Eğitim Oturumları Konuları:

1. Oturum Konusu:

Bu oturum tanışma ve grup sürecine bir giriş niteliğindedir. Bu oturumda grubun genel amaçları ve grup kuralları hakkında bilgi verilmiştir. Çocuklar grup süresince katılacakları aktiviteler ya da uygulayacakları tekniklerden haberdar edilmişlerdir. Ayrıca kendilerinde öfke duygusunu uyandıran durumlar ve öfkelenmelerinde verdikleri tepkiler hakkında düşünceleri sağlanmış daha sonra kendilerini öfkeleniren bir olayı paylaşmaları istenmiştir. Gruba katılan herkesin öfkeyi daha etkili bir şekilde denetlemek için burada oldukları söylenmiş ve bu konuda konuşmaları sağlanmıştır.

2. Oturum

Oturumun Konusu:

Bu oturumda çocuklara öfkenin dışında farklı duygular da olduğu hatırlatılmış ve çocukların dokuz

farklı duygu ifadesini ayırdedebilmeleri hedeflenmiştir. Ayrıca öfkelerini “patlatmanın” sonuçlarını ve bunun çevrelerindeki insanlar ve kendileri için yarattığı/yaratacağı sorunları görmeleri sağlanmaya çalışılmıştır. Aynı zamanda öfke ile daha etkili şekilde başa çıkmalarına yardımcı olacak, olumlu yolların neler olabileceğini düşünmeleri istenmiştir.

3. Oturum

Oturumun Konusu:

Bu oturumda, çocuklar öfkelenmelerine yol açan durumların neler olduğunu, bunların tetikleyici olarak adlandırıldığını öğrenmişlerdir. Ayrıca, çocuklar kendilerini öfkeli durumlardan, öfkelenebileceklerine dair bir ipucu olabileceğini de öğrenmişlerdir. Bu ipuçlarının fiziksel, duygusal, veya “düşünsel” olabileceğini öğrenmiş, bunlar hakkında örnekler üzerinde konuşulmuş, çocukların kendi ipuçlarıyla ilgili farkındalık kazanmaları amaçlanmıştır.

4. Oturum

Oturumun Konusu:

Bu oturumda çocuklar, sahip oldukları duygularının, düşüncelerinin ve bir olay hakkında kendilerine söyledikleri rahatlatıcı cümlelerin, davranışlarını nasıl etkilediğini görmeleri sağlanmıştır. Çocuklar öfke ile etkili baş etme yollarından biri olan “kendi kendine konuşma” (self-talk) tekniğini öğrenmiş ve uygulamışlardır. Ayrıca günlük yaşamda pek kullanmadıkları izin isteme, özür dileme, iltifat etme vb olumlu davranışları listelemeleri istenmiştir. Daha sonra çocuklar bu davranışları örnek durumlarda yapmayı denemişlerdir.

5. Oturum

Oturumun Konusu:

Bu oturumda, herkesin öfkeyle başa çıkmak için farklı bir yolu olduğu konusu üzerinde durulmuştur. Çocukların, herkesin farklı öfke ifade etme biçimi

olduğunu görmüşlerdir. Genel olarak insanların öfkeyle baş etmede 6 farklı yolu benimsediği ve herkesin bu yollardan bir ya da birkaçını kullandığı anlatılmıştır. Bu oturumda, kendi tepkilerinin hangisi/ hangilerine uyduğunu fark etmeleri sağlanmaya çalışılmıştır.

6. Oturum

Oturumun Konusu:

Bu oturumda, çocuklar kendilerini öfkeli durumlardan etkili bir şekilde başa çıkabilmek ve tepkilerini daha uygun yollarla ifade edebilmek için “yeniden düşünme” (rethink) tekniğini öğrenmişler ve örnek durumlarda söz konusu tekniği kullanmayı denemişlerdir.

7. Oturum

Oturumun Konusu:

Bu oturumda, problem çözme tekniklerinin neler olduğu, bunların günlük hayattaki sorunlarla daha uygun biçimde baş etme yolu olduğu ve öfkeli durumlardan pasif, saldırgan, ve hakkını savunan olmak üzere farklı şekillerde tepkiler verilebileceği üzerinde durulmuştur. Bir sonraki oturumun son oturum olduğu hatırlatılmıştır.

8. Oturum

Oturumun Konusu:

Bu oturumda, çocukların öfke-uyandıran örnek durumlardan verilen uygun (olumlu) ve uygun olmayan (olumsuz) davranışları birbirinden ayırıp ayıramadıkları gözlenmiş ve örnek durumlar verilerek hangilerinin olumlu, hangilerinin olumsuz tepki olduğunu ayırtmışlardır. Baş etme becerilerini öğrendiklerinden ve denediklerinden, artık günlük yaşamlarındaki öfkeyle başa çıkabilecekleri uygun yolları belirleyip belirlemedikleri konuşulmuştur. Son oturum olduğu için grup süreci bitirilmiştir.

Plasebo grubu etkinlikleri:

İlk hafta: Tanışmadan sonra, boş zamanlarında ne yapmaktan hoşlandıklarına ilişkin sohbet edilmiş, kulaktan kulağa oyunu oynanmıştır.

İkinci hafta : “Bir günümüzü ne yaparak geçiriyoruz” konulu sohbet edilmiştir. Daha sonra, farklı yürüyüş oyunları ile “eşindeki değişikliği” bul oyunu oynanmıştır. Bu oyunda, çocuklar eşleştirilerek sırayla birbirlerine göstermeden fiziksel görünüşlerinde sekiz değişiklik yapmaları istenmiştir. Daha sonra eşler yüz yüze gelerek birlerinin görünüşündeki farklılıkları bulmaya çalışmışlardır.

Üçüncü hafta: Bir haftayı nasıl geçirdikleriyle ilgili sohbet edilmiş ve arkasından Gülten Dayıoğlu'nun “ Kangurular Ülkesi Avustralya'ya Yolculuk” kitabından bir bölüm okunmuştur. Daha sonra kitapta anlatılanlarla ilgili sohbet edilmiştir.

Dördüncü hafta: Çocuklara kağıttan maske yapımı öğretilmiş, boya kalemleri ile maskeler boyanmıştır. Bu maskeleri kullanılarak pandomim çalışmaları yapılmıştır.

Beşinci hafta: Sıcak soğuk, timsah ve grup şefi oyunları öğretilmiş ve oynanmıştır.

Altıncı hafta: Bir haftayı nasıl geçirdikleri ile ilgili konuşulmuş ve daha sonra “Yampiri Örümcek” şarkısı öğretilmiştir. Şarkı birkaç kez hep birlikte müzik eşliğinde söylenerek, şarkıda geçen hikaye canlandırılmıştır.

Yedinci hafta: Bir haftayı nasıl geçirdikleri ile ilgili konuşulmuş ve daha sonra “Kış Baba” şarkısı öğretilmiştir. Şarkı hep birlikte müzik eşliğinde birkaç kez söylenmiş ve şarkıda geçen hikaye dramatize edilmiştir.

Sekizinci hafta: Şarkılar tekrarlanmış, bayramla ilgili sohbet edilmiş ve daha sonra toplantıların bitmesi üzerine konuşulmuştur. Son onbeş dakikada saldırganlık ölçeği uygulanarak oturum bitirilmiştir.

VERİLERİN ANALİZİ

Araştırmada daha öncede belirtildiği gibi, deney, kontrol ve plasebo olmak üzere üç grupta çalışılmıştır. Her üç grupta yer alan öğrencilerden elde edilen verilerin, parametrik test sayıltıları olan, verilerin normal dağılımı ve varyansların homojenliği istatistiki açıdan test edilmiştir. Gruplardan elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediği Shapiro Wilk testi ile, fark puanlarının varyanslarının homojenliği ise Mauchley Sphericity testi ile incelenmiştir. Ayrıca gruplardan elde edilen puanlar arasında univariante ve multivariate aykırı değer (outlier) olup olmadığına bakılmış ve aykırı değere rastlanmamıştır (Doornik ve Hendry, 1994). Sonuçlar gruplardan elde edilen verilerin dağılımlarının normal, varyansların ise homojen olduğunu göstermektedir. Ayrıca test puanlarının kovaryans matrisinin de tüm gruplar için eşit olduğu gözlenmiştir.

Bütün bu istatistiki kontrollerden sonra, verilerin parametrik test varsayımlarını karşıladığı görülmüştür. Bu nedenle, nonparametrik istatistiğe göre daha güçlü olan ve güvenilir sonuçlar veren parametrik istatistik kullanılmıştır (Lawrance, Tabachnick ve Fidell, 1996).

Araştırmada, 3x3 faktörlü (üç grup ve üç ölçüm) ve tekrar ölçümlü split plot desen kullanılmıştır. Bu iki parçalı desen, random desen (Completely randomized design) ile tekrar ölçümlü desenin (repeated measure desing) karışımından oluşmaktadır.

Deney grubuna “Öfke Denetimi” eğitimi programı 8 hafta süreyle uygulanmış, plasebo grubuna ise yine 8 hafta süreyle resim, kesme yapııştırma, müzik etkinlikleri, çocuk oyunları, kitap okuma vb. etkinlikler yaptırılmıştır. Kontrol grubu ile hiçbir uygulama yapılmamıştır. Uygulamaların bitiminde saldırganlık ölçeği son test olarak tekrar uygulanmıştır. Eğitimin etkisinin devam edip etmediğini ortaya koymak amacıyla saldır-

ganlık ölçeği iki ay sonra tekrar uygulanmıştır. Bu araştırmada kullanılan deney deseni tablo 1’de gösterilmektedir.

Tablo 1. Deneysel Desen

Gruplar	g Q W	ø ú O H	Sontest	ø] O H P
Deney Grubu	\bar{X}	g I N H e t i r i l i G (÷ L W L P L	\bar{X}	\bar{X}
Kontrol Grubu	\bar{X}	-----	\bar{X}	\bar{X}
Plasebo grubu	\bar{X}	g I N H G-H yle ilgili olmay etkinlikler	\bar{X}	\bar{X}

Araştırmada öntest, son test ve izleme testi uygulandığından, gruplar arasında saldırganlık puanları açısından anlamlı bir fark olup olmadığı, deney desenine de uygun olarak, tek faktörde tekrarlı ölçümler için iki yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Analiz sonrasında deney grubunda saptanan farkın kaynağını bulmak amacıyla Holm’un Ardışık Bonferroni yaklaşımı kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS .10 ve SPSS 11.5 paket programları kullanılmıştır. Ortalamalar arası farkların önemli olup olmadığını belirlemede .05 önem düzeyi esas alınmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde, ”Öfke denetimi eğitimi verilen deney grubu öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri, bu eğitimi almayan plasebo ve kontrol grubundaki öğrencilerine göre azalma gösterecek ve bu azalma uzun süreli olacaktır” şeklinde ifade edilen araştırma denencesinin test edilmesi sonucu elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Deney, plasebo ve kontrol gruplarında yer alan deneklerin Saldırganlık Ölçeğinden öntest, sontest ve izleme testlerinde aldıkları puanların, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2 ‘de verilmiştir.

Tablo 2. Deney, Plasebo ve Kontrol Gruplarının Saldırganlık Ölçeği Öntest, Sontest ve İzleme Test Puanlarına İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Gruplar	6 D O G Ö U J	n	\bar{X}	s
Deney grubu	g Q W H V W	6	25	2.5
	Son test	6	19	2.7
	ø] O H P H W	6	16	2.4
Plasebo grubu	g Q W H V W	6	25	4.1
	Son test	6	24	3.5
	ø] O H P H W	6	24	2.6
Kontrol grubu	g Q W H V W	6	24	2.7
	Son test	6	25	2.8
	ø] O H P H W	6	26	5.1

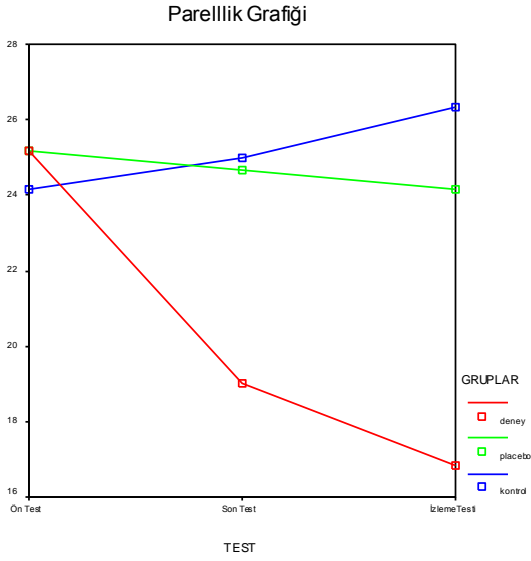
Tablo 2 ’de görüldüğü gibi, öntest, sontest ve izleme testi puanları arasında farklılıklar gözlenmektedir. Gözlenen bu farklılıkların anlamlı olup olmadığını kontrol etmek amacıyla verilere tek faktörde tekrarlı ölçümler için $3_{(deney, kontrol, plasebo)} * 3_{(ön, son, izleme)}$ desene uygun iki yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmış, sonuçlar Tablo 3 ’de gösterilmiştir.

Tablo 3. Deney, Plasebo ve Kontrol Gruplarında Yer Alan Öğrencilerin Saldırganlık Puanlarına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

Kaynak	KT	sd	KO	F	P
Grup	254,33	2	127,16	5,92	,020
Hata	214,77	10	21,47		
Zaman	58,11	2	29,05	5,93	,020
Hata	49,00	10	4,90		
Grup * Zaman	183,55	4	45,88	9,62	,000
Hata	95,33	20	4,76		

Tablo 3’den de gözlenebileceği gibi grup (deney, kontrol, plasebo)-zaman (ön, son, izleme testi) temel etkileri ile grup*zaman etkileşimi anlamlı bulunmuştur. Puanlarda zamana ve gruplara bağlı olarak ortaya çıkan değişimin grafiği şekil 1’de gösterilmiştir.

Şekil 1. Paralellik Grafiği



Grup*zaman etkileşiminin anlamlı olmasından yola çıkarak gruplar arası değişimin kaynağını saptamak ve zamanın basit temel etkisini her grup için araştırmak amacıyla verilere tekrarlı ölçümler için tek yönlü varyans analizi uygulanmış sonuçlar tablo 4' de gösterilmiştir.

Tablo 4. Deney, Plasebo ve Kontrol Gruplarında Yer Alan Öğrencilerin Saldırganlık Puanlarına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Kaynak	KT	Sd	KO	F	P
Deney	224,333	2	112,167	26,085	,00011
Hata (Zaman	43,000	10	4,300		
Plasebo	3,000	2	1,500	,672	,532
Hata (Zaman	22,333	10	2,233		
Kontrol	14,333	2	7,167	,907	,434
Hata (Zaman	79,000	10	7,900		

$\alpha = .05$

Tablo 4 'den de anlaşılacağı gibi, plasebo ($F_{2,10}=,67, P>.05$) ve kontrol ($F_{2,10}=,91, P>.05$) gruplarında yer alan öğrencilerin ön, son ve izleme testleri arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Başka deyişle kontrol gruplarında yer alan öğrencilerin saldırganlık düzeylerinde anlamlı değişme olmamıştır. Deney gru-

bunda ($F_{2,10}=26.09, P<.05$) ise, kontrol gruplarının tersine anlamlı bir fark saptanmıştır. Deney grubunda gözlenen bu farklılığın kaynağını saptamak amacıyla Bonferroni yöntemiyle ikili karşılaştırmalar (pairwise comparison) yapılmış, sonuçlar tablo 5'de gösterilmiştir.

Tablo 5. Deney Grubunda Yer Alan Öğrencilerin Ön, Son ve İzleme Test Puanlarına İlişkin İkili Karşılaştırma (Bonferroni) Analiz Sonuçları

(I) Zaman	(J) Zaman	2 U W D O D (I-J)	Sh	P
g Q W	Son test	6,17*	,980	,00448*
	ø] O H F	8,33*	1,563	,00934*
Son test	ø] O H F	2,17	,946	,21170

$\alpha = .05$

Tablo 5'den de anlaşılacağı gibi, deney grubunda yer alan öğrencilerin ön ve son testleri ile, ön ve izleme testleri arasında anlamlı bir farka rastlanırken, son ve izleme testleri arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Bir başka deyişle, deney grubuna verilen öfke denetimi eğitimi saldırganlık davranışını azaltmış ve bu azalma iki ay süreyle etkisini korumuştur. Elde edilen bu sonuç araştırma denencesini doğrulamıştır.

TARTIŞMA ve YORUM

İlköğretim birinci kademeye devam eden, 10-11 yaşlarındaki saldırgan çocuklara verilen öfke denetimi eğitim programının etkililiğinin incelendiği bu araştırmada, "öfke denetimi eğitimi verilen deney grubu öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin, bu eğitimi almayan plasebo ve kontrol grubundaki öğrencilerininkine göre azalma göstereceği ve bu azalmanın uzun süreli olacağına" ilişkin araştırma denencesi test edilmiştir

Elde edilen bulgular, öfke denetimi eğitimi alan deney grubunun eğitim sonrasında saldırganlık puanlarının kontrol gruplarına göre önemli düzeyde azaldığı ve bu farkın iki aylık süre sonunda da devam etti-

ğini ortaya koymuştur.

Apter (1998), bilişsel davranışçı yaklaşıma dayanan öfke denetimi programlarının kullanımını desteklemektedir. Öfke denetimi eğitimi programlarının bireylerdeki saldırgan davranışları azalttığı ve bu programlara katılan kişilerin de programlara katılmaktan dolayı mutlu olduklarını belirtmiştir. Bu bulgu, araştırmacı tarafından da gözlenmiştir. Araştırmaya katılan çocuklar, aileler ve öğretmenler memnuniyetlerini araştırmacıya ifade etmişlerdir. Ayrıca çocukların otumlara istekli katılımları da memnuniyetin ifadesi olarak değerlendirilmiştir.

Elde edilen bulgular, deney grubunda yer alan öğrencilerin sontest-izleme puanlarının, öfke denetimiyle ilgisi olmayan etkinlikler yaptırılan plasebo grubu ve herhangi bir uygulama yaptırılmayan kontrol grubunun sontest-izleme puanlarına göre anlamlı düzeyde farklı olduğunu, yani öfke denetimi programının olumlu etkisinin iki ay süreyle devam ettiğini ortaya koymaktadır.

Bilindiği gibi Bilişsel Davranışçı Kurama göre davranış değişikliği olabilmesi için sözkonusu duruma ilişkin mevcut şemaların değişmesi ya da yeni şemalar oluşması gerekmektedir. Ancak bu koşullarda değişme meydana gelmekte ve uzun süreli olmaktadır. Araştırmada elde edilen değişimin iki ay süreyle devam etmesi, öfkeyle ve öfke denetimiyle ilgili yeni şemaların oluştuğu ya da mevcut şemaların değiştiğini göstermektedir. Konuyla ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde, araştırmada elde edilen bulguları destekler sonuçlarla karşılaşılmaktadır. Bilişsel davranışçı yaklaşımın kullanıldığı benzer araştırmalarda (Lochman, 1992, Stewart ve Mckay, 1995) bu uzun süreli etki ortaya konmuştur.

Araştırmada bilişsel yaklaşım ve sosyal öğrenme kuramı esas alındığından, deney ve plasebo gruplarında saldırganlık puanları ortalamasının bir standart sapma altında ve olumlu model olabilecek kişiler öğrenciye yer verilmiştir. Böylece, bu olumlu modellerin gösterdikleri davranışların, diğer çocuklar tarafından

model alınmasının da beklenen değişikliği oluşturmada katkısı olduğu düşünülmektedir.

Araştırma modeli açısından benzer araştırmalarla karşılaştırıldığında, ilgili araştırmalarda da çoğunlukla deneysel desenin kullanıldığı görülmektedir. Bu araştırmada, araştırmacı biri plasebo, diğeri kontrol olmak üzere iki kontrol grubu kullanmıştır. Araştırmada plasebo grubunun kullanılmasının amacı, yöntem bölümünde de belirtildiği gibi, bir yetişkinle kurulan yakın ilişkinin, saldırgan davranışlar üzerindeki yatıştırıcı/olumlu etkisini kontrol etmektir. Böylece uygulama sonrasında saldırgan davranışlarda ortaya çıkan azalmanın, araştırmacının çocuklarla birlikte vakit geçirmesinden değil, uygulanan öfke denetimi programına bağlı olarak ortaya çıktığı kanısına varılmıştır.

Bu araştırmanın amacı, ilköğretim çağındaki çocuklara öfke denetimi eğitimi aracılığıyla, öfkelerini kontrol etmeyi, öfkelerini etkili ve olumlu yollarla ifade etmeyi öğretmek saldırgan davranışlarını azaltmaktır. İlgili kuramsal açıklamalarda da görüldüğü gibi, herhangi bir nedenden dolayı duyulan öfke, etkili bir şekilde ifade edilmediğinde saldırgan davranışlarla ifade edilebilmektedir. Araştırmada elde edilen bulgular; öfkelerini kontrol etmeyi ve uygun şekilde ifade etmeyi öğrenen çocukların saldırgan davranışlarının uygulama sonrası iki ay süreli azaldığını ortaya koymuştur. Bu sonuç aynı zamanda 10-11 yaşlarındaki çocukların da öfkelerini kontrol etmeyi öğrenebileceklerini göstermektedir.

Her gelişim döneminde yerine getirilmesi gereken gelişim görevleri olduğu bilinmektedir. İlköğretim düzeyindeki gelişim görevleri arasında, diğer kişilerle bağımsız sosyal ilişkiler kurmak, arkadaş ve öğretmenlerini anlamak ve onlar tarafından da anlaşılacak, duygularını kontrol etmeyi ve onlarla başa çıkmayı öğrenmek yer almaktadır (Havighurst, 1972). Gelişim görevlerinin yerine getirilmesinde yapılacak profesyonel yardım hem içinde bulunulan dönemin hem de bir sonraki gelişim döneminin ba-

şarıyla atlatılmasına yardımcı olmaktadır. Çocukların zamanlarının büyük bölümünü geçirdikleri okullarda görev yapan sınıf öğretmenlerine ve uzmanlarına bu konuda büyük iş düşmektedir. Öğrencilerin bilişsel ve psiko-sosyal gelişmeleri üzerindeki katkıları çok büyük olan öğretmenlere, uzman kişilerce verilecek konsültasyon hizmetleri ile bu katkının etkililiğini artırmak mümkündür (Akman, 2002). Bu nedenle okullarda görev yapan psikolojik danışmanlar ve Rehberlik Araştırma Merkezlerinin, öğretmen ve yöneticilerin işbirliği içinde çalışmaları büyük önem taşımaktadır. Bu işbirliği çerçevesinde bu araştırmada etkisi ortaya konan “öfke denetimi eğitim programı” ve benzer programlar ile ilgili psikolojik danışmanlarca öğrencilere eğitimler verilmeli, öğretmen ve yöneticilerin de aynı zamanda olumlu davranışlar için “rol modeli” oldukları vurgulanmalıdır. Örneğin öğretmenler, öfke denetimi programında kazandırılması hedeflenen becerilerden, izin isteme, özür dileme ya da öfkeli olduklarında saldırgan davranışlar yerine (bağırma çağırma, vurma vs) durumu anlamaya çalışma gibi davranışları kendileri de sergileyebilir ya da olumlu davranan öğrencilerin davranışlarını pekiştirebilirler.

Akman’ın (1992) da belirttiği gibi ilköğretim çağındaki öğrencilerin, ortaöğretim düzeyinde olduğu gibi eğitsel, psiko-sosyal olarak gelişmelerine grup rehberliği ve danışması programlarıyla yardımcı olmak için rehberlik hizmetlerine ihtiyaçları vardır. Bu araştırmada elde edilen sonuç, ilköğretim düzeyindeki öğrencilerin kişisel-sosyal gelişimlerine katkıda bulunabileceğini ortaya koymaktadır.

İlköğretim birinci kademedeki rehberlik hizmetleri, düzeltici, öğrencinin acil ve anlık ihtiyaçlarına dönük ve önleyici nitelikte olmalıdır (Kılıççı, 1992). Bu nedenle, ilköğretim döneminde sıklıkla karşılaşılan ve çocuk, aile, okul ve toplum için önemli sıkıntılar yaratan saldırgan davranışların azaltılmasına yönelik öfke denetimi eğitim programının, rehberliğin düzeltici ve önleyici işlevlerini yerine getirmede katkısı olacağı düşünülmektedir.

UNICEF’in katkılarıyla Milli Eğitim Bakanlığının 28-31 Mart 2006 tarihinde düzenlediği “Şiddet ve Okul” sempozyumunun sonuç bildirgesinde de belirtildiği gibi okullarda çocuklara yönelik bu tür koruyucu ve önleyici çalışmaların yaygınlaştırılmasının, eğitim sürecinin daha etkili olmasına ve toplumsal huzurun korunması/sağlanmasına yardımcı olacağına inanılmaktadır.

KAYNAKLAR

Akman, Y. (1992). İlköğretim Düzeyindeki Öğrencilerin Rehberlik Gereksinimleri. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, I, 3, 317-320.

Akman, Y. (2002). Okullarda Konsültasyon Çalışmaları ve Ruh Sağlığı Konsültasyon Modeli. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, II, 18, : 7-13.

Anderson, L. S. (1992). *Dealing with Angry Child*, USA : Government Printing Office.

Apter, B.C. (1998). Anger Management and Aggression Control Mastering our Emotions and Behavioral Choices., MAI 36/02, Apr, Canada: The University of Monitoba,

Averill, J. R. (1983). *Anger and Aggression. An Essay on Emotion*. New York: Springer-Verlag, 1982.

Studies on Anger and Aggression Implications for Theories, USA: Springer-Verlag,

Balkaya, F. (2001). Öfke : Temel Boyutları, Nedenleri ve Sonuçları. *Türk Psikoloji Yazıları*, IV, 7, 21-45

Besley, K.R. (1999). Anger Management: Immediate Intervention by Counselor Coach, *Professional School Counseling*, II, 2, 1999 : 81-91

Büyüköztürk, Ş. (2002). “Faktör Analizi : Temel Kavramlar ve Ölçek Geliştirmede Kullanımı” *Eğitim Yönetimi Dergisi*. 8, 32.: 470-483.

Cüceloğlu, D. (1996) *İnsan ve Davranışı – Psikolojinin Temel Kavramları*, İstanbul: Remzi Kitabevi.

Doğan, Atılğan ve Demirci, (2002). “ Kimya Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması” , *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4, 12, :56-63.

Doornik, J. A. ve D. F Hendry.(1994): *An Interactive Econometric Modelling System*. London: International Thomson Publishing, and Belmont, CA: Duxbury Pres Normality Test ,

Eric, T. G.(1997)Psychological Aspects of Perpetrators of Domestic Violence and Their Relationships with the Victims, (Ed : M.FAVA) *The Psychiatric Clinics of North America: Anger, Aggression and Violence*, June,337-341.

Gençtan, E. (1995). *İnsan Olmak*, İstanbul: 16. basım, Remzi Kitabevi.

Glover, O. ve L. Ellen. “The Efficacy of Anger Management Group for Children With Disruptive Behavior Disorders.” DAI-B 60/06, Dec.,USA : The University of Iowa. 1999.

Havighurst, R. (1972).*Developmental Tasks and Education*. New York : David Mckoy.

Hollenhorst, P.S. (1998). What Do We Know About Anger Management Programs in Corrections, *Federal Probation*, USA: .Dec. , 62,2, 52-65.

Kellner, Millicent H. (2000) *Children Can Learn to Manage Anger*, USA : Behavioral Healthcare inc.,.

Kılıçcı, Y. (1992). *Okulda Ruh Sağlığı*, Ankara : Anı yayıncılık, 2. Baskı .

Kısaç, İ. (1997). Üniversite Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Düzeyler, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi. Ankara .

Korkut, F.(1995) İfade Edici Saldırganlık Ölçeğinin Geçerlik Ve Güvenirliği Üzerine Bir Ön Çalışma”, *II. Eğitim Bilimleri Kongresi*, Ankara.

(2004) *Okul Temelli Önleyici Rehberlik ve Psikolojik Danışma*, Ankara: Anı Yayıncılık,.

Köroğlu, E. (1994) *DSM IV Tanı Ölçütleri*, Ankara: Hekimler Yayın Birliği,.

Lawrance E., B. G. Tabachnick ve L. S. Fidell.(1996). *Using Multivariate Statistics, III. edit*. New York: Harpercollins College Pub.

Lochman, J.E.(1992). Cognitive-Behavioral Intervention with Aggressive Boyss, Three year Follow Up and Prevantive Effects. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60,3,426-432.

O’ Rourke, K. ve C.J. Worzybyt (1996). *Support Groups for Children*, USA : Printing and Binding by Braun-Brumfield, Inc.

Öner, U.(1999). Çatışma Çözme ve Arabuluculuk Eğitimi, (Ed: Y. KUZGUN) *İlköğretimde Rehberlik*, Ankara: Nobel Yayıncılık.

Öztürk, O. (1997). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, Ankara : 7. Basım, Hekimler Yayın Birliği.

Pullis, M. (1994). A Model for Helping Teachers Implement Classroom Based Anger Intervention Program. Anger Hostility and Aggression: Assessment Prevention and intervention Strategies for youth., (Ed. M.J. Furlong ve D.C. Smith), *Clinical Psychology*.

Stewart, J. ve R. Mckay. (1995) “Group Counseling Elementary School Children Who Use Aggressive Behaviors.” *Guidance&Counseling*, USA : Autumn, XI,1, 12-16.

Tavris, C. (1982). *Anger, The Misunderstood Emotion*, New York, USA: Simon and Schuster,

Yeşilyaprak, B.(2000). *Eğitimde Rehberlik Hizmetleri*, Ankara: Nobel Yayıncılık.

SUMMARY

THE EFFECTIVENESS OF THE ANGER MANAGEMENT PROGRAM OF DECREASING
AGGRESSIVE BEHAVIOURS*

+•O\D üDKLQ

This research was a 3x3 split plot model. It been a significant difference between aggression scale was based on experimental study aimed at showing pretest and posttest. Follow test scores was measured the effectiveness of the anger management program of decreasing aggressive behaviours of 110 years old primary school students. The hypothesis of the Sequential Bonferroni Approach is used in order to find UHVHDFK 3\$JJUHV VLRQ OHYH the source of the difference between the two groups of students, who are exposed to anger management treatment group after the experiment.

education, will decrease from the aggression levels of WKH SODFHER DQG FRQWURO JURXS. It was revealed that the treatment group, trained for anger management, had less aggressive scores and this tested. HGXFDWHG DQG KRZ ORQJ WKLV GHFUHDVH ZLOO ODVW ZDV GLIIHUHQFH HYHQ FRQWLQXH DIWHU

The independent variable of this research was the anger management education programme for decreasing aggression. Dependent variable was aggression scores of the subjects. Dependent variable was measured with the Aggression Scale developed by the researcher. The result obtained at the research was confirmed the hypothesis. Research findings were discussed and interpreted with the findings by other researcher in the similar fields. In the direction of these findings, teachers and psychological counselors were advised

Subjects used in the research were chosen from about possible future research and the prevention of the the fourth and fifth grade students from the central primary schools of Burdur City. The statistical analysis were made on the data obtained from the aggression scale that was implemented to six male students from each group, totally 18 male students, before starting implementation (pretests), after implementation, (posttest) and, two months later, the implementation (follow test). Before starting the implementations, aggression scale pretest scores was controlled in order to see whether there was a significant difference among three groups or there has

* 21-23 E\O•O 9,,,3 BIONR/DROMLN 'DQÖúPD YH 5HKEHUOLN .RQJUHVLQGH ELOGLU \$WDW•UN (÷LWLP)DN•OWHVL
** 6•OH\PDQ 'HPLUHO hQLYHUUVLWHVL %XUGXU (÷LWLP)DN•OWHVL g÷UHWLP h\H
Not: %X oDOÖúPD +DFHWWHSELPOLYHUUVLWHVLV6QM\ED÷OÖ RODUDN 'Ro 'U <D \•U•W•OHQ GRNWRUD WH]LQLQ]]HWLGLU