

Eser Geçmişi: 04 Aralık 2017 / 26Aralık 2017

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÖFKE DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI (KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ)

Comparing the Anger Levels of University Students (Kocaeli University Case)

Hakan AKDENİZ

Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Deniz DEMİRCİ

Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Gülşah SEKBAN

Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Yunus YURTSEVER

Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Bu çalışma farklı bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin öfke düzeylerini farklı değişkenler açısından incelemek amacıyla yapılmıştır. Çalışmanın evrenini Kocaeli ilinde öğrenim gören üniversite öğrencileri, örneklem grubu ise Spor Bilimleri Fakültesi ve Eğitim Fakültesinde öğrenim gören 151(%50,3) erkek ve 149 (%49,7) bayan toplam 300 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma grubunu oluşturan öğrenciler tesadüfi yöntemle tespit edilmiştir. Öğrencilere, içe yönelik öfke, dışa yönelik öfke, öfke kontrol ve sürekli öfke olmak üzere 4 alt ölçekten ve 34 maddeden oluşan geçerlilik ve güvenilirliği sağlanan Özer (1994) Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği” ve kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 21 paket programında analiz edilmiş, demografik özellikleri belirlemede frekans dağılımı, iki bağımsız değişken arasındaki ilişkiyi incelemek için T testi, ikiden fazla değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için Anova Varyans analiz testleri kullanılmıştır. İstatistiksel açıdan $p < 0,05$ anlamlılık düzeyi olarak alınmıştır. Verilere göre Gruplar arası Cinsiyete ve Bölüme göre Öfke İçe Vurumu ve Öfke Dışa Vurumu arasında ($p=0,003$, $p=0,001$) anlamlı farklılık bulunurken, Grup içi cinsiyet değişkenine göre Eğitim Fakültesi öğrencileri arasında Öfke İçe Vurumu ve Öfke Dışa Vurumu arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. ($p=0,001$, $p=0,000$). Aile içi şiddete göre Sürekli Öfke ($p=0,005$) ve Öfke Dışa Vurumu ($p=0,011$) arasında anlamlı fark bulunur iken Öfke İçe Vurumu ($p=0,102$) ve Öfke Kontrol ($p=0,173$) arasında anlamlılık bulunmamıştır. Her iki grup için Yaşa göre Sürekli Öfke (18-21 yaş - 22-24 yaş, $p=0,46$), Öfke İçe Vurum (18-21 yaş - 22-24 yaş, 22-24 yaş - 25 ve üstü $p=0,002$) ve Öfke Dışa Vurum (18-21 yaş - 22-24 yaş, $p=0,026$) arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Anne ve Baba eğitim durumuna göre Öfke İçe Vurumu ($p=0,000$, $p=0,001$), ve Öfke Dışa Vurumun da ($p=0,008$ $p=0,002$) anlamlı farklılık bulunur iken sürekli öfke toplam puanları arasında babalarda anlamlı farklılık bulunmuştur. ($p=0,035$) Aile Durumuna göre Sürekli Öfke ($p=0,000$ Birlikte yaşıyor – Boşanmış $p=0,003$, Anne vefat – Baba vefat, $p=0,022$), Öfke İçe Vurumu (Anne vefat, Birlikte Yaşıyor $p=0,000$, Birlikte

yaşıyor – Boşanmış $p=0,000$) ve Öfke Dışa Vurumu (Anne vefat, Birlikte Yaşıyor $p=0,000$, Birlikte yaşıyor – Boşanmış $p=0,000$, Anne vefat – Baba vefat, , $p=0,000$) arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Sonuç olarak, araştırmaya katılan spor yapan ve yapmayan öğrencilerin öfke kontrol düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda, sporun üniversite öğrencilerinin öfke kontrol düzeylerini olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Öfke Düzeyleri, Öğrenci, Eğitim, Spor, Kontrol

ABSTRACT

This study is conducted to review the anger levels of the university students study in different departments in terms of different variables. The population consists of the university students study in Kocaeli Province, the sample group is composed of 151 (50,3%) male and 149 (49,7%) female, totally 700 students receive education in Faculty of Sport Sciences and Faculty of Education. The students who consist of the research group were determined by the random method. The attendees answered personal information form and 'State Anger and Anger Wording Scale' that has validity&reliability by Özer (1994) and 34 items and 4 sub-scales as the intrinsic anger, extrinsic anger, anger control and the state anger. SPSS 21 packaged software analyzed the data collected; T test analyzed the relationship between two independent variables, frequency distribution specified the demographic features and Anova Variance analysis tests reviewed the connection between more than two variables. $p<0,05$ is accepted as the significance level statistically. According to the data, while there is a significant difference ($p=0,003$, $p=0,001$) between the Anger Introversion and Anger Expression in terms of intergroup gender and department, a significant difference is also determined between Anger Introversion and Anger Expression of the students of Teachers College in terms of the within-group gender ($p=0,001$, $p=0,000$). While there is the significant difference between State Anger ($p=0,005$) and Anger Expression ($p=0,011$) based on the family violence, any significance is not specified between Anger Introversion ($p=0,102$) and Anger control ($p=0,173$). The existence of the meaningful difference for both groups is confirmed between State Anger-at-age (18-21 years - 22-24 years, $p=0,46$), Anger Introversion (18-21 years - 22-24 years, 22-24 years - 25 and older $p=0,002$) and Anger Expression (18-21 years – 22-24 years, $p=0,026$). There is significant difference in Anger Introversion ($p=0,000$, $p=0,001$) and Anger Expression ($p=0,008$ $p=0,002$) based on the parents' educational background while a meaningful difference is found in fathers in the state anger total scores ($p=0,035$). The significant difference is confirmed between State Anger (, $p=0,000$ Live together – Divorced $p=0,003$, Mother is dead– Father is dead, , $p=0,022$), Anger Introversion (Mother is dead, Live together $p=0,000$, Live together – Divorced $p=0,000$) and Anger Expression (Mother is dead, Live together $p=0,000$, Live together – Divorced $p=0,000$, Mother is dead – Father is dead, , $p=0,000$ In conclusion, a statistically significant difference is determined at the anger control levels of the students who play and don't play sports. It can be said within this context that the sport positively affect the anger management levels of the university students.

Keywords: Anger Levels, Student, Education, Sport, Control

GİRİŞ

Eylem ve düşüncelere şekil vererek günlük yaşamımıza yön veren duygular, araştırmacıların üstünde durduğu önemli konulardan birisidir. Günlük yaşam içinde insan korkmak, endişe etmek, sevinmek, üzülme, karamsarlık, heyecanlanmak, umutlanmak gibi olumlu ya da olumsuz birçok duyguyla karşılaşabilmektedir. Öfkede bu duygulardan biridir.

Biagio (1989) öfkeyi, “gerçek veya varsayılan bir engellenme durumu, tehdit olarak algılama veya haksızlığa uğrama karşısında oluşan düşünce biçimi ve bireyi rahatsız eden uyaranları ortadan kaldırmaya yönelen, güçlü bir duygu” olarak tanımlarken; Kısaç tarafından (1997) “kişinin planlarını, isteklerini ve gereksinimlerinin engellenmesi ve haksızlığa, adaletsizliğe ve kendi kişiliğine yönelik hissedilen tehdit algısı” olarak ifade etmiştir. Spielberger ve arkadaşları tarafında ise (1991) basit bir “sinirlilik” veya “kızgınlık” halinden, yoğun ve şiddetli “hiddet” durumuna kadar ilerleyen duygusal bir durum biçiminde tanımlamışlardır.

Öfke kısa süreli ve orta şiddette bireyin varlığını koruma, tanıtma, çevreye kabul ettirme, saygınlık kazandırma ve bu saygınlığı sürdürebilmesi açısından geliştirici ve yapıcı olarak bireyin gelişimine katkı sağlayabilmektedir (Baltaş ve ark, 2004; Balkaya ve Şahin, 2003; Scherger, 1979). Buna rağmen uzun ve şiddetli yaşanan öfke bireyin sağlığı, sosyal hayatı, kişiliği gibi durumlar için olumsuz durumlar yaratabilmektedir (Arsakay, 2001; Soykan, 2003; Üstün ve Yavuzarslan, 1995; Martin ve Dahlen, 2005; Deffenbacher, 1992; Bitti ve ark. 1995; Ellis, 1997; Siegman 1993; Martin ve Watson 1997). Ayrıca birçok insan için öfkeyle baş etmek ve kontrol altına almak zordur. Öfke; öfke içe vurumu, öfke dışı vurumu ve öfke kontrolü gibi değişik şekillerde ortaya çıkmaktadır (Lerner, 2004; Starner ve Peters, 2004; Özer, 1994). Öfke dışı vurumu; yaşanan öfke duygusunu sözel ve davranışsal olarak dışarıya yansımadır ve stresle baş etmede uyumsuz bir tepkidir. Öfke içe vurumu; bireyin öfkesini içinde tutması ve gizleyerek öfkeye sebep olan etmenlere karşı kullandığı bir mekanizmadır. Öfke kontrolü ise bireyin diğer insanlarla olan iletişim ve etkileşimi sırasında öfkesini nasıl ve ne derece kontrol ettiği ya da ne derece sakinleşebilme eğiliminde olduğunu belirten bir durum olarak ifade edilmiştir (Özer, 1994). Bunun yanında Spielberger (1983) öfke duygusuna “süreklilik” ve “durumsallık” olarak iki kavramda bakmaktadır. Sürekli öfke devamlı uyarılma halidir. Durumsal öfke ise; bireyin amacına ulaşmak için sergilediği davranışlarının engellenmesi ya da haksızlığa uğramış hissetmesine karşın oluşan gerginlik, kızgınlık, sinirlilik gibi yaşadığı duygu durumu şeklinde tanımlamıştır (Spielberger ve ark., 1983).

Üniversite öğrencileri toplumun geleceğini temsil eden bir grup olması, duygularını ve kendilerini ne kadar tanıdıkları, ne kadar hâkim oldukları, durumlar karşısında verdikleri tepkiler oldukça önemlidir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin, öfkeyi ifade edebilmeleri ya da kontrol edebilmeleri, öfkenin ortaya çıkardığı enerjiyi olumlu yönde kullanabilmeleri, kendileri ve çevreleri açısından önemli rol oynamaktadır. Bu bağlamda yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinin öfke düzeylerini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

YÖNTEM

Araştırma metodu

Araştırma nicel yöntemlerden tarama modeli kullanılarak yapılmıştır. Tarama modeli bir evren içinden seçilen bir örneklem üzerine yapılan çalışmalar yoluyla evren genelindeki eğilim, tutum veya görüşlerin nicel veya nümerik olarak betimlenmesini sağlar bu sayede araştırmacı örneklem hakkında çikarsamalarda bulunur (Creswell, 2012).

Evren ve örneklem

Bu çalışma Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri ile Eğitim Bilimleri Fakültesi öğrencilerine uygulanmıştır. Bu çalışma için 151 (%50,3) erkek 149 (%49,7) kadın olmak üzere toplamda 300 kişi bu çalışmaya katılmıştır. Bu kişilerin 160 (%53,3) tanesi Spor Bilimleri Fakültesi 140 (%46,7) tanesi Eğitim Bilimleri Fakültesi öğrencilerinden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel bilgi formu; Katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacı için araştırmacıların hazırladığı yaş, cinsiyet, okuduğu bölüm, kardeş sayısı, anne ve babanın eğitim durumu, aile içi şiddet durumu gibi soruları içeren bilgi formudur.

Sürekli Öfke – Öfke Tarz Ölçeği (SÖ-ÖTÖ):

Spielberger (1983) tarafından geliştirilmiş olan The State - Trait Anger Scale (STAS), Özer (1994) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmış Sürekli Öfke – Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SÖ- ÖTÖ) kullanılmıştır. Ölçek, 4 alt ölçek (içe yönelik öfke, dışa yönelik öfke, öfke kontrol ve sürekli öfke) olmak üzere 34 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin puanlaması “Hiç tanımlamıyor” 1 puan, “Biraz tanımlıyor” 2 puan, “Oldukça tanımlıyor” 3 puan, “Tümüyle tanımlıyor” 4 puan şeklinde puan verilerek değerlendirilir. İçe ve dışa yönelik öfke ve öfke kontrol alt ölçeklerinde alınabilecek en düşük puan 8, en yüksek puan 32, sürekli öfke alt ölçeğinden alınabilecek en düşük puan 10, en yüksek puan 40’tır (Özer, 1994).

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler SPSS 21 programı ile analiz edilmiştir. Öncelikle tamamlayıcı istatistik teknikleri ile değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma, frekans ve yüzdeler bulunmuştur. Verilerin analizinde 2 grup arasındaki fark için Bağımsız Örneklem T testi, İki grup arasındaki fark için ANOVA testi kullanılmış, gruplar arası farkın hangi gruptan kaynaklandığını bulmak için Tukey testi uygulanmıştır.

BULGULAR**Tablo-1.** Araştırmaya Katılanların Demografik Bilgilerine Ait Sayısal Dağılım

Cinsiyet	N	%
Erkek	151	50,3
Kadın	149	49,7
Yaşınız	N	%
18-21 yaş	98	32,7
22-24 yaş	154	51,3
25 ve üstü	48	16,0
Bölüm	N	%
Spor bilimleri	160	53,3
Eğitim	140	46,7
Kardeş sayısı	N	%
1 Kardeş	26	8,7
2 Kardeş	153	51,0
3 Kardeş	118	39,3
4 Kardeş	3	1,0
Anne Eğitim	N	%
Okur-yazar	12	4,0
İlkokul	63	21,0
Ortaokul	66	22,0
Lise	93	31,0
Üniversite	52	17,3
Yüksek lisans	9	3,0
Doktora	5	1,7
Baba Eğitim	N	%
Okur-yazar	5	1,7
İlkokul	47	15,7
Ortaokul	74	24,7
Lise	97	32,3
Üniversite	58	19,3
Yüksek lisans	15	5,0
Doktora	4	1,3
Aile İçi Şiddet	N	%
Evet	58	19,3
Hayır	242	80,7
Total	300	100,0

Çalışmaya katılan öğrencilerin, 18-21 yaş aralığındaki katılımcı genel katılımcının 98 kişi (%32,7) , 22- 24 yaş arası katılımcı genel katılımcının 154 kişi (%51,3), 25 ve üstü yaş katılımcı genel katılımcının 48 kişi (% 16) oluşturuyor.

Çalışmaya katılan öğrencilerin, Erkek katılımcı genel katılımcının 151 kişi (%50,3) , Kadın katılımcı genel katılımcının 149 kişi (%49,7) oluşturuyor. Çalışmaya katılan öğrencilerin, 1. Sınıf olarak katılan katılımcı genel katılımcının 43 kişi (%14,3) , 2. Sınıf olarak katılan katılımcı genel katılımcının 55 kişi (%18,3) , 3. Sınıf olarak katılan katılımcı genel katılımcının 90 kişi (%30) , 4. Sınıf olarak katılan katılımcı genel katılımcının 112 kişi (%37,3) olarak oluşmuştur. Çalışmaya katılan öğrencilerin, Spor Bilimleri olarak katılan katılımcı genel katılımcının 160 kişi (%53,3) , Eğitim olarak katılan katılımcı genel katılımcının 140 kişi (%46,7) oluşturuyor. Çalışmaya katılan öğrencilerin, 1 Kardeş olarak katılan katılımcı genel katılımcının 26 kişi (%8,7) , 2 Kardeş olarak katılan katılımcı genel katılımcının 153 kişi (%51,0) , 3 Kardeş olarak katılan katılımcı genel katılımcının 118 kişi (%39,3) , 4 Kardeş olarak katılan katılımcı genel katılımcının 3 kişi (%1) olarak oluşmuştur.

Çalışmaya katılan öğrencilerin, Okur - Yazar olarak katılan katılımcı genel katılımcının 12 kişi (%4) , İlkokul olarak katılan katılımcı genel katılımcının 63 kişi (%21) , Ortaokul olarak katılan katılımcı genel katılımcının 66 kişi (%22) , Lise olarak katılan katılımcı genel katılımcının 93 kişi (%31) , Üniversite olarak katılan katılımcı genel katılımcının 52 kişi (%17,3) , Yüksek Lisans olarak katılan katılımcı genel katılımcının 9 kişi (%3) , Doktora olarak katılan katılımcı genel katılımcının 5 kişi (%1,7) olarak oluşmuştur. Çalışmaya katılan öğrencilerin, Okur - Yazar olarak katılan katılımcı genel katılımcının 5 kişi (%1,7) , İlkokul olarak katılan katılımcı genel katılımcının 47 kişi (%15,7) , Ortaokul olarak katılan katılımcı genel katılımcının 74 kişi (%24,7) , Lise olarak katılan katılımcı genel katılımcının 97 kişi (%32,3) , Üniversite olarak katılan katılımcı genel katılımcının 58 kişi (%19,3) , Yüksek Lisans olarak katılan katılımcı genel katılımcının 15 kişi (%5) , Doktora olarak katılan katılımcı genel katılımcının 4 kişi (%1,3) olarak oluşmuştur. Çalışmaya katılan öğrencilerin, Aile İçi Şiddete Evet olarak katılan katılımcı genel katılımcının 58 kişi (%19,3) , Hayır olarak katılan katılımcı genel katılımcının 242 kişi (%80,7) oluşturuyor.

Tablo-2. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı ölçeği Tanımlayıcı İstatistikler

	N	Min	Max	x	Ss
Sürekli Öfke	300	10,00	40,00	22,9500	5,80170
Öfke İçe Vurumu	300	9,00	30,00	18,9167	4,35887
Öfke Dışa Vurumu	296	8,00	32,00	18,7399	4,96051
Öfke Kontrol	300	8,00	32,00	21,3167	4,32575

Tablo 2’de öğrencilerin, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı ölçeği, sürekli öfke alt boyut ortalaması (22,95± 5,80) Öfke içe vurumu (18,91±4,35)Öfke dışa vurumu (18,73±4,96) öfke kontrol (21,31±4,32) olarak tespit edilmiştir.

Tablo-3: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı ölçeği alt boyutları Cinsiyete değişkenine göre karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	X	ss	t	P
Sürekli Öfke	Erkek	151	23,1391	5,31418	,568	,571
	Kadın	149	22,7584	6,26946		
Öfke İçer Vurumu	Erkek	151	19,8609	4,12479	3,864	,000
	Kadın	149	17,9597	4,39422		
Öfke Dışa Vurumu	Erkek	150	19,5800	4,85532	2,993	,003
	Kadın	146	17,8767	4,93529		
Öfke Kontrol	Erkek	151	21,6291	4,08349	1,261	,208
	Kadın	149	21,0000	4,55002		

Tablo 3’de öğrencilerin cinsiyete göre öfke içe vurumu, öfke dışa vurumu, öfke kontrolü arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur($p<0.05$). Sürekli öfke durumuna göre anlamlı farklılık bulunamamıştır($p>0.05$).

Tablo-4: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı ölçeği alt boyutları Bölüm değişkenine göre karşılaştırılması

	Bölümünüz	N	X	ss	t	p
Sürekli öfke	spor bilimleri	160	22,6375	6,27613	-,997	,319
	Eğitim	140	23,3071	5,20638		
Öfke içe vurumu	spor bilimleri	160	17,7938	4,12859	-4,954	,000
	Eğitim	140	20,2000	4,27339		
Öfke dışa vurumu	spor bilimleri	160	17,8165	5,06749	-3,491	,001
	Eğitim	140	19,7971	4,63115		
Öfke Kontrol	spor bilimleri	160	21,0063	4,99118	-1,330	,184
	Eğitim	140	21,6714	3,39369		

Tablo 4’te öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları Bölümlere göre incelendiğinde, Sürekli Öfke ve Öfke Kontrol arasında anlamlı fark yoktur($p>0,05$). Öfke İçer Vurumu ve Öfke Dışa Vurumu aralarında anlamlı derecede farklılıklar bulunmuştur ($p<0.05$).

Tablo-5: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı ölçeği alt boyutları Aile İçi Şiddet değişkenine göre karşılaştırılması

	Aile içi şiddet	N	X	s	t	p
Sürekli öfke	Evet	58	24,8793	5,84321	2,853	,005
	Hayır	242	22,4876	5,70741		
Öfke içe vurumu	Evet	58	19,7586	3,73842	1,643	,102
	Hayır	242	18,7149	4,47831		
Öfke dışa vurumu	Evet	57	20,2281	4,83668	2,544	,011
	Hayır	239	18,3849	4,93342		
Öfke Kontrol	Evet	58	20,6207	4,44391	-1,366	,173
	Hayır	242	21,4835	4,28954		

Tablo 5’te öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları Aile İçi Şiddette Sürekli Öfke ve Öfke Dışa Vurumu anlamlı farklılık bulunmuştur. Öfke İçer Vurumu $p=0,102>0,05$ den ve Öfke Kontrol $p=173>0,05$ den olduğundan anlamlı farklılık bulunamamıştır.

Tablo-6: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı ölçeği alt boyutları Yaş değişkenine göre karşılaştırılması

		N	X	ss	f	P	Anlamlılık
Sürekli öfke	18-21 yaş	98	21,8980	5,37365	2,873	,058	
	22-24 yaş	154	23,6753	5,10143			
	25 ve üstü	48	22,7708	8,10894			
	Total	300	22,9500	5,80170			
Öfke içe vurumu	18-21 yaş	98	18,1531	4,40092	6,255	,002	18-21yaş-22-24yaş 22-24yaş-25ve üstü
	22-24 yaş	154	19,7597	4,35073			
	25 ve üstü	48	17,7708	3,79383			
	Total	300	18,9167	4,35887			
Öfke dışı vurumu	18-21 yaş	98	17,7551	4,57934	3,408	,034	18-21yaş-22-24yaş
	22-24 yaş	152	19,4145	4,71779			
	25 ve üstü	46	18,6087	6,14448			
	Total	296	18,7399	4,96051			
Öfke Kontrol	18-21 yaş	98	21,8776	3,92262	1,555	,213	
	22-24 yaş	154	21,1818	4,08001			
	25 ve üstü	48	20,6042	5,64458			
	Total	300	21,3167	4,32575			

Tablo 6’da öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları, Sürekli Öfke $p=0,58>0,05$ olduğundan ve Öfke Kontrol $p=0,213>0,05$ ’den olduğundan dolayı anlamlı farklılık yoktur. Öfke İçe Vurumu $p=0,002<0,05$ olduğundan 18-21 yaş - 22-24 yaş ve 22-24 yaş - 25 ve üstü, Öfke Dışa Vurumun da 18-21 yaş – 22-24 yaş anlamlı fark vardır.

Tablo-7: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı ölçeği alt boyutları Anne Eğitim Durumuna değişkenine göre karşılaştırılması

		N	X	ss	f	p	Anlamlılık
Sürekli öfke	Okur-yazar	12	20,6667	5,38235	1,850	,089	
	İlkokul	63	21,8889	6,18560			
	Ortaokul	66	24,5303	5,27759			
	Lise	93	23,1935	5,88524			
	Üniversite	52	22,8654	5,25442			
	Yüksek lisans	9	20,4444	6,76593			
	Doktora	5	21,8000	7,66159			
	Total	300	22,9500	5,80170			
Öfke içe vurumu	Okur-yazar	12	18,0000	5,13455	5,816	,000	İlkokul-ortaokul İlkokul-üniversite İlkokul-doktora Lise-üniversite
	İlkokul	63	16,9206	3,96070			
	Ortaokul	66	19,8333	4,23023			
	Lise	93	18,4301	3,91873			
	Üniversite	52	20,8269	4,60912			
	Yüksek lisans	9	19,2222	4,11636			
	Doktora	5	22,8000	2,16795			
	Total	300	18,9167	4,35887			
Öfke dışı vurumu	Okur-yazar	12	17,0000	4,04520	2,939	,008	İlkokul-üniversite
	İlkokul	62	17,0323	5,16916			
	Ortaokul	66	19,3030	4,66400			
	Lise	91	19,0989	4,93301			
	Üniversite	51	20,2745	4,86242			
	Yüksek lisans	9	16,4444	5,00278			
	Doktora	5	18,6000	3,36155			
	Total	296	18,7399	4,96051			
Öfke Kontrol	Okur-yazar	12	23,5000	4,68071	1,190	,311	
	İlkokul	63	20,9206	4,50198			
	Ortaokul	66	21,1818	3,95711			
	Lise	93	20,8925	4,77872			
	Üniversite	52	21,7885	3,74865			
	Yüksek lisans	9	23,0000	2,17945			
	Doktora	5	22,8000	4,76445			
	Total	300	21,3167	4,32575			

Tablo 7’de öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları, Sürekli Öfke $p=0,89>0,05$ olduğundan ve Öfke Kontrol $p=0,311>0,05$ ’den olduğundan dolayı anlamlı farklılık yoktur. Öfke İçe Vurumu $p=0,000<0,05$ olduğundan İlkokul – Ortaokul, İlkokul – Üniversite, İlkokul – Doktora, Lise – Üniversite aralarında, Öfke Dışa Vurumun da $p=0,008<0,05$ olduğundan İlkokul – Üniversite arasında anlamlı fark vardır.

Tablo-8: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı ölçeği alt boyutları Baba Eğitim Durumu değişkenine göre karşılaştırılması

		N	X	ss	f	p	Anlamlılık
Sürekli öfke	Okur-yazar	5	26,2000	5,16720	2,295	,035	İlkokul-lise
	İlkokul	47	20,7872	5,38894			
	Ortaokul	74	23,4054	6,28527			
	Lise	97	23,6598	5,60113			
	Üniversite	58	22,0862	5,64843			
	Yüksek lisans	15	25,1333	5,39665			
	Doktora	4	23,0000	4,00000			
	Total	300	22,9500	5,80170			
Öfke içe vurumu	Okur-yazar	5	23,0000	1,87083	3,843	,001	Okur-yazar-ilkokul İlkokul-lise İlkokul-üniversite İlkokul-yüksek lisans
	İlkokul	47	16,8085	3,92117			
	Ortaokul	74	18,6351	4,62742			
	Lise	97	19,2784	4,46454			
	Üniversite	58	19,4310	3,85761			
	Yüksek lisans	15	21,3333	3,01583			
	Doktora	4	18,5000	5,56776			
	Total	300	18,9167	4,35887			
Öfke dışı vurumu	Okur-yazar	5	22,2000	1,09545	3,538	,002	İlkokul-lise İlkokul-yüksek lisans
	İlkokul	46	16,3913	4,45460			
	Ortaokul	74	19,0405	5,51819			
	Lise	95	19,0947	4,72673			
	Üniversite	57	18,7544	4,83396			
	Yüksek lisans	15	21,7333	3,45309			
	Doktora	4	16,0000	4,69042			
	Total	296	18,7399	4,96051			
Öfke Kontrol	Okur-yazar	5	22,4000	3,13050	1,744	,111	
	İlkokul	47	21,7234	3,69901			
	Ortaokul	74	21,8514	5,07393			
	Lise	97	20,2784	4,10727			
	Üniversite	58	22,0517	4,30594			
	Yüksek lisans	15	21,5333	2,87518			
	Doktora	4	19,0000	4,54606			
	Total	300	21,3167	4,32575			

Tablo 8’de öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları, Öfke Kontrol $p=0,111>0,05$ olduğundan dolayı anlamlı farklılık yoktur. Öfke İçe Vurumu $p=0,001<0,05$ olduğundan Okuryazar – İlkokul, İlkokul –Lise, İlkokul – Üniversite, İlkokul – Yüksek Lisans aralarında, Öfke Dışa Vurumu’nda $p=0,002<0,05$ olduğundan İlkokul – Lise , İlkokul – Yüksek Lisans aralarında, Sürekli Öfke $p=0,035<0,05$ olduğundan İlkokul - Lise arasında anlamlı fark vardır

Tablo-9: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı ölçeği alt boyutları Aile Durum değişkenine göre karşılaştırılması

Aile Durumu		N	X	Ss	f	P	Anlamlılık
Sürekli öfke	Birlikte yaşıyor	192	21,8542	5,63084	9,687	,000	Birlikte yaşıyor-anne vefat Birlikte yaşıyor-
	Anne vefat	42	26,2143	2,88424			
	Baba vefat	20	21,8500	6,66708			
	Boşanmış	46	25,0217	6,53704			
	Total	300	22,9500	5,80170			
Öfke içe vurumu	Birlikte yaşıyor	192	17,9740	4,37201	11,380	,000	Birlikte yaşıyor-anne vefat Birlikte
	Anne vefat	42	21,4286	3,13239			
	Baba vefat	20	18,5500	4,55926			
	Boşanmış	46	20,7174	3,78690			
	Total	300	18,9167	4,35887			
Öfke dışı vurumu	Birlikte yaşıyor	189	17,4815	4,89419	19,053	,000	Birlikte yaşıyor-anne vefat Birlikte yaşıyor-boşanmış Anne vefat-baba-vefat
	Anne vefat	42	22,7857	2,78966			
	Baba vefat	19	17,5789	4,89121			
	Boşanmış	46	20,6957	4,26286			
	Total	296	18,7399	4,96051			
Öfke Kontrol	Birlikte yaşıyor	192	21,0000	4,59000	1,142	,332	
	Anne vefat	42	22,1905	2,76068			
	Baba vefat	20	22,0500	4,70694			
	Boşanmış	46	21,5217	4,14589			
	Total	300	21,3167	4,32575			

Tablo 9’da öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları, Sürekli Öfke $p=0,000<0,05$ olduğundan Birlikte yaşıyor – Anne vefat, Birlikte Yaşıyor – Boşanmış, Anne vefat – Baba vefat aralarında, Öfke İçe durumu $p=0,000<0,05$ olduğundan Birlikte yaşıyor – Anne vefat, Birlikte Yaşıyor – Boşanmış aralarında, Öfke Dışa durumu $p=0,000<0,05$ olduğundan Birlikte yaşıyor – Anne vefat, Birlikte yaşıyor – Boşanmış, Anne vefat – Baba vefat aralarında anlamlı fark vardır. Öfke kontrol $p=0,332>0,05$ olduğundan aralarında anlamlı fark yoktur.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Yapılan çalışmada; cinsiyet değişkeni açısından (Tablo 3) öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumun da anlamlı fark varken, sürekli öfke ve öfke kontrol arasında farklılık yoktur. Bu durumda katılımcıların öfke içe vurumu ve öfke dışı vurum düzeyleri kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranla daha düşük olduğundan söz edebiliriz. Bu çalışma sonucuna göre kadın öğrencilerin öfkeyi içe vurumda ve öfkeyi dışı vurumda daha kontrollü olduklarından söz edebiliriz. Giles ve Heyman (2005) ergenlik çağındaki bireylerin cinsiyet ve saldırganlık ilişkisini ele aldıkları çalışmada erkek bireylerin öfke düzeylerinin kadın bireylere oranla yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu da çalışmamız ile paralellik göstermektedir. Buna rağmen Kısaç (1997) ise erkek üniversite

öğrencilerin kadınlara göre öfkelerini daha iyi kontrol edebildikleri sonucuna ulaşmışlardır. Bu manada çıkan sonuçlardan bir genelleme yapılamayacağını söyleyebiliriz.

Tablo 4'te öğrencilerin bölüm değişkenine göre bakıldığında öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumu alt boyutunda spor bilimleri fakültesi ve eğitim fakültesi arasında anlamlı fark vardır. Bu farka göre spor bilimleri fakültesinde bulunan öğrenciler eğitim fakültesine göre öfke içe vurumun da ve öfkeyi dışı vurumu alt boyutunda daha kontrol edilebilir durumdadır. Buda Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin uygulamalı derslerde ve uğraştıkları spor branşları açısından düşünüldüğünde öfke içe vurumlarını ve öfkeyi dışı vurumlarını sahada attıklarından ve deşarj olduklarından dolayı bu durumun ortaya çıktığından söz edilebilir. Cerel ve Bahadır (2012) yapmış oldukları çalışmada sporcuların öfkelerini kontrol etmede daha başarılı olduklarını belirtmişlerdir. Buda çalışmamızla paralellik göstermektedir Dervent (2007) araştırmasında, spor ile uğraşanların, spor yapmayanlara göre daha atılgan olduklarını ancak diğer saldırganlık özellikleri bakımından spor yapanlar ve yapmayanlar arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını belirtmiştir. Farklı sonuçlar karşımıza çıksa da sportif etkinlikler, antrenman ve müsabakalar sporun gereği olarak kazanma hırsını ve saldırganlığı artırmaktadır. Sportif etkinlikler dışında spor yapan bireylerin saldırganlık düzeylerinin azalması ise doğal karşılanabilir ve beklenen bir sonuç olarak düşünülebilir.

Tablo 5'te aile içi şiddet görme durumuna göre bakıldığında sürekli öfke, öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumu alt boyutlarında anlamlı farklar vardır. Bu farklar çocuklukta aile içi şiddet görmeyenlerin görenlere göre sürekli öfke, öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumu düzeylerinin daha düşük olduğunu söyleyebiliriz. Bu durumda, aile içi şiddet gören çocukların aile üyelerinden şiddet gördüklerinden dolayı, çocuklarda öfkeye sebep olan duygulara yol açtığını, çatışmalı bir aile ortamından dolayı sürekli öfke, öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumu düzeylerinin aile içinde şiddet görmeyen öğrencilere oranla daha yüksek çıkmasına neden olduğu düşünülmüştür. Bu durumda öğrencilerde hayata karşı öfkeli bir tutum sergilemelerine neden olduğu söylenebilir. Albayrak ve Kutlu'nun (2009) yapmış olduğu çalışmada aile yapısını baskıcı ve otoriter olarak tanımlayan öğrencilerde sürekli öfke ve öfke dışı vurum düzeyleri diğer öğrencilerden daha yüksek bulunmuştur.

Yaş değişkenine göre bakıldığında (Tablo 6) öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumun da anlamlı farklar vardır. Öfke içe vurumu alt boyutun da, 18-24 yaş aralığında yüksekken, 25 yaş ve üstü yaş aralığı grubunda daha düşük olduğu söylenebilir. Bu durumda yaş aralıkları yükseldikçe öğrencilerin öfke içe vurumlarının düştüğünü düşündürmektedir. Öfke dışı vurumlarına bakıldığında, 18- 21 yaş aralığında en düşük seviyedeyken 22-24 yaş aralığında en üst düzeye çıktığı buna rağmen 25 yaş üstünde tekrar düştüğü görülmüştür. Bu durumda, 22-24 yaş aralığında öğrencilerin öfke dışı vurumlarında ergenlik dönemlerinin bitişine denk geldiğinden dolayı sorun yaşadıkları düşünülmektedir.

Tablo 7'ye göre anne eğitim durumlarına bakıldığında, öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumun da anlamlı farklar vardır. Bu durumda anne eğitim seviyesi arttıkça öğrencilerin öfke içe vurumları ve öfkeyi dışı vurumlarında bir artış söz konusudur buda eğitimleri yüksek olan annelerin çocuklarından beklentilerinin artması ve çocuklarına daha az zaman ayırmalarından dolayı olduğu düşünülmektedir.

Tablo 8'e göre baba eğitim durumlarına bakıldığında, sürekli öfke, öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumun da anlamlı farklar vardır. Bu durumda baba eğitim seviyesi arttıkça öğrencilerin öfke içe vurumlarında bir artış söz konusudur. Sürekli öfke ve öfkeyi dışı vurumunda Üniversite eğitimlerine kadar bir artış söz konusuyken lisans mezunlarında düşüşe geçmiş yüksek lisansla birlikte tekrar bir artış göstermiştir. Bu durumda genel olarak bakıldığında babaların eğitim seviyeleri arttıkça çocukları ile daha fazla ilgilenemediklerinden dolayı öfke içe vurumlarında artış olduğu düşünülebilmektedir.

Tablo 9'a göre aile durumlarına göre bakıldığında sürekli öfke, öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumun da anlamlı farklılık bulunmuştur. Anne ve babanın vefatı yada boşanmasının katılımcıları olumsuz yönde etkilediği görülmüştür. Anne ve babası birlikte yaşayan öğrencilerin sürekli öfke, öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumu düzeylerinin daha olumlu olduğunu görülmektedir. Bu çalışmada, boşanma durumunun öğrenciler üzerinde anne vefatı kadar önemli bir etken olduğu düşünülmektedir. Engellenme öfke kuramı verilerine göre: Sosyoekonomik gelir düzeyi ile öfke arasındaki ilişki incelendiğinde, çocuklarına daha az zaman ayırmasından dolayı öğrencilerin öfke düzeylerinin daha yüksek olması beklenir (Kılınç 2012).

Sonuç olarak erkeklerin öfke düzeyi daha fazla olduğu, spor yapmanın ise öfke düzeyini etkilediği, spor yapmayan bireylerin öfke düzeylerinin daha fazla olduğunu söyleyebiliriz. Literatür de farklı sonuçlar olsa da aile okuryazarlığı artmasıyla öfke düzeyleri de arttığı düşünülmektedir. Karşılanmamış ihtiyaçların belirtisi olan öfke ve ortaya çıkışının, diğer duygular gibi anlaşılabilen ve kontrol altına alınabilen bir duygudur. Öfkenin uygun bir şekilde ifade edilmesi için üniversitelerde açılacak olan beden eğitimi dersleri ve öğrencilerin sportif bir branşla ilgilenmeleri sürekli öfke, öfke içe vurumu ve öfke dışı vurumu duygularının kontrol edilmesinde önemli rolü olacağı düşünülmektedir. Ancak yapılan çalışma, belli bir bölgeyi kapsadığından genelleme yapılamaz. Bu nedenle ileride yapılacak çalışmalarda evrenin daha kitleleri kapsamaması önerilir.

KAYNAKLAR

Albayrak, B. Ve Kutlu, Y. "Anger Expression And Related Factors In Adolescents", Maltepe University Journal of Nursing Science and Art, 2(3), pp. 57-69, 2009

Arsakay G. Hipertansiyon, Ruhsal Etkenler, Öfke ve Kontrolü, Problem Çözme Yaklaşımları. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Ankara, Ankara Üniversitesi, 2001

Balkaya F, Şahin N. H. "Multidimensional Anger Scale"., Turkish Journal of Psychiatry, 14(3). pp.192-202. 2003 [in English Abstract]

Baltaş A, Baltaş Z. Öfke. 24. Baskı. İstanbul, Remzi Kitabevi, p.275-82, 2004

Biaggio M. K. "Sex differences in behavioral reactions to provocation of anger". Psychol Rep, 64, pp.23-26. 1989.

Bitti, P.E.R., Gremigni, P., Bertolotti G. "Dimensions for anger and hostility in cardiac patients, hypertensive patients, and controls". Psychother Psychosom, 64.pp. 162-172. 1995

Cerel, Z. ve Bahadır, Z. "Analysis of the Relationship between Self Esteem, Trait Anger and Anger Expression in Athletes Making Team Sports" Selçuk University Journal Of Physical Education And Sport Science, 14 (2), pp.157-164, 2012. [in English Abstract]

Creswell, J. W. "Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research", 4. Edition, Pearson Education, Inc. 2012

Deffenbacher, J.L. "Trait anger: theory, findings, and implications". Advances in Personality Assessment, 9.pp. 177-201. 1992.

Dervent, F. "Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri ve Sportif Aktivitelere Katılımla İlişkisi", Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. 2007

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

Giles, J. W., Heyman, G. D. "Young children's beliefs about the relationship between gender and aggressive behavior". Child Development, 76(1).pp. 107-121.2005

Kılıç, M. "Üniversite öğrencilerinin algıladıkları ebeveyn kabul-reddinin öfke ifade tarzı ve depresif belirtiler ile ilişkisinin ebeveyn kabul ve reddi kuramı çerçevesinde incelenmesi". Hacettepe Üniversitesi, Ankara. 2012

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

Lerner H. "Öfke Dansı", 5. Baskı, (Çeviri: Gül, S), Varlık Yayınları, İstanbul, 2004

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

Martin R.C, Dahlen E.R. Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and, anger. Personality and Individual Differences, 39(7), pp.1249-1260, 2005

Özer, A.K. "Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ön Çalışması", Türk Psikoloji Dergisi,9(31), pp 26-35, 1994

Scherger J.M. "Understanding, and controlling anger. Helping Clients with Special Concerns", Elsenberry S, Patterson LE (Eds), London, Houghton Mifflin Company, pp79-102, 1979.

Siegmán A.W. "Cardiovascular consequences of expressing, experience and repressing anger". J Behav Med, 16, pp.539-569, 1993.

Soykan Ç. "Öfke ve Öfke Yönetimi". Kriz Dergisi, 11(2), pp.19-28, 2003

Spielberger C.D, Crane R.S, Kearns W.D "Anger and anxiety in essential hypertension. Stress and Emotion: Anxiety, Anger and Curiosity". Spielberger CD (Ed), New York, Taylor&Francis, s. 265-279, 1991

Spielberger C.D, Jacobs G.A. "Assessment of anger: The State Trait Anger Scale, Advances in personality assessment", vol. 2, J Butcher & C Spielberger (Eds), Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum, s. 161-189, 1983

Starner T.M, Peters R.M. "Anger expression and blood pressure in adolescents". The Journal of School Nursing,20 (6), pp 335-342, 2004.

Üstün B, Yavuzarslan F. "Öfkenin Gücü". Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 2(2), pp.42-6, 1995.