

# BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN ÖFKE DÜZEYİ VE DÜRTÜSELLİK DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ

Recep CENGİZ<sup>1</sup>, Funda KOÇAK<sup>2</sup>, Hakan SUNAY<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

<sup>2</sup> Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Geliş Tarihi: 07.04.2017

Kabul Tarihi: 06.10.2017

**Öz:** Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin öfke düzeyi ve dürtüsellik ilişkisini etkileyen etkenlerin belirlenmesidir. Çalışmanın evreni Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören 1200 öğrencidir. Çalışmanın örneklemini kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiş 111 kadın, 372 erkek olmak üzere toplam 483 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve Spielberger ve ark., tarafından geliştirilen Sürekli Öfke Ölçeği-Öfke İfade Tarzı Ölçeği ile Whiteside ve Lynam tarafından geliştirilen UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmada verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Shapiro Wilk testi ile analiz edilmiştir. Verilerin analizinde Pearson Korelasyon Katsayısı, bağımsız grup t-testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Sonuçlar .05 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Çalışmada öfkenin ve dürtüsellikğin hiçbir boyutunun cinsiyete ve gelir grubuna göre farklılık göstermediği ancak hem dürtüsellikğin hem de öfkenin yaş ve öğrenim görülen sınıfa göre değişiklik gösterdiği tespit edilmiştir. Katılımcıların UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeği ve Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği puanları arasındaki ilişkiye bakıldığında tasarlama eksikliği boyutu ile öfke içe vurumu boyutu ve öfke dışı vurumu ile heyecan arayışı boyutları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak içsel olarak yaşanan bir duygu olarak öfkenin tüm öğrenciler tarafından yaşanabileceği, ancak içe ve dışı dönük öfkeyi ifade ediş biçimi ya da kimin en çok neye öfkelenebileceğinin belirsizlik olduğu ve farklılık gösterebileceği söylenebilir. Bu durum kişilik yapısına göre öfke düzeylerinin dürtüsellikle ilişkisinin değişebileceğini düşündürmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, dürtüsellik, öfke, spor

## INVESTIGATION OF THE LEVEL OF ANGER AND IMPULSIVE BEHAVIOR OF THE HIGH SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS STUDENTS

**Abstract:** The aim of this research, investigation of the level of anger and impulsive behavior of the university students. The population of the study consists of 1200 university students who studies in School of Physical Education and Sports at Bartın University. Accordingly the sample of the study consisted of 111 woman and 372 men totaling 483 students which was selected convenience sampling method. Personal information form, the State-Trait Anger Expression Inventory developed by Spielberger et al., and the UPPS Impulsive Behavior Scale developed by Whiteside and Lynam were used to collect data. In the study, the data were analyzed for normal distribution by the Shapiro Wilk test. In the data analysis for Pearson Correlation Coefficient, independent samples t-test and one-way ANOVA was used. Results were assessed in .05 significance level. In study, it was not found that no dimension of the anger and the impulse differed according to sex and income group, however both the impulsivity and the anger were found to significant difference according to age and the class of education. When the relationship between State-Trait Anger Expression and the UPPS Impulsive Behavior Scale scores of participants was examined, there was a positive and significant relationship between the premeditation dimension, the anger-in dimension, and the anger-out dimension. As a result, anger can be experienced by all students as an intrinsic feeling, however, it is unclear how students will express anger-in and anger-out, or who can be most angry at what they are, is uncertain and may differ. This result may be thought that the relationship between anger levels and impulsivity may change according to personality.

**Keywords:** School of Physical Education and Sport, impulsivity, anger, sport

## GİRİŞ

Duygu kuramları, öfkenin genellikle, zarar görme, başkalarının suçlayıcı davranışlarına maruz kalma ya da hoşnutsuzluk yaratan uyarılara tepki olarak ortaya çıkan bir duygu olduğunu öne sürmektedirler (Berkowitz ve Harmon-Jones, 2004; Weber ve Wiedig-Allison, 2007). Deffenbacher (1999) ise öfkenin, dış uyarıcılar etkisi, dış uyarıcıların geçmişe ait çağrışımları ve bireyde oluşturduğu imgeler ve iç uyarıcıların etkisi (duygular ve düşünceler) olmak üzere üç grup uyarıcı sonucunda ortaya çıktığını belirtmiştir. Üniversite ortamı da pek çok öğrenci için yeni bir çevre ve ilişkiye başlama, kendi yaşadığı yeri ve harcamalarını ilk kez yönetme, başkalarının duygularını anlamaya çalışma ve düşüncelerini savunmak gibi yaşamsal olayları kapsayan bir süreçtir. Bu süreçte ihtiyaçların karşılanmaması ve beklentilerin gerçekleşmemesi durumunda ortaya çıkması beklenen sorunlardan biri de öfkedir. Spielbergeve ark., (1988) öfkenin, içinde bulunulan zamanda kişilerin ne hissettiği ile ilgili anlık bir durum olarak (durumluk öfke), hem de kişilik özelliği olarak (sürekli öfke) ele alınması gerektiğini belirtmiştir.

Öfkenin ifade tarzları kişilere göre farklılık göstermektedir ve öfke içte, öfke dışta ve kontrol edilen öfke değişkenlerince öfkenin ifade tarzları ölçülmektedir (Spielbergeve ark., 1983). Öfke içte, öfkeli düşünce ve duyguların bastırılma eğilimini yansıtmaktadır. Bu durumun aksine öfke dışta çevredeki nesnelere ya da kişilere karşı saldırgan davranışlara girme eğilimini yansıtmaktadır. Öfke ifadesinin sonuncusu olan öfke kontrolü ise öfke deneyimini ve öfke ifadesini önleme ve izleyebilme yeteneğini ifade etmektedir (Bridewell ve Change, 1997).

Üniversite ortamı önemli bir sosyal etkileşim ortamıdır. Günümüzde öfke duygusu ve öfke duygusunun eşlik ettiği istenmeyen davranışlar başta eğitimciler olmak üzere okul yöneticilerini ve ebeveynleri kaygılandırmaktadır (Özmen, 2006). Özellikle öfke ifade tarzının neden olduğu olumsuz davranışlar güvenli sosyal ortamları tehdit ederek istenmeyen sonuçlar ortaya çıkarabilmektedir. Sosyal etkileşimde bir birey kendisinde öfke uyandıran bireyin davranışında istendik yönde değişiklik yaratmak için öfkesini değişik biçimlerde ifade edebilir (Roseman ve ark., 1994). Ancak bireylerin sosyal yaşamdaki statüsü, sosyal etkileşimde bireylerin öfke ifade tarzlarında değişikliğe neden olmaktadır (Tiedens ve ark., 2000).

Öfkeyi açıklamaya yönelik kuramsal yaklaşımlarda psikanalitik yaklaşım, öfkeyi önemli ve ifade edilmesi gereken bir duygu olarak görmektedir. Psikanalitik yaklaşımına göre öfke saldırganlığın bir boyutu olarak doğuştan getirilen bir dürtüdür (Özmen, 2006). Bu bağlamda, öfkeyi duygusal bir tepki olarak anlamak için bu duyguya neden olan dürtülerin anlaşılmasına ihtiyaç vardır. Dürtüsellik önceden düşünmeksizin veya bilinçli olarak karar almaksızın hızlı eyleme geçme ve davranışlarda bulunma olarak tanımlanan çok boyutlu bir kavramdır (Tamam, 2015). Dürtüsellik, bireyin içsel ve dışsal çevreye ait baskıları karşılamada ne ölçüde başarılı olduğunu ortaya çıkarmaya yönelik olarak, bir eyleme karşı tepki vermeden önce yeterince düşünmeme biçiminde kendini gösteren bir kişilik özelliğidir (Logan ve ark., 1997).

Whiteside ve Lynam (2001) dürtüsellik kişiliği etkileyen önemli bir psikolojik yapı olarak görmektedir. Dürtülerin algılanması kişiden kişiye, durumdan duruma ve zamana göre değişiklikler göstermekte, yani sübjektif bir özellik taşımaktadır. Barratt (1993) ve araştırmacılar (Pattonve ark., 1995; Stanford ve Barratt, 1992) dürtüsellik tıbbi model, psikolojik model, davranışsal model ve sosyal model olmak üzere dört farklı bakış açısıyla ele alarak en kapsamlı yaklaşımlardan birisini geliştirmişlerdir. Bunun nedeni çoğunlukla suça eğilimli bireylerde araştırılan dürtüsellik davranışının kişilik özelliği olarak incelendiğinde normal davranışa ve normal kişiliklere sahip bireylerin de az ya da çok dürtüsellikçe sahip olmalarıdır.

Alan yazın incelendiğinde Barratt ve ark., (1997) öfke ve dürtüsellik arasında pozitif ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ramirez ve Andreu'da (2005) öfke ifadesinin, engellenmemiş yanıtın bir dışa vurumu olduğunu bu nedenle öfke ve dürtüsellik arasında olumlu bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Wilkowski (2012) ise sürekli öfkenin hem dürtüsellik hem de fiziksel saldırganlık ile pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bostancı ve ark., (2006) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada öfkenin her yaşta görülebilen önemli duygusal tepkilerden biri olduğu bu nedenle, öğrencilerin bireysel ve mesleki gelişimleri için eğitim sürecinde öfke sorunlarının saptanması ve gerekli desteğin sağlanmasının önemine dikkat çekmiştir. Spor alanı da tüm paydaşlarıyla birlikte sosyal ilişkinin yoğun yaşandığı bir ortamdır. Spor alanında öğrenim gören üniversite öğrencileri mezun olup mesleğe adım attıkla-

rında sosyal statüleri gereği kendilerinden beklenen davranış öfke kontrolü sağlayabilmeleridir. Bu bağlamda, çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin öfke düzeyi ve dürtüsellik ilişkisini etkileyen etkenlerin belirlenmesidir. Bu amaca ulaşmak için aşağıdaki hipotezler sınanmıştır.

1. Dürtüsellik ile Sürekli Öfke Ölçeği-Öfke İfade Tarzları arasında ilişki vardır.
2. Katılımcıların yaş, cinsiyet ve öğrenim görülen sınıf durumlarına göre Dürtüsel Davranış Ölçeği puanları arasında fark vardır.
3. Katılımcıların yaş, cinsiyet ve öğrenim görülen sınıf durumlarına göre Sürekli Öfke Ölçeği-Öfke İfade Tarzı Ölçeği puanları arasında fark vardır.

## MATERYAL VE METOT

### Araştırma Modeli

Araştırma ilişkisel tarama modeli üzerine kurulmuştur. İlişkisel tarama modelleri, iki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimi ve derecesini belirlemeyi amaçlamaktadır (Karasar, 2007).

### Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini, 2015-2016 akademik yılında Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören 1200 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini evren içerisinden kolayda örnekleme yöntemiyle seçilmiş 111 kadın, 372 erkek olmak üzere toplam 483 öğrenci oluşturmaktadır. Krejcie ve Morgan (1970) tarafından bulguların değerlendirilmesinin oranlara göre yapıldığı çalışmalarda evren hacmine karşılık gelen örneklem büyüklüğünün 0.05 tolerans edilebilir hata için en üst sınırı 384 katılımcı olarak belirlenmiştir. Bu nedenle çalışmada bu sayıya ulaşılmaya çalışılmıştır. Örneklem kapsamına alınan öğrencilere çalışmanın amacı açıklanarak, çalışmaya katılımın tamamen gönüllülük esasına dayandığı belirtilmiştir. Çalışmaya katılan öğrencilerin kişisel bilgileri Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1.** Üniversite Öğrencilerinin Kişisel Bilgileri

Kişisel Bilgiler	Alt Gruplar	Frekans (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	111	23.0
	Erkek	372	77.0
	<b>Toplam</b>	483	100.0
Yaş	18-22	252	52.2
	23-25	223	46.2
	27+	8	1.7
	<b>Toplam</b>	483	100.0
Sınıf	1.Sınıf	201	41.6
	2. Sınıf	86	17.8
	3. Sınıf	88	18.2
	4. Sınıf	108	22.4
	<b>Toplam</b>	483	100.0

Tablo 1’e bakıldığında katılımcıların 372’sinin (%77.0) erkek, 252’sinin (%52.2) 18-22 yaş aralığında, 201’inin (%41,6) ise 1. sınıf öğrencisi oldukları görülmektedir.

### Veri Toplama Araçları

**Sürekli Öfke Ölçeği-Öfke İfade Tarzı Ölçeği-** Spielberger ve ark., (1983) tarafından bireylerin öfke ifade tarzlarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin orijinali 44 madde 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Orijinal ölçekte bireyin belirli durumlarda yaşadığı öfke durumunu ölçen “Durumluk Öfke Ölçeği” de bulunmaktadır. Türkçeye uyarlaması Özer (1994) tarafından yapılan SÖÖTÖ 34 maddelik 4’lü Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması temel olarak Sürekli Öfke Ölçeği (10 madde) ve Öfke ifade Tarzları Ölçeği (24 madde) olmak üzere iki boyuttan oluşmaktadır. Ancak Öfke İfade Tarzları Ölçeğindeki 24 madde öfke kontrolü, öfke içe vurumu, öfke dışı olmak vurumu olmak üzere 3 alt boyuta ayrılmaktadır ve her boyutta 8 madde bulunmaktadır. Ölçeğin derecelendirilmesi tümüyle “4 puan (3,25-4,00.)”, oldukça “3 puan (2,50-3,24.)”, biraz “2 puan (1,75-2,49)”, hiç “1 puan (1,00-1,74)” olarak yapılmaktadır. Ölçeğin, mevcut çalışma kapsamında hesaplanan Cronbach’s Alpha iç tutarlık katsayısı. 62 ile. 74 arasında değerler almıştır.

**UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeği** Dürtüsel davranışı ölçmek üzere Whiteside ve Lynam (2001) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek tasarlama eksikliği, sıkışıklık, heyecan arayışı ve sebatsızlık maddeler olmak üzere 4 alt boyut ve 45 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması, Yargıç ve ark., (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin derecelendirmesi bana çok uyuyor “4 puan (3,25-4,00.)”, bana oldukça uyuyor “3 puan (2,50-3,24.)”, bana biraz uyuyor “2 puan (1,75-2,49)”, bana hiç uymuyor “1 puan (1,00-1,74)” olarak yapılmaktadır. UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeği’nin Türkçe formunun Cronbach’s Alfa katsayısı değişik 0.80 olarak bulunmuştur. Alt boyutlara ait Cronbach Alfa katsayıları ise .85 ile .80 arasında hesaplanmıştır. Mevcut çalışmada ise Cronbach’s Alpha iç tutarlık katsayısı .61 ile .81 arasında değerler almıştır.

#### Verilerin Analizi

Çalışmada verilerin çözümlenmesinde betimsel istatistiksel yöntemlerden; frekans, yüzde dağılımları ve ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Fark testleri yapılmadan önce verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Shapiro Wilk testi ile analiz edilmiştir. Shapiro Wilk sonuçları tüm alt boyutlarda  $p=0.000$  değeri vermiştir. Ancak Hair ve ark., (2010) normallik dağılımı ölçümlerinde, verilerdeki Çarpıklık (Skewness) değerlerinin -2 ve +2 arası ile Basıklık (Kurtosis) değerlerinin -7 ve +7 arasında olduğunda, verilerin normal dağılımı belirttiktedirler. Bu nedenle verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilerek iki bağımsız grup için t-Testi ve tek yönlü varyans analizi, Pearson Korelasyon Katsayısı testleri ile Cronbach’s Alpha Testi kullanılmıştır. Çalışmada hata payı  $\alpha=.05$  olarak alınmıştır.

#### BULGULAR

Katılımcıların UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeği ve Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği puanları arasındaki ilişkiye bakıldığında Tasarlama Eksikliği boyutu ile Öfke İç Vurumu boyutları ( $r=0.132$ ,  $p=.004$ ) ve Öfke Dış Vurumu ile Heyecan Arayışı ( $r=.112$ ,  $p=.013$ ) boyutları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Tasarlama Eksikliği boyutu ile Öfke İç Vurumu boyutu arasındaki

ilişki için determinasyon katsayısı  $r^2=0,17$  olarak hesaplanmıştır. Öfke İç Vurumundaki toplam varyansın %17’sinin, Tasarlama Eksikliğinden kaynaklandığı söylenebilir. Aynı zamanda Öfke Dış Vurumu ile Heyecan Arayışı arasındaki ilişki için determinasyon katsayısı  $r^2=0,12$  olarak hesaplanmıştır. Öfke Dış Vurumundaki toplam varyansın %12’sinin, Heyecan Arayışından kaynaklandığı söylenebilir. Diğer alt boyutlar arasında herhangi bir ilişki bulunmamıştır ( $p>.05$ ).

Katılımcıların Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği puanları ile cinsiyetleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Öfkenin hiçbir boyutu kadın ya da erkeklere göre farklılık göstermemektedir ( $p>.05$ ).

Katılımcıların Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği puanlarını öğrenim görülen sınıfa göre test etmek amacıyla yapılan analiz sonucuna göre Öfke İfade Türleri Alt Ölçeğinin tüm boyutları olan Öfke İç Vurumu [ $F(3, 482)= 3.006$ ,  $p=.030$ ], Öfke Dış Vurumu [ $F(3, 482)= 3.374$ ,  $p=.018$ ], Öfke Kontrolü [ $F(3, 482)= 3.374$ ,  $p=.003$ ] boyutlarında anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığı yaratan grubu bulmak için yapılan LSD testi sonucuna göre “Öfke İç Vurumu boyutunda 1. 2. ve 3. Sınıflar, 4. Sınıflara göre öfkelerini daha çok bastırabilmektedirler. Öfke Dış Vurumu boyutu incelendiğinde 1. Sınıflar, 3. ve 4. Sınıflara göre öfkelerini kolayca ifade edebilmektedirler. Öfke Kontrolü boyutunda ise 1. Sınıflar, 2. ve 3. Sınıflara göre öfkelerini daha iyi kontrol edebilmektedirler.

Katılımcıların cinsiyetlerine göre UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır ( $p>.05$ ).

Katılımcıların UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeği puanlarını öğrenim görülen sınıfa göre test etmek amacıyla yapılan analiz sonucuna göre Tasarlama Eksikliği [ $F(3, 482)= 22.309$ ,  $p=.000$ ] boyutunda ve Sebatsızlık [ $F(3, 482)= 3.903$ ,  $p=.009$ ] boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Farklılığı yaratan grubu bulmak için yapılan LSD testi sonucuna göre 1., 2. ve 3. Sınıfların tasarlama eksikliği 4. Sınıflara göre, 1. ve 2. Sınıfların tasarlama eksikliği ise 3. Sınıflara göre daha yüksektir. Bunun yanında 3. Sınıflarının sebatsızlık düzeyleri 1. ve 4. Sınıflara göre daha yüksektir.

**Tablo 2.** Katılımcıların UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeği ve Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği Puanları Arasındaki İlişki

	Tasarlama Eksikliği	Sıkışıklık	Heyecan Arayışı	Sebatsızlık
Sürekli Öfke Alt Ölçeği	.010	-.043	.012	.056
	.822	.349	.784	.222
Öfke İfade Türleri Alt Ölçeği	.065	-.013	.064	.019
	.155	.769	.162	.682
Öfke İçer Vurumu	<b>.132**</b>	-.019	.023	-.016
	.004	.680	.617	.722
Öfke Dışarı Vurumu	-.005	.006	<b>.112*</b>	.069
	.912	.903	.013	.130
Öfke Kontrolü	.022	-.018	.006	-.014
	.625	.685	.896	.766

\* Korelasyon. 05 düzeyinde anlamlıdır. \*\* Korelasyon. 01 düzeyinde anlamlıdır.

**Tablo 3.** Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

	Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği	Alt Gruplar		n	ort.	Ss	t	P*
		Erkek	Kadın					
Öfke İfade Türleri Alt	Sürekli Öfke Alt Ölçeği	Erkek		372	2.725	.4584	-.324	.746
		Kadın		111	2.741	.4687		
	Öfke İfade Türleri Alt Ölçeği	Erkek		372	2.787	.2982	.747	.456
		Kadın		111	2.763	.3138		
	Öfke İçer Vurumu	Erkek		372	2.792	.3877	-.071	.943
		Kadın		111	2.795	.4250		
	Öfke Dışarı Vurumu	Erkek		372	2.829	.4172	.735	.463
		Kadın		111	2.796	.3970		
	Öfke Kontrolü	Erkek		372	2.741	.3621	1.069	.286
		Kadın		111	2.698	.4167		

$p < .05$

**Tablo 4.** Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği Puanlarının Öğrenim Görülen Sınıfa Göre Karşılaştırılması

	Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği	Sınıf	n	SD	Ort.	Ss	F	p*
Sürekli Öfke Alt Ölçeği		1. Sınıf	201	3 479 482	2.713	.4491	.187	.905
		2. Sınıf	86		2.754	.4479		
		3. Sınıf	88		2.723	.4959		
		4. Sınıf	108		2.740	.4662		
Öfke İfade Türleri Alt Ölçeği		1. Sınıf	201	3 479 482	2.834	.2976	3.57 9	.014*
		2. Sınıf	86		2.742	.2906		
		3. Sınıf	88		2.732	.2878		
		4. Sınıf	108		2.756	.3180		
Öfke İçer Vurumu		1. Sınıf	201	3 479 482	2.832	.4024	3.00 6	.030*
		2. Sınıf	86		2.805	.3856		
		3. Sınıf	88		2.811	.3874		
		4. Sınıf	108		2.694	.3883		
Öfke Dışarı Vurumu		1. Sınıf	201	3 479 482	2.869	.3877	3.37 4	.018*
		2. Sınıf	86		2.735	.3959		
		3. Sınıf	88		2.750	.4321		
		4. Sınıf	108		2.858	.4397		
Öfke Kontrolü		1. Sınıf	201	3 479 482	2.800	.3674	4.71 6	.003*
		2. Sınıf	86		2.686	.3390		
		3. Sınıf	88		2.636	.3169		
		4. Sınıf	108		2.717	.4371		

$p < .05$

**Tablo 5.**UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeği	Cinsiyet	n	Ort.	Ss	t	p
Tasarlama Eksikliği	Erkek	372	2.524	.593	-1.933	.054
	Kadın	111	2.645	.530		
Sıkışıklık	Erkek	372	2.254	.410	-1.062	.289
	Kadın	111	2.303	.446		
Heyecan Arayışı	Erkek	372	2.268	.471	.191	.849
	Kadın	111	2.259	.441		
Sebatsızlık	Erkek	372	2.332	.405	-1.099	.240
	Kadın	111	2.385	.461		

$p < .05$

**Tablo 6.**UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeği Puanlarının Öğrenim Görülen Sınıfa Göre Karşılaştırılması

UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeği	Sınıf	n	SD	Ort.	Sd	F	p*
Tasarlama Eksikliği	1. Sınıf	201	3 479 482	2.732	.546	22.309	.000*
	2. Sınıf	86		2.650	.541		
	3. Sınıf	88		2.445	.528		
	4. Sınıf	108		2.224	.563		
Sıkışıklık	1. Sınıf	201	2.279	.422	1.332	.263	
	2. Sınıf	86	2.274	.371			
	3. Sınıf	88	2.309	.391			
	4. Sınıf	108	2.198	.465			
Heyecan Arayışı	1. Sınıf	201	2.305	.437	1.372	.251	
	2. Sınıf	86	2.257	.491			
	3. Sınıf	88	2.275	.382			
	4. Sınıf	108	2.193	.543			
Sebatsızlık	1. Sınıf	201	2.341	.413	3.903	.009*	
	2. Sınıf	86	2.344	.416			
	3. Sınıf	88	2.460	.442			
	4. Sınıf	108	2.256	.396			

$p < .05$

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmada tasarlama eksikliği ile sürekli öfke ve içe yönelik öfke arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. İçe yönelik öfke kontrolü puanları yüksek bireylerin tasarlama eksikliği puanlarının da yükseldiği görülmektedir. “Dürtüsellik ile Sürekli Öfke Ölçeği-Öfke İfade Tarzları arasında anlamlı bir ilişki vardır” hipotezi, “öfke içe vurumu, tasarlama eksikliği ve öfke dışı vurumu ile heyecan arama alt boyutları arasında pozitif, ilişki vardır” bakımından desteklenmiştir. Bu verilere göre katılımcıların, üniversite ortamına uyumsuzluk ve tatminsizlikle ilişkili olabilecek içe yönelik öfke davranışlarında, tasarlama eksikliğinin önemli bir etken olduğu anlaşılmaktadır. Çalışmada öfkenin içe

vurumu ile tasarlama eksikliği arasında pozitif bir ilişkinin olması alan yazın ile uyumaktadır (Cohen, 2014; Yazgan, 2007). Bu sonuçlara göre, öğrencilerin olası uzun vadeli sonuçları uygun şekilde hesap etmeden düşüncesiz davrandığı durumlarda sessiz ve tepkisiz kalması veya sessiz ve tepkisiz kalmasında tasarlama eksikliğinin önemli bir etken olduğu söylenebilir. Dürtüsellüğün ortama uygun olmayan veya aşırı riskli, yeterince planlanmamış ve genelde istenmeyen sonuçlara yol açan davranışları kapsadığı (Özdemir ve ark., 2012), zarar görme ihtimalini düşük hesaplama gibi özellikle kendisini gösterdiği (Yazıcı ve Yazıcı, 2010), düşünüldüğünde tasarlama yetersizliğinin öfkenin için yapısal bir risk etkeni olduğu söylenebilir. Heyecan arama ile öfke dışı arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir. Heyecan arama puanlarının

yükseldiği yerde, sürekli öfke, öfke dışı vuruş puanlarının da yükseldiği ortaya çıkmıştır. Terasaki ve ark., (2009) erkek üniversite öğrencileri arasında öfke dışı vuruşuyla ilgili çalışmalarında çeşitli ağırlık derecelerinde olmak üzere %23,6 oranında depresyon belirtileri saptanmıştır. Bu bakımdan öfke dışı vuruşu ile heyecan arayışı arasında pozitif bir ilişkinin olması alan yazın ile örtüşmektedir (Certel ve Bahadır, 2012; Cohen, 2014; Yazgan, 2007). Kendini sıkışmış hisseden ve heyecan arayan öğrencilerin anlık öfke davranışı gösterdikleri söylenebilir. Üniversite döneminde riskli, heyecan verici ve tehlikeli deneyimlerden hoşlanma ve bunları aramayı bazı öğrencilerin, akranlarının arasından sıyrılmak, kendini ifade etmek, farklılığını göstermek, kendi başına karar verip kararlarının arkasında durmak, bununla özgüvenini artırmak ihtiyacını hissetmektedir (Cohen, 2014). Böylece birey, duygu ve düşüncelerini heyecanlı ve coşkulu bir şekilde yaşarken, oluşabilecek öfke duygusunu sözel veya davranışsal olarak dışarıya yansıya bileceği söylenebilir.

Katılımcıların Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği puanları ile cinsiyetleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. “Katılımcıların cinsiyet durumlarına göre Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği puanları arasında fark vardır” hipotezi çalışma bulgularına göre desteklenmemiştir. Bu durum, öğrencilerin cinsiyet farkı etmeksizin öfkelerini benzer şekilde ifade ettikleri, öfkelenme sıklığı açısından benzer yoğunluk ve nedenlerle öfkelenildiği, davranışlarını kontrol etme benzerliği olarak yorumlanabilir. Alan yazında cinsiyet ve öfke tarzları ile ilgili çalışmalar incelendiğinde araştırmacıların farklı sonuçlara ulaştığı görülmektedir. Cinsiyetin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarında rolünün olmadığı çalışmalar bulgularımızı destekler niteliktedir (Bostancı ve ark., 2006; Certel ve Bahadır, 2012). Ancak öfkenin ifade tarzının cinsiyete göre değişiklik gösterdiği çalışmalar da bulunmaktadır (Baklaya ve Şahin, 2003; Tambağ ve Öz, 2005). Potegal ve Novaco (2010) öfkenin oluşumu ve doğası ile ilgili olarak cinsiyet farklılığı üzerine yapılan çalışmaları incelediklerinde, kadınların da en az erkekler kadar öfke yaşadığını ve erkekler kadar sıklıkla öfkelerini ifade ettiklerini belirtmiştir. Çalışmalara göre kadınlar “ciddiye alınmama, haksızlığa uğrama ve eleştirilme” durumlarında “öfkeye yönelik düşünceleri” daha yoğun yaşadıklarında fiziksel olarak agresif hale daha az gelmekte, daha çok ağlamakta veya dolaylı olarak ilişkisel regresyon göstermektedirler

(Chabrol ve ark., 2009; Soysal ve ark., 2009). Diğer taraftan erkeklerin öfkelerini kadınlara göre daha çok “fiziksel tepkilerle” ifade ettiklerini gösteren çalışmalar mevcuttur (Kırımoğlu ve ark., 2010; Özen ve ark., 2010; Yöndem ve Bıçak, 2008). Öfke düzeyleri ile ilgili yapılan çalışmalarda cinsiyetle ilgili sonuçların çalışmaları arasında tutarlılık göstermediği görülmektedir. Bu tutarsızlık, ölçülen örneklem grubu ve yapılarının çeşitliliğiyle açıklanabilir.

Çalışmada “Katılımcıların öğrenim görülen sınıf durumlarına göre Sürekli Öfke Ölçeği-Öfke İfade Tarzı Ölçeği puanları arasında fark vardır” hipotezi desteklenmiştir. Bu verilere göre üniversite 1,2. ve 3. Sınıf öğrencilerinin öfke yaratan durumlarla karşı karşıya kaldıklarında, korkular, emir ve yaptırımlara boyun eğmek zorunda kalmak vb. nedenlerle öfkelerini ifade etmekte zorlandıkları görülmektedir. Öfkeyi içe atarak bastırma şekli olumlu bir ifade şekli olarak kabul edilmemektedir. Gelecek kaygısının yoğun olarak yaşandığı 4. Sınıf öğrencilerinin öfke yaratan durumlardan daha fazla etkilendiği, yaşadıklarını öfke davranışlarına dönüştürme noktasında toplumsal beklentilerin neden olduğu belirsizlik, endişe, stres, depresyon ve kaygı ortamının, öfke duygularını kontrol edememesinde belirleyici olduğu varsayılmaktadır. Bu durum alan yazındaki bilgilerle paralellik göstermektedir. Yazgan ve ark., (2008) göre ergenliğin ilk yıllarında ergenler benlik kavramını çok iyi ayırtamamış, kendisi ve diğerleriyle ilgili benlik algılarını çok iyi oturtamamışlardır. Bu sebeple de ergenler gergin olmakta, yaşadıkları ani gelişiminde etkisiyle dürtüsel ve tepkisel davranabilmektedirler. Böylelikle öfkelerini bağırma, çevrelerine zarar verme ve etrafındaki nesnelere kırıp dökme gibi fiziksel saldırı seçeneğini daha fazla kullandıkları belirtilmiştir (Özen ve ark., 2010).

Katılımcıların cinsiyetlerine göre UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Bu çalışmanın sonuçları dürtüsellik için hiçbir boyutunun cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı şeklindedir. Beklenenin aksine bu farkın neden olmadığını söyleyebilmek için, daha çok karşılaştırmalı çalışmaya ihtiyaç olabilir. Ancak yukarıdaki çalışmalara bakıldığında dürtüsellikte cinsiyet farklılığından tutarlı bir şekilde söz edebilenin kavramın barındırdığı özellikler nedeniyle kolay olmadığı söylenebilir. Cyders (2011), çalışmada genel

olarak erkeklerin kadınlara göre daha dürtüsel olduğu, ancak bu varsayımın her zaman doğruyu yansıtmadığını belirtmektedir. Bu tutarsızlıklar, cinsiyet öfke ilişkisinde olduğu gibi ölçülen yapılarının çeşitliliğiyle açıklanabilir.

Sınıfların tasarlama eksikliği puanları, 1. 2. ve 3. Sınıflarda 4. Sınıflara göre, 1. ve 2. Sınıfların tasarlama eksikliği ise 3. Sınıflara göre daha yüksektir. Bu verilere göre üniversite eğitiminin ilk yıllarında özellikle 1. ve 2. Sınıf öğrencilerinin olası uzun vadeli sonuçları hesap etmeden davranma eğiliminde oldukları söylenebilir. Bunun yanında 3. Sınıfların, sıkıcı ya da zor görevlere odaklanmayı sürdürmede zorluk olarak tanımlanan sebat-sızlık düzeyleri 1. ve 4. Sınıflara göre daha yüksektir. Cohen'in (2014) çalışma sonuçlarından biri de dürtüsellüğün tasarlama eksikliği ve sebat-sızlık alt ölçeği ile öfke kontrolü arasında da pozitif ilişki olduğu yönündedir. Öğrencilerin öfke gösterimlerinde dürtünün önemli bir değişken olduğunu göstermektedir. Ancak öfkeli davranışın temelinde her zaman dürtü olmayabilir, öfke de her zaman dürtüsellikle ifade edilmeyebilir.

Sonuç olarak, içsel olarak yaşanan bir duygu olarak öfkenin öğrenciler tarafından yaşanabileceği, öfkenin ortaya konuş biçiminde birinci ve ikinci sınıf öğrencileri için tasarlama eksikliği ve heyecan aramanın öfke davranışlarında belirleyicisi olabileceği söylenebilir. Ancak çalışmada neden-sonuç ilişkisini belirleme olanağı bulunmadığından, öfke davranışının dürtünün bir sonucu mu, yoksa nedeni mi? sorusuna cevap verme imkânı bulunmamaktadır.

Bu çalışmanın, eğitim kurumları, öğretim elemanları, yönetici, öğretmen ve aileler için öğrencilerin dürtü ve öfke duygularını anlama, kontrol etme ve denetim almasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çalışmanın bulguları ve bulgulara dayanılarak varılan sonuçlar doğrultusunda aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir.

- Çalışma sonuçları doğrultusunda öfke ve dürtü sorunu yaşayan öğrencilere yönelik bilgi vermeyi amaçlayan programların yapılması öğrencilerin yaşadıkları olumsuz durumları daha az zararla atlatmalarına katkı sağlayacağı söylenebilir.
- Öfke ifadesinde sorun yaşayan öğrencilerin sosyal ve toplumsal becerilerinin artması için kulüp faaliyetlerinde aktif olarak sorumluluk

almasının sağlanması; rekreatif etkinliklere katılımının sağlanması yararlı olabilir.

- Çalışma dar bir üniversite öğrenci grubunu kapsadığından daha geniş bir öğrenci yelpazesinde yapılacak olan çalışma akademik yaşamda sağlıklı, verimli, üretken ve nitelikli insan gücünün artırılması açısından yararlı olacaktır.

## KAYNAKLAR

1. Barratt, E. S. (1993). Impulsivity: integrating cognitive, behavioral, biological and environmental data. In W. McCowan, J. Johnson, & M. Shure, The impulsive client: theory, research, and treatment. Washington, DC: American Psychological Association.
2. Barratt, E. S., Stanford, M. S., Kent, T. A., & Alan, F. (1997). Neuropsychological and cognitive psychophysiological substrates of impulsive aggression. *Biological psychiatry*, 41(10), 1045-1061.
3. Balkaya, F., & Şahin, N. H. (2003). Çok Boyutlu Öfke Ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 192-202.
4. Berkowitz, L., & Harmon-Jones, E. (2004). Toward an understanding of the determinants of anger. *Emotion*, 4(2), 107-130.
5. Bostancı, N., Çoban, Ş., Tekin, Z., & Özen, A. (2006). Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre öfke ifade biçimleri, *Kriz Dergisi*, 14(3), 9-18.
6. Bridewell, W. B., & Chang, E. C. (1997). Distinguishing between anxiety, depression, and hostility: Relations to anger-in, anger-out, and anger control. *Personality and Individual Differences*, 22(4), 587-590.
7. Certel, Z., & Bahadır, Z. (2012). Takım sporu yapan sporcularda benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ilişkisinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(2), 157-164.
8. Chabrol, H., Saint-Martin, C., Sejourne, N., & Moyano, O. (2009). Contribution of dissociative symptoms to antisocial behavior in a sample of high-school students. *L'Encephale*, 35(1), 52-56.
9. Cohen, Z.P. (2014). Fiziksel ve Sözel Şiddet Davranışı İle Öfke Düzeyi ve Dürtüsellik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans, İstanbul Üniversitesi, Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
10. Cyders, M. A. (2013). Impulsivity and the sexes: measurement and structural invariance of the UPPS-P Impulsive Behavior Scale. *Assessment*, 20(1), 86-97.
11. Deffenbacher, J. L. (1999). Cognitive-behavioral conceptualization and treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology*, 55(3), 295-309.
12. Hair, J. F. Black, W. C, Babin, B. J. & Anderson, R.



- E. (2010). Multivariate data analysis: A global perspective. Pearson: Upper Saddle River, NJ.
13. Kırımoğlu, H., Yıldırım, Y., & Temiz, A. (2010). A study on trait anger–anger expression and friendship commitment levels of primary school 2nd stage students who play–do not play sports. *Journal of Human Sciences*, 7(2), 682-695.
  14. Karasar N. (2007). Bilimsel Araştırma Yöntemi. 17. Baskı, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
  15. Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and psychological measurement*, 30(3), 607-610.
  16. Logan, G. D., Schachar, R. J., & Tannock, R. (1997). Impulsivity and inhibitory control. *Psychological science*, 8(1), 60-64.
  17. Özdemir, P. G., Selvi, Y., & Aydın, A. (2012). Dürtüsellik ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(3), 293-314.
  18. Özen, Ş., Bez, Y., Arı, M., & Özkan, M. (2010). Öfke kontrolünde zorluk yaşayan bir grup üniversite öğrencisinde öfke tepkileri ve psikiyatrik tanıların cinsiyet açısından incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21, 319-330.
  19. Özer, A.K.(1994). Sürekli öfke (SL-Öfke) ve öfke ifade tarzı (Öfke-tarz) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 26-35.
  20. Özmen, A. (2006). Anger: the theoretical approaches and the factors causing the emergence in individuals. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 39(1), 39-56.
  21. Patton, J. H., Stanford, M. S., & Barratt, E. S. (1995). Factor structure of the Barratt Impulsiveness Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 51, 768-774.
  22. Potegal, M., & Novaco, R. W. (2010). A brief history of anger. In *International handbook of anger* (pp. 9-24). Springer New York.
  23. Roseman, I. J., Wiest, C., & Swartz, T. S. (1994). Phenomenology, behaviors, and goals differentiate discrete emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(2), 206-221.
  24. Stanford, M. S., & Barratt, E. S. (1992). Impulsivity and the multi-impulsive personality disorder. *Personality and Individual Differences*, 13, 831-834.
  25. Spielberger, C. D., Krasner, S. S., & Solomon, E. P. (1988). The experience, expression, and control of anger. In *Individual differences, stress, and health psychology* (pp. 89-108). Springer New York.
  26. Spielberger, C. D., Jacobs, G., Russell, S., & Crane, R. S. (1983). Assessment of anger: The state-trait anger scale. *Advances in personality assessment*, 2, 159-187.
  27. Tamam, L. (2015). Dürtüsellik ve Dürtü Kontrol Bozuklukları.Ed. Tamam Lut, İstanbul: Kaknüs Yayınları.
  28. Tambağ, H., & Öz, F. (2005). Aileleri ile birlikte ve yetiştirme yurtlarında yaşayan ergenlerin öfke ifade etme biçimleri. *Kriz Dergisi*, 13(1), 11-21.
  29. Terasaki, D. J., Gelaye, B., Berhane, Y., & Williams, M. A. (2009). Anger expression, violent behavior, and symptoms of depression among male college students in Ethiopia. *BMC Public Health*, 9(1), 13.
  30. Tiedens, L. Z., Ellsworth, P. C., & Mesquita, B. (2000). Sentimental stereotypes: Emotional expectations for high- and low status group members. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 560–575.
  31. Ramirez, J. M., & Andreu, J. M. (2006). Aggression, and some related psychological constructs (anger, hostility, and impulsivity) Some comments from a research project. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 30(3), 276-291.
  32. Weber, H., & Wiedig-Allison, M. (2007). Sex differences in anger-related behaviour: Comparing expectancies to actual behaviour. *Cognition and Emotion*, 21(8), 1669-1698.
  33. Whiteside, S. P., & Lynam, D. R. (2001). The five factor model and impulsivity: Using a structural model of personality to understand impulsivity. *Personality and individual differences*, 30(4), 669-689.
  34. Wilkowski, B. M. (2012). Responding to Social Signals for Response Inhibition A Psychological Process Underlying Trait Anger. *Social Psychological and Personality Science*, 3(1), 72-79.
  35. Yargıç İ. Ersoy E. Batmaz-Ofraz S. (2011) UPPS Dürtüsel Davranış Ölçeği ile Psikiyatri Hastalarında Dürtüsellik Ölçümü, Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 21(2):139-46.
  36. Yazgan S. (2007). Öfke Kontrolü İle Tolerans Düzeyleri Arasındaki İlişki, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Samsun.
  37. Yazgan-İnanç B. Atıcı M.K. Bilgin M. (2008), Gelişim Psikolojisi: Çocuk ve Ergen Gelişimi, Ankara: Pegem Yayınları.
  38. Yazıcı K, Yazıcı A.E.(2010). Dürtüsellik nöröanatomik ve nörokimyasal temelleri, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar- 4, 293-314.
  39. Yöndem, Z. D., & Bıçak, B. (2008). Öğretmen adaylarının öfke düzeyi ve öfke tarzları. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5(2), 1-15.

