

Sekizinci Sınıf Öğrencilerine Bilişsel Davranışçı Yaklaşımına Göre Uygulanan Öfke Kontrol Programının Etkinliği*

Yasemin GÜMÜŞ ŞEKERCİ** Handan TERZİ*** Yeter KİTİŞ**** Canan BİRİMOĞLU OKUYAN*****

Öz

Giriş: Öfke ergenlerde karşılanmayan beklentilere, doyurulmamış isteklere ve istenmeyen sonuçlara verilen duygusal tepkidir. Ergenlerde görülen öfke hem birey hem de toplum için olumsuz sonuçlar doğuran ciddi bir problem olarak tanımlanmaktadır. **Amaç:** Araştırma, sekizinci sınıf öğrencilerine bilişsel davranışçı yaklaşıma göre uygulanan öfke kontrol programının etkinliğinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. **Yöntem:** Araştırmanın örneklemini Ankara/Gölbaşı'nda bir ortaokulun sekizinci sınıfında öğrenime devam eden 40 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma örnekleminin oluşturulması amacıyla öğrencilere Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ) uygulanmış; ön test ölçümünden ortalamadan puan alan 40 öğrenci randomizasyon yöntemiyle seçilerek müdahale grubu oluşturulmuştur. Seçilen öğrenciler üç gruba ayrılarak bilişsel davranışçı yaklaşım teknikleri doğrultusunda hazırlanmış, yedi hafta süreyle uygulanan 40-45'er dakikalık Öfke Kontrol Programı oturumlarına dâhil edilmişlerdir. Program sonrası öğrencilere SÖÖTÖ tekrar uygulanmıştır. **Bulgular:** Öğrencilerin sürekli öfke alt ölçeği puan ortalamasının uygulama öncesine göre azaldığı ve farkın önemli olduğu ($p = .000$) saptanmıştır. Öfke içte ve öfke dışta alt ölçeği uygulama öncesi ve sonrası puan ortalamaları arasındaki farkın önemli olmadığı saptanmıştır ($p < .050$). Öfke kontrolü puan ortalamasının uygulama öncesine göre belirgin şekilde artış gösterdiği ve farkın önemli olduğu ($p = .000$) bulunmuştur. **Sonuç:** Çalışmada öfke kontrol programının öğrencilerin öfke kontrollerini sağlamalarında etkili bir yöntem olduğu sonucuna varılmıştır. Öğrencilerde öfke kontrolünü sağlamaya yönelik eğitimlerin etkisinin yapılacak çalışmalarla izlenmesi önerilmektedir. **Anahtar Kelimeler:** Öfke Kontrol Programı, Bilişsel Davranışçı Yaklaşım, Ergen, Öfke, Hemşire.

Abstract

Anger Control Program's Effectiveness Applied to Eighth Grade Students According to Cognitive-Behavioural Approach

Background: Anger is an expression of emotion in response to unfulfilled expectations, unsatisfied wishes, and unwanted results. Anger is one of the important emotional reactions seen in adolescents. Anger in adolescence is defined as an important and common problem that has negative consequences for both the individual and the society. **Objectives:** This intervention study was applied to eighth grade students according to cognitive-behavioral approach in order to determine anger control programs' effectiveness. **Methods:** The research sampling of the study was constituted of 40 eighth grade secondary school students, which is located in Gölbaşı, Ankara. A personal information questionnaire and The Trait Anger-Anger Expression Scale have been used for collecting data. To compose the intervention group, 40 of the students who got points more than average from the scale's pre-test measurement were taken into the sample by randomization method. The selected students were grouped into three and they were included into an Anger Control Program, prepared according to the cognitive behavioral approach techniques, for seven weeks in 40-45 minutes sessions each. After the program, The Trait Anger-Anger Expression Scale was applied again to the students. **Results:** It was determined that the average of the students' continuous anger subscale decreased according to the pre-application and the difference was statistically significant ($p = .000$). The difference between pre-training mean scores and post-training mean scores in anger subscale and anger external subscale scores was not statistically significant ($p < .050$). However, the mean score of anger control increased significantly compared to before the application and the difference was statistically significant ($p = .000$). **Conclusion:** In conclusion, the anger expression scores have decreased, the anger control scores have increased and the difference between both sub-scales' pre and post-test scores have been determined as statistically significant at the end of the program. In this context the anger control program, implemented according to the cognitive behavioral approach techniques, has been concluded as an effective method to manage anger control for the eighth grade students. It is suggested that the training of the students aiming at anger control should be monitored through the studies to be done.

Key Words: Anger Control Program, Cognitive Behavioral Therapy, Teenager, Anger, Nurse.

Geliş tarihi: 26.10.2016

Kabul tarihi: 19.07.2017

Doğal ve insani bir duygu olan öfke, insanlara ve olaylara karşı gösterilen, kontrol edilebilir bir tepkidir. Kontrol edilemeyen öfke kişinin kendisi ve etrafındakiler için zararlı sonuçlar doğurabilir. Öfke, hafif bir iritasyon veya rahatsızlıktan, uç noktada bir kızgınlık veya hiddete kadar farklı şekillerde görülebilir. Öfkenin bu şekilleri kişilik özelliği, deneyimler ve baş etme yeteneği ile ilgilidir (The Leap Series, 2011).

Ergenlik dönemi sıklıkla fırtınalı, stresli, karışık ve alışılmadık dışında bir geçiş dönemi olarak tanımlanmaktadır (Carlozzi ve ark., 2010). Bu geçiş sürecinde adölesanlar kişilik değişimi, sosyal becerilerde gelişme, otonomi, sorumluluk ve değer yargılarının oluşumu gibi önemli gelişimsel konularla karşılaşır. Bu çok yönlü gelişim ve değişimler adölesanların stres seviyesini artırmakta ve öfke de dahil pek çok duygusal ve sosyal durumlarını etkilemektedir (Carlozzi ve ark., 2010).

Öfke ve saldırganlık özellikle erken dönem adölesanlarda artış göstermektedir (Lochman, Power, Clanton ve McElroy, 2006). Gelişimsel bir geçiş dönemi olan erken adölesanlık dönemi (11-14 yaş), bilişsel yeteneklerde hızlı değişim, akranlarla sosyal etkileşimde artış, kişilik gelişiminde yaşanan gel-gitlerle karakterizedir. Bu özellikler erken adölesan dönemde saldırgan ve anti-sosyal davranışların oluşmasına zemin hazırlamaktadır (Currie ve Startup, 2012). Önlem alınmadığı takdirde bu dönemde gelişen öfke ve saldırganlık, hem aileyi hem de toplumu etkilemektedir. Aile ve okul çevresi, öfkenin doğrudan (akranlarla kavga ve şiddet uygulama gibi) ve dolaylı (öğrenmede güçlük ve sosyal uyumda bozulma gibi) etkileri ile

* Bu çalışma 17-20 Haziran 2015 tarihinde İzmir'de yapılan "I. Ulusal Halk Sağlığı Hemşireliği Kongresi"nde poster bildiri olarak sunulmuştur. Çalışma poster bildiri birincilik ödülü almıştır. ** Arş.Gör. Mustafa Kemal Üniversitesi, Adres: Mustafa Kemal Üniversitesi Tayfun Sökmen Kampüsü, Hatay Sağlık Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü, Hatay. E-mail: y.gumus36@hotmail.com *** Arş. Gör. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Ankara. **** Doç. Dr. E Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Ankara ***** Arş.Gör. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Ankara

karşı karşıyadır (Lochman ve ark., 2006). Ayrıca ilerleyen dönemlerde bu etkilerden kaynaklı yaralanma ve ölüm riski artmaktadır (Currie ve Startup, 2012). Dünya Sağlık Örgütü'nün 2014 yılı Küresel Şiddet Önleme Raporu'nda gençlik dönemi şiddet oranının %26 olduğu belirtilmiştir (World Health Organization [WHO], 2014). ABD'de 2011'de 10-24 yaş arası 700 000'den fazla gencin ölümcül olmayan saldırılar sebebiyle acil servislere getirildiği raporlanmıştır (Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2014). Ülkemizde ise gençlerin %9.2'sinin delici-kesici alet kullandığı (erkeklerde %13.1 ve kızlarda %4.3), %5.9'unun ateşli silah taşıdıkları (erkeklerde %8.5 ve kızlarda %2.6) ve %7.7'sinin bir çetenin üyesi olduğu (erkeklerde %10.6 ve kızlarda %4.1) bildirilmiştir (Türkiye Büyük Millet Meclisi, 2007).

Öfke kontrolü, öfkelenme durumunun farkına varılması, sakinleşmek ve öfke ile baş etmek için alınması gereken önlemlerin öğrenilme süreci olarak tanımlanmaktadır (Fossum, Handegård, Adolfsen, Vis ve Wynn, 2016). Literatürde öfke kontrolünde çoğunlukla bilişsel-davranışçı yaklaşımı temel alan programların kullanıldığı göze çarpmaktadır (Candelaria, Fedewa ve Ahn, 2012; Chin ve Ahmad, 2014; Çivilidağ ve Cooper, 2013; Duran ve Eldeleklioğlu, 2005; Fossum ve ark., 2016; Henwood, Chou ve Browne, 2015; Kelleci, Avcı, Erşan ve Doğan, 2014). Bilişsel kuramları benimseyen davranış bilimcilerin, davranışta değişme olarak tanımladıkları durum, aslında kişinin zihninde meydana gelen öğrenmenin dışı yansımasıdır (Fossum ve ark., 2016; Henwood ve ark., 2015).

Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım (BDY) duygu, düşünce ve davranışlar arasındaki ilişkiyi belirlemeye odaklı bir yaklaşımdır. BDY kişinin, kendine ve etrafındakilere zarar verici davranışlar göstermesine neden olan düşünce ve duygularını ifade edebilmesini ve bu duyguların dışı vurumunu uygun şekilde değiştirebilmesini sağlayan çeşitli yöntemlerin bileşimidir (Henwood ve ark, 2015). Bu bağlamda BDY bireyin duygularının ve davranışlarının farkında olması ve öfke duygusunu uygun şekilde yönetebilme becerisi kazanmasına yardım eder (Chin ve Ahmad, 2014; Henwood ve ark, 2015).

Ülkemizdeki durum dikkate alındığında, 11-14 yaş adölesan grubu öfke konusunda müdahale edilmesini gerektiren en uygun yaş grubu olarak karşımıza çıkmaktadır (Kelleci ve ark, 2014). Hemşirelerin bireysel baş etmenin geliştirilmesi bağlamında eğiticilik, danışmanlık ve savunuculuk rolleri bulunmaktadır (Kelleci ve ark, 2014). Bu bağlamda okul sağlığı hemşireleri öfkeye neden olan durumları tanımlama, sorunun çözümü için gerekli bilgiye ulaşma ve sorunu adölesan, aile ve diğer meslek grupları (öğretmenler, psikologlar, sosyal hizmet uzmanları gibi) ile iyi bir iletişim kurarak, işbirliği yoluyla çözüme kavuşturmada sorumluluk üstlenmek durumundadır (Galitz ve Robert, 2014).

Literatür incelendiğinde, bu yaş grubunun öfke kontrolü konusunda desteklenmesine ilişkin çalışmaların çoğunlukla farklı disiplinler tarafından yapıldığı dikkati çekmektedir (Chin ve Ahmad, 2014; Galitz ve Robert, 2014). Bununla birlikte Kelleci ve arkadaşlarının (2014) dokuzuncu sınıfa devam eden adölesanlarla bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı sürdürülen öfke yönetimi programının öğrencilerin öfke kontrolü ve atılganlık düzeylerine etkisini belirlemek amacıyla yaptıkları çalışma konuyla ilgili okul sağlığı hemşiresine duyulan ihtiyacı ortaya koymaktadır (Kelleci ve arkadaşları, 2014). Adölesan döneminde edinilen iyi ve kötü davranışların, kişiyi tüm yaşamı boyunca her alanda etkilediği göz önünde bulundurulduğunda, adölesan grubun öfke duygusunun kontrol altına alınması konusunda eğitilmesinin önemli olduğu açıktır.

Okulda şiddet öğrenciler ve çalışanlar üzerinde fiziksel ve psikolojik etki oluşturmaktadır. Okulda şiddet, okul çevresinin iyileştirilmesi ve öfke yönetimi üzerine odaklanma ile kontrol edilebilir. Okul sağlığı hemşiresinin temel görevi şiddeti önlemek, öğrencilerin, çalışanların ve tüm okul toplumunun güvenliğini incelemektir. Bu görev, problemin ve çatışmaların çözülmesi konusunda okul toplumuna eğitim verme becerisini ve erken uyarı işaretlerini tanımayı da içerir. Öğrencilerin okul içindeki öfke davranışlarının erken fark edilmesi ve çözülmesi koruyucu bir yaklaşım olarak önemlidir (King, 2014).

Belirtilen açıklamalar doğrultusunda bu çalışma sekizinci sınıf öğrencilerine bilişsel-davranışçı yaklaşıma göre uygulanan öfke kontrol programının etkinliğinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulguların ortaokul sekizinci sınıf öğrencileri örneği üzerinden, bu grupla çalışan eğitimciler ve okul sağlığı hemşirelerine aynı zamanda ailelerine ve çevrelerine yaşamın ileri dönemlerinde öfkenin doğrudan ve dolaylı etkilerine bağlı gelişebilecek problemlerin erken dönemde önlenmesi konusunda önemli bilgiler sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırma Hipotezi

H₀: Bilişsel-davranışçı yaklaşıma göre uygulanan öfke kontrol programının sekizinci sınıf öğrencilerin öfke kontrol puanları üzerine etkisi yoktur.

H₁: Bilişsel-davranışçı yaklaşıma göre uygulanan öfke kontrol programının sekizinci sınıf öğrencilerin öfke kontrol puanları üzerine etkisi vardır.

Yöntem

Araştırmanın Tipi

Bu araştırma sekizinci sınıf öğrencilerine BDY'ye dayalı hazırlanan öfke kontrol programının öğrencilerin öfke davranışları üzerine etkisinin belirlenmesi amacıyla yapılmış, tek grup ön test-son test değerlendirmeli müdahale çalışmasıdır.

Araştırmanın Yeri

Araştırma Ankara'nın Gölbaşı ilçesine bağlı bir devlet ortaokulunda yürütülmüştür. Okulda üçü rehberlik öğretmeni olmak üzere toplam 46 öğretmen çalışmaktadır. Rehber öğretmenler öğrencilerin problemlerini araştırarak belirledikleri sorunlara yönelik çalışmalar planlamakta, bireysel ve grup eğitimi ile bilgilendirme çalışması, arkadaş ilişkileri, uyum ve aile sorunlarına yönelik hizmetleri yürütmektedir.

Okulda 2014-2015 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde, 25-30 kişilik sınıflarda eğitim gören toplam öğrenci sayısı 820, sekizinci sınıf öğrencilerinin sayısı ise 352'dir.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Çalışmanın evrenini 2014–2015 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde, Ankara ili Gölbaşı ilçesindeki bir devlet ortaokulunda öğrenim gören sekizinci sınıf öğrencileri oluşturmaktadır (N = 352). Araştırmaya sekizinci sınıf öğrencilerin dâhil edilmesinin nedeni öğrencilerin lise giriş sınavına hazırlanıyor olması ve öfke davranışının sekizinci sınıf öğrenciler arasında yaygın olduğunun gözlenmesidir. Araştırma örnekleminin seçimi için okulda bulunan ve araştırmaya katılmayı kabul eden sekizinci sınıf öğrencilerine “Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ)” uygulanmış, ölçek puanı ortalamasının üzerinde olan 50 öğrenci örneklem grubunu oluşturmuştur. Bu öğrencilerden 42’si çalışmaya katılmayı kabul etmiş bunlardan ikisi çalışma devam ederken (biri mazeret göstermeksizin, diğeri ailesinin talebiyle) ayrılmış ve çalışma 40 öğrenciyle tamamlanmıştır. Araştırma grubu rastgele olarak üç gruba ayrılmış, eğitim oturumları her bir grup için haftanın farklı bir gününde yapılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Veri toplamak amacıyla öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini değerlendiren Kişisel Bilgi Formu ve SÖÖTÖ kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Katılımcıların cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, anne ve babanın eğitim düzeyi, meslekleri ve evliliklerini devam edip etmediği sorularının yanı sıra ailenin gelir durumunu belirlemek üzere oluşturulmuştur.

Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği: Ölçek öğrencilerin öfke ifade tarzlarını saptamak amacıyla Spielberger ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilmiş ve Özer (1994) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Likert tipindeki ölçek 34 maddeden oluşmakta olup, ölçeğin uyarlanmış formunda “sürekli öfke” ve “öfke ifade tarzı” olmak üzere iki ana ölçek bulunmaktadır. Ölçekte ilk 10 madde Sürekli Öfke Ölçeği, geri kalan 24 madde Öfke İfade Tarzı Ölçeği’ne aittir. Sürekli Öfke Ölçeği’nden en az 10, en fazla 40 puan alınmaktadır. Öfke İfade Tarzı Ölçeği’nde “öfke içte”, “öfke dışta” ve “öfke kontrol” olmak üzere üç alt boyut bulunmaktadır. 24 maddelik Öfke İfade Tarzı Ölçeği’nin alt boyutları (sırasıyla öfke içte, öfke dışta ve öfke kontrol) 8’er maddeliktir. Öfke İfade Tarzı Ölçeği’nden en az 24, en fazla 96 puan alınmaktadır. Alt ölçeklerden ise en az 8, en fazla 32 puan alınmaktadır. Ölçeğe ait ifadeler “Beni Hiç Tanımlamıyor (1)”, “Beni Biraz Tanımlıyor (2)”, “Beni Oldukça Tanımlıyor (3)”, “Beni Tümüyle Tanımlıyor (4)” şeklinde sıralanmaktadır. Ölçeğin sürekli öfke iç tutarlılık katsayısı .79, öfke kontrol .84, öfke dışta .78 ve öfke içte .62 olduğu bildirilmiştir. Bu çalışmada ise sürekli öfke iç tutarlılık katsayısı .87 öfke kontrol .74 öfke dışta .77 ve öfke içte .66 olarak bulunmuştur.

Sürekli öfke alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfke düzeyinin yüksek olduğunu; kontrol öfke ölçeğinden alınan yüksek puanlar ise öfkenin kontrol edilebildiğini göstermektedir. Öfke dışta alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfkenin kolayca ifade edilebiliyor olduğunu ve öfke içte alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar ise öfkenin bastırılmış olduğunu göstermektedir (Özer, 1994). Çalışmada aritmetik ortalamasının üzerinde puan olarak öfke düzeyi yüksek olduğu saptanan öğrenciler çalışma kapsamına alınmıştır.

Araştırmanın bağımsız değişkeni, bilişsel davranışçı yaklaşıma göre uygulanan öfke kontrol programıdır. Araştırmanın bağımlı değişkeni, öğrencilerin öfke kontrol puanlarıdır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma bir okulun sekizinci sınıfında okuyan öğrenciler ile yapılmış olduğu için sadece kendi grubuna genellenebilir. Ayrıca çalışmanın küçük grup üzerine uygulanması bir sınırlılıktır.

Yapılan İşlem/Müdahale

Öfke Kontrol Programı: Literatürden (Canpolat, 2017; Deffenbacher, 2008; Duran ve Eldeleklioğlu, 2005; Edmonson ve Conger, 1996; Lochman ve ark., 2004; Mackay, Barkham ve Sytles, 1998; Özer, 1994; Savaşır ve Şahin, 1997; Sezen ve Bedel 2015) yararlanarak oluşturulan öfke kontrol eğitimi haftada bir kez 40-45 dakika süren oturumlar şeklinde 7 haftada tamamlanmıştır. Eğitim programının temel amacı; a) Öfkeyi uyaran çevresel uyarıcıların, koşulların farkına varılmasını b) Öfkeye verilen bedensel ve sözel tepkilerin ve sonuçlarının farkına varılmasını c) Çatışmaların önlenmesi ve çözülmesinde ben dili kullanmanın olumlu etkisini fark etmeyi ve d) Öfkeliyken duygu ve düşüncelerini ben dili kullanarak ifade edebilmeyi sağlamak olarak belirlenmiştir.

Eğitimler araştırma grubunun tümünde aynılığı sağlamak için tek araştırmacı tarafından yürütülmüştür. Eğitim oturumları uyarılara kapalı, havalandırması iyi, aydınlık bir mekân olan okul kütüphanesinde gerçekleştirilmiştir. Program boyunca grup rehberliği, bilgilendirme, oyunlaştırma, egzersiz, problem çözme, imgeleme ve ev ödevleri alıştırmaları yapılmıştır.

Oturumlar sonunda bir sonraki oturumun amacı belirtilmiştir. İlk ve son oturumlar hariç her oturumdan sonra o günkü oturumun konusu ile ilgili bir sonraki haftaya kadar konunun tekrarı niteliğinde egzersizler yapma ve kayıt tutma ödevleri verilmiştir. İkinci oturumu takiben her oturuma başlarken, önceki oturum özetlenip, ödevler kontrol edilmiştir. Oturumlar aşağıda özetlenmiştir.

1. *Oturum: Öfke ve Nedenleri:* İlk oturumda hem oturumdaki öğrencilerin birbirleriyle hem de araştırmacıların oturum üyeleri ile tanışması sağlanıp, öğrencilerin oturma düzeni oluşturulmuş ve isimlerinin yer aldığı yaka kartlarını takmaları istenmiştir. Bu oturumda yedi oturumluk öfke kontrol programı, konuların işlenişi, oturumlara devam ve grup kuralları hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Daha sonra öfkenin normal bir duygu olduğu anlatılıp, kimlere ve nelere daha fazla öfkelenedikleri ve bu durumu nasıl kontrol ettikleri üzerinde durulmuştur. Bir sonraki oturuma kadar yaşadıkları öfke durumlarını not etmeleri istenmiştir.

2. *Oturum: Öfke İfade Tarzları:* Bir hafta süreyle not edilen öfke deneyimleri alındıktan sonra bu oturumda uygun ve uygun olmayan öfke ifadeleri grup üyeleri ile tartışılmıştır. Üyelerin söyledikleri uygun ve uygun olmayan öfke ifadeleri yazı tahtasına aktarılarak, en çok yazılanlar belirlenmiş ve tartışılmıştır. Bir sonraki oturuma kadar uygun öfke ifadesi kullanmaya çalışmaları ve deneyimlerini not almaları istenmiştir.

3. *Oturum: Fiziksel Gevşeme Egzersizleri:* Öğrencilerin bir hafta boyunca yaşadıkları öfke durumlarında kullandıkları ifade ile ilgili not aldıkları deneyimleri alınmış ve daha sonra öfke kontrolünde gevşeme eğitimi; gevşeme hayali, kontrollü gevşeme, gerilimsiz gevşeme ve nefes alarak gevşeme şeklinde dört aşamalı olarak gösterilmiştir. Gevşeme ve doğru nefes alma egzersizlerini günlük hayatta kullanabilme becerisi üzerinde durulmuştur. Bir sonraki oturuma kadar öfke yaşanması durumunda gevşeme tekniklerinden herhangi birini kullanmaları ve deneyimlerini not etmeleri istenmiştir.

4. *Oturum: Etkili İletişim Teknikleri:* Oturuma öğrencilerin bir hafta boyunca yaşadıkları öfke durumunda kullandıkları gevşeme teknikleri hakkındaki görüşleri alınarak başlanmıştır. Daha sonra öğrencinin öfkesini ifade ederken olumlu iletişim becerilerini ve ben dilini kullanması; öfkelenildiği kişi ya da durumda etkin dinleme becerisini kullanması, problem çözme becerilerini kullanması, empati yapması, kendini eleştirmesi, yapıcı eleştiriler yapması üzerinde örneklerle durulmuştur. Sonraki haftaya kadar ben dilini kullanmaları ve deneyimlerini not etmeleri istenmiştir.

5. *Oturum: Kendini Sakinleştirici İfadeler:* Öğrencilerin önceki haftaya ilişkin ben dili kullanımı ile ilgili deneyimleri tartışılmıştır. Bu oturumda öfke durumunda zihinsel tepkiler (olumlu düşünme, problem çözme becerisinin geliştirilmesi ve empati) ve davranışsal tepkiler (zamanı etkin kullanma, etkili iletişim) konulu başlıklar tartışılmıştır. Bir sonraki haftaya kadar karşılaştıkları olaylarda olumlu düşünme gibi zihinsel etkinlikleri uygulamaları ve deneyimlerini not almaları istenmiştir.

6. *Oturum: Uygun Bakış Açısı Geliştirmek:* Kendini sakinleştirmede olumlu düşünce ve empati kullanımına ilişkin deneyimleri hakkında konuşulmuş daha sonra öfkenin kontrolünde yararlı olabilecek bir teknik olan uygun bakış açısı geliştirmenin unsurları hakkında bilgi verilmiştir. Bu bağlamda kendi duygu, düşünce ve davranışlarına uygun olumlu öfke ifade tarzı geliştirmeleri desteklenmiştir.

7. *Oturum: Oturumların Değerlendirilmesi:* Son oturumda süreç boyunca ele alınan konular tekrar edilmiş, bu süreçte katılımcıların duygularını ve düşüncelerini paylaşmaları desteklenmiş, program değerlendirilerek oturumlar sonlandırılmıştır.

Eğitim programından bir hafta sonra ölçek tekrar uygulanmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi

Çalışmadan elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS 21.0 programı kullanılmıştır. Sosyo-demografik veriler sayı ve yüzdelerle değerlendirilmiştir. Öğrencilerin uygulama öncesi SÖÖTÖ'den aldıkları puanlar ayrı ayrı hesaplanmıştır. Ön test sonuçlarına göre, öğrencilerin ölçek puanlarının aritmetik ortalama ve standart sapmaları hesaplanmıştır. Öfke kontrol programından sonra SÖÖTÖ tekrar uygulanmış ve ön test-son test puanları Paired Sample t testi ile karşılaştırılmıştır. Araştırmada ortalamalar arasındaki farklılık açısından anlamlılık düzeyi $p < .05$ kabul edilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırma için Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden ve bir üniversitenin Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan izin alınmıştır (Kabul numarası: 25901600/108). Araştırma hakkında bilgilendirme yapıldıktan sonra katılımcıların velilerinden ve kendilerinden yazılı onam alınmıştır.

Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 13.45 ± 0.59 olup, ortalama kardeş sayısı 2.7 ± 1.0 ve %70'i erkektir. Öğrencilerin %46.2'sinin annesi ilköğretim mezunu, %43.6'sının babası lise mezunu, %77.5'inin annesi ve %90'ının babası çalışmakta, %87.5'inin anne-babası sağ ve beraberdır.

Tablo 1. Uygulama Öncesi ve Sonrası SÖÖTÖ Değerleri

Alt Ölçekler	Eğitim programı öncesi		Eğitim programı sonrası		Z ve p değeri
	Mean \pm SS*	Min. - max. değer	Mean \pm SS*	Min. - max. değer	
Sürekli öfke	20.50 \pm 7.55	10 - 40	14.37 \pm 2.18	10 - 21	Z = -4.02 p = .000
Öfke içte	13.82 \pm 3.66	8 - 22	13.40 \pm 3.24	9 - 26	Z = -.84 p = .400
Öfke dışta	15.20 \pm 4.21	8 - 25	15.32 \pm 2.95	11 - 22	Z = .25 p = .801
Öfke kontrol	15.95 \pm 4.86	8 - 27	27.52 \pm 4.67	14 - 32	Z = 5.31 p = .000

* SS= Standart Sapma

Eğitim programı önce ve sonrası SÖÖTÖ puan ortalamaları Tablo 1'de gösterilmiştir. Öğrencilerin sürekli öfke alt ölçeği ortalamasının uygulama öncesine göre azaldığı ve farkın istatistiksel açıdan önemli olduğu ($p = .000$) saptanmıştır. Öğrencilerin öfke içte alt ölçeği eğitim öncesi puan ortalamaları ile eğitim sonrası puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak önemli olmadığı ($p = .400$) saptanmıştır. Aynı şekilde öfke dışta alt ölçeği eğitim öncesi puan ortalamaları ile eğitim sonrası puan ortalamaları arasındaki farkın da istatistiksel olarak önemsiz olduğu ($p = .801$) saptanmıştır. Bununla birlikte, öfke kontrolü puan ortalamasının uygulama öncesine göre belirgin şekilde artış gösterdiği ve farkın istatistiksel olarak önemli olduğu ($p = .000$) saptanmıştır.

Tartışma

Öfke, beklenmeyen sonuçlar veya karşılanmayan talepler sonucu yaşanan negatif bir duygudur. Öfkenin organizmada oluşturduğu savaş ya da kaç etkisi kontrol edilemediğinde, öfke sözel ya da fiziksel şiddete dönüşebilmektedir. Öfke kontrolü, öfkeyi tanıma, belirtilerini anlama ve öfke duygusu ile etkili bir şekilde başa çıkmadır (Tosun, 2014). Literatürde yer alan çalışmalar öfke kontrolsüzlüğü şeklinde yaşanan davranış sorunlarının çözümünde en etkili yöntem BDY ile yapılan terapi uygulamaları olduğunu göstermektedir (Türk ve Hamamcı, 2016; Görgü ve Sütçü Tekinsav, 2015).

Henwood ve arkadaşlarının yaptıkları sistematik derleme ve metaanaliz çalışmasında BDY'ye dayalı öfke kontrol programının suçlularda, özellikle şiddete yönelik suç işleme eğilimleri üzerinde oldukça etkili olduğu ve yeniden suç işleme riskini azalttığını belirlemişlerdir (Henwood ve ark., 2015). Aynı şekilde adölesanlarda yapılan çalışmalar da öfke kontrol programlarının öfke yönetiminde etkili olduğunu göstermiştir (Candelaria ve ark., 2012; Fossum ve ark., 2016; Sukhodolsky, Kassinove ve Gorman, 2004). Candelaria ve arkadaşlarının (2012) yaptıkları metaanaliz çalışmasında, öğrencilerin öfke kontrolü ve problem çözme becerisi üzerinde BDY'nin en etkili yöntem olduğunu belirtmiştir (Candelaria ve ark., 2012). Chin ve Ahmad (2014) Malezya'da ortaokul öğrencilerine BDY'ye dayalı öfke yönetimi programı uygulamış 10 hafta boyunca uygulanan program sonunda öfkenin ifade ediliş tarzına olan etkisi belirlenmeye çalışılmıştır. Programın sonunda öğrencilerin öfke davranışının azaldığı belirlenmiştir (Chin ve Ahmad, 2014).

Bu çalışmada BDY doğrultusunda hazırlanan eğitim içeriği ile öfke duygusunu tanıma, öfke duygusunu oluşturan düşünceleri anlama ve açıklama, öfke kontrolünde yardımcı teknikler kullanma, olay ve durumlara farklı açılardan bakabilmeyi sağlamak hedeflenmiştir. Bu hedeflere ulaşmak amacıyla uygulanan programın öğrencilerin sürekli öfke düzeyini azaltmada ve öfkeyi kontrol edebilme becerisini artırmada etkili olduğu ($p = .000$) belirlenmiştir (Tablo 1). Diğer bir deyişle öğrencilerde öfke kavramına ilişkin bilişsel yeniden yapılanma sağlanmıştır. Uygulanan eğitim programında kullanılan BDY ve akılcı duygusal yaklaşımın, öğrencilerin öfke denetimi becerileri kazanmasında etkili olduğu saptanmıştır. Benzer şekilde Tosun (2014) grup içi eğitim yönteminin adölesanlarda öfke kontrolüne etkisini incelediği çalışmasında, deney grubuna kazandırılan öfke kontrolü becerisinin öğrencilerin saldırganlık davranışlarını azalttığını saptamıştır (Tosun, 2014). Kelleci ve arkadaşlarının (2014) çalışmasında BDY'ye dayalı sürdürülen öfke yönetimi programının öğrencilerin öfke kontrolü ve atılganlık düzeylerine etkili olduğu belirlenmiştir (Kelleci ve ark., 2014). Sezen ve Bedel de (2016) 30 ders saati süren ve 15 etkinlikten oluşan müzakere ve arabuluculuk eğitiminin adölesanların kişiler arası problem çözme yaklaşımlarına ve öfkelerine etkisini belirlemek amacıyla bir çalışma yürütmüşlerdir. Sezen ve Bedel'in çalışmasında yaş ortalaması 17 olan deney grubundaki öğrencilerin öfke kontrolü puanlarında anlamlı artış ($p < .050$) olmakla birlikte sürekli öfke durumlarında anlamlı farklılık olmadığı saptanmıştır (Sezen ve Bedel, 2016). Sezen ve Bedel'in çalışması, öğrencilerin sürekli öfke puanlarında anlamlı fark olmaması yönüyle çalışmamızdan farklılık göstermektedir. Sezen ve Bedel bu durumu öfkenin dışı vurum davranışının kişiye alışkanlık haline gelmesi durumunda çözümünün daha zor olduğu şeklinde yorumlamışlardır. Bu açıdan bakıldığında öfke kontrolü açısından erken yaş gruplarında iyi izlem yapılması ve ortaokul öğrencilerinde öfke kontrolüne ilişkin eğitim ve rehberlik yapılmasının önemli olduğu söylenebilir.

Çalışmamızdan elde edilen bulgular doğrultusunda BDY'ye dayalı uygulanan programın sekizinci sınıf öğrencilerinin öfke içe vurum ve öfke dışı vurum düzeylerinde değişiklik oluşturmadığı ($p > .050$) bulunmuştur. Cole ve arkadaşları (2013) tarafından 7-11 yaş grubu öğrencilere uygulanan BDY'ye dayalı kısa dönem öfke kontrol programının etkinliğini değerlendirdikleri çalışmada, program sonunda öğrencilerin öfke içe vurum ve öfke dışı vurum düzeylerinde istatistiksel yönden fark olmadığını saptaması çalışmamızla paralellik göstermektedir (Cole ve ark., 2013). Bulut-Serin ve Genç'in (2011) ergenlerde yaptıkları öfke kontrol eğitimi sonunda bizim çalışmamızdan farklı olarak öfke içe vurum ve öfke dışı vurum alt başlıklarının ortalama puanlarında da önemli azalma saptandığı bildirilmiştir (Bulut-Serin ve Genç, 2011).

Çalışmamızda düzenlenen eğitim programı sonrası öğrencilerin sürekli öfke düzeyleri de önemli ölçüde düşmüştür. Benzer sonuç yapılan başka çalışmalarda da elde edilmiştir (Akdeniz, 2007; Bulut-Serin ve Genç, 2011; Bundy, McWhirter ve McWhirter, 2011; Öz ve Aysan 2008; Kelleci ve arkadaşları, 2014). Ülkemizde; "Hemşirelik Kanunu" 2007 yılında değiştirilerek hemşirelerin eğitim durumlarına, çalışma alanlarına göre görev, yetki ve sorumlulukları belirlenmiştir. 19 Nisan 2011 tarihli 27910 sayılı Resmi Gazetede yayımlanan "Hemşirelik Yönetmeliği"nde Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelikte" "Okul Hemşireliği" çalışma alanı tanımlanmıştır. Buna göre; okul hemşiresinin 22 görev tanımı arasında "Okul hemşiresi; okulda madde bağımlılığı, yeme bozukluğu, dikkat eksikliği, öğrenme güçlüğü, depresyon, anksiyete, antisosyal davranış, saldırganlık gibi durumlarla ilgili sorunu olan öğrencilerin öğretmen ve ailesi ile işbirliğini sağlar ve ilgili durumda sağlık danışmanlığını yürütür" görevi yer almaktadır. Okul hemşireleri, şiddet davranışının oluşumunu önler, şiddete maruz kalanların bakım koordinasyonunu sağlar, şiddetin birey ve toplum üzerindeki olumsuz etkisini kaldırır.

Bilişsel yeniden yapılandırmaya dayalı, duygu ve davranış ilişkisini fark ettirecek sosyal beceri ve sanat eğitimlerinin, sürekli öfke düzeyinin düşürülmesinde ve öfke ile başa çıkmada tercih edilmesi gereken etkili yöntemler olduğu bildirilmektedir (Alevinazad, Mousavi, Sohrabi, 2014) Ayrıca duygusal boşalımı sağlayacak ve bedeni rahatlatacak yöntemler geliştirmenin öfkeyle başa çıkmada ve sürekli öfke düzeyini düşürmede önemi yadsınamaz. Sosyal beceri kazanma ve rahatlatma yöntemleri eğitim ve öğretimin amaçları ve programı içerisinde yer almalıdır (Hahn ve ark. 2007). Ancak çevresel etkiler, stres yaratan özel durumlar (sınav kaygısı vb.) nedeniyle gerilimin arttığı dönemlerde bilişsel yeniden yapılanmaya dayalı kısa süreli eğitim programlarına gereksinim duyulabilir.

Okul sağlığı hizmetlerinin yürütülmesinde minimal ekip öğrenciler, öğretmenler, okul idarecileri ve ailelerin yanı sıra sağlık çalışanı olarak hemşireden oluşmaktadır. Hemşireler, okulda sağlığın korunma ve geliştirilmesine katkı sağlamaktadır. Ülkemizde okul sağlığı hemşiresinin görev ve sorumlulukları 2010 yılında yayınlanan Hemşirelik Yönetmeliği'nde düzenlenmiştir (Sağlık Bakanlığı [SB], 2010). Buna göre, okul sağlığı hemşiresi; okul sağlığı hizmetleri ile ilgili sorunları, gereksinimleri saptayarak okul idaresine bildirmek ve okulda yapılan ruh sağlığı çalışmaları sonucunda sorunu saptanan öğrenci, öğretmen ve aileler arasında işbirliğini sağlamak ve sağlık danışmanlığı yapmakla görevlendirilmiştir. Ancak henüz

okul temelli sağlık hizmetleri gelişmemiştir. Okul sağlığı hizmetlerinin Toplum Sağlığı Merkezleri tarafından, Aile Hekimliklerinin desteğiyle yürütüleceği öngörülmüştür (SB, 2015). Hemşireler okul ortamında yapacakları objektif gözlemler sonucu öfke davranışının saptanması ve çözümünde bireylere rehberlik edebilir. Hemşire bu çalışmada olduğu gibi örgün öğretimden sorumlu olmayan tarafsız kimliği ile baş etme ve öfke kontrolü konularında eğitim ve danışmanlık yaparak okul sağlığına katkı sağlayabilir.

Sonuçların Uygulamada Kullanımı

Bilişsel davranışçı yaklaşımla yapılan eğitim sonunda öfke kontrol puanında önemli değişiklik oluşması eğitimin etkinliğini göstermektedir. Ancak öfkenin içe vurum ve dışa vurum düzeylerinde bir değişiklik olmaması etkinliklerin zamana yayılarak devam ettirilmesi gereğini ortaya koymaktadır.

Bu çalışmadan elde edilen bulgularla şu önerilerde bulunulabilir:

- Araştırmanın daha geniş gruplarda ve farklı düzeylerdeki okullarda yapılması,
- Eğitim sisteminin önemli aktörleri ve problem çözümleri olarak kabul edilen öğretmenlere yönelik bilişsel yaklaşıma dayalı eğitimlerin yapılması,
- Öğrencilerde kendini tanımayı ve bu yolla öfke kontrolünü sağlamaya yönelik eğitimlerin etkisinin ne kadar sürdüğünün yapılacak çalışmalarla izlenmesi,
- Bilişsel davranışçı kurama dayanarak geliştirilmiş programın öfke yönetimi çalışmalarında kullanılması önerilebilir.

Kaynakça

- Akdeniz, M. (2007). Öfke kontrolü eğitiminin lise öğrencilerinin öfke kontrolü becerilerine etkisi. Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Programı Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Adana, Türkiye.
- Alevnazad, R., Mousavi, M., & Sohrabi, N. (2014). Effects of art therapy on anger and self-esteem in aggressive children. *Procedia-Social and Behavioral Sciences Journal*, 113, 111-117.
- Bundy, A., McWhirter, P. T., & McWhirter, J. J. (2011). Anger and violence prevention: Enhancing treatment effects through booster sessions. *Education and Treatment of Children*, 34 (1), 1-14.
- Bulut Serin, N., & Genç, H. (2011). Öfke yönetimi eğitimi programının ergenlerin öfke denetimi becerilerine etkisi, *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 36 (159), 237-254.
- Candelaria, A. M., Fedewa, A. L., & Ahn, S. (2012). The effects of anger management on children's social and emotional outcomes: A meta-analysis. *School Psychology International Journal*, 33 (6), 596-614.
- Canpolat, M., & Atıcı, M. Öfke kontrolü programının ortaokul öğrencilerinin öfke kontrolü becerilerine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2017; 7 (47): 87-94.
- Carlozzi, B. L., Winterowd, C., Harrist, R. S., Thomason, N., Bratkovich, K., & Worth, S. (2010). Spirituality anger and stress in early adolescents. *Journal of Relig Health*, 49, 445-459.
- Centers for Disease Control and Prevention. Youth Violence. Erişim: 12.12.2014. <http://www.webcitation.org/query?url=http%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fviolenceprevention%2Fyouthviolence%2Findex.html>
- Chin, L. S., & Ahmad, N. S. (2014). Effect of anger management module using cognitive behavioral therapy (CBT) on anger expression among the adolescents in secondary school. *Journal Psikologi Malaysia*, 27, 25-39.
- Cole, R. L., Treadwell, S., Dosani, S., & Frederickson, N. (2013). Evaluation of a short-term, cognitive-behavioral intervention for primary age children with anger-related difficulties. *School Psychology International Journal*, 34 (1), 82-100.
- Currie, M., & Startup, M. (2012). Doing anger differently: Two controlled trials of percussion group psychotherapy for adolescent reactive aggression. *Journal of Adolescence*, 35, 843-853.
- Çivilidağ, A. & Cooper, T. H. (2013). Ergenlerde siber zorba ve öfkenin incelenmesi üzerine bir araştırma: Niğde ili örneği. *International Journal of Social Science*, 6 (1), 497-511.
- Deffenbacher, J. L. (2008). Anger, aggression, and risky behavior on the road: A preliminary study of urban and rural differences. *Journal of Applied Social Psychology*, 38 (1), 22-36.
- Duran, Ö., & Eldeleklioğlu, J. (2005). Öfke kontrol programının 15 ve 18 yaş arası ergenler üzerindeki etkililiğinin araştırılması. *Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25 (3), 267-280.
- Edmonson, B. C. & Conger, J. C. (1996). A review of treatment efficacy for individuals with anger problems: Conceptual, assessment and methodological issues. *Clinical Psychology Review*, 16 (3), 251-275.
- Fossum, S., Handegård, B. H., Adolfsen, F., Vis, S. A., & Wynn, R. (2016). A meta-analysis of long-term outpatient treatment effects for children and adolescents with conduct problems. *Journal of Child and Family Studies*, 25 (1), 15-29.
- Galitz, T., & Robert, D. (2014). Governing bullying through the new public health model: Foucaultian analysis of a school anti-bullying programme. *Critical Public Health Journal*, 24 (2), 195-182.
- Görgü, N., & Sütçü Tekinsav, S. (2015). İşlevsel olmayan öfkenin tedavisinde bilişsel davranışçı grup terapisi etkililiği: Sistematik bir gözden geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8 (1), 129-143.
- Hahn, R., Fuqua-Whitley, D., Wethington, H., Lowy, J., Crosby, A., Fullilove, M., et.al. (2007). Effectiveness of universal school-based programs to prevent violent and aggressive behavior: A systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 33 (2), 114-129.
- Henwood, K. S., Chou, S., & Browne, K. D. (2015). A systematic review and meta-analysis on the effectiveness of CBT informed anger management. *Aggression and Violent Behavior Journal*, 25, 280-292.
- Kelleci, M., Avcı, D., Erşan, E., & Doğan, D. (2014). Bilişsel davranışçı tekniklere dayalı öfke yönetimi programının lise öğrencilerinin öfke ve atılganlık düzeylerine etkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 15, 296-303.

- King, K. K. (2014). Violence in the school setting: A school nurse perspective. *The Online Journal of Issues in Nursing*, 19, 1, 4.
- Lochman, J. E., Palardy, N. R., McElroy, H. K., Phillips, N., & Holmes, K. J. (2004). Anger management interventions. *Journal of Early and Intensive Behavior Intervention*, 1 (1), 47.
- Lochman, J. E., Power, N. R., Clanton, N., & McElroy, H. K. (2006). Anger and aggression *National Association of School Psychologists*, 115-127.
- Mackay, C. H., Barkham, M., & Styles, W. (1998). An anger event in psychodynamic-interpersonal therapy. *Journal of Counseling Psychology*, 45 (3), 279-289.
- Öz, F. S., & Aysan F. (2008). Öfke yönetimi eğitiminin ergenlerde öfke ile başa çıkma ve iletişim becerilerine etkisi. *International Online Journal of Educational Sciences*, 1 (3), 343-369.
- Özer, K. (1994). Sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (31), 26-35.
- Sağlık Bakanlığı. (2010, Mart). Hemşirelik yönetmeliği (No. 27515). Türkiye.
- Sağlık Bakanlığı (2015, Şubat) Toplum sağlığı merkezi ve bağlı birimler yönetmeliği (No. 292585). Türkiye.
- Savaşır, I., & Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel davranışçı terapilerde değerlendirme: sık kullanılan ölçekler. (ss.9.)*. Ankara: Psikologlar Derneği Yayınları.
- Sezen, B., & Bedel, A. (2016). Müzakere ve arabuluculuk eğitiminin ergenlerin kişiler arası problem çözme yaklaşımlarına ve öfkelerine etkisinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 40 (182), 63-75.
- 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.
- Sukhodolsky, D. G., Kassinove, H. V., & Gorman, B. C. (2004). Cognitive behavioural therapy for anger in children and adolescents: A meta analysis. *Aggression and Violent Behaviours Journal*, 9, 247-269.
- The Leap Series. (2011). *Anger: Managing the volcano within* (1rd ed., pp.4-12). India: Leadstart.
- Tosun, U. (2014). Anger management of students for a peaceful school environment: the group studies. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 159, 686-690.
- Türk, F., Hamamcı, Z. (2016). Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım'a dayalı olarak uygulanan öfke kontrolü programlarının etkililiğinin değerlendirilmesi: Bir meta-analiz çalışması. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9, 43, 1522-1528.
- Türkiye Büyük Millet Meclisi Araştırma Komisyonu. (2007). Türkiye'de ortaöğretime devam eden öğrencilerde ve ceza ve infaz kurumlarında bulunan tutuklu ve hükümlü çocuklarda şiddet ve bunu etkileyen etkenlerin saptanması. Araştırma Raporu, Ankara, 56-58.
- World Health Organization. (2014). Global status report on violence prevention. Retrived November 13, 2014 from <http://www.who.int/violenceprevention/publications>