

2024

EĞİTİM BİLİMLERİ ABD

GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BENHÜR OKAN

T.C.
GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ÖĞRETMEN ADAYLARININ SÜREKLİ ÖFKE VE ÖFKE İFADE TARZLARININ BENLİK ALGILARIYLA İLİŞKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BENHÜR OKAN

GAZİANTEP
ŞUBAT 2024

T.C.
GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

**ÖĞRETMEN ADAYLARININ SÜREKLİ ÖFKE VE
ÖFKE İFADE TARZLARININ BENLİK ALGILARIYLA
İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BENHÜR OKAN

Tez Danışmanı: Dr. Öğretim Üyesi EYYÜP ÖZKAMALI

GAZİANTEP
ŞUBAT 2024

TEZ ONAY SAYFASI**Öğrencinin Adı ve Soyadı :** Benhür OKAN**Üniversite :** Gaziantep Üniversitesi**Enstitü :** Eğitim Bilimleri Enstitüsü**Ana Bilim Dalı ve Bilim Dalı :** Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı**Tezin Başlığı :** Öğretmen Adaylarının Sürekli Öfke Ve Öfke İfade Tarzlarının Benlik Algılarıyla İlişkisi**Tezin Savunma Tarihi:** 08/02/2024

Bu tezin yüksek lisans tezi olarak gerekli şartları sağladığını onaylıyorum.

Prof. Dr. Mehmet MURAT
Enstitü ABD Başkanı

Bu tez tarafımda okunmuş, kapsamı ve niteliği açısından bir yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Dr. Öğr. Üyesi Eyyüp ÖZKAMALI
Tez Danışmanı

Bu tez tarafımızca okunmuş, kapsam ve niteliği açısından bir yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

İmzası

Dr. Öğr. Üyesi Eyyüp ÖZKAMALI

Dr. Öğr. Üyesi Abdullah Nuri DİCLE

Prof. Dr. Mehmet MURAT

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Onayı

Doç. Dr. Mahmut KALMAN
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde, bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

İmza:

Adı ve Soyadı: Benhür OKAN

Öğrenci Numarası: 222623111008

Tezin Savunma Tarihi: 08.02.2024

ÖN SÖZ

Bu araştırmanın amacı; eğitim fakültelerinde öğrenim gören ve geleceğimizin öğretmenleri olacak bireylerin sürekli öfkeleri ve bu öfkelerini ifade etme tarzlarının benlik algılarıyla arasındaki ilişkiyi incelemektir. Yapılan bu çalışma altı ana bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde araştırmanın problemi, amacı, önemi, sayıltıları, sınırlılıkları ve tanımlardan oluşan giriş bölümü yer almaktadır. Çalışmanın ikinci bölümünde kavramsal çerçevelere yer verilmiştir. Üçüncü bölümde araştırmanın modeli, çalışma gurubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve çözümlemesinin yer aldığı yöntem bölümünden oluşmaktadır. Dördüncü bölümde araştırmadan elde edilen bulgular yer almaktadır. Beşinci bölümde araştırma sonuçları ile literatürün karşılaştırıldığı tartışma bölümü yer almaktadır. Altıncı ve son bölümde ise araştırmanın sonuçları ve önerilere yer verilmiştir.

Araştırmanın en başından sonuna kadar değerli bilgilerini paylaşan, yardımlarını esirgemeyen, fikir ve önerileri ile yol gösteren tez danışmanım sayın Dr. Öğr. Üye. Eyyüp ÖZKAMALI' ya;

Tüm hayatım boyunca her konuda beni destekleyen annem Resmi OKAN'a, babam Yaşar OKAN'a ve ayrıca desteklerinden dolayı kardeşim Özgür OKAN'a teşekkür ederim.

Benhür OKAN

Şubat, 2024

ÖZET

ÖĞRETMEN ADAYLARININ SÜREKLİ ÖFKE VE ÖFKE İFADE TARZLARININ BENLİK ALGILARIYLA İLİŞKİSİ

OKAN, Behür
Yüksek Lisans Tezi,
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı
Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üye. Eyyüp ÖZKAMALI
Şubat-2024, 59 sayfa

Bu araştırma, öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile benlik algıları arasındaki ilişkiyi incelemek, bazı değişkenlere göre anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırma örneklemini, 2015-2016 eğitim-öğretim yılında Gaziantep Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören 400 kız 139 erkek öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplamak amacıyla Özer (1994) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan "Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği", Şahin (1992) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan "Sosyal Karşılaştırma Ölçeği" ve araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, ilişkilerin incelenmesinde Spearman's Korelasyon Testi, farklılıkların belirlenmesinde Kruskal-Wallis H Testi ve anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere Mann-Whitney U Testi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular $p < ,05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Araştırma sonucuna göre, öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile benlik algıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öğretmen adaylarının benlik algıları yükseldikçe öfke kontrolünün arttığı ve sürekli öfke düzeyinin, öfkeyi içe yansıtma ve öfkeyi dışa yansıtma durumlarının azaldığı görülmüştür. Öğretmen adaylarının cinsiyet, bölüm, ekonomik durum değişkenleri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Yaş, sınıf, anne baba durumu, anne eğitim düzeyi ve baba eğitim düzeyi değişkenlerine göre öğretmen adayları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Benlik Algısı, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEPTION OF CONSCIOUSNESS AND CONSTANT RAGE AND WAY OF EXPRESSING THE RAGE ON TEACHER CANDIDATES

OKAN, Benhur

M.A. Thesis,

Department of Educational Sciences

Guidance and Psychological Counseling

Supervisor: Asst.Prof. Eyyup OZKAMALI

February-2024, 59 Pages

This research was conducted to examine the relationship between teacher candidates' trait anger and anger expression styles and their self-perception, and to determine whether there is a significant difference according to some variables. The research sample consists of 400 female and 139 male students studying at Gaziantep University Faculty of Education in the 2015-2016 academic year. In order to collect data in the study, the "Trait Anger and Anger Expression Style Scale" adapted to Turkish by Özer (1994), the "Social Comparison Scale" adapted to Turkish by Şahin (1992) and the "Personal Information Form" prepared by the researcher were used. In the analysis of the data, Spearman's Correlation Test was used to examine the relationships, Kruskal-Wallis H Test was used to determine the differences, and Mann-Whitney U Test was used to determine which groups caused the significant difference. The findings were evaluated at the $p < .05$ significance level. According to the results of the research, a significant relationship was found between teacher candidates' trait anger and anger expression styles and their self-perception. It has been observed that as the self-perception of teacher candidates increases, their anger control increases and their trait anger level, anger introjection and anger externalization decrease. A significant difference was found between teacher candidates' gender, department, economic status variables and their trait anger and anger expression styles. There wasn't any significant difference between the teacher candidates according to the variables of age, grade, parental status, mother's education level and father's education level.

Key Words: Self Perception, Trait Anger and Anger Expression Style

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI	i
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....	ii
ÖN SÖZ	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
TOBLOLAR LİSTESİ.....	ix
EKLER LİSTESİ	x
KISALTMALAR	xi

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Problemi	2
1.2. Alt Problemler	2
1.3. Araştırmanın Amacı	2
1.4. Araştırmanın Önemi.....	3
1.5. Araştırmanın Sayıltıları	3
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları	4
1.7. Tanımlar	4

BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Öfke.....	5
2.1.2. Kuramların Öfkeye Bakış Açısı	7
2.1.3. Öfkenin Boyutları.....	8
2.1.3.1. Fizyolojik Boyutu	8
2.1.3.2. Sosyal ve Bilişsel Boyutu	8
2.1.3.3. Davranış Boyutu	9
2.1.4. Öfkenin Nedenleri	9
2.1.5. Öfkenin İşlevleri.....	10
2.1.6. Öfkenin Belirtileri	10
2.2. Benlik	11
2.2.1. Benlik Algısı	12
2.3. İlgili Araştırmalar.....	12

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1 Araştırmanın Modeli	19
3.2 Evren ve Örneklem	19
3.3 Veri Toplama Araçları	20
3.3.1 Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği	20
3.3.2 Sosyal karşılaştırma Ölçeği	21
3.3.3 Kişisel Bilgi Formu	21
3.4 Verilerin Toplanması	21
3.5 Verilerin Çözümlemesi	22

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Öğretmen Adaylarının Genel Değişkenlere Göre Elde Edilen Bulgular	23
4.2. Alt Problemlere İlişkin Elde Edilen Bulgular	27
4.2.1. Araştırmanın Birinci Alt problemine İlişkin Bulgular	27
4.2.2. Araştırmanın İkinci Alt problemine İlişkin Bulgular	28
4.2.3. Araştırmanın Üçüncü Alt problemine İlişkin Bulgular	30
4.2.4. Araştırmanın Dördüncü Alt problemine İlişkin Bulgular	32
4.2.5. Araştırmanın Beşinci Alt problemine İlişkin Bulgular	33
4.2.6. Araştırmanın Altıncı Alt problemine İlişkin Bulgular	34
4.2.7. Araştırmanın Yedinci Alt problemine İlişkin Bulgular.....	36
4.2.8. Araştırmanın Sekizinci Alt problemine İlişkin Bulgular	37
4.2.9. Araştırmanın Dokuzuncu Alt problemine İlişkin Bulgular	39

BÖLÜM V

TARTIŞMA

5.1. Öğretmen Adaylarının Sürekli Öfke Ve Öfke İfade Tarzlarıyla Benlik Algıları Arasındaki İlişki	42
5.2. Öğretmen Adaylarının Sürekli Öfke Ve Öfke İfade Tarzlarının Demografik Değişkenlere Göre İlişkisi.....	43

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar	46
6.2. Öneriler	47
KAYNAKÇA	49
EKLER	53
ÖZGEÇMİŞ	59
VİTAE	59



TOBLÖLAR LİSTESİ

Tablo 3.1. Shapiro-Wilk Normallik Testi	22
Tablo 4.1. Araştırmaya Katılan Öğretmen Adaylarının Öğrenim Görünen Bölüme İlişkin Dağılımları	23
Tablo 4.2. Araştırmaya Katılan Öğretmen Adaylarının Yaşlarına İlişkin Dağılımları	24
Tablo 4.3. Araştırmaya Katılan Öğretmen Adaylarının Cinsiyetlerine İlişkin Dağılımları	24
Tablo 4.4. Araştırmaya Katılan Öğretmen Adaylarının Sınıflarına İlişkin Dağılımları	24
Tablo 4.5. Araştırmaya Katılan Öğretmen Adaylarının Anne ve Baba Durumuna İlişkin Dağılımları	25
Tablo 4.6. Araştırmaya Katılan Öğretmen Adaylarının Anne Öğrenim Düzeyine İlişkin Dağılımları	25
Tablo 4.7. Araştırmaya Katılan Öğretmen Adaylarının Anne Öğrenim Düzeyine İlişkin Dağılımları	26
Tablo 4.8. Araştırmaya Katılan Öğretmen Adaylarının Ekonomik Durumlarına İlişkin Dağılımları	26
Tablo 4.9. Araştırmaya Katılan Öğretmen Adaylarının Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ile Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği Alt Puanları ile İlişkisi	27
Tablo 4.10. Öğretmen Adaylarının Yaş Guruplarına Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Ölçeklerine İlişkin Kruskal-Wallis H Testi Sonuçları	29
Tablo 4.11. Öğretmen Adaylarının Bölümlerine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Ölçeklerine İlişkin Kruskal-Wallis H Testi Sonuçları	30
Tablo 4.12. Öğretmen Adaylarının Bölümlerine Göre Sürekli Öfke Alt Ölçeğine İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları	31
Tablo 4.13. Öğretmen Adaylarının Bölümlerine Göre Öfke Kontrol Alt Ölçeğine İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları	32
Tablo 4.14. Öğretmen Adaylarının Sınıf Düzeylerine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Ölçeklerine İlişkin Kruskal-Wallis H Testi Sonuçları	33
Tablo 4.15. Öğretmen Adaylarının Cinsiyetlerine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Ölçeklerine İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları	34
Tablo 4.16. Öğretmen Adaylarının Anne-Baba Durumuna Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Ölçeklerine İlişkin Kruskal-Wallis H Testi Sonuçları	35
Tablo 4.17. Öğretmen Adaylarının Anne Öğrenim Düzeyine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Ölçeklerine İlişkin Kruskal-Wallis H Testi Sonuçları	36
Tablo 4.18. Öğretmen Adaylarının Baba Öğrenim Düzeyine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Ölçeklerine İlişkin Kruskal-Wallis H Testi Sonuçları	37
Tablo 4.19. Öğretmen Adaylarının Ekonomik Durumlarına Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Ölçeklerine İlişkin Kruskal-Wallis H Testi Sonuçları	39
Tablo 4.20. Öğretmen Adaylarının Ekonomik Durumlarına Göre Sürekli Öfke Alt Ölçeğine İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları	40
Tablo 4.21. Öğretmen Adaylarının Ekonomik Durumlarına Göre Öfke İçerik Alt Ölçeğine İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları	41

EKLER LİSTESİ

Ek 1. Kişisel Bilgi Formu	56
Ek 2. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği	57
Ek 3. Sosyal karşılaştırma Ölçeği	59
Ek 4. Uygulama İzinleri	60



KISALTMALAR

SPSS: Statistical Package for Social Sciences

SÖÖİTÖ: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği

SKÖ: Sosyal karşılaştırma Ölçeği



BÖLÜM I

GİRİŞ

Çalışmanın bölümünde, araştırmanın problemi, alt problemleri, amacı önemi, sınırlılıkları, sayıtları ve tanımlar yer almaktadır.

Öfke genel manada zamanında gerçekleşmemiş isteklere, beklentiler dışında karşılaştığımız durumlara ve beklentileri yerine getirememiş olmanın verdiği durumdan kaynaklı insanların verdiği duygusal olan tepkilerdir. Diğer tabii duygular gibi yapıcı, olağan ve sağlıklı şekilde ifade edilecek öfke duygusu insanlar arasındaki ilişkileri düzenleyen, ilişkilere olumlu şekilde katkı sağlayan bir duygudur. Bunun tam tersi olarak kontrol edilemeden ifade edilirse insan ilişkilerini zedeleyen insanları birbirinden uzaklaştıran kişilerin birbirine zarar vermesine dahi neden olabilecek tehlikeli bir potansiyele sahiptir. Günümüzde iş ortamındaki kavgalarda, aile içi şiddet olaylarında, çocuklara yapılan istismarlarda, trafikte yaşanan kavgalarda sağlıklı bir dille ifade edilemeyen öfke duygusunun izlerine rastlanmaktadır. Bireyler öfke duygusunu kabul etmek ve onu düzenlemek yerine öfke duygusunu yok sayarlar ya da bastırma yoluna giderler. Yapılan birçok araştırmada bireyler tarafından öfke duygusu sağlıklı bir biçimde dile getirilemez ve içe atılıp bastırılmaya çalışılır ise kalp hastalıklarına, mide rahatsızlıklarına, ve tansiyona bağlı hastalıklara yol açabilmekte olup kişinin sağlık bütünlüğü için tehdit oluşturabilmektedir. Öfke duygusunun içe atılması ya da inkar edilmesi sağlıklı bir durum olarak görülmemektedir. Öfke duygusunun kişiyi koruma, uyarma ve itici güç oluşturma gibi özellikleri vardır. Doğal olarak öfke bir sorun karşısında kişiye sinyal verir kendisi için zararlı olabilecek durumlardan kişinin kendisini koruması açısından önleyici özelliği ön plana çıkar. Kişi öfke duygusunu tanımalı onu bastırmak yerine

onunla yüzleşmeli nasıl dile getireceği konusunda kendisini eğitip öfkesini sağlıklı bir biçimde dile getirmelidir (Soykan, 2003: 19).

1.1. Araştırmanın Problemi

Bu araştırmada “Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarıyla benlik algıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” Temel problemi oluşturmaktadır. Temel probleme bağlı alt problemler aşağıda sıralanmıştır.

1.2. Alt Problemler

1. Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarıyla benlik algıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları yaş guruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
3. Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları bölümlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
4. Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları sınıflarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
5. Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
6. Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları anne-baba durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
7. Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları anne öğrenim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
8. Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları baba öğrenim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
9. Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ekonomik durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

1.3. Araştırmanın Amacı

Yapılan çalışmanın amacı, öğretmen yetiştiren fakültelerdeki öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarıyla benlik algıları arasındaki ilişkiyi belirlemek ve

aynı zamanda öfkeleri ve bunları ifade etme biçimlerinin çeşitli değişkenlere açısından fark yaratıp yaratmadığını bulmaya çalışmaktır.

1.4. Araştırmanın Önemi

Öfke duygusunu insanların olağan bir davranışı olarak derece normal bir insan faaliyeti olmakla birlikte onunla baş edebilmek için en yararlı yollardan birisinin öfkelenildiğinde bunu en zararsız şekilde ifade edilmesidir (Alberti ve Emmons, 1998). Aynı zamanda öfkenin dışarıya aktarılması kısa süreli de olsa insan açısından bir yarar sağlasa da olumsuz durumun çözülmesi için kalıcı bir yarar sağlamadığını belirtmiştir.

21. Yy toplumunda öfke kaynaklı şiddet olaylarına sürekli olarak rastlamaktayız. Öfkeyi etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bunlardan birinin de kişilerin kendilerine yönelik algıları olduğu düşünülmektedir. Öğretmen adaylarının olumlu benlik algısını güçlendirecek yaklaşımlardan yararlanılması ve bu yöndeki davranışların kazandırılması sağlanarak, benlik algısından kaynaklanan öfke patlamalarının önüne geçilebilecek ve öğrencilerle yaşanacak şiddet ve çatışma ortamlarının önlenmesine katkı sağlanacaktır.

Alan yazında, benlik algısı ile öfke ilişkisini inceleyen az sayıda çalışma yer almaktadır. Ancak, üniversitelerin eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin “benlik algıları” ile “sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının” ilişkisini inceleyen herhangi bir araştırmaya denk gelinmemiştir. Yapılan bu araştırmada öğretmen adaylarının aile, arkadaş, öğrenciler ve üniversiteyle ilgili yaşadıkları öfke kaynaklı sorunların çözümlenmesine fayda sağlaması amaçlanmaktadır.

1.5. Araştırmanın Sayıtları

1. Çalışmada kullanılan Kişisel Bilgi Formu, SÖÖİTÖ ve SKO veri toplama araçlarının veri toplama açısından yeterli olabileceği varsayılmıştır.

2. Veri toplama araçlarını cevaplandıran öğretmen adaylarının tarafsız, önemseyen ve samimi oldukları varsayılmıştır.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmanın örnekleme Gaziantep Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencileriyle sınırlıdır.

2. Araştırmanın bulguları, öğretmen adaylarına uygulanan “Sosyal Karşılaştırma Ölçeği” puanları ve Öfke ve Öfke Tarzını tespit için kullanılan ‘Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği’ puanlarıyla sınırlıdır.

3. 2013 yılında başladığım yüksek lisans eğitimime 2015-2016 eğitim öğretim yılındaki verileri toplayarak tez çalışmamı sürdürürken özel nedenlerden dolayı eğitimim yarıda kaldı ve üniversite ile ilişğim kesildi. Af yasasıyla tekrardan üniversiteye kabul edildikten sonra tez çalışmama devam ettim. Bu nedenlerden dolayı araştırma verileri 2015-2016 yıllarındaki bulgularla sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Öfke: Kişinin engelleme, kırılma veya tehdit edilmeye karşı karşılaştığındaki gösterilen saldırganlık, sinir ve şiddet tepkisidir (TDK, 2017).

Durumluluk Öfke: Kişinin belirli olayla karşı karşıya kaldığındaki öfke düzeyidir (Özer, 1994a).

Sürekli Öfke: Kişinin durumluluk öfke eğilimidir (Özer, 1994a).

Öfke İç: Hissedilen öfkenin bastırılarak içte tutulması (Özer, 1994b).

Öfke Dış: Hissedilen öfkenin dışa vurumu (Özer, 1994b).

Öfke Kontrol: Öfkenin mantığa bürünme, bastırma inkar gibi savunmalarla kontrol edilmesidir (Özer, 1994b).

Benlik Algısı: Kişinin, farklı kişilik özelliklerinin kendisinde ne kadar ne derecede bulunduğu dair değerlendirmelerin bütünüdür (Kuzgun, 1983).

BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Öfke

Günümüz teknolojik gelişmeleriyle birlikte birbirine çok uzakta olan insanlar birbirleriyle yakınlaşmakta ve bazen de tam tersi olarak ta birbirine yakın olan insanlar teknolojinin etkisiyle birbirlerinde uzaklaşmaktadırlar. Teknolojik gelişmelere uyum sağlamaya çalışan birey öfke duygusunu kendi içinde yaşamakla birlikte arkadaş çevresi ve ailesi ile yaşayabilmektedir (Bilge, 1997).

Öfke davranışını sağlıklı biçimde yaşayabilmek için çözüm yollarına başvuran, sağlıklı bir şekilde kontrolünün sağlanmasını vurgulayan ve bütün bunları sağlayabilmek için destek arayışına giren kişi sayısı az olmasına karşın öfke duygusu yaşantımızda düşünülenenden çok daha fazla yer edinmektedir. Günümüz çağında zorlu yaşam şartları, zorlu sosyal ve ekonomik koşullar, güvensiz ortamlar insanları daha kızgın, saldırgan, tahammülsüz hale getirmektedir (Soykan, 2003).

Öfke, gerçekleşmeyen amaçlara, olumsuz sonuçlara, doyurulmayan ihtiyaçlara ve istenmeyen durumlara karşı kişilerin vermiş olduğu olağan ve son derece doğal bir ifade biçimidir. (Soykan, 2003). Öfke duygusu, bireyin bütünlüğünü riske atacak durumlar karşısında ortaya koyduğu olağan bir tepki olmakla birlikte bireyler açısından ifade edilme biçimi farklılaşmaktadır (Güleşer 2020).

Öfke, Biaggio tarafından (1989), gerçek ya da gerçek olduğu düşünülen rahatsız edici bir durum, adaletsizlik durumlarında kişilerin zihninde oluşan ve onları bu olumsuz etkilerden koruyan bir duygusal ifade olarak değerlendirilirken; Törestad (1990) öfke duygusunun planlı bir şekilde oluşmadığı genellikle isteklerin

engellenmesi, adaletsizliğe uğrama, kötü atıflar, küçük görülme gibi karşılaşılan durumlarda ortaya çıkan durumdur (Akt. Balkaya ve Şahin, 2003).

Öfke, kişinin amaç, gereksinim ve ilgi duyduğu şeylere ulaşamaması ve adaletsizliğe uğraması durumunda kendisini düzgün şekilde dile getirememesi durumunda yaşadığı duygu durumudur (Şahin, 2005).

Kısaç (1997) öfke duygusunu, kişilerin gereksinim, amaç ve planlarına karşı gelinmesi ya da bazı durumlarda haksızlığa ve hukuksuzluğa uğrayıp kendini saldırıya uğrayacakmış gibi hissetmesi sonucunda kendisini koruyabilmek ve karşıdakine engel olabilmek için sergilediği bir duygu durumudur.

Gençtan (1995) insanı engelleyen bir durumla baş başa kalan bireylerden bazıları öfkelerini anlık ifade ederken, bazıları da kendisini engelleyen durum erdikten sonra öfkelenebilir bazıları da öfkelerini bastırabilirler.

Öfke, insanların tabi duygularından biri olarak tanımlanır. Öfke sağlıklı biçimde kontrol edildiğinde insanlar arası ilişkileri, psikolojik ve sosyal gelişimi sağlayarak bireyi mutlu ve huzurlu ederken; sağlıklı şekilde yönetilmediğinde aşırı kaygı, mutsuzluk, umutsuzluğa yol açarak arkadaş ve aile ilişkilerinin olumsuz yönde etkilemektedir (Soykan 2003, Tatlıoğlu, Karaca 2013, Akt. Özmen ve Ark. 2016).

Budak (2000), öfke duygusu, “Engellenme, saldırıya uğrama, tehdit edilme, yoksun bırakma, kısıtlama vb. gibi durumlarda hissedilen ve genellikle neden olan şeye ya da kişiye yönelik şu ya da bu biçimde saldırgan davranışlarla sonuçlanabilen oldukça yoğun olumsuz bir duygu” olarak tanımlanabilir (Akt. Kaymak, Özmen, 2004).

Öfke duygusu sağlıklı bir şekilde dile getirildiğinde, olağan ve insani bir duygudur. Bunun tam tersi sağlıklı olarak ifade edilemeyip kontrolden çıktığında ise arkadaş ilişkileri, iş ortamı, aile içi ilişkileri olumsuz yönde etkilemektedir. Birçok sosyal ve kişisel sorunların (ailesel şiddet, istismar, fiziksel saldırı, psikolojik saldırı vb.) altına yatan neden öfke duygusudur. Öfke kişinin kendisinden kaynaklı olarak ya da başka kişilerin müdahalesine bağlı olarak ortaya çıkabilir. Aile bireylerine, patronuna, iş arkadaşlarına, öfkelenebileceğimiz gibi; ekonomik problemler, olumsuz hava koşulları, geç kalınan bir buluşma gibi olaylara da öfkelenebiliriz. Kişinin öfkelenmesi önyargılarına bağlı olabileceği gibi daha önceki deneyimlerin bağlı olarak ta gelişebilir (Kökdemir,2004).

2.1.2. Kuramların Öfkeye Bakış Açısı

Bilişsel yaklaşım insan duygularının anlaşılabilir ve net bir biçimde açıklanabileceğini savunur. İnsan duyguları yaşanan durumla her ne kadar uyumasa da mantıklı bir açıklaması olmasa da bu durum bireyin mantık dışı düşüncelerinden kaynaklanmaktadır. Bu durumda tam tersi düşünülebilir hata duygularda değil insanın sahip olduğu yanlış düşünceler olduğu için suçlanması gereken yanlış düşünceleridir. (Şahin, 2005).

Bilişsel-davranışçı yaklaşım bakış açısından öfke, bilişin davranışlardan, davranışında bilişten etkilendiği, temelinde bilişe bağlı olan insanı bir duygu olarak tanımlanmaktadır. Kişinin öfkesini dile getirirken bunu sağlıklı bir biçimde ifade etmesi ya da şiddet içeren sağlıksız ifade biçimi davranışsal boyutu oluşturmaktadır (Boman, 2003, Akt. Çivitçi, 2007). İnsanda oluşan öfke duygusu ve bunun sonucu insanda oluşan tepkiler, karşılaştığı durumu bilişse yapılandırmasına bağlıdır. Bir olay, saldırı, adaletsizlik, kötü atıflara maruz kalma, isteklerin kısıtlanması, hakarete uğrama gibi algılandığında öfke duygusu oluşmaktadır. Kişide oluşan bu öfke sözel olarak ifade edilebileceği gibi kişi bunu içinde yaşayabilir. Oluşan bu yapıda biliş-öfke-davranış arasında karşılıklı ilişkiden söz edilebilir (Baklaya, 2001, Akt. Şahin, 2005).

Psikanalitik yaklaşımın öfkeye bakış açısına bakıldığında bu kuram, öfkeyi insanın şiddet ve saldırganlık duygularının bir parçası olarak görmektedir. Psikanalitik yaklaşımın bakış açısına göre insanın davranışlarına yön veren ölüm ve yaşam içgüdüleri olarak iki temel güdü vardır. Yaşam içgüdüleri eros, ölüm içgüdüleri ise thanatosdur. Yaklaşımın kurucusu Freud, yaşam içgüdülerini cinsellik, ölüm içgüdülerini saldırganlıkla ilişkilendirmiştir. (Geçtan,1993, Akt. Özmen, 2006).

Birey merkezli yaklaşımı açısından incelendiğinde, öfkenin insanların hayatında bir görevi olduğunu belirtir ve bu görevin hangi amaçlar doğrultusunda kullanıldığı önemlidir. Bu sebeplerden dolayı insanın öfke duygusu hakkında kendi yaşamındaki yerinin farkına varması önemlidir. Birey merkezli yaklaşıma göre öfke kişinin benlik saygısının düşmesine neden olan durumlar karşısında bireyde oluşan olumsuzluk durumuna karşı vermiş olduğu duygusal tepki olarak görülmektedir (Ohrnstein, 1999, Akt. Özmen,2006).

Öfkeyi Farklı açılardan ele alan kuramsal yaklaşımlar öfke tanımında ortak bir noktada buluşmaktadır. Kuramların ortak görüşlerine göre kişinin kendisine bağlı

ya da başka insanların davranışlarına bağlı olarak ortaya koyduğu içsel ya da dışsal tepkilerdir (Özmen, 2006).

Çeşitli yaklaşımlar tarafından ele alınan öfke duygusu bazı yaklaşımlara göre bireyin temel duygularından birini oluştururken bazı yaklaşımlara göre ise ana duyguların yaşanması sonucu oluşan duygusal bir tepkidir. Öfkelenmeye neden olan durumun ortaya çıkmasındaki ortak görüş kişinin isteklerinin engellenmesidir. Aynı zamanda öfke duygusunun sonucunda ortaya çıkan tepkiler daha çok fiziksel olarak ortaya çıkmaktadır. Bunlar saldırı, küfür, hakaret, darp, bağırma vb. tepkiler olarak sıralanabilir (Şahin, 2005).

2.1.3. Öfkenin Boyutları

2.1.3.1. Fizyolojik Boyutu

İnsanların duyguları ile davranışları doğrudan bağlantılıdır. İnsanlar mutlu oldukları zaman daha pozitif daha hareketli daha ve enerjik olmakta, mutsuz olduklarında ise daha negatif daha hareketsiz ve enerjisi düşük bir fiziksel durum sergilemektedirler. Öfke duygusu da bireyde bazı fiziksel değişikliklere neden olabilmektedir. İnsanlar öfke durumuna göre fiziksel, duygusal ve hormonal değişime uğrayabilmektedir (Tarhan, 2019). Bazı insanlarda gözlenen öfkelerini bastırma durumunda baş ağrısı, cilt problemleri, mide rahatsızlıkları, sinir sistemi sorunları psikosomatik rahatsızlıklar yaşayabilmektedirler (Kökdemir, 2004).

2.1.3.2. Sosyal ve Bilişsel Boyutu

Bireyler içinde buldukları toplumun ve bu topluma ait kültürün etkisiyle benimsedikleri kalıpları öfkelenedikleri zaman sergileyip içe dönük öfke ya da dışarıya yönelip dışa dönük olarak öfkelerini sergileyebilirler (Kısaç, 1999). Günlük yaşantılarda öfke ve kaygı gibi durumlar devam ediyorsa buna neden olan durum bir olay karşısında zihnimizin o olayı yorumlama şeklinden kaynaklanıyor olabilir (Uslu, 2004).

İnsanları öfke durumları ile kültürü ve inanç sistemi yakından ilgilidir. İnsanlar bazı olaylar karşısında inançlarına ve kültürlerine göre tepki geliştirir bazı

durumlar aşırı öfke yaratabilirken bazı durumlar karşısında hiç tepki gösterilmeyebilir (Navaro, 2004, s:46)

2.1.3.3. Davranış Boyutu

Bireyin yaşadığı öfke sonucunda karşısındaki bireye karşı sergilediği kırma, küçümseme, aşağılama, hakaret benzeri konuşmalar kişinin yaşadığı öfkenin davranışa dökülme halidir (Köknel, 2005).

Öfkenin davranışsal boyutu gösterilen motor davranışlar ve sözel ifadeler olarak iki şekilde ifade edilirken, kişiler içe yöneltme, dışa yöneltme ve duyguyu dizginleme şeklinde tepkiler ortaya kaymaktadır (Kısaç, 1999).

2.1.4. Öfkenin Nedenleri

Genel ifadeyle öfke duygusuna yol açan nedenler; adaletsizlik, isteklerin engellenmesi, istismar, fiziksel saldırılar, sözel saldırılar ve hakaretler olarak sıralanabilir (Kökdemir, 2004).

Gazda (1995) öfke duygusuna sebep olan nedenleri dört ana başlıkta incelemektedir. Öfkeye neden olan başlıklar tartışılarak aşağıda sıralanmıştır.

1.Kayıplar: İnsanın yaşamında değer verdiği ve sevdiği bir kişiyi kaybetmiş olmak, çalışma hayatındaki işini kaybetmiş olmak, bir hastalık ya da kaza sonucu fiziksel bir özelliğini kaybetmiş gibi durumlar bireyde yas, üzüntü, stres, kahır gibi duyguları yaşamasına neden olur. Bu ve benzeri kayıplarda bireyde öfke duygu ortaya çıkar. Bu durumlarda öf duygusunun yanı sıra olumsuz benzeri duyguların ortaya çıkması olasıdır.

2.Tehditler-Korkular: İnsanların maruz kaldığı saldırılar, hakaretler, ekonomik kaygılar, gelecek kaygısı, güvenlik ihtiyacı duyma gibi korku ve kaygılı durumlar sonucunda öfke duygusuyla karşı karşıya kalabilir. Öfke tanımlarının ortak noktasın bakıldığında “saldırıya uğramak ve tehdit edilmek öfkeye neden olur” düşüncesi temel özelliklerden birisidir. Bu ifade doğru oldu kadar bazı durumlarda farklı durumların ortaya çıktığı görülmektedir. Tehdit ve korkular sonrasında birey öfke haricinde çeşitli tepkiler gösterebilir. Örnek verecek olursak psikolojik ya da fiziksel saldırıyla karşı karşıya kaldığında fiziksel olarak karşısındaki insana saldırıya

geçebileceği gibi bunun tam tersi olarak saldırılar karşısında üzgün ve mutsuz hissederek tepkisini içinde yaşayabilir.

3.Engellenme: Kişi isteklerini gidermek üzere bazı girişimlerde bulunur bu istekleri gerçekleşmesini engellenirse hedeflerine ulaşamama sonucunda öfke duygusuna kapılabilir. Engelleme öfkeye neden olduğu gibi genele bir yargı olarak “engellenme öfkeye yol açar” ifadesi incelenmesi gereken bir ifade olup her zaman her koşulda geçerli bir ifade olamayacağı bazı durumlarda sınırlanabileceği dikkat çekmektedir.

4.Reddedilme: Bireyin başka kişi tarafından onaylanmaması sonucu reddedilmesi, bir işe girememesi ya da bir ortama girme konusunda reddedilmesi sonucunda öfke duygusu ortaya çıkabilmektedir (Akt. Özmen, 2006).

2.1.5. Öfkenin İşlevleri

İnsanın diğer duyguları gibi öfke duygu da açıklanabilen, kabul gören ve sağlıklı bir biçimde kontrol edildiğinde belli işlevlere sahip olan bir duygudur (Soykan, 2003).

Korkut (2002), öfkenin olağan bir duygu durumu olarak tanımlasa da bazı durumlarda insanın kendini başkalarından koruması ve kendi sınırlarına gelen saldırılar karşısında kendisini korumaya yardımcı olacağı ve haksızlıklara karşı koyma işlevine sahip bir özelliği olduğunu belirtmektedir. Öfkenin aynı zamanda güç, kontrol, istenmeyen durumdan kaçma, iletişim sıkıntısı, rahatsız edici duygulardan kaçma ve savunma işlevleri de bulunmaktadır.

Birçok canlının doğada yaşamda kalabilmesi, kendini koruyabilmesi için kendisine karşı yapılacak saldırılara ya da tehditlere karşı saldırıda bulunması gerekebilir. Bu durumlarda öfke kişinin saldırıya uğramasını engelleyebileceği gibi karşı saldırıya geçip kendisini korumasına yardımcı olan bir işleve de sahiptir. (Smith, 1993, Akt. Soykan, 2003).

2.1.6. Öfkenin Belirtileri

Kökdemir’e (2004) göre öfke duygusu, hafif bir ifadeyle dile getirilebileceği gibi aşırı tepkilerle de ortaya çıkabilen bir duygudur. Diğer duygularımızda olduğu gibi biyolojik ve fiziksel değişmelerle birlikte ortaya çıkabilir. Öfkeyi tanıyabilirsek

sağlıklı bir şekilde anlayabilirsek vücudumuzun vereceği tepkileri de tanıyabiliriz. Vücudumuz bize bazı işaretlerle bunu gösterir:

- Uyarıcı bir duyguyu tetikler,
- Stresli ve gergin olma durumu oluşur,
- Adrenalin artar bu da enerjimizi yükseltir,
- Nefes alıp veriş hızlanır,
- Kalp atış hızında artış olur,
- Kan basıncında yükseliş olur,
- Kişi fiziksel ve zihinsel olarak “savaş ya da kaç” durumuna hazırdır.

Tavris (1989), öfke duygusuyla birlikte yaşanan vücut stresinin artması, çatık kaşlar, dişlerin sıkılması, sert bakma, elleri yumruk pozisyonuna getirme, titreme, kızarma, vücudun belirli bölgelerinin uyuşması, nefes alışverişinde zorlanma, sıkışma hissi, terleme, sıcaklık basmış hissi, çeşitli bölgelerde oluşan seğirmeler, baş ağrısı, ani ve dürtüsel hareketlerin artması gibi insanda fizyolojik olarak durumlar ortaya çıkabilmektedir (Akt. Balkaya ve Şahin, 2003).

2.2. Benlik

Burn'a (1982) göre benlik kavramı kişinin kendisini sorgulayıp değerlendirmesi ve bu değerlendirme sonucunda kendisi hakkındaki inanışlarıdır. Benlik, kişinin karşılaştığı olumlu ya da olumsuz durumlar, hedefleri ya da kendi isteği dışında çevrenin etkisinde oluşturulan dayatmalar gibi karşılaştığı tüm olumlu ve olumsuz durumların etkilediği karmaşık bir süreçtir (Teşneli, 2007).

Bireyin doğasını, özelliğini ve kişiselliğini algılama biçimi benlik olarak tanımlanmaktadır. Bireyin kendisine yönelik tutumu ve oluşturduğu kimlikler benlik kavramını oluşturmaktadır. İnsanların kendileri hakkında bilişsel algı ve tutum geliştirmelerine katkı veren benlik kavramı, bireylerin kendi kendini tanımlamasını ve eleştirmesine olanak sağlamaktadır (Bilgin ve ark., 2011).

Benlik kavramı Borg ve Riding'e (1991) göre, “kendini yapılandırma, , kendi kendine bakış açısı ve kendini tanımlama olarak tanımlanmaktadır.” Benlik kavramı bireyin doğduğunda temellenir, belirli sürelerde karşılaştığı pozitif ya da negatif

olaylara karşı verdiği tepkilerle birlikte oluşarak bireyin problem, olaylar ve diğer insanlara karşı şekillendirdiği ortak tutumu ortaya çıkarır. (Baymur, 1985).

2.2.1. Benlik Algısı

Benlik algısı, bireyin benliğini oluşturduğu özelliklerin farkına varması, kendi varlığının eleştirel bir gözlemcisiymiş gibi davranarak bireyin oluşturduğu kendilik bilgisidir (Brown, 1993). Benlik bireyin kendisiyle ilgili tutum, davranış ve algılarının tamamını kapsayan yaşam boyu devam eden ve bireyin zaman içerisinde kendini tanımasıyla daha da gelişen bir yapıdır (Altunay ve Öz, 2006).

Adams'a (1995) göre benlik algısı bireyin kendisi ile ilgili farkındalığı hakkında sahip olduğu düşünce, davranış ve tutumlarının bütünü oluşturduğu bir yapıdır. Benlik algısı literatürde "benlik tasarımı", "kendilik anlayışı", "benlik kavramı", gündelik kullanımda ise "kendine güven" veya "güven duygusu" şeklinde adlandırılmaktadır. Bireyin kişisel değerlendirmeleriyle oluşturduğu tutum benlik algısı ile ilişkili olmakla birlikte kişi kendi algısını oluştururken olumlu bir davranış içindeyse yüksek benlik algısı, olumsuz bir davranışta ise düşük benlik algısı geliştirir (Öner, 2005).

Benlik algısı temel olarak kişinin kendisini değerlendirirken kullandığı tutumun pozitif olup olmamasına bağlıdır. Yüksek benlik algısına bağlı insanlar düşük benlik algısı olan insanlara göre daha sağlıklı, mutlu ve pozitif olmaktadır. Düşük benlik algısına sahip kişilerde ise durum tam tersi olmakta ve diğer insanlar tarafından değer görmediklerini düşünmektedir (Cüceloğlu, 2018).

2.3. İlgili Araştırmalar

Nas ve arkadaşları (2016), futsal müsabakalarına katılan 68 erkek oyuncunun katılımıyla yaptığı araştırmada bazı değişkenlere göre sporcuların sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının farklılaşıp farklılaşmadığını incelemiştir. Yaş ve baba eğitim durumuna göre anlamlı fark bulunmuş, öğrenim gördüğü üniversite, öğrenim gördüğü bölüm, öğrenim gördüğü sınıf, anne mesleği, anne eğitim ve oynadığı mevki değişkenlerine göre anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Taşçı Eser ve Üstün (2012), psikiyatrik bozukluğu olan ergen ve ebeveynlerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Ergenlerin öfke

düzeylerinin anne ve babalarına göre daha yüksek olduğu aynı zamanda ergenlerin anne ve babalarına göre öfkeyi daha çok dışarı yansıtma eğiliminde oldukları bulunmuştur. Babaların öfke düzeyi annelere göre daha yüksek olmasına rağmen öfkeyi kontrol düzeyi babalarda daha yüksek bulunmuştur.

Güleç (2002), ergenlerin öfke yaşantıları, benlik algıları ve akademik başarı ilişkilerini incelediği çalışmasında benlik algısıyla sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında ters yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Bilge (1997), Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri öğrencilerinin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının bazı değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemiştir. Baba tutumunu demokratik algılayan öğrencilerin otoriter, koruyucu ve kararsız algılayan öğrencilere göre öfke içe puanlarının anlamlı bir düzeyde düşük olduğunu, diğer değişkenler açısından sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında anlamlı bir fark olmadığını saptamıştır.

Özmen ve arkadaşları (2016) ilköğretim ikinci kademesinde eğitim gören ergenlerin bazı değişkenler açısından sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını incelemiştir. Sürekli öfke, baskılanmış öfke ve ifade edilen öfke ile kaygı arasında pozitif, kontrol edilen öfke ile anksiyete arasında negatif ilişki bulunmuştur. Erkek öğrenciler daha yüksek sürekli öfke düzeyine sahipken ve öfkelerini daha çok ifade ederken, kız öğrenciler öfkelerini daha fazla kontrol ettiği, parçalanmış ailesi olan ergenlerin sürekli, baskılanmış ve ifade edilen öfke düzeyleri yüksek kontrol edilen öfke düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur.

Özyürek ve Özkan (2015) ortaöğretime devam eden 613 ergen ile yaptığı çalışmada ergenlerin öfke düzeyleri ile algıladıkları anne baba tutumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Kız ergenlerin erkeklere göre okula ilişkin düşmanca olumsuz tutum ve inançlarının daha fazla olduğu, sınıf düzeyi arttıkça ergenlerin okula ilişkin düşmanca olumsuz tutum ve inançlarının arttığı belirlenmiştir. Anne babasını demokratik ve izin verici/müşahamakar olarak algılayan ergenlerin, anne babasını izin verici/ihmalkar ve otoriter olarak algılayan ergenlere göre öfkelerini sosyal olarak daha kabul edilebilir davranışlar biçiminde ifade ettikleri bulunmuştur.

Eroğlu (2009) 1294'ü lise ve 948'i üniversite öğrencisi olmak üzere toplam 2242 öğrencinin katılımı ile gerçekleştirmiş olduğu çalışmada, öğrencilerin saldırganlık düzeylerini çeşitli bağımsız değişkenler açısından incelemiştir. Bu çalışmada verileri toplamak amacıyla kişisel bilgi formu ile fiziksel, sözel, öfke,

düşmanlık, dolaylı alt boyutlarından oluşan saldırganlık ölçeğini kullanmıştır. Lise öğrencileri üniversite öğrencilerine göre, üniversiteye devam eden erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre, alt ekonomik düzeydeki üniversite öğrencileri orta ekonomik düzeydeki üniversite öğrencilerine göre daha yüksek öfkeye düzeyine sahip olduğu bulunmuştur.

Batıgün ve Utku (2006) 13-25 yaş aralığındaki bir grup gençte yeme tutumu ve öfke arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Öfke ile ilgili sonuçlar incelendiğinde kızların erkeklere göre öfkelerini daha çok içedönük ve pasif-agresif tepkiler sergilediği, erkeklerin ise öfke ile ilişkili saldırgan tutumları daha fazla sergilediği bulunmuştur.

Doğan ve arkadaşları (2010), 171 otel çalışanıyla yaptıkları araştırmada öfke ve empati ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma çalışanların empati eğilimi ile öfkelerini kontrol edebilme düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca, öfke araştırma değişkeni ile cinsiyet ve yaş demografik değişkenleri arasında da önemli bir ilişki olduğu bulunmuştur. Buna göre kadın çalışanların genel öfke düzeylerinin erkek çalışanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca yaşlı çalışanların gençlere oranla öfkelerini de daha kolay kontrol edebildikleri bulunmuştur. Yöneticileri kadın olan çalışanların genel öfke düzeylerinin yöneticileri erkek olan çalışanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Avcı (2023), 388 yetişkin ile yaptığı araştırmada yetişkinlerin duygu düzenleme güçlüğü ve çocukluk deneyimlerinin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını yordama gücünü tespit etmeyi amaçlamıştır. Araştırmada sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının cinsiyet değişkeni açısından bir anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ayrıca yaş değişkeni ile sürekli öfke ve öfke içe puanları arasında negatif yönlü düşük bir ilişki, öfke kontrol puanları arasında pozitif yönlü düşük bir ilişki bulunmuş olup öfke dışı puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Bulut (2023), 667 ev hanımı ile yaptığı çalışmada ev hanımlarında sürekli öfke, öfke ifade tarzları ve dindarlık ilişkisini incelemiştir. Sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarıyla dindarlık arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Araştırmada sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının sosyoekonomik düzey açısından farklılaşmadığı bulunmuştur. Ayrıca yaş değişkeni açısından incelediğinde yaş ile sürekli öfke düzeyi ve öfke dışı puanları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuş olup

öfke kontrol puanlarında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Yaş ile öfke içe puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Eresen (2023), olimpiyatlara hazırlanan 665 sporcuyla yaptığı çalışmada sporcuların olimpiyatlara hazırlık sürecindeki sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının farklı değişkenlere göre incelenmiştir. Yaş ile öfke kontrol alt boyutunda pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuş olup cinsiyet değişkenine göre öfke dışı puanlarda erkeklerde anlamlı olarak daha fazla bulunmuştur.

Bakır (2022), yapmış olduğu çalışmada Güneydoğu Anadolu Bölgesinde bulunan Gençlik Spor İl Müdürlüğü kadrosunda çalışan 243 antrenörün iş doyumlarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada iş doyumunu yaş, eğitim durumu, görev yapılan yer, çalışma şekli ve görev süresinin arasında ilişki bulunmuş olup; Cinsiyet ve antrenörlük kademesiyle sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Erkeklerin sürekli öfke ve öfke dışı puanlarının kadınlara göre daha yüksek kadınların ise öfke kontrol puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Öfke içe puanları açısından kadın ve erkekler arasında bir fark bulunamamıştır.

Türkay (2022), 315 özel gereksinimli öğrenciyle yaptığı araştırmada öğrencilerin bilişsel esneklik ve mükemmeliyetçilik düzeyleri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiyi incelemiş ve anlamlı ilişki bulmuş olup; Cinsiyet, anne ve baba eğitim durumu değişkenleriyle sürekli öfke ve öfke ifade tarzı puanlarını karşılaştırdığında anlamlı fark bulunamamıştır.

Özyaman (2021), yaptığı araştırmada ergenlik dönemindeki 307 çocuğun sürekli öfke düzeyleri ve öfke ifade tarzları ile saldırganlık seviyeleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Cinsiyet değişkeniyle sürekli öfke ve öfke ifade tarzı arasındaki incelendiğinde kızların öfke içe puanlarının erkeklerden yüksek olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda kızlar sözel saldırganlık ve düşmanlı puanlarında erkeklerden anlamlı biçimde yüksek puan aldığı bulunmuştur. Ergenlerin sigara ve madde kullanımı ile fiziksel saldırı arasında anlamlı pozitif bir ilişki bulunmuştur.

Arda (2021), 153 üniversite öğrencisiyle yaptığı çalışmada internet bağımlılığı, yalnızlık düzeyi ve sürekli öfke arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Öğrencilerin bağımlılık düzeyi arttıkça öfke düzeylerinin artıp yalnızlık düzeylerinin azaldığı bulunmuştur. Kadın öğrencilerin öfke içe alt puanlarının anlamlı biçimde

erkeklerden yüksek; erkek öğrencilerin öfke kontrol puanlarının ise anlamlı bir şekilde kız öğrencilerden yüksek bulunmuştur.

Kerman (2021), 18-24 yaş arası 314 kişiyle yaptığı çalışmada bireylerde aleksitimi ve duygusal zekanın sürekli öfke ve öfke ifade tarzları üzerindeki etkisini incelemiş ve anlamlı ilişkiler bulmuştur. Sürekli öfke ve öfke ifade tarzını cinsiyet açısından incelediğinde kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Güleşer (2020), 18-27 yaş aralığındaki sigara kullanan üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ve anksiyetenin nikotin bağımlılığı ile ilişkisini incelemiştir. Anksiyete düzeyleri ile öfke düzeyleri ve nikotin bağımlılığı arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kadınların Sürekli Öfke ve Öfke İçerik boyutu puanlarının erkeklerinkinden; erkeklerin Öfke Kontrol puanlarının kadınlardan yüksek olduğu bulunmuştur. Öfke Dışarı puanları cinsiyet açısından farklılaşmadığı bulunmuştur.

Sağlam (2020), 500 üniversite öğrencisiyle yaptığı çalışmada öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzı düzeylerinin empati ve affedicilik düzeyleri ile ilişkisini ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzı düzeylerini öğrencilerin cinsiyet, yaş, anne ve baba eğitim düzeyi değişkenlerine göre incelemiştir. Sürekli öfke ve öfke ifade tarzı düzeyleri ile empati ve affedicilik düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Öfke dışarı ve öfke içerik erkek puanları kadın puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olup; Yaş, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi değişkenlerine göre anlamlı olarak fark bulunamamıştır.

Şahinoğlu (2020), 415 üniversite öğrencisinin riskli davranışlar ile sürekli öfke ve öfke ifade düzeyleri ve iç-dış denetim odağı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada sürekli öfke, öfke dışarı ve öfke içerik alt boyutları ile riskli davranışlar ölçeği arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki bulunmuş, denetim odağı ile riskli davranışlar alt boyutlarından intihar eğilimi arasında ise pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Sürekli öfke, öfke dışarı ve öfke içerik alt boyutlarının puanları erkek öğrencilerde kadın öğrencilere göre anlamlı biçimde yüksek bulunmuş olup anne-baba eğitim düzeyi ve sosyoekonomik durum açısından cinsiyete bağlı olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Atış (2019), ergenlerin boyun eğici davranışları ile öfke içerik puanları arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken, sürekli öfke, öfke dışarı ve

öfke kontrol alt boyutlarında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Sürekli öfke, öfke dışı kadın puanları erkek puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olurken öfke kontrol alt boyutunda erkek puanları kadın puanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi değişkenlerine göre anlamlı olarak fark bulunamamıştır.

Keskin (2019), 251 üniversite öğrencisinin öğrenilmiş çaresizlik düzeyleri ile anksiyete, sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiyi incelemiş olup anksiyete puanı ve öğrenilmiş çaresizlik ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında anlamlı ilişkiler bulmuştur. Cinsiyet, yaş, anne-baba eğitim düzeyi, anne-baba durumu ve sosyoekonomik durum değişkenlerine göre anlamlı olarak fark bulunamamıştır.

Çalışkan (2018), ilköğretim okullarında görev yapan 200 öğretmen ile yaptığı çalışmada sınıf öğretmenleri ile branş öğretmenleri arasında empatik beceri düzeyi, öfke ifade düzeyi ve öfke ifade tarzları ilişkiyi incelemiştir. Branş öğretmenlerinin sınıf öğretmenlerine göre kadrolu öğretmenlerin ücretli öğretmenlere göre empatik becerilerinin daha yüksek olduğu bulunmuş olup; cinsiyet değişkenine göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının değişmediği bulunmuştur.

Semizoglu (2018), özel üniversitede öğrenim gören 100 öğrenciyle yapmış olduğu araştırmada genç yetişkinlerde sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile dürtüsellik arasındaki ilişkiyi incelemiş olup sürekli öfke düzeyleri ve öfke ifade tarzları ile dürtüsellik arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş olup; cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi ve ekonomik durum değişkenleri açısından incelendiğinde anlamlı farklılık bulunamamıştır.

Özgül (2017), 12 yaş üstü 619 kişi ile yapmış olduğu araştırmada sürekli öfke-öfke ifade tarzları ve dinî başa çıkma ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Erkeklerin sürekli öfke ve öfke kontrol puanlarının kadınlara göre yüksek olduğu, kadınların ise öfke dışı ve öfke içe puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yaş düştükçe sürekli öfke ve öfke dışı puanlarının yükseldiği, öfke kontrol ve öfke içe puanlarının düştüğü bulunmuştur.

Yağcı (2017), üniversite öğrencileriyle yaptığı araştırmada bağlanma stilleri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiyi aleksitimi açısından incelemiştir. Duyguları tanımada güçlük ve güvenli bağlanmanın sürekli öfkeyi yordadığı bulunmuş olup kadınların öfke içe ve öfke dışı puanlarının erkeklerden

daha yüksek, öfke kontrol puanlarının ise erkeklerden daha düşük olduğu anlamlı olarak bulunmuştur.

Türker (2010), 2009-2010 eğitim öğretim yılında görev yapan 321 öğretmen ile yaptığı çalışmada çatışma çözme stratejileri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiyi incelemiş ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Erkek Öğretmenlerin öfke dışı ve öfke içe puanları kadınların puanlarından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Yaş değişkenine göre kadın ve erkek öğretmenler arasında sürekli öfke ve öfke ifade tarzı puanları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Sirel Kuruoğlu (2009), 214 üniversite öğrencisiyle yaptığı araştırmada sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile obsesif kompulsif semptomları arasındaki ilişkiyi incelemiş olup anlamlı ilişki bulmuştur. Erkeklerin öfke dışı puanları kadınlardan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. 19 yaş ve altındakilerin öfke kontrol puanları 20-22 ve 23-25 yaş aralığındaki öğrencilere göre daha anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Anne eğitim düzeyi ilkokul olanların öfke içe puanı ortaokul olanlara göre anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modeli, verilerin elde edildiği evren ve örneklem, verilerin toplanılmasında kullanılan araçlar, veri toplama işlemi ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntemlere ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

3.1 Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, Gaziantep Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile benlik algısı, öğrenim görülen bölüm, yaş, cinsiyet, sınıf, anne-baba durumu, annenin öğrenim düzeyi, babanın öğrenim düzeyi ve ekonomik durum arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik ilişkisel tarama modeli kullanılarak yapılmıştır. İlişkisel tarama modelinde, araştırmada kullanılan değişkenlerin bir arada değişip değişmediği ve eğer değişme varsa bunun nasıl olduğunu bulmaya çalışılır (Karasar, 2011).

3.2 Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini, 2015-2016 yılları arasında Türkiye'deki üniversitelerin eğitim fakültelerinde öğrenimine devam eden öğretmen adayları oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, 2015-2016 yılları arasında Gaziantep Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenim gören 539 öğretmen adayı oluşturmaktadır.

3.3 Veri Toplama Araçları

Araştırmada öğrencilerin öfke düzeylerini ve öfke ifade tarzlarını ölçmek için Özer (1994) tarafından uyarlanan “Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı” ölçeği, Şahin (1992) tarafından uyarlanan “Sosyal Karşılaştırma Ölçeği” değişkenlere ilişkin bilgi toplamak amacıyla ise araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarıyla ilgili ayrıntılı bilgi aşağıda sıralanmıştır.

3.3.1 Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği

Spielberger ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilen ve 1994 yılında Özer tarafından Türkçe’ye uyarlanan Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği, öfke durumunu ve bunun ifade tarzını ölçmektedir. Likert tipi olan bu ölçek 34 maddeden oluşmaktadır. Sürekli öfke, öfke içe, öfke dışa ve öfke kontrol olmak üzere dört adet alt ölçekten oluşmaktadır. Araştırmaya katılan kişiler ölçeklerde yer alan maddeleri kendilerini ifade etme durumuna göre “1” hiç, “2” biraz, “3” oldukça, “4” tümüyle ifadelerinden birini seçmektedirler. Sürekli öfke alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfke düzeyinin yüksek olduğunu, öfke içe alt ölçeğindeki alınan yüksek puanlar öfkenin kişi tarafından bastırılmış olduğunu, öfke dışa alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfkenin dışarıya yansıtılır olduğunu ve öfke kontrol alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfke kontrol düzeyinin yüksek olduğunu belirtmektedir.

Sürekli öfke ölçeğinin alfa değeri .67 ile .92 arasında, öfke kontrol ölçeğinin alfa değeri .80 ile .90 arasında, öfke içe ölçeğinin alfa değeri .58 ile .76 arasında öfke dışa ölçeğinin alfa değeri .69 ile .91 arasında bulunmuştur (Özer, 1994b).

Ölçeğin ilk 10 maddesi sürekli öfkeyi, sonraki 24 maddesi öfke ifade tarzlarını ölçmektedir. Sürekli öfke ölçümü sonuçları, kişinin genelde kendini nasıl hissettiğini, ne derece öfke yaşadığını göstermektedir. Öfke ifade tarzı ölçeği, öfke içe vurumu (13, 15, 16, 20, 23, 26, 27 ve 31. maddeler), öfke dışa vurumu (12, 17, 19, 22, 24, 29, 32 ve 33. maddeler) ve öfke kontrolü (11, 14, 18, 21, 25, 28, 30 ve 34. maddeler) olmak üzere üç alt gruptan oluşmaktadır (Ulu, 2011).

3.3.2 Sosyal karşılaştırma Ölçeği

Gilbert ve Allan (1995) tarafından geliştirilen beş farklı madde halinde olan Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (1995) kişilerin başkalarını ile karşılaştırıldıklarında kendilerini nasıl düşündüklerini değerlendirmektedir. Ülkemize uyarlama çalışmalarını Şahin ve Şahin (1992) tarafından yapılmış olup son hainde iki durumlu 18 madde kullanılmıştır. Sosyal Karşılaştırma ölçeği 1-6 değerleri arasında Likert tipi olarak işaretlenmekte ve puanlaması yapılmaktadır. Ölçekten yüksek puan alanların olumlu benlik algısına, düşük puan alanların ise olumsuz benlik algısına sahip olduğu belirtilmektedir.

Şahin ve Şahin, ortaokul, lise, üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısını $\alpha = .79$ olarak bulmuştur. Güleç 2005 yılında yaptığı çalışmada Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı $\alpha = .90$ olarak bulmuş ve depresif kişileri normal kişilerden ayırabildiği görülmüştür.

3.3.3 Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada kullanılan kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından, katılımcıların öğrenim görünen bölüm, yaş, cinsiyet, sınıf, anne baba durumu, anne öğrenim düzeyi, baba öğrenim düzeyi, ekonomik durum ile ilgili kişisel bilgileri toplamak amacıyla 8 soru olarak hazırlanmıştır.

3.4 Verilerin Toplanması

Araştırma verilerini toplamak amacıyla, “Kişisel Bilgi formu”, “Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği” ve “Sosyal Karşılaştırma Ölçeği” uygulaması Gaziantep Üniversitesi Eğitim Fakültesi rektörlüğünden izin alınarak 2015-2016 eğitim-öğretim yılında gerçekleştirilmiştir.

Uygulama için eğitim fakültesinde görev yapan öğretim üyelerinden randevu alınarak form ve ölçeklerin uygulanacağı saatler ve sınıflar belirlenmiştir. Öğretmen adaylarına araştırma amacı anlatılarak, dağıtılan veri toplama araçlarının nasıl doldurulacağı hakkında bilgi verilmiştir. Gönüllülük esasına dayalı olarak dağıtılan veri toplama araçlarının doldurulması yaklaşık olarak 10 dakika sürmüştür.

3.5 Verilerin Çözümlemesi

Araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılan Kişisel Bilgi Formu, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği ve Sosyal Karşılaştırma Ölçeğinden elde edilen veriler araştırmacı tarafından “IBM SPSS Statistics 20” paket programına işlenmiş ve aynı program aracılığı ile çözümlenmiştir.

Tablo 3.1. *Shapiro-Wilk normallik testi*

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	p
Sürekli Öfke	.980	539	.000*
Öfke İçer	.984	539	.000*
Öfke Dışa	.962	539	.000*
Öfke Kontrol	.989	539	.000*
Benlik Algısı	.974	539	.000*

*p<.05

Araştırmadan elde edilen verilerin çözümlenme öncesinde parametrik testlerin varsayımlarını karşılayıp karşılamadığı test edilmiştir. Tablo 3.1’ de görüldüğü gibi Shapiro-Wilk normallik testi yapılmış ve tüm bağımlı değişkenler $p < ,05$ anlamlılık düzeyinde anlamlı bulunduğundan dolayı veriler normallik testini karşılayamamış olup verilerin çözümlenmesinde nonparametrik testler olan “Kruskal-Wallis H” testi ve “Mann-Whitney U” testi kullanılmıştır. Araştırma da kullanılan veriler .05 anlamlılık düzeyi dikkate alınarak değerlendirilmiştir.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bulgular bölümünde araştırmada yer alan amaçlar doğrultusunda elde edilen verilerin istatistiksel analizleri ve bunlara ait yorumlara yer verilmiştir.

4.1. Öğretmen Adaylarının Genel Değişkenlere Göre Elde Edilen Bulgular

Öğretmen adaylarının bölümü, yaşı, cinsiyeti, sınıfı, anne ve baba durumu, anne öğrenim düzeyi, baba öğrenim düzeyi ve ekonomik durum değişkenlerine ilişkin elde edilen veriler tablolar yardımıyla incelenmiştir.

Tablo 4.1. *Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının öğrenim görünen bölüme ilişkin dağılımları*

Bölüm	N	%
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	140	26.0
Türkçe Öğretmenliği	92	17.1
Matematik Öğretmenliği	104	19.3
İngilizce Öğretmenliği	97	18.0
Sınıf Öğretmenliği	106	19.7
Toplam	539	100.0

Tablo 4.1’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğretmen adaylarının 140’ı (%26) rehberlik ve psikolojik danışmanlık bölümünde, 92’si (%17.1) Türkçe öğretmenliği bölümünde, 104’ü (%19.3) ilköğretim matematik öğretmenliği

bölümünde, 97'si (%18) İngilizce öğretmenliği bölümünde, 106'sı (%19.7) sınıf öğretmenliği bölümünde öğrenim görmektedir.

Tablo 4.2. Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının yaşlarına ilişkin dağılımları

Yaş	N	%
18-20	232	43,0
21-23	270	50,1
24-26	26	4,8
27-29	3	,6
30 ve üzeri	8	1,5
Toplam	539	100,0

Tablo 4.2'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğretmen adaylarının 232'si (%43) 18-20 yaş aralığında, 270'i (%50.1) 21-23 yaş aralığında, 26'sı (%4.8) 24-26 yaş aralığında, 3'ü (%0.6) 27-29 yaş aralığında, 8'i (%1.5) 30 yaş ve üstündedir.

Tablo 4.3. Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının cinsiyetlerine ilişkin dağılımları

Cinsiyet	N	%
Kız	400	74.2
Erkek	139	25.8
Toplam	539	100.0

Tablo 4.3'te görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğretmen adaylarının 400'ü (%74.2) kız, 139'u (%25.8) erkektir.

Tablo 4.4. Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının sınıflarına ilişkin dağılımları

Sınıf	N	%
1.Sınıf	157	29.1
2.Sınıf	156	28.9
3.Sınıf	136	25.2
4.Sınıf	90	16.7
Toplam	539	100.0

Tablo 4.4'te görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğretmen adaylarının 157'si (%29.1) 1. sınıfta, 156'sı (%28.9) 2. sınıfta, 136'sı (%25.2) 3. sınıfta, 90'ı (%16.7) 4. sınıfta öğrenim görmektedir.

Tablo 4.5. *Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının anne ve baba durumuna ilişkin dağılımları*

Anne ve Baba Durumu	N	%
Sağ ve birlikte yaşıyorlar	482	89.4
Sağ ve ayrı yaşıyorlar	20	3.7
Anne sağ baba yaşamıyor	26	4.8
Baba sağ anne yaşamıyor	11	2.0
Toplam	539	100.0

Tablo 4.5'te görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğretmen adaylarının 482'sinin (%89.4) annesi ve babası sağ birlikte yaşıyor, 20'sinin (%3.7) annesi ve babası sağ ayrı yaşıyor, 26'sının (%4.8) annesi sağ babası yaşamıyor, 11'inin (%2) babası sağ annesi yaşamıyor.

Tablo 4.6. *Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının anne öğrenim düzeyine ilişkin dağılımları*

Anne Öğrenim Düzeyi	N	%
Okur-Yazar Değil	106	19.7
Sadece Okuma Yazma Biliyor	57	10.6
İlkokul Mezunu	218	40.4
Ortaokul Mezunu	66	12.2
Lise Mezunu	67	12.4
Üniversite/Yüksekokul Mezunu	22	4.1
Lisansüstü	3	.6
Toplam	539	100.0

Tablo 4.6'da görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğretmen adaylarının anne öğrenim düzeylerine göre dağılımı şöyledir: 106'sı (%19.7) okuryazar değil, 57'si (%10.6) sadece okuma yazma biliyor, 218'i (%40.4) ilkokul mezunu, 66'sı (%12.2)

ortaokul mezunu, 67'si (%12.4) lise mezunu, 22'si (%4.1) üniversite/yüksekokul mezunu, 3'ü (%0.6) lisansüstü mezunudur.

Tablo 4.7. Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının baba öğrenim düzeyine ilişkin dağılımları

Baba Öğrenim Düzeyi	N	%
Okur-Yazar Değil	10	1.9
Sadece Okuma Yazma Biliyor	26	4.8
İlkokul Mezunu	193	35.8
Ortaokul Mezunu	107	19.9
Lise Mezunu	98	18.2
Üniversite/Yüksekokul Mezunu	101	18.7
Lisansüstü	4	.7
Toplam	539	100.0

Tablo 4.7'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğretmen adaylarının baba öğrenim düzeylerine göre dağılımı şöyledir: 10'u (%1.9) okuryazar değil, 26'sı (%4.8) sadece okuma yazma biliyor, 193'ü (%35.8) ilkokul mezunu, 107'si (%19.9) ortaokul mezunu, 98'i (%18.2) lise mezunu, 101'i (%18.7) üniversite/yüksekokul mezunu, 4'ü (%0.7) lisansüstü mezunudur.

Tablo 4.8. Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının ekonomik durumlarına ilişkin dağılımları

Ekonomik Durum	N	%
Geçinemiyorum	12	2.2
Zor Geçiniyorum	51	9.5
İdare Ediyorum	184	34.1
Geçinebiliyorum	241	44.7
Çok Rahat Geçiniyorum	51	9.5
Toplam	539	100.0

Tablo 4.8'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan öğretmen adaylarının 12'si (%2.2) geçinmiyor, 51'i (%9.5) zor geçiniyor, 184'ü (%34.1) idare ediyor, 241'i (%44.7) geçinebiliyor, 51'i (%9.5) çok rahat geçiniyor.

4.2. Alt Problemlere İlişkin Elde Edilen Bulgular

Bu bölümde araştırmanın ana problemi olan Üniversitelerde öğrenim gören öğretmen adaylarının sürekli öfke düzeyleri ve öfke ifade tarzlarıyla benlik algıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?" ana problemi ve bu alt problemlerle alakalı bulgulara yer verilmiştir.

4.2.1. Araştırmanın Birinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın birinci alt problemi olan "Üniversitelerde öğrenim gören öğretmen adaylarının sürekli öfke düzeyleri ve öfke ifade tarzlarıyla benlik algıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?" sorusuna yanıt aramak için değişkenler arasındaki ilişkileri bulmak amacıyla Spearman's korelasyon katsayıları (r) hesaplanmış olup ve sonuçları tablo 4.9'da gösterilmiştir.

Tablo 4.9. Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının sosyal karşılaştırma ölçeği ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ölçeği alt puanları ile ilişkisi

	Benlik Algısı	Sürekli Öfke	Öfke İç	Öfke Dış	Öfke Kontrol
Benlik Algısı		-.148*	-.300*	-.087*	.167*
Sürekli Öfke	-.148*		.386*	.680*	-.451*
Öfke İç	-.300*	.386*		.332**	-.022
Öfke Dış	-.087*	.680*	.332*		-.441*
Öfke Kontrol	.167*	-.451*	-.022	-.441*	

* $p < .05$

Tablo 4.9'da görüldüğü üzere öğretmen adaylarının benlik algısı puanları ile sürekli öfke puanları arasında negatif yönde ve anlamlı ($r = -.148$; $p < .05$) bir ilişkinin olduğu söylenebilir. Bu verilerden yola çıkarak benlik algısı yüksek olan öğretmen adaylarının sürekli öfke düzeylerinin daha düşük olduğunu söyleyebiliriz. Öğretmen

adaylarının benlik algısı puanları ile öfke içe puanları arasında negatif yönde ve anlamlı ($r = -.300$; $p < .05$) bir ilişki bulunmaktadır. Bu veriye dayanarak benlik algısı yüksek olan öğretmen adaylarının öfkelerini içte tutma düzeylerinin daha düşük olduğunu söyleyebiliriz. Öğretmen adaylarının benlik algısı puanları ile öfke dışta puanları arasında negatif yönde ve anlamlı ($r = -.087$; $p < .05$) bir ilişki bulunmaktadır. Bu veriye dayanarak benlik algısı yüksek olan öğretmen adaylarının öfke dışa yansıtma eğilimlerinin daha düşük olduğunu söyleyebiliriz. Öğretmen adaylarının benlik algısı puanları ile öfke kontrol puanları arasında pozitif yönde ve anlamlı ($r = .167$; $p < .05$) bir ilişki bulunmaktadır. Bu veriye dayanarak benlik algısı yüksek olan öğretmen adaylarının öfke kontrol etme düzeylerinin daha yüksek olduğunu söyleyebiliriz.

Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzı öleceği alt gurupları arasındaki ilişki incelendiğinde; sürekli öfke puanları ile öfke içe puanları arasında pozitif yönde anlamlı ($r = .386$; $p < .05$) bir ilişki, sürekli öfke puanları ile öfke dışta puanları arasında pozitif yönde anlamlı ($r = .680$; $p < .05$) bir ilişki, sürekli öfke puanları ile öfke kontrol puanları arasında negatif ve anlamlı ($r = -.451$; $p < .05$) bir ilişki bulunmuştur. Bu verilere dayanarak öğretmen adaylarının öfke düzeyleri yükseldikçe öfkelerini içlerine bastırma ve öfkelerini dışa yansıtma düzeylerinde artış olduğu söyleyebiliriz. Öfke içte puanları ile öfke dışta puanları arasında pozitif yönde anlamlı ($r = .332$; $p < .05$) bir ilişki ve öfke dışta puanları ile öfke kontrol puanları arasında negatif yönde anlamlı ($r = -.441$; $p < .05$) bir ilişki bulunmuştur. Öfke içe puanları ile öfke kontrol puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

4.2.2. Araştırmanın İkinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın ikinci alt problemi olan “Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları yaş guruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” sorusuna yanıt aramak için Kruskal-Wallis H testi yapılmış ve sonuçlar tablo 4.10’da gösterilmiştir.

Tablo 4.10. Öğretmen adaylarının yaş guruplarına göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzı alt ölçeklerine ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

	Yaş	n	\bar{x}	sd	χ^2	p
Sürekli Öfke	18-20	232	22.23	4	4.01	.405
	21-23	270	22.15			
	24-26	26	20.80			
	27-29	3	17.33			
	30-üstü	8	22.25			
Öfke İçer	18-20	232	17.62	4	4.05	.400
	21-23	270	17.24			
	24-26	26	16.26			
	27-29	3	15.00			
	30-üstü	8	19.00			
Öfke Dışa	18-20	232	16.21	4	2.38	.666
	21-23	270	16.58			
	24-26	26	16.61			
	27-29	3	14.33			
	30-üstü	8	17.37			
Öfke Kontrol	18-20	232	20.23	4	5.88	.208
	21-23	270	20.61			
	24-26	26	22.53			
	27-29	3	22.33			
	30-üstü	8	21.50			

*p< .05

Tablo 4.10'deki analiz sonuçları incelendiğinde yaş aralıklarına göre sürekli öfke puanları 18-20 yaş aralığı ($\bar{x} = 22.23$), 21-23 yaş aralığı ($\bar{x} = 22.15$), 24-26 yaş aralığı ($\bar{x} = 20.80$), 27-29 yaş aralığı ($\bar{x} = 17.33$) ve 30-üstü yaş aralığı ($\bar{x} = 22.25$) arasında p< .05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öfke içer puanları 18-20 yaş aralığı ($\bar{x} = 17.62$), 21-23 yaş aralığı ($\bar{x} = 17.24$), 24-26 yaş aralığı ($\bar{x} = 16.26$), 27-29 yaş aralığı ($\bar{x} = 15.00$) ve 30-üstü yaş aralığı ($\bar{x} = 19.00$) arasında p< ,05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öfke dışa puanları 18-20 yaş aralığı ($\bar{x} = 16.21$), 21-23 yaş aralığı ($\bar{x} = 16.58$), 24-26 yaş aralığı ($\bar{x} = 16.61$), 27-29 yaş aralığı ($\bar{x} = 14.33$) ve 30-üstü yaş aralığı ($\bar{x} = 17.37$) arasında p< ,05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öfke kontrol puanları 18-20 yaş aralığı ($\bar{x} = 20.23$), 21-23 yaş aralığı ($\bar{x} = 20.61$), 24-26 yaş aralığı ($\bar{x} = 22.53$), 27-29 yaş aralığı ($\bar{x} = 22.33$) ve 30-üstü yaş aralığı ($\bar{x} = 21.50$) arasında p< .05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Başka bir ifadeyle farklı yaş guruplarındaki öğretmen

adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında anlamlı bir farkın olmadığı söylenebilir.

4.2.3. Araştırmanın Üçüncü Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın üçüncü alt problemi olan “Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları bölümlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” sorusuna yanıt aramak için Kruskal-Wallis H testi yapılmış ve sonuçlar tablo 4.11’de gösterilmiştir.

Tablo 4.11. Öğretmen adaylarının bölümlerine göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzı alt ölçeklerine ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

	Bölüm	n	\bar{x}	sd	χ^2	p
Sürekli Öfke	Rehberlik ve Psk. Danışmalık	140	21.64			
	Türkçe Öğretmenliği	92	23.26			
	İlköğretim Matematik Öğr.	104	21.12	4	11.44	.022*
	İngilizce Öğretmenliği	97	22.23			
	Sınıf Öğretmenliği	106	22.55			
Öfke İçe	Rehberlik ve Psk. Danışmalık	140	17.59			
	Türkçe Öğretmenliği	92	17.78			
	İlköğretim Matematik Öğr.	104	17.23	4	3.29	.511
	İngilizce Öğretmenliği	97	17.40			
	Sınıf Öğretmenliği	106	16.86			
Öfke Dışa	Rehberlik ve Psk. Danışmalık	140	16.43			
	Türkçe Öğretmenliği	92	17.20			
	İlköğretim Matematik Öğr.	104	15.84	4	7.58	.108
	İngilizce Öğretmenliği	97	16.42			
	Sınıf Öğretmenliği	106	16.34			
Öfke Kontrol	Rehberlik ve Psk. Danışmalık	140	20.36			
	Türkçe Öğretmenliği	92	20.12			
	İlköğretim Matematik Öğr.	104	20.56	4	10.16	.038*
	İngilizce Öğretmenliği	97	21.73			
	Sınıf Öğretmenliği	106	20.17			

*p< .05

Tablo 4.11.’deki analiz sonuçları incelendiğinde bölümlere göre öfke içe puanları PDR (\bar{x} = 17.59), Türkçe (\bar{x} =17.78), ilköğretim matematik (\bar{x} = 17.23), İngilizce (\bar{x} = 17.40) ve sınıf öğretmenliği (\bar{x} = 16.86) arasında p< .05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öfke dışa puanları PDR (\bar{x} = 16.43), Türkçe (\bar{x} =17.20), ilköğretim matematik (\bar{x} = 15.84), İngilizce (\bar{x} = 16.42) ve sınıf

öğretmenliği ($\bar{x} = 16.34$) arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öğretmen adaylarının sürekli öfke alt ölçeği ve öfke kontrol alt ölçeğinden aldıkları puanlar, öğrenim gördükleri bölümlere göre $p < .05$ anlamlılık düzeyinde farklılaşmaktadır. Bu anlamlı farklılık düzeyi sürekli öfke puanlarında $p = .022$, öfke kontrol puanlarında $p = .038$ 'dir. Anlamlı farklılıkların hangi bölümler arasında olduğunu belirleyebilmek için Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

Tablo 4.12. Öğretmen adaylarının bölümlerine göre sürekli öfke alt ölçeğine ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

	PDR	Türkçe	Matematik	İngilizce	Sınıf
PDR		.032*	.187	.448	.205
Türkçe	.032*		.004*	.207	.380
Matematik	.187	.004*		.058	.012*
İngilizce	.448	.207	.058		.624
Sınıf	.205	.380	.012*	.624	

* $p < .05$

Tablo 4.12 incelendiğinde araştırmaya katılan öğretmen adaylarının sürekli öfke puanları PDR-ilköğretim matematik öğretmenliği, PDR-İngilizce öğretmenliği, PDR-Sınıf öğretmenliği, Türkçe öğretmenliği-İngilizce öğretmenliği, Türkçe öğretmenliği-sınıf öğretmenliği, İngilizce öğretmenliği-ilköğretim matematik öğretmenliği, İngilizce öğretmenliği-sınıf öğretmenliği grupları arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde anlamlı bir fark bulunmamıştır. PDR-Türkçe öğretmenliği bölümleri arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde fark bulunmuştur. Türkçe öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının PDR bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarına göre daha yüksek sürekli öfke düzeyine sahip oldukları söylenebilir. İlköğretim matematik öğretmenliği-Türkçe öğretmenliği bölümleri arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde fark bulunmuştur. Türkçe öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının İlköğretim matematik öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarına göre daha yüksek sürekli öfke düzeyine sahip oldukları söylenebilir. İlköğretim matematik

öğretmenliği-sınıf öğretmenliği bölümleri arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde fark bulunmuştur. Sınıf öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının İlköğretim matematik öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarına göre daha yüksek sürekli öfke düzeyine sahip oldukları söylenebilir.

Tablo 4.13. Öğretmen adaylarının bölümlerine göre öfke kontrol alt ölçeğine ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

	PDR	Türkçe	Matematik	İngilizce	Sınıf
PDR		.600	.749	.010*	.939
Türkçe	.600		.423	.003*	.693
Matematik	.749	.423		.038*	.725
İngilizce	.010*	.003*	.038*		.018*
Sınıf	.939	.693	.725	.018*	

* $p < .05$

Tablo 4.13'teki analiz sonuçları incelendiğinde İngilizce öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının öfke kontrol alt ölçeği puanları PDR, Türkçe öğretmenliği, ilköğretim matematik öğretmenliği ve sınıf öğretmenliğinde öğrenim gören öğretmen adaylarının puanlarına göre $p < .05$ anlamlılık düzeyinde fark bulunmuştur. İngilizce öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının öfke kontrol düzeyleri PDR, Türkçe öğretmenliği, ilköğretim matematik öğretmenliği ve sınıf öğretmenliği bölümlerinde öğrenim gören öğretmen adaylarına göre daha yüksektir denilebilir.

4.2.4. Araştırmanın Dördüncü Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın dördüncü alt problemi olan “Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları sınıflarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” sorusuna yanıt aramak için Kruskal-Wallis H testi yapılmış ve sonuçlar tablo 4.14'te gösterilmiştir.

Tablo 4.14. Öğretmen adaylarının sınıf düzeylerine göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzı alt ölçeklerine ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

	Sınıf	n	\bar{x}	sd	χ^2	p
Sürekli Öfke	1.Sınıf	157	21.83	3	5.88	.118
	2.Sınıf	156	21.74			
	3.Sınıf	136	22.03			
	4.Sınıf	90	21.93			
Öfke İçte	1.Sınıf	157	17.08	3	6.60	.086
	2.Sınıf	156	17.44			
	3.Sınıf	136	18.10			
	4.Sınıf	90	16.68			
Öfke Dışa	1.Sınıf	157	16.24	3	4.36	.225
	2.Sınıf	156	16.12			
	3.Sınıf	136	16.96			
	4.Sınıf	90	16.49			
Öfke Kontrol	1.Sınıf	157	20.05	3	3.46	.326
	2.Sınıf	156	20.55			
	3.Sınıf	136	20.99			
	4.Sınıf	90	20.86			

*p< .05

Tablo 4.14'teki analiz sonuçları incelendiğinde sınıf düzeyine göre sürekli öfke puanları 1.sınıf ($\bar{x} = 21.83$), 2.sınıf ($\bar{x} = 21.74$), 3.sınıf ($\bar{x} = 22.03$) ve 4.sınıf ($\bar{x} = 21.93$) arasında p< .05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öfke içte puanları 1.sınıf ($\bar{x} = 17.08$), 2.sınıf ($\bar{x} = 17.44$), 3.sınıf ($\bar{x} = 18.10$) ve 4.sınıf ($\bar{x} = 16.68$) arasında p< .05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öfke dışa puanları 1.sınıf ($\bar{x} = 16.24$), 2.sınıf ($\bar{x} = 16.12$), 3.sınıf ($\bar{x} = 16.96$) ve 4.sınıf ($\bar{x} = 16.49$) arasında p< .05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öfke kontrol puanları 1.sınıf ($\bar{x} = 20.05$), 2.sınıf ($\bar{x} = 20.55$), 3.sınıf ($\bar{x} = 20.99$) ve 4.sınıf ($\bar{x} = 20.86$) arasında p< .05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Başka bir ifadeyle farklı sınıf düzeylerinde öğrenim gören öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında anlamlı bir farkın olmadığı söylenebilir.

4.2.5. Araştırmanın Beşinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın beşinci alt problemi olan “Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?”

sorusuna yanıt aramak için Mann-Whitney U testi yapılmış ve sonuçlar tablo 4.15'te gösterilmiştir.

Tablo 4.15. Öğretmen adaylarının cinsiyetlerine göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzı alt ölçeklerine ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

	Cinsiyet	n	S.O.	Z	p
Sürekli Öfke	Kız	400	263.06	-1.76	.079
	Erkek	139	289.97		
Öfke İçte	Kız	400	269.53	-.12	.905
	Erkek	139	271.36		
Öfke Dışa	Kız	400	259.64	-2.63	.009*
	Erkek	139	299.82		
Öfke Kontrol	Kız	400	270.54	-.14	.891
	Erkek	139	268.45		

*p< .05

Tablo 4.15'teki analiz sonuçları sıra ortalamaları dikkate alınarak incelenmiş olup sıra ortalamasının yüksekliği ilgili değişkenin aynı zamanda puan ortalamasının da yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Öğretmen adaylarının sürekli öfke puanları erkeklerde (S.O.=289.97) kadınlardan (S.O.=263.06) daha yüksek olup, p< .05 anlamlılık düzeyinde bir fark bulunamamıştır. Öğretmen adaylarının öfke içe puanları erkeklerde (S.O.=271.36) kadınlardan (S.O.=269.53) daha yüksek olup, p< .05 anlamlılık düzeyinde bir fark bulunamamıştır. Öğretmen adaylarının öfke kontrol puanları erkeklerde (S.O.=268.345) kadınlardan (S.O.=270.54) daha düşük olup, p< .05 anlamlılık düzeyinde bir fark bulunamamıştır. Öğretmen adaylarının öfke dışa puanları erkeklerde (S.O.=299.82) kadınlardan (S.O.=259.64) daha yüksek olup bu fark anlamlıdır (.009; p< .05). Bu sonuçlara bakılarak erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre öfkelerini dışa yansıtma düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

4.2.6. Araştırmanın Altıncı Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın altıncı alt problemi olan “Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları anne-baba durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” sorusuna yanıt aramak için Kruskal-Wallis H testi yapılmış ve sonuçlar tablo 4.16'da gösterilmiştir.

Tablo 4.16. Öğretmen adaylarının anne-baba durumuna göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzı alt ölçeklerine ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

	Anne-Baba Durumu	n	\bar{X}	sd	χ^2	p
Sürekli Öfke	Sağ ve Birlikte	482	22.13	3	3.71	.295
	Sağ ve Ayrı	20	22.10			
	Anne Sağ Baba Yaşamıyor	26	20.85			
	Baba Sağ Anne Yaşamıyor	11	23.91			
Öfke İçte	Sağ ve Birlikte	482	17.30	3	3.58	.311
	Sağ ve Ayrı	20	18.86			
	Anne Sağ Baba Yaşamıyor	26	16.92			
	Baba Sağ Anne Yaşamıyor	11	16.18			
Öfke Dışa	Sağ ve Birlikte	482	16.46	3	1.28	.735
	Sağ ve Ayrı	20	16.25			
	Anne Sağ Baba Yaşamıyor	26	15.77			
	Baba Sağ Anne Yaşamıyor	11	16.81			
Öfke Kontrol	Sağ ve Birlikte	482	20.48	3	3.95	.267
	Sağ ve Ayrı	20	20.05			
	Anne Sağ Baba Yaşamıyor	26	22.50			
	Baba Sağ Anne Yaşamıyor	11	20.82			

*p< .05

Tablo 4.16'daki analiz sonuçları incelendiğinde anne-baba durumuna göre sürekli öfke puanları sağ ve birlikte ($\bar{x} = 22.13$), sağ ve ayrı ($\bar{x} = 22.10$), anne sağ baba yaşamıyor ($\bar{x} = 20.85$) ve baba sağ anne yaşamıyor ($\bar{x} = 23.91$) arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öfke içte puanları sağ ve birlikte ($\bar{x} = 17.30$), sağ ve ayrı ($\bar{x} = 18.86$), anne sağ baba yaşamıyor ($\bar{x} = 16.92$) ve baba sağ anne yaşamıyor ($\bar{x} = 16.18$) arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öfke dışa puanları sağ ve birlikte ($\bar{x} = 16.46$), sağ ve ayrı ($\bar{x} = 16.25$), anne sağ baba yaşamıyor ($\bar{x} = 15.77$) ve baba sağ anne yaşamıyor ($\bar{x} = 16.81$) arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öfke kontrol puanları sağ ve birlikte ($\bar{x} = 20.48$), sağ ve ayrı ($\bar{x} = 20.05$), anne sağ baba yaşamıyor ($\bar{x} = 22.50$) ve

baba sağ anne yaşamıyor ($\bar{x} = 20.82$) arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur.

4.2.7. Araştırmanın Yedinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın yedinci alt problemi olan “Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları anne öğrenim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” sorusuna yanıt aramak için Kruskal-Wallis H testi yapılmıştır.

Tablo 4.17. Öğretmen adaylarının anne öğrenim düzeyine göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzı alt ölçeklerine ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

	Anne Öğrenim	n	\bar{x}	sd	χ^2	p
Sürekli Öfke	Okur-yazar Değil	106	21.00	6	10.50	.105
	Okuma-Yaz. Bilir	57	22.35			
	İlkokul Mezunu	218	22.50			
	Ortaokul Mezunu	66	22.76			
	Lise Mezunu	67	22.57			
	Üni./Yüksekokul	22	20.14			
	Lisansüstü	3	16.67			
Öfke İçte	Okur-yazar Değil	106	16.71	6	6.44	.376
	Okuma-Yaz. Bilir	57	16.77			
	İlkokul Mezunu	218	17.74			
	Ortaokul Mezunu	66	17.65			
	Lise Mezunu	67	17.42			
	Üni./Yüksekokul	22	17.82			
	Lisansüstü	3	15.67			
Öfke Dışa	Okur-yazar Değil	106	15.82	6	2.93	.818
	Okuma-Yaz. Bilir	57	16.39			
	İlkokul Mezunu	218	16.71			
	Ortaokul Mezunu	66	16.18			
	Lise Mezunu	67	16.72			
	Üni./Yüksekokul	22	16.91			
	Lisansüstü	3	13.67			
Öfke Kontrol	Okur-yazar Değil	106	21.41	6	10.60	.102
	Okuma-Yaz. Bilir	57	19.54			
	İlkokul Mezunu	218	20.41			
	Ortaokul Mezunu	66	21.17			
	Lise Mezunu	67	19.85			
	Üni./Yüksekokul	22	20.64			
	Lisansüstü	3	24.00			

* $p < .05$

Tablo 4.17'deki analiz sonuçları incelendiğinde öğretmen adaylarının anne öğrenim düzeyleri ile sürekli öfke puanları okur-yazar değil ($\bar{x} = 21.00$), okuma-yazma bilir ($\bar{x} = 22.35$), ilkokul ($\bar{x} = 22.50$), ortaokul ($\bar{x} = 22.76$), lise ($\bar{x} = 22.57$), üniversite/yüksekokul ($\bar{x} = 20.14$) ve lisansüstü ($\bar{x} = 16.67$) puanları arasında istatistiksel olarak $p < .05$ anlamlılık düzeyinde bir fark yoktur. Öfke içe puanları okur-yazar değil ($\bar{x} = 16.71$), okuma-yazma bilir ($\bar{x} = 16.77$), ilkokul ($\bar{x} = 17.74$), ortaokul ($\bar{x} = 17.65$), lise ($\bar{x} = 17.42$), üniversite/yüksekokul ($\bar{x} = 17.82$) ve lisansüstü ($\bar{x} = 15.67$) puanları arasında istatistiksel olarak $p < .05$ anlamlılık düzeyinde bir fark yoktur. Öfke dışı puanları okur-yazar değil ($\bar{x} = 15.82$), okuma-yazma bilir ($\bar{x} = 16.39$), ilkokul ($\bar{x} = 16.71$), ortaokul ($\bar{x} = 16.18$), lise ($\bar{x} = 16.72$), üniversite/yüksekokul ($\bar{x} = 16.91$) ve lisansüstü ($\bar{x} = 13.67$) puanları arasında istatistiksel olarak $p < .05$ anlamlılık düzeyinde bir fark yoktur. Öfke kontrol puanları okur-yazar değil ($\bar{x} = 21.41$), okuma-yazma bilir ($\bar{x} = 19.54$), ilkokul ($\bar{x} = 20.41$), ortaokul ($\bar{x} = 21.17$), lise ($\bar{x} = 19.85$), üniversite/yüksekokul ($\bar{x} = 20.64$) ve lisansüstü ($\bar{x} = 24.00$) puanları arasında istatistiksel olarak $p < .05$ anlamlılık düzeyinde bir fark yoktur.

4.2.8. Araştırmanın Sekizinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

“Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları baba öğrenim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” sorusuna yanıt aramak için Kruskal-Wallis H testi yapılmış ve sonuçlar tablo 4.18'de gösterilmiştir.

Tablo 4.18. Öğretmen adaylarının baba öğrenim düzeyine göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzı alt ölçeklerine ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

	Baba Öğrenim	n	\bar{x}	sd	χ^2	p
Sürekli Öfke	Okur-yazar Değil	10	20.10			
	Okuma-Yaz. Bilir	26	22.31			
	İlkokul Mezunu	193	21.86			
	Ortaokul Mezunu	107	22.50	6	4.97	.548
	Lise Mezunu	98	22.85			
	Üni./Yüksekokul	101	21.54			
	Lisansüstü	4	22.25			
Öfke İçte	Okur-yazar Değil	10	17.00			
	Okuma-Yaz. Bilir	26	17.54	6	1.56	.955
	İlkokul Mezunu	193	17.25			
	Ortaokul Mezunu	107	17.81			

	Lise Mezunu	98	17.40			
	Üni./Yüksekokul	101	17.07			
	Lisansüstü	4	18.75			
Öfke Dışa	Okur-yazar Değil	10	13.50			
	Okuma-Yaz. Bilir	26	16.38			
	İlkokul Mezunu	193	16.29			
	Ortaokul Mezunu	107	16.96			
	Lise Mezunu	98	16.46	6	6.87	.333
	Üni./Yüksekokul	101	16.39			
	Lisansüstü	4	16.50			
	Öfke Kontrol	Okur-yazar Değil	10	22.60		
Okuma-Yaz. Bilir		26	20.42			
İlkokul Mezunu		193	20.32			
Ortaokul Mezunu		107	20.13	6	8.75	.188
Lise Mezunu		98	20.73			
Üni./Yüksekokul		101	19.73			
Lisansüstü		4	23.25			

*p< .05

Tablo 4.18'deki analiz sonuçları incelendiğinde öğretmen adaylarının baba öğrenim düzeyleri ile sürekli öfke puanları okur-yazar değil ($\bar{x} = 22.10$), okuma-yazma bilir ($\bar{x} = 22.31$), ilkokul ($\bar{x} = 21.86$), ortaokul ($\bar{x} = 22.50$), lise ($\bar{x} = 22.85$), üniversite/yüksekokul ($\bar{x} = 21.54$) ve lisansüstü ($\bar{x} = 22.25$) puanları arasında istatistiksel olarak $p < .05$ anlamlılık düzeyinde bir fark yoktur. Öfke içe puanları okur-yazar değil ($\bar{x} = 17.00$), okuma-yazma bilir ($\bar{x} = 17.54$), ilkokul ($\bar{x} = 17.25$), ortaokul ($\bar{x} = 17.81$), lise ($\bar{x} = 17.40$), üniversite/yüksekokul ($\bar{x} = 17.07$) ve lisansüstü ($\bar{x} = 18.75$) puanları arasında istatistiksel olarak $p < .05$ anlamlılık düzeyinde bir fark yoktur. Öfke dışa puanları okur-yazar değil ($\bar{x} = 13.50$), okuma-yazma bilir ($\bar{x} = 16.38$), ilkokul ($\bar{x} = 16.29$), ortaokul ($\bar{x} = 16.96$), lise ($\bar{x} = 16.46$), üniversite/yüksekokul ($\bar{x} = 16.39$) ve lisansüstü ($\bar{x} = 16.50$) puanları arasında istatistiksel olarak $p < .05$ anlamlılık düzeyinde bir fark yoktur. Öfke kontrol puanları okur-yazar değil ($\bar{x} = 22.60$), okuma-yazma bilir ($\bar{x} = 20.42$), ilkokul ($\bar{x} = 20.32$), ortaokul ($\bar{x} = 20.13$), lise ($\bar{x} = 20.73$), üniversite/yüksekokul ($\bar{x} = 19.73$) ve lisansüstü ($\bar{x} = 23.25$) puanları arasında istatistiksel olarak $p < .05$ anlamlılık düzeyinde bir fark yoktur.

4.2.9. Araştırmanın Dokuzuncu Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın dokuzuncu alt problemi olan “Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ekonomik durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” sorusuna yanıt aramak için Kruskal-Wallis H testi yapılmış ve sonuçlar tablo 4.19’da gösterilmiştir.

Tablo 4.19. Öğretmen adaylarının ekonomik durumlarına göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzı alt ölçeklerine ilişkin Kruskal-Wallis H testi sonuçları

	Bölüm	n	\bar{x}	sd	χ^2	p
Sürekli Öfke	Geçinemiyorum	12	24.33			
	Zor Geçiniyorum	51	23.27			
	İdare Ediyorum	184	22.61	4	10.70	.030*
	Geçinebiliyorum	241	21.47			
	Çok Rahat Geçiniyorum	51	21.55			
Öfke İçte	Geçinemiyorum	12	16.00			
	Zor Geçiniyorum	51	18.43			
	İdare Ediyorum	184	18.20	4	16.98	.002*
	Geçinebiliyorum	241	16.76			
	Çok Rahat Geçiniyorum	51	16.57			
Öfke Dışa	Geçinemiyorum	12	17.42			
	Zor Geçiniyorum	51	17.08			
	İdare Ediyorum	184	16.59	4	4.66	.324
	Geçinebiliyorum	241	16.08			
	Çok Rahat Geçiniyorum	51	16.57			
Öfke Kontrol	Geçinemiyorum	12	19.83			
	Zor Geçiniyorum	51	19.92			
	İdare Ediyorum	184	20.63	4	2.41	.660
	Geçinebiliyorum	241	20.73			
	Çok Rahat Geçiniyorum	51	20.39			

*p< .05

Tablo 4.19’deki analiz sonuçları incelendiğinde araştırmaya katılan öğretmen adaylarının ekonomik durumları ile öfke dışı puanları geçinebiliyorum ($\bar{x} = 17.42$), zor geçiniyorum ($\bar{x} = 17.08$), idare ediyorum ($\bar{x} = 16.59$), geçinebiliyorum ($\bar{x} = 16.08$) ve çok rahat geçiniyorum ($\bar{x} = 16.57$), arasında p< .05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öfke kontrol puanları geçinebiliyorum ($\bar{x} = 19.83$), zor geçiniyorum ($\bar{x} = 19.92$), idare ediyorum ($\bar{x} = 20.63$), geçinebiliyorum ($\bar{x} = 20.73$) ve çok rahat geçiniyorum ($\bar{x} = 20.39$), arasında p< .05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bir farklılık yoktur. Öğretmen adaylarının sürekli öfke alt ölçeği ve öfke içte alt

ölçeğinden aldığı puanlar, ekonomik durumlarına göre $p < .05$ anlamlılık düzeyinde farklılaşmaktadır. Bu anlamlı farklılık düzeyi sürekli öfke puanlarında $p = .030$, öfke kontrol puanlarında $p = .002$ 'dir. Anlamlı farklılıkların hangi ekonomik durumlar arasında olduğunu belirleyebilmek için Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

Tablo 4.20. Öğretmen adaylarının ekonomik durumlarına göre sürekli öfke alt ölçeğine ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

	Geçinemiyorum	Zor Geçiniyorum	İdare Ediyorum	Geçinebiliyorum	Çok Rahat Geçiniyorum
Geçinemiyorum		.488	.205	.058	.111
Zor Geçiniyorum	.488		.318	.021*	.105
İdare Ediyorum	.205	.318		.033*	.216
Geçinebiliyorum	.058	.021*	.033*		.969
Çok Rahat Geçiniyorum	.111	.105	.216	.969	

* $p < .05$

Tablo 4.20 incelendiğinde araştırmaya katılan öğretmen adaylarının sürekli öfke puanları geçinemiyorum-zor geçiniyorum, geçinemiyorum-idare ediyorum, geçinemiyorum-geçinebiliyorum, geçinemiyorum-çok rahat geçiniyorum, zor geçiniyorum-idare ediyorum, zor geçiniyorum-çok rahat geçinebiliyorum, idare ediyorum-çok rahat geçiniyorum, geçinebiliyorum-çok rahat geçiniyorum ekonomik durumları arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde fark bulunamamıştır. Zor geçiniyorum-geçinebiliyorum durumları arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde fark bulunmuştur. Geçimini zor sağlayan öğretmen adaylarının geçinebilen öğretmen adaylarına göre daha yüksek sürekli öfke düzeyine sahip oldukları söylenebilir. İdare ediyorum-geçinebiliyorum durumları arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde fark bulunmuştur. Geçimini idare edecek şekilde sağlayan öğretmen adaylarının geçinebilen öğretmen adaylarına göre daha yüksek sürekli öfke düzeyine sahip oldukları söylenebilir.

Tablo 4.21. Öğretmen adaylarının ekonomik durumlarına göre öfke içe alt ölçeğine ilişkin Mann-Whitney U testi sonuçları

	Geçinemiyorum	Zor Geçiniyorum	İdare Ediyorum	Geçinebiliyorum	Çok Rahat Geçiniyorum
Geçinemiyorum		.188	.069	.502	.686
Zor Geçiniyorum	.188		.974	.072	.108
İdare Ediyorum	.069	.974		.000*	.014*
Geçinebiliyorum	.502	.072	.000*		.684
Çok Rahat Geçiniyorum	.686	.108	.014*	.684	

*p< .05

Tablo 4.21 incelendiğinde araştırmaya katılan öğretmen adaylarının öfke içe puanları geçinemiyorum-zor geçiniyorum, geçinemiyorum-idare ediyorum, geçinemiyorum-geçinebiliyorum, geçinemiyorum-çok rahat geçiniyorum, zor geçiniyorum-idare ediyorum, zor geçiniyorum-geçinebiliyorum, zor geçiniyorum-çok rahat geçinebiliyorum, geçinebiliyorum-çok rahat geçiniyorum ekonomik durumları arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde fark bulunamamıştır. İdare ediyorum-geçinebiliyorum ekonomik durumları arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde fark bulunmuştur. İdare ediyorum-çok rahat geçiniyorum ekonomik durumları arasında $p < .05$ anlamlılık düzeyinde fark bulunmuştur. Geçimini idare edecek şekilde sağlayan öğretmen adaylarının geçinebilen ve çok rahat geçinebilen öğretmen adaylarına göre öfkelerini daha çok içe yansıtmaya eğiliminde oldukları söylenebilir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde, araştırma sonucunda elde edilen bulgular, literatürdeki benzer araştırmaların sonuçları ile karşılaştırma yapılarak tartışılmış olup değerlendirilmiştir.

Bu araştırmada öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarıyla benlik algıları arasındaki ilişki incelenmiştir. Literatür taraması yapıldığında bu araştırma problemiyle doğrudan ilgili bir çalışma bulunamamıştır. Sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını konu alan araştırma bulguları, bu araştırmanın sonuçlarını tartışmak üzere ele alınmıştır.

5.1. Öğretmen Adaylarının Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarıyla Benlik Algıları Arasındaki İlişki

Üniversitelerde öğrenim gören öğretmen adaylarının sürekli öfke düzeyleri ve öfke ifade tarzlarıyla benlik algıları arasındaki ilişki incelenmiş ve öğretmen adaylarının sürekli öfke, öfke içe, öfke dışı puanlarıyla benlik algıları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Güleç (2002)'in liseli öğrencilerle yaptığı çalışmasında benlik algısıyla sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında ters yönlü anlamlı bir ilişki bulması çalışmayı destekler niteliktedir. Bu sonuca göre benlik algıları yüksek olan öğretmen adaylarının öfke düzeylerinin düşük olduğu, öfkelerini daha az bastırıp ve daha az dışarıya yansıttıklarını söyleyebiliriz. Öğretmen adaylarının öfke kontrolleri ile benlik algıları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca göre benlik algıları yüksek olan öğretmen adaylarının öfkelerini daha başarılı bir şekilde kontrol ettiklerini söyleyebiliriz.

Bunun nedeni olarak benlik algısı yüksek bireylerin kendileri hakkındaki görüş ve tutumları güçlü ve olumlu anlamda olacağından dolayı öfkelerini kontrol etme konusunda daha başarılı olacakları söylenebilir.

5.2. Öğretmen Adaylarının Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarının Demografik Değişkenlere Göre İlişkisi

Üniversitelerde öğrenim gören öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının yaş guruplarına göre bir farklılık oluşturup oluşturmadığı incelenmiş ve anlamlı bir farklılaşma bulunmamış olup alan yazında bu çalışmayı destekleyen araştırmalar görüldüğü gibi (Bakır, 2022; Sağlam, 2020; Keskin, 2019; Semizoğlu, 2018; Türker, 2010), yaş değişkenine göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının farklılaştığı çalışmalarda vardır (Avcı, 2023; Bulut, 2023; Eresen, 2023; Özgül, 2017; Kuruoğlu, 2009; Nas ve Arkadaşları, 2016). Bu araştırmadaki veriler ışığında üniversitede eğitim gören öğretmen adaylarının yaşları ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında ilişki bulunamamış olup bunun nedeni olarak üniversite öğrencilerinin yaş ortalamalarının birbirine yakın olması gösterilebilir.

Üniversitede öğrenim gören öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının bölümlerine göre bir farklılık oluşturup oluşturmadığı incelenmiş ve öğretmen adaylarının sürekli öfkeleri, öfke kontrolleri ile okudukları bölümler arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Türkçe bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının öfke düzeyleri PDR ve ilköğretim matematik bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarına göre daha yüksek, sınıf öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının öfke düzeyleri ilköğretim matematik bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarına göre daha yüksek bulunmuştur. İngilizce bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının PDR, Türkçe, ilköğretim matematik, sınıf öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarına göre öfke kontrol puanları daha yüksek bulunmuş. İngilizce öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının diğer öğretmen adaylarına göre öfkelerini kontrol etme konusunda başarılı oldukları bulunmuş olup bunun nedeni olarak ilgili yıllarda memurluğa atama puanlarının belirtilen bölümlerden daha düşük olmasından kaynaklı daha düşük kaygı düzeyi ve daha fazla kendine odaklanabilme gösterilebilir. Bu araştırma bulgularından farklı olarak Nas ve arkadaşları (2016),

yaptığı araştırmada öğrenim görünen bölüme göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının farklılaşmadığını bulmuştur.

Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları sınıflarına göre anlamlı bir fark bulunamamış olup bu çalışmayı destekleyen araştırmalar da olmuştur (Semizoğlu, 2018; Nas ve Arkadaşları, 2016). Sınıf düzeylerinde öğrenim gören öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında anlamlı bir farkın olmadığı söylenebileceği gibi bu durumun nedeni olarak henüz mesleğe başlamamış veya mesleğe atılmamış olmanın getirdiği durumların farkına varamamış gösterilebilir.

Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları cinsiyetlerine göre anlamlı bir fark bulunmuş olup birçok araştırma ile tutarlı olduğu gibi (Eresen, 2023; bakır, 2022; Özyaman, 2021; arda, 2021; Güleşer, 2020; Sağlam, 2020; Şahinoğlu, 2020; Atış, 2019; Özgül, 2017; Yağcı, 2017; Türker, 2010; Kuruoğlu, 2009; Nas ve Arkadaşları, 2016; Özmen ve Arkadaşları, 2016; Eroğlu, 2009, Batıgün ve Utku, 2006), cinsiyet açısından sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının farklılaşmadığını ortaya koyan çalışmalarda vardır (Avcı, 2023; Türkay, 2022; Kerman, 2021; Keskin, 2019; Çalışkan, 2018; Semizoğlu, 2018; Bilge, 1997). Çalışmada kız ve erkek öğretmen adaylarının öfke dışı puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre öfkelerini dışı yansıtma düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir. Bu fark cinsiyete göre kültürel olarak yetiştirilme tarzından kaynaklanmış olabilir (Gezici-Yalçın, Tanriverdi,2020).

Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları anne-baba durumlarına göre ilişkisi incelendiğinde anlamlı bir fark bulunamamış olup Keskin (2019), yaptığı çalışmada benzer sonuca ulaşmış olup araştırmayı desteklemektedir. Anlamlı bir farklılığın oluşmama nedeninin ise öğretmen adaylarının büyük bir çoğunluğunun (%89.4) anne ve babasının sağ ve birlikte yaşıyor olmasından kaynaklı olduğu söylenebilir.

Öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları anne öğrenim ve baba öğrenim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir ilişki bulunamamış olup birçok araştırma ile tutarlıdır (Türkay, 2022; Sağlam, 2020; Şahinoğlu, 2020; Atış, 2019; Keskin, 2019; Bilge, 1997). Anne-baba eğitim düzeyi değişkenine göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının farklılaştığı çalışmalar olmuştur. Kuruoğlu (2009), araştırmasında annesi ilkökul mezunu olan bireylerin öfke içe puanlarının ortaokul

mezunu olanlardan daha yüksek olduğunu bulmuştur. Nas ve Arkadaşları (2016), futsal sporcularıyla yaptıkları çalışmada öfke içe puanlarının babası lisans mezunu olanların ilkokul mezunu olanlardan anlamlı şekilde yüksek bulmuş, öfke dışı puanlarının babası ilkokul mezunu olanların lisans mezunu olanlardan anlamlı olarak daha yüksek olduğunu bulmuştur. Özmen ve Arkadaşları (2016), araştırmalarında anne ve baba eğitim düzeyinin yükseldikçe öfke kontrol düzeylerinin de arttığını bulmuştur.

Öğretmenlik bölümlerinde eğitim gören adayların sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ekonomik durumlarına göre ilişkisi incelenmiş olup sürekli öfke ve öfke içte alt puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş ve benzer sonuçlara ulaşılmış araştırmalar olduğu gibi (Nas ve Arkadaşları, 2016; Eroğlu, 2009), ekonomik duruma göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının anlamlı şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşan araştırmalar da mevcuttur (Bulut, 2023; Şahinoğlu, 2020; Keskin, 2019; Semizoğlu, 2018; Kuruoğlu, 2009; Bilge, 1997).

Geçimini idare edecek şekilde sağlayan öğretmen adaylarının geçinebilen öğretmen adaylarına göre daha yüksek sürekli öfke düzeyine sahip oldukları söylenebilir. Aynı zamanda geçimini idare edecek şekilde sağlayan öğretmen adaylarının geçinebilen ve çok rahat geçinebilen öğretmen adaylarına göre öfkelerini daha çok içe yansıtırma eğiliminde oldukları söylenebilir.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde çalışma katılımcılarına uygulanan, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği, Sosyal karşılaştırma Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formundan elde edilen veriler ışığında yapılan analizlerin sonuçları sıralanmıştır. Ayrıca ilgili araştırmacılara ve uygulamacılara çalışmalarına yönelik öneriler sıralanmıştır.

6.1. Sonuçlar

Bu araştırmada öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının benlik algıları ve bazı değişkenler açısından ilişkisi incelenmiş olup araştırma sonuçları aşağıda sıralanmıştır.

1. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği puanının ve Sosyal Karşılaştırma Ölçeği puanlarıyla ilişkisi incelendiğinde sürekli öfke, öfke dışı alt puanlarıyla düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı; öfke içe alt puanlarıyla orta düzeyde negatif yönlü anlamlı; öfke kontrol alt puanıyla ise düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

2. Yaş değişkenine göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeğine ait puanlar incelendiğinde anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur.

3. Öğrenim görünen bölüm değişkenine göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeğine ait puanlar incelendiğinde Türkçe öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının Sürekli Öfke puanlarının PDR bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda İngilizce öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının

Öfke Kontrol puanlarının PDR, İlköğretim Matematik, Türkçe ve Sınıf Öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur.

4. Sınıf düzeyi değişkenine göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeğine ait puanlar incelendiğinde anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur.

5. Cinsiyet değişkenine göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeğine ait puanlar incelendiğinde erkek öğretmen adaylarının Öfke Dışa puanlarının kız öğretmen adaylarının puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur.

6. Anne-baba durumu değişkenine göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeğine ait puanlar incelendiğinde anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur.

7. Anne öğrenim düzeyi değişkenine göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeğine ait puanlar incelendiğinde anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur.

8. Baba öğrenim düzeyi değişkenine göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeğine ait puanlar incelendiğinde anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur.

9. Ekonomik durum değişkenine göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeğine ait puanlar incelendiğinde zor geçiniyorum diyen öğretmen adaylarının Sürekli Öfke puanlarının geçinebiliyorum diyen öğretmen adaylarının puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda idare ediyorum diyen öğretmen adaylarının Sürekli Öfke puanlarının geçinebiliyorum diyen öğretmen adaylarının puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur.

6.2. Öneriler

Bu araştırmanın ulaştığı sonuçlar ışığında araştırmacı ve uygulayıcılara yönelik bazı öneriler sıralanmıştır.

1. Araştırma sadece eğitim fakültesinde öğrenim gören öğretmen adaylarıyla sınırlandırılmıştır. Bu nedenle genelleme yapmak yanlış olabilir. Araştırmaya diğer fakültelerde öğrenim gören öğrenciler dahil edilerek daha kapsamlı bir çalışma yapılabileceği düşünülmektedir.

2. Araştırmada sürekli öfke düzeyi ile belik algısı, bölüm, sınıf düzeyi, yaş, cinsiyet, ekonomik durum, anne-baba durumu ve anne-baba eğitim düzeyi arasındaki ilişkiler ele alınmıştır. Sürekli öfkeyi etki edebileceği düşünülen öz yeterlik, stresle başa çıkma, belirsizliğe tahammülsüzlük, psikolojik sağlamlık gibi değişkenler arası ilişkilerin incelenmesinin de yarar sağlayabileceği düşünmektedir.

3. Araştırmada devlet niversitesi ğrencileri ile çalışılmıştır vakıf üniversitelerindeki öğrenciler ile çalışılarak daha kapsamlı araştırma yapılabilir.

4. Türkçe bölümünde öğrenim gören ğretmen adaylarının PDR bölümünde öğrenim gören ğretmen adaylarına göre sürekli öfkeleri yüksek olarak bulunmuş olup ingilizce bölümünde öğrenim gören ğretmen adaylarının öfke kontrolleri diğer bölümlerde öğrenim gören ğretmen adaylarından daha yüksek bulunmuştur. Bu farka neden olabilecek değişkenler araştırılabilir.

KAYNAKÇA

- Adams, J. F. (1995). Ergenliği anlamak: Ergen psikolojisinde g¼ncel gelişmeler. (Çev. Ed.:B. Onur & A. D¼nmez). İmge Kitabevi.
- Alberti, R. & Emmons, M. (1998). Atılganlık hakkınızı kullanın. (Çev. Ed.: S. Katlan). HYB Yayıncılık.
- Altunay, A., & Öz, F. (2006). Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin benlik kavramı. *Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 13(1), 46-59.
- Arda, N. (2021). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı, yalnızlık düzeyi ve sürekli öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Kent Üniversitesi.
- Atış, Y. (2019). *Ergenlerde sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile boyun eğici davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Avcı, R. (2023). *Çocukluk deneyimleri ve duygu düzenleme güçlüğünün sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını yordama gücü* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Medipol Üniversitesi.
- Balkaya, F., şahin, N.H. (2003). Çok boyutlu öfke ölçęđi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 192-202.
- Bilge, F. (1997). Eğitim bilimleri öğrencilerinin sürekli kızgınlık düzeyleri ve kızgınlıklarını ifade biçimlerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fak¼ltesi Dergisi*, 13, 75-80.
- Bilgin, M., Kılıç-Atıcı, M., & Yazgan-İnanç, B. (2011). Gelişim psikolojisi: Çocuk ve ergen gelişimi (7. Bs.). Pegem Akademi.
- Bakır, E. (2022). *Antrenörlerin iş doyumunu, sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişki (Güneydoğu Anadolu Bölgesi örneği)* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Siirt Üniversitesi.
- Batıg¼n, A.D., Utku, Ç. (2006). Bir grup gençte yeme tutumu ve öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 65-78.
- Baymur, F. B. (1985). Genel psikoloji (19. Bs.). İnkılap Yayınevi.
- Brown, J. D. (1993). Motivational conflict and the self: The double-bind of low self esteem. In R. F. Baumeister (Eds.), *Self-esteem: The puzzle of low self regard* (pp. 117-130). Plenum Press.
- Bulut, K. (2023). *Ev hanımlarında sürekli öfke, öfke ifade tarzları ve dindarlık ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi.

- Burn, R. (1982). *Self-concept development and education*. Holt, Rinehart and Winston.
- Cüceloğlu, D. (2018). *İnsan ve davranışı* (36. Bs.). Remzi Yayınevi.
- Çalışkan, S. (2018). *Sınıf öğretmenleri ve branş öğretmenlerinin empatik beceri düzeyi, sürekli öfke düzeyi ve öfke ifade tarzlarının karşılaştırılması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Nişantaşı Üniversitesi.
- Çivitci, N. (2007). Çok boyutlu okul öfke ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(2), 99-109.
- Doğan, H., Üngüren, E., Algür, S. (2010). Öfke ve empati ilişkisine yönelik otel zincirlerinde bir araştırma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(19), 277-298.
- Eresen, C. (2023). *Sporcuların sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi: Tohm örneği* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Aydın Adnan Menderes Üniversitesi.
- Eroğlu, S. E. (2009). Saldırganlık davranışının boyutları ve ilişkili olduğu faktörler: Lise ve üniversite öğrencileri üzerine karşılaştırmalı bir çalışma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 205-221.
- Geçtan, E. (1995). *Psiko-dinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar* (12. Bs.). Remzi Kitapevi.
- Gezici-Yalçın, M., & Tanriverdi, V. (2020). Cinsiyet farklarının inşasında ve bu farkların aşılmasında cinsiyet ifadesinin rolü. *Viraverita E-Dergi*, 11, 82-114.
- Güleç, Y. (2002). *Ergenlerin öfke yaşantıları, benlik alguları ve akademik başarı ilişkileri* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Güleşer G. (2020). *Sürekli öfke, öfke ifade tarzı ve anksiyetenin nikotin bağımlılığı ile ilişkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi.
- Karasar, N. (2023). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (38. Bs.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kaymak, Özmen, S. (2004). Aile içinde öfke ve saldırganlığın yansımaları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(37), 27-39.
- Kerman, B. (2021). *18-24 Yaş arası bireylerde aleksitimi ve duygusal zekanın sürekli öfke ve öfke ifade tarzları üzerindeki etkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.
- Keskin, Ç. (2019). *Üniversite öğrencilerinin öğrenilmiş çaresizlik düzeyleri ile anksiyete, sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.
- Kısaç, İ. (1997). *Üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre sürekli öfke ve öfke ifade düzeyleri* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Kısaç, İ. (1999). *Üniversite öğrencilerinin sürekli öfke ve öfke ifade biçimi düzeyleri*. *Mesleki Eğitim Dergisi*, (1), 63-74.

- Korkut, F. (2002). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 177-184.
- Kökdemir, H. (2004). Öfke ve öfke kontrolü. *Pivolka Dergisi*, 12(3), 7-10.
- Köknel, Ö. (2005). Kaygıdan mutluluğa kişilik (17. Bs.). Altın Kitaplar.
- Kuzgun, Y. (1983). Benlik ve ideal benlik kavramlarının tercih edilen meslek kavramı ile ilişkisi. *A.Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 1-9.
- Nas, K., Birol, S.Ş. ve Temel, V. (2016). Futsalcıların öfke tarzlarının bazı değişkenler açısından belirlenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 10-22
- Navaro, L. (2018). Bir cadı masalı (10. Bs.). Remzi Kitabevi.
- Öner, N. (2005). Pier-Harris' in çocuklarda öz kavramı ölçeği el kitabı. Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Özer, K. (1994a). Öfke, kaygı ve depresyon eğilimlerinin bilişsel alt yapısıyla ilgili bir çalışma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 12-25.
- Özer, K. (1994b). Sürekli öfke (sl-öfke) ve öfke ifade tarzı (öfke-tarz) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 26-35.
- Özgül, M. (2017). *Dini başa çıkma ile sürekli öfke-öfke ifade tarzları ilişkisi üzerine bir araştırma* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans]. Kastamonu Üniversitesi.
- Özmen, A. (2006). Öfke: Kuramsal yaklaşımlar ve bireylerde öfkenin ortaya çıkmasına neden olan etmenler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(39), 39-56.
- Özmen, D., Özmen, E., Çetinkaya, A. Ve Özunal Akil, İ. (2016). Ergenlerde sürekli öfke ve öfke ifade tarzları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17, 65-73.
- Özyaman, S. (2021). *Ergenlik dönemindeki çocukların sürekli öfke düzeyleri, öfke ifade stilleri ve saldırganlık seviyeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.
- Özyürek, A., Özkan, İ. (2015). Ergenlerin okula yönelik öfke düzeyleri ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(2), 280-296.
- Sağlam, E. (2020). *Üniversite öğrencilerinde sürekli öfke ve öfke ifade tarzı düzeyleri ile empati ve affedicilik düzeyleri arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Semizoğlu, A.G. (2018). *Genç yetişkinlerde sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile dürtüsellik arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.
- Sirel Kuruoğlu, D. (2009). *Üniversite öğrencilerinin sürekli öfke düzeyleri, öfke ifade tarzları ile obsesif kompulsif semptomları arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış tezli yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Soykan, Ç., 2003. Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11(2), 19-27.
- Şahin, H. (2005). Öfke ve öfke denetiminin kuramsal temelleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(10), 1-22.

- Şahinoğlu, A.S. (2020). *Üniversite öğrencilerinin riskli davranışları ile sürekli öfke ve öfke ifade düzeyleri ve iç-dış denetim odağı arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi.
- Tarhan, N. (2016). *Duyguların psikolojisi ve duygusal zeka: Bize özgü duygular, bize özgü bir analiz* (19. Bs.). Timaş Yayınları.
- Taşçı Eser, D., Üstün, B. (2012). *Psikiyatrik bozukluğu olan ergen ve ebeveynlerinin öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(3), 111-116.
- Teşneli, Ö. (2007). *Elit seviyedeki değişik spor branşlarının fiziksel benlik algısı üzerine etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- TDK, (2017). *Türk Dil Kurumu Sözlüğü*. <http://www.tdk.gov.tr>.
- Türkay, A. (2022). *Özel yetenekli öğrencilerin bilişsel esneklik ve mükemmeliyetçilik düzeyleri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ufuk Üniversitesi.
- Türker, S. (2010). *Öğretmenlerin çatışma yönetim stratejileri ile sürekli öfke ve öfke ifade düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Ulu, S. (2011). *Ergenlerde algılanan duygusal istismar ile sürekli öfke düzeyi ve öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Uslu, G. (2004). *Lise öğrencilerinin sürekli öfke ve öfke ifade düzeylerini yordayan bazı değişkenler* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Yağcı, İ. (2017). *Üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkide aleksitiminin aracı rolü* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.

EKLER

- Ek 1.** Kişisel Bilgi Formu
- Ek 2.** Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği
- Ek 3.** Sosyal karşılaştırma Ölçeği
- Ek 4.** Uygulama İzinleri



Ek 1. Kişisel Bilgi Formu

DEĞERLİ ÖĞRETMEN ADAYLARI,

Bu araştırma Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı öğrencisi Behür OKAN tarafından, yüksek lisans tezi olarak Yrd. Doç. Dr. Eyyüp ÖZKAMALI'nın danışmanlığında yapılmaktadır. Elde edilen kişisel bilgiler kesinlikle bilimsel amaçlar için kullanılacak ve gizlilik esas alınacaktır. Bu nedenle adınızı yazmanıza gerek yoktur.

Araştırmanın güvenilirliği sizlerin vereceği cevapların içtenliğine bağlı olacaktır. Bu yüzden lütfen soruları cevaplarken objektif olmaya ve sorular üzerinde fazla düşünmeden cevap vermeye özen gösteriniz.

Gösterdiğiniz ilgi ve işbirliği için teşekkür ederim.

Yüksek Lisans Öğrencisi
Behür OKAN

Lütfen, bölümünüzü yazınız ve aşağıda size uygun olan seçeneklerden sadece bir tanesine (x) işareti koyunuz.

1.BÖLÜMÜNÜZ : PDR İlköğretim Matematik İngilizce
 Türkçe Sınıf Öğretmenliği

2.YAŞINIZ : 18-20 21-23 24-26
 27-29 30 ve Üzeri

3.CİNSİYETİNİZ : Kız Erkek

4.SINIFINIZ : 1.Sınıf 2.Sınıf 3.Sınıf 4.Sınıf

5.ANNE VE BABANIZIN DURUMU NEDİR?

Sağ ve birlikte yaşıyorlar Sağ ve ayrı yaşıyorlar
 Anne sağ baba yaşamıyor Baba sağ anne yaşamıyor

6. ANNENİZİN ÖĞRENİM DÜZEYİ NEDİR?

Okur-Yazar Değil
 Sadece Okuma Yazma Bilir
 İlkokul Mezunu
 Orta Okul Mezunu
 Lise Mezunu
 Üniversite / Yüksek Okul Mezunu
 Lisansüstü

7. BABANIZIN ÖĞRENİM DÜZEYİ NEDİR?

Okur-Yazar Değil
 Sadece Okuma Yazma Bilir
 İlkokul Mezunu
 Orta Okul Mezunu
 Lise Mezunu
 Üniversite / Yüksek Okul Mezunu
 Lisansüstü

8. EKONOMİK DURUMUNUZ HAKKINDA AŞAĞIDAKİLERDEN HANGİSİ SİZİN İÇİN UYGUNDUR?

Geçinemiyorum
 Zor geçiniyorum
 İdare ediyorum
 Geçinebiliyorum
 Çok rahat geçiniyorum

Ek 2. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği

I. BÖLÜM

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatırken kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. **Her ifadeyi okuyun, sonra da genel olarak nasıl hissettiğinizi düşünün ve ifadelerin sağ tarafındaki sayılar arasında sizi en iyi tanımlayanı seçerek üzerine (X) işareti koyun.** Doğru ya da yanlış cevap yoktur.

1Hiç /2Biraz/3Oldukça/4Tümüyle

1. Çabuk parlarım. (1) (2) (3) (4)
2. Kızgın mizaçlıyım. (1) (2) (3) (4)
3. Öfkesi burnunda bir insanım. (1) (2) (3) (4)
4. Başkalarının hataları, yaptığım işi yavaşlatınca kızarım. (1) (2) (3) (4)
5. Yaptığım iyi bir işten sonra takdir edilmemek canımı sıkar. (1) (2) (3) (4)
6. Öfkelenince kontrolümü kaybederim. (1) (2) (3) (4)
7. Öfkelenince ağzıma geleni söylerim. (1) (2) (3) (4)
8. Başkalarının önünde eleştirilmek beni çok hiddetlendirir. (1) (2) (3) (4)
9. Engellendiğimde içimden birilerini vurmaya gelir. (1) (2) (3) (4)
10. Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılgına dönerim. (1) (2) (3) (4)

II. BÖLÜM

YÖNERGE: Herkes zaman zaman kızgınlık veya öfke duyabilir. Aşağıda, kişilerin öfke ve kızgınlık tepkilerini tanımlarken kullandıkları ifadeleri göreceksiniz. **Her bir ifadeyi okuyun ve öfke ve kızgınlık duyduğunuzda genelde ne yaptığınızı düşünerek o ifadenin yanında sizi en iyi tanımlayan sayının üzerine (X) işareti koyarak belirtin.** Doğru veya yanlış cevap yoktur.

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

1Hiç /2Biraz/3Oldukça/4Tümüyle

11. Öfkemi kontrol ederim. (1) (2) (3) (4)
12. Kızgınlığımı gösteririm. (1) (2) (3) (4)
13. Öfkemi içime atarım. (1) (2) (3) (4)
14. Başkalarına karşı sabırlıyım. (1) (2) (3) (4)
15. Somurtur ya da surat asarım. (1) (2) (3) (4)

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...1Hiç /2Biraz/3Oldukça/4Tümüyle

16. İnsanlardan uzak dururum. (1) (2) (3) (4)
17. Başkalarına iğneli sözler söylerim. (1) (2) (3) (4)
18. Soğukkanlılığımı korurum. (1) (2) (3) (4)
19. Kapıları çarpmak gibi şeyler yaparım. (1) (2) (3) (4)
20. İçin için köpürürüm ama gösteremem. (1) (2) (3) (4)

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...1Hiç /2Biraz/3Oldukça/4Tümüyle

21. Davranışlarımı kontrol ederim. (1) (2) (3) (4)
22. Başkalarıyla tartışırım. (1) (2) (3) (4)
23. İçimde, kimseye söylemediğim kinler beslerim. (1) (2) (3) (4)
24. Beni çileden çıkaran herneyse saldırırım. (1) (2) (3) (4)
25. Öfkem kontrolden çıkmadan kendimi durdurabilirim. (1) (2) (3) (4)

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...1Hiç /2Biraz/3Oldukça/4Tümüyle

26. Gizliden gizliye insanları epeyce eleştiririm. (1) (2) (3) (4)
27. Belli ettiğimden daha öfkeliyimdir. (1) (2) (3) (4)
28. Çoğu kimseye kıyasla daha çabuk sakinleşirim. (1) (2) (3) (4)
29. Kötü şeyler söylerim. (1) (2) (3) (4)
30. Hoşgörülü ve anlayışlı olmaya çalışırım. (1) (2) (3) (4)

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...1Hiç /2Biraz/3Oldukça/4Tümüyle


31. İçimden insanların farkettiğinden daha fazla sinirlenirim. (1) (2) (3) (4)
32. Sinirlerime hakim olamam. (1) (2) (3) (4)
33. Beni sinirlendirene, ne hissettiğimi söylerim. (1) (2) (3) (4)
34. Kızgınlık duygularımı kontrol ederim. (1) (2) (3) (4)

Ek 3. Sosyal karşılaştırma Ölçeği

Sizin de bildiğiniz gibi, hepimiz zaman zaman kendimizi diğer insanlarla karşılaştırır ve bazı değerlendirmeler yaparız. Bu değerlendirmeler sonucunda kendimizle ilgili bazı fikirler ediniriz. **Sizin de kendinizle ilişkili bazı görüşleriniz mutlaka vardır.** Lütfen, aşağıdaki sıfatların her birinde, **sizi en iyi yansıtan rakamın üzerine (X)** işareti koyunuz.

(1) Sol taraftaki boyuta en yakın olmayı ifade eder.

(6) Sağ taraftaki boyuta en yakın olmayı ifade eder.

	SOL SÜTUN							SAĞ SÜTUN
1	Yetersiz	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Yeterli
2	Beceriksiz	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Becerikli
3	Başarısız	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Başarılı
4	Sevilmeyen birisi	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Sevilen birisi
5	İçedönük	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Dışadönük
6	Yalnız	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Yalnız değil
7	Dışta bırakılmış	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Kabul edilmiş
8	Sabırsız	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Sabırlı
9	Hoşgörüsüz	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Hoşgörülü
10	Söyleneni yapan	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	İnsiyatif sahibi
11	Korkak	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Cesur
12	Kendine güvensiz	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Kendine güvenen
13	Çekingen	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Atılgan
14	Dağınık	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Düzenli
15	Pasif	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Aktif
16	Kararsız	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Kararlı
17	Antipatik	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Sempatik
18	Boyun eğici	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Hakkımı arayıcı

Ek 4. Uygulama İzinleri

✕ < >

"Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği" kullanım izni.

BO Benhür OKAN
Kime:

1.10.2023 Paz 10:53

Merhaba hocam. nasılsınız?
Adım Benhür OKAN ve şu an Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. Tez aşamasında olup araştırmam için geliştirmiş olduğunuz "Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği" ni izniniz olursa kullanmak istiyorum.
Teşekkürler, iyi çalışmalar...

← Yanıtla → İlet

✕ < >

"Sosyal Karşılaştırma Ölçeği" Kullanım izni

BO Benhür OKAN
Kime:

1.10.2023 Paz 11:05

Merhaba hocam. nasılsınız?
Adım Benhür OKAN ve şu an Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. Tez aşamasında olup araştırmam için geliştirmiş olduğunuz "Sosyal Karşılaştırma Ölçeği" ni izniniz olursa kullanmak istiyorum.
Teşekkürler, iyi çalışmalar...

← Yanıtla → İlet

ÖZGEÇMİŞ

Benhür OKAN Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünden 2012 yılında mezun olarak Milli Eğitim Bakanlığına atanmıştır. Halen Milli Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda Müdür Yardımcısı olarak görev yapmaktadır.



VİTAE

Benhur OKAN graduated from Pamukkale University, Faculty of Education, Guidance and Psychological Counseling Department in 2012 and was appointed to the Ministry of National Education. He currently works as an assistant principal in schools affiliated with the Ministry of National Education.