



**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ÖFKE İFADE TARZININ ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI VE
KÜLTÜRLENME TUTUMLARI İLE İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Ebrar Sultan GÜNER**

**Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Bengisu Nehir AYDIN**

**İSTANBUL
Nisan 2022**



**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ÖFKE İFADE TARZININ ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI VE
KÜLTÜRENME TUTUMLARI İLE İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Ebrar Sultan GÜNER**

**Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Bengisu Nehir AYDIN**

**İSTANBUL
Nisan 2022**

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ'NE

Psikoloji Anabilim/Anasanat Dalı Yüksek Lisans Programı Öğrencisi Ebrar Sultan Güner tarafından hazırlanan “Öfke İfade Tarzının Çocukluk Çağı Travmaları ve Kültürlenme Tutumları ile İlişkisi” konulu çalışması jürimizce Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 21/04 /2022

Jüri Üyesinin Ünvanı, Adı, Soyadı ve Kurumu:

İmzası

Jüri Üyesi Dr. Öğr. Üyesi Zeynep
KÜÇÜK :
Haliç Üniversitesi, Psikoloji

Jüri Üyesi Dr. Öğr. Üyesi Ayhan ERBAY :
Kültür Üniversitesi, Psikoloji

Jüri Üyesi Dr. Öğr. Üyesi Bengisu :
Nehir AYDIN
Haliç Üniversitesi, Psikoloji

Bu tez yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu'nun kararıyla kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Hatice YORULMAZ
Vekil Müdür

Öfke İfade Tarzının Çocukluk Çağı Travmaları ve Kültürlenme Tutumları İle İlişkisi

ORJİNALLİK RAPORU

%14	%12	%4	%6
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	Submitted to Pamukkale Üniversitesi Öğrenci Ödevi	%1
2	acikerisim.gelisim.edu.tr İnternet Kaynağı	%1
3	acikbilim.yok.gov.tr İnternet Kaynağı	%1
4	9lib.net İnternet Kaynağı	%1
5	www.eab.org.tr İnternet Kaynağı	%1
6	openaccess.maltepe.edu.tr İnternet Kaynağı	%1
7	isefeos.org İnternet Kaynağı	<%1
8	acikerisim.deu.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
9	www.isfaw2019.isfaw.org İnternet Kaynağı	<%1

TEZ ETİK BEYANI

20/03/2022

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Öfke İfade Tarzının Çocukluk Çağı Travmaları ve Kültürlenme Tutumları ile İlişkisi” başlıklı bu çalışmayı baştan sona kadar danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Bengisu Nehir AYDIN’ın sorumluluğunda tamamladığımı, verileri/ örnekleri kendim topladığımı, deneyleri/ analizleri ilgili laboratuvarlarda yaptığımı/ yaptırdığımı, başka kaynaklardan aldığım bilgileri metinde ve kaynakçada eksiksiz olarak gösterdiğimi, çalışma sürecinde bilimsel araştırma ve etik kurallarına uygun olarak davrandığımı ve aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonucu kabul ettiğimi beyan ederim.

Ebrar Sultan GÜNER

ÖNSÖZ

Tez yazım sürecim boyunca hoş görüşü, sabrı, bilgileriyle yanımda olan ve yardımlarını esirgemeyen danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Bengisu Nehir Aydın'a teşekkür ederim.

Tez sürecince her daim yanımda olan sevgili meslektaşım, dostum Aslınur Arısoy Sağsöz'e ve bilgilerini benimle paylaşmaktan çekinmeyen Alparslan Günay'a teşekkür ederim.

Yalnızca tez sürecinde değil, uzun yıllardır dostluğunu, kardeşliğini benden esirgemeyen, bütün nazımı niyazımı hoş gören sevgili can dostum Ayşe Nur Kaya'ya teşekkür ederim.

Yaşamın her alanında içimi ümitlerle dolduran, hayatıma neşe katan, bu zorlu dünyayı benim için kolaylaştıran ve ellerimden tutup beni destekleyen Yasin Ok'a sonsuz sevgi ve teşekkürlerimi sunarım.

Her zaman yanımda olan, beni öz kardeşlerinden ayırmayan çocukluk arkadaşlarım Yunus Emre Balyemez ve İpek Şaka'ya teşekkür ederim.

Hayatımın her anında, verdiğim her kararda yanımda olan, yoluma çıkan her taşı kaldırma gücüne sahip olduğumu bana öğreten annem Raife Güner'e ve babam Ferhat Güner'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Onların sevgisi olmadan yaşayamam dediğim kardeşlerim, Alişer Sidar'a ve Zeynep Azra'ya sonsuz sevgilerimi sunarım.

Çalışmaya katılım gösteren herkese teşekkür ederim.

Nisan, 2022

Ebrar Sultan GÜNER

İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖNSÖZ.....	iii
İÇİNDEKİLER	iv
KISALTMALAR	v
TABLO LİSTESİ	vi
ÖZET.....	vii
ABSTRACT	viii
1. GİRİŞ	1
2. LİTERATÜR ARAŞTIRMASI	3
2.1. Öfke	3
2.1.1. Bilişsel Kurama Göre Öfke	5
2.1.2. Psikanalitik Kurama Göre Öfke.....	6
2.1.3. Öfke Türleri	6
2.1.4. Öfke ile İlgili Araştırmalar	9
2.2. Psikolojik Travma	11
2.2.1. Travma Sonrası Stres Bozukluğu DSM V Tanı Kriterleri.....	12
2.2.2. Bilişsel Kurama Göre Psikolojik Travma.....	15
2.2.3. Psikanalitik Kurama Göre Psikolojik Travma.....	16
2.2.4. Çocukluk Çağı Travmaları	16
2.2.5. Psikolojik Travma ve Öfke İlişkisine Dair Araştırmalar	17
2.3. Kültürlenme.....	19
2.3.1. Kültür	19
2.3.2. Kültürlenme Tutumları	20
2.3.2.1. Kültürlenme Tutumları ve Göç	21
2.3.3. Kültürlenme ve Öfke İlişkisine Dair Araştırmalar	22
3. GEREÇ VE YÖNTEM	24
4. BULGULAR.....	27
5. TARTIŞMA	46
5.1. Demografik Verilere Dair Tartışma	46
5.2. Göçe İlişkin Beklenti ve Beklentilerin Karşılama Düzeylerinin Değişkenler ile İlişkisinin Tartışılması	50
5.3. Öfke İfade Tarzı ve Alt Boyutlarının Çocukluk Çağı Travması, Kültürlenme Tutumları ve Alt Boyutları ile İlişkisinin Tartışılması	51
6. SONUÇLAR	54
7. ÖNERİLER	59
KAYNAKLAR	61
ÖZGEÇMİŞ.....	84

KISALTMALAR

ANOVA	: Tek Yönlü Varyans Analizi
CTQ	: Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği
AAS	: Kültürlenme Tutumları Ölçeği
SL-ÖFKE	: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği
WHO	: Dünya Sağlık Örgütü
KBF	: Kişisel Bilgi Formu



TABLO LİSTESİ

	Sayfa
Tablo 4.1: Değişkenlerin Basıklık Çarpıklık Değerleri	27
Tablo 4.2: Sosyodemografik Verilerin Frekans ve Yüzde Dağılımı.....	27
Tablo 4.3: Göçe İlişkin Verilerin Frekans ve Yüzde Dağılımı	28
Tablo 4.4: Ölçeklerin Betimsel İstatistik Değerleri	30
Tablo 4.5: Değişkenlerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	31
Tablo 4.6: Değişkenlerin Eğitim Durumu ile İlişkisi.....	32
Tablo 4.7: Değişkenlerin Ayrıldığı Şehir Tipi ile İlişkisi	33
Tablo 4.8: Değişkenlerin Göç Edilen Yerde Geçirilen Süre ile İlişkisi.....	35
Tablo 4.9: Değişkenlerin Beklenti Düzeyi ile İlişkisi	37
Tablo 4.10: Değişkenlerin Beklentilerin Karşılanma Düzeyi ile İlişkisi	39
Tablo 4.11: Bütünleşme, Ayrılma, Erime, Marjinalleşme, Çocukluk Çağı Travması, Öfke Düzeyi, Öfke Kontrol, Öfke Dışa Vurma ve Öfke İçe Atma Arasındaki İlişki	42
Tablo 4.12: Çocukluk Çağı Travmaları ve Kültürlenme Tutumlarının (Bütünleşme, Ayrılma, Erime, Marjinalleşme) Öfke Düzeyi Üzerindeki Etkisi.....	43
Tablo 4.13: Çocukluk Çağı Travmaları ve Kültürlenme Tutumlarının (Bütünleşme, Ayrılma, Erime, Marjinalleşme) Öfke Kontrolü Üzerindeki Etkisi.....	43
Tablo 4.14: Çocukluk Çağı Travmaları ve Kültürlenme Tutumlarının (Bütünleşme, Ayrılma, Erime, Marjinalleşme) Öfke Dışa Vurma Üzerindeki Etkisi..	44
Tablo 4.15: Çocukluk Çağı Travmaları ve Kültürlenme Tutumlarının (Bütünleşme, Ayrılma, Erime, Marjinalleşme) Öfke İçe Atma Üzerindeki Etkisi	44

ÖZET

ÖFKE İFADE TARZININ ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI VE KÜLTÜRLENME TUTUMLARI İLE İLİŞKİSİ

Bu çalışmada, üniversite eğitimi amacıyla İstanbul'a göç etmiş erişkin bireylerin öfke ifade tarzları ile çocukluk çağı travmaları ve kültürlenme tutumları arasındaki ilişkiyi incelemek hedeflenmiştir. Çalışma İstanbul ilinde öğrenim gören 289 kadın ve 118 erkek olmak üzere toplamda 407 birey ile yürütülmüştür. Katılımcıların tamamına Kişisel Bilgi Formu, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Kültürlenme Tutumları Ölçeği ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS for Windows 24 programı kullanılmıştır. Eğitim durumları incelendiğinde katılımcıların çoğunluğunun yüksek lisans öğrencileri oluşturmaktadır. En az ön lisans öğrencilerinden katılımcı vardır. Kültürlenme tutumları ölçeğinin alt boyutu olan erime ortalama puanının beklenti düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek erime puan ortalamalarının beklenti düzeyi çok fazla olanlarda, en düşük erime puan ortalamalarının beklenti düzeyi düşük olanlarda olduğu saptanmıştır. Elde edilen bu sonuçlara göre, gelmeden önce beklenti düzeyi çok fazla olanların; beklenti düzeyi biraz ve orta olanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmezken, hiç beklentisi olmayanlar ve beklenti düzeyi fazla olanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Beklenti düzeyi çok fazla olanların, erime puanlarının diğer beklenti düzeylerine göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Araştırmada istatistiksel açıdan, çocukluk çağı travması ile öfke düzeyi arasında pozitif yönde bir ilişki, öfke içe atma arasında pozitif yönde bir ilişki, öfke dışa vurma arasında pozitif yönde bir ilişki, öfke kontrolü arasında negatif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Diğer yandan çocukluk çağı travmasının öfke düzeyi, öfke dışa vurma ve öfke içe atmanın yordayıcısı olduğu ve pozitif yönde etkilediği; öfke kontrolünün de yordayıcısı olduğu fakat negatif yönde etkilediği de araştırmamızın bulguları arasında yer almaktadır. Çocukluk döneminde maruz kalınan travmaların yetişkinlik döneminde etkilerini gösterdiğini ve de hem bu çalışmada hem de alanyazın incelendiğinde çocukluk çağı travmalarının öfke düzeyini ve öfke ifade biçimine etkisinin olduğunu söylemek mümkündür. Kültürlenme tutumlarından bütünleşme ile çocukluk çağı travması, öfke düzeyi, öfke dışa vurma ve öfke içe atma arasında negatif yönlü ilişki olduğu; bütünleşmenin öfke düzeyi, öfke dışa vurma ve öfke içe atmanın anlamlı yordayıcısı olduğu ve negatif yönde etkilediği saptanmıştır. Ortaya çıkan bu sonuç, kültüre olumlu biçimde uyum sağlama tutumuna karşılık gelen bütünleşme tutumunun, uyumun ortaya çıkmasına engel teşkil edebilecek öfke düzeyi, öfke dışa vurma, öfke içe atma ve çocukluk çağı travması gibi değişkenleri dışladığı, bu kavramların ters orantılı olması sebebiyle de ortaya çıkan durumun doğal bir sonucu olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Anahtar Kelimeler: *Çocukluk Çağı Travmaları, Kültürlenme Tutumları, Öfke İfade Tarzı*

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP OF ANGER EXPRESSION STYLE WITH CHILDHOOD TRAUMAS AND ACCULTURATION ATTITUDE

In this study, a college education for the purpose of adult individuals with childhood trauma and acculturation attitudes who migrated to Istanbul aimed to examine the relationship between anger expression styles. The study was conducted with a total of 407 individuals, including 289 women and 118 men studying in Istanbul province. Personal Information Form, Childhood Trauma Scale, Acculturation Attitudes Scale and Continuous Anger and Anger Expression Style Scale were applied to all of the participants. In the analysis of the data, SPSS for Windows 24 program was used. When the educational status is examined, the majority of the participants are graduate students. There are participants from at least associate degree students. It was found that the melting average score, which is the lower dimension of the culturing attitudes scale, differs significantly according to the expectation level, the highest melting point averages are found in those with a very high expectation level, and the lowest melting point averages are found in those with a low expectation level. According to these results, those who had too much expectation level before arriving; while there was no significant difference between those dec the expectation level was slightly and moderately, there was a significant difference between those dec had no expectations and those with an excess expectation level. It has been found that those who have a lot of expectation levels have more melting points than other expectation levels. Research from a statistical perspective, childhood trauma, and a positive relationship between the level of anger, throwing in a positive relationship between anger, a positive relationship between acting out of anger, it is revealed that there is a negative relationship between anger management. On the other hand, it is among the findings of our study that childhood trauma is a predictor of anger level, anger expression and anger introversion and affects it in a positive way; it is also a predictor of anger control but affects it dec a negative way. It is possible to say that childhood traumas show their effects in adulthood and that both in this study and in the study of the literature, it is possible to say that childhood traumas have an effect on the level of anger and the way of expressing anger. It has been found that there is a negative relationship between integration and childhood trauma, anger level, anger expression and anger import from the attitudes of deculturation; integration is a significant predictor of anger level, anger expression and anger import and negatively affects it. The result of this integration to adapt to the culture in a positive manner corresponding to the stance position, alignment that could pose an obstacle to the emergence of the level of anger, anger, acting out, anger and neglected by throwing in variables such as childhood trauma, is proportional to the inverse of these concepts, because it can be interpreted as a natural consequence of the emerging situation.

Keywords: *Acculturation Attitud, Childhood Traumas, Expressing Anger*

1. GİRİŞ

Yaşanılan sarsıntıların olumsuz sonuçları bazen hemen kendini gösterebildiği gibi bazen de yıllar sonra gecikmiş olarak da kendini gösterebilmektedir. Travmalar herkeste aynı etkiyi göstermeyebilir, bazılarında ruhsal sorunların belirtisi görülmediği bu türdeki sarsıntıları herhangi bir ruhsal sorun oluşmadan da hafif olarak atlatılabildiği görülmüştür (Karabiber Gemici, 2018). Kişinin yaşadığı travma sonrasında fiziksel belirtiler bir yıl gibi bir sürede teşhis edilebilecek seviyenin altına düşse de, ciddi bir kısmında fiziksel belirtiler devamlılık oluşturabilirler. Duygular, bireylerin hayatını planlamasını, yaşamını düzenlenmesine, hareket eylemlerine kolaylık sağlar. Mutluluk, üzüntü, nefret, korku ve öfke insanın beş temel duygusudur. Öfke, Bireyin ihtiyaç ve isteklerinin karşılanmamasında ortaya çıkar. Öfkenin ortaya çıkmasında birden çok neden vardır. Ama bunlardan en önemlisi engellenme olayıdır. Bireyin varmak istediği amaç veya nesneye ulaşamaması ya da ihtiyaçlarını karşılayamaması sonucunda ortaya çıkan olumsuz duygu durumunu engellenme- frustration diye açıklayabiliriz.

Bu çalışmada, üniversite eğitimi amacıyla İstanbul'a farklı şehirlerden göç etmiş erişkin bireylerin öfke ifade tarzları ile çocukluk çağı travmaları ve kültürlenme tutumları arasındaki ilişkiyi incelemek hedeflenmiştir.

Öfke düzeyi ile çocukluk çağı travma düzeyi arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Bütünleşme tutumu ile öfke ifade tarzı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Bütünleşme tutumu ile çocukluk çağı travması arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Araştırmamızda, Türkiye'nin farklı şehirlerinden İstanbul'a eğitim amaçlı göç etmiş bireylerin, öfke ifade tarzlarının çocukluk çağı travmaları ve kültürlenme tutumları ile ilişkisi incelenmiştir. Gönüllü bir göç türü olan eğitim göçü gerçekleştiren üniversite öğrencilerinde, İstanbul'un kozmopolit yapısı ve Türkiye'nin diğer şehirlerine kıyasla fiziki koşulları bakımından da birçok farklılığı içinde barındıran bir şehir olması ile, karşılaştıkları yeni kültürlerle temaslarında öfke

ifade tarzının ve çocukluk çağı travmatik yaşantılarının etkisi olup olmadığı araştırılmaktadır.

Çalışmaya katılan katılımcıların doldurdıkları ölçeklere ve ankete doğru cevaplar verdikleri varsayılmaktadır.

Araştırma katılımcıları 21-40 yaş aralığında İstanbul’da eğitim gören 407 üniversite öğrencisi ile sınırlıdır.

Araştırmadan elde edilen bulgular, Sosyodemografik Bilgi Formu, Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği ve Kültürlenme Tutumları Ölçeği ile sınırlıdır.



2. LİTERATÜR ARAŞTIRMASI

2.1. Öfke

Psikoloji biliminde öfke kavramı, “tehdit edilme, engellenme, yoksun bırakılma, saldırıya uğrama, kısıtlanma gibi olaylarda hissedilen ve genel olarak bu duruma sebep olan insana yönelik farklı şekillerde saldırgan davranışlarla neticelenebilen bir hayli yoğun olumsuz bir duygu” olarak tanımlanmaktadır (Budak, 2002).

Öfke, insanın istekleri, planları, ihtiyaçlarının engellendiğinde ve adaletsizlik, haksızlık ve kendi kişiliğine yönelik bir tehdit unsuru algıladığında yaşadığı temel duygulardan bir tanesidir. Öfke, insanın kendisini savunabilmesi ve karşıdakini uyarmak amacıyla ortaya döktüğü bir duygulanım şeklidir. Öfkenin gösterilme biçimi yıkıcı veya yapıcı bir biçimde olabileceği gibi davranışsal, sözel ya da fiziki bir şekilde olabilir (Kısaç, 1999).

Öfke, alelade bir sinirlilik hali veya kızgınlıktan, yoğun öfke durumuna kadar değişebilen duygusal bir durumdur (Balkaya, 2001).

Öfke ve öfke kontrolü ile alakalı literatür incelendiğinde, öfkenin olağan bir hissiyat olduğu, lakin asıl problemin öfkenin dışı vurum biçimi olduğu görülmüştür. İncelemeler sonucunda şunu söyleyebiliriz, öfkeyi denetim altına almak mümkündür. Öfke denetimi; tahrik, tahrik edilmeye verilen fiziksel reaksiyon ve öfkenin iyi bir şekilde ifade edilmesi hususunu merkeze almaktadır (Soykan, 2003).

Yapılan bir araştırmada öfke ifade etme biçimi *reflectivite (yansıtılan)* ve *impulsivite (dürtüsel)* öfke olarak 2 bölüme ayırmışlardır. Araştırmaya göre, hissettiği öfkeyi yansıtan insanlar, tehdit edici bir olayla karşı karşıya kaldıklarında ilk yaptıkları şey gösterecekleri tepkiyi kontrol altında tutarak sorunu çözüme kavuşturmaya odaklı bir çözüm arayışı olurken, hissettiği öfkeyi impulsif bir şekilde ifade eden insanlar ise kendilerini tehdit eden bir pozisyon karşısında istemsiz, ani ve şiddetli tepkiler göstermektedirler. Bu sebeple, impulsif tepkiler, yaygara çıkartmak, vurmak, bağırarak gibi fiziksel olarak verilen tepkiler ile bir anda bulunan ortamdan

çekip gitme, kızgınlık hali ve pasif agresif gibi davranışlarla kendini gösteren, uzlaşmacı bir şekilde çözüme ulaşmaya engel olan reaksiyonlardır

(Pennebaker, 1991).

Birey öfke hissiyatını doğru bir biçimde yansıtmak maksadındaysa, hissettiği öfke duygusunun otokontrolüne sahip olduğunun bilincinde olmalıdır. Bu bilinçte olan bir birey, öfkesini kontrol altına aldıktan sonra öfkesine sebep olan birey ile sakin bir şekilde, duygularını açıkça ifade ederek konuşup sorun çözme yetisinin olması gerekmektedir (Yılmaz, 2004).

Deffenbacher ve arkadaşları yıllar boyunca yaptıkları araştırmaları bir araya getirerek insanın hissettiği öfke duygusunun 20 farklı biçimde ifade edilebileceğini ileri sürmüşlerdir (Deffenbacher et al., 1996).

1. Displacement (Yer değiştirme): Birey öfke duygusunu dile getirmek, açıkça söylemek yerine, hissettiklerini başka nesnelere, kişilere ya da kaynaklara yöneltmesidir.
2. Dikkat dağıtma: Bireyin, problemle yüz yüze gelmemek için dikkatini dağıtabileceği etkinliklerle uğraşarak öfkesini dindirmesidir.
3. Hedefi dışlamak: Bireyin, öfke duyduğu insanı sosyal ortamlarda dışlamaya çalışması, insanları öfke duyduğu kişiye karşı kışkırtması ya da öfke hissiyatının kaynağını kötülemesidir.
4. Pasif agresif sabotaj: Bireyin öfke hissiyatı içinde olduğu kişiden yardımlarını esirgemesi, planlarını sabote etmesi, planlarını engelleyecek biçimde zarar vermektir.
5. Malediction: Bireyin, öfke duygusu hissettiği kişi ile ilgili düşündüklerini 3. kişilere anlatarak ötekileştirmesi.
6. Düzeltmeye yönelik aksiyon: Birey, öfke hissettiği nesne ile problemini çözüme kavuşturabilmek adına davranışlarını değiştirmesidir.
7. Kötü bakış: Bireyin, öfke nesnesine yüz ifadeleri ile öfkesini belli etmeye çalışması, aşağılayarak bakmasıdır.
8. Öfkenin içe yönelmesi (Eleştirel biçimi): Bireyin öfkesini ifade etmeyerek bir başkasına müteveccih olumsuz hükümlere varmasıdır.
9. Öfkenin içe yönelmesi (Baskılama biçimi): Bireyin hissettiği öfkeyi kimseye söylemeyerek kendi içinde yaşamasıdır.

10. Sözel baskı- Sözel öfke: Bireyin, öfke hissettiği insana karşı aşağılayıcı kelimelerle, cümlelerle öfkesini ifade etmesidir.
11. Vücut dili: Bireyin, öfke duygusunu ifade ederken beden dilini, el kol hareketlerini kullanmasıdır.
12. Sözel öfke- Münakaşa: Bireyin, öfke duyduğu insanla yüksek sesle münakaşa etmesidir.
13. Fiziksel şiddet (Bireye yönelik): Öfkenin direkt, kasıtlı bir biçimde insana yönelik itme, tekme atma, tartaklama gibi kaba hareketlerle gösterilmesidir.
14. Sözel saldırı- Sözel Öfke: Bireyin öfke hissettiği nesneye, kişiye hakaret etmesi ya da öfkesini tehditler savurarak ifade etmesidir.
15. Fiziksel şiddet (Objeye yönelik): Bireyin hissettiği öfkeyi eşyalara zarar vererek, masa tekmeleyerek, duvar yumruklayarak göstermesidir.
16. Öfkenin kontrol edilmesi: Bireyin öfkesinin dışavurumunu engelleyebilmek adına otokontrolünü sağlayıp sabırlı ve sakin tavırlıdır.
17. Yüz yüze iletişim: bireyin öfke hissettiği insana, aralarındaki problemi çözmek için kendini açık bir şekilde ifade etmesidir.
18. Zaman aşımı: Bireyin öfke hissiyatı geçene kadar öfke nesnesinden uzak kalmasıdır.
19. Öfkenin direkt ifade edilmesi: Bireyin öfke hissettiği insana karşı neler hissettiğini açık açık, direkt ifade etmesidir.
20. Neticeleri değerlendirme: Öfkeyi kontrol altına alarak, hiçbir tepki vermeden, ihtimal dahilinde olan tüm neticeleri zihinsel süreçlerle değerlendirilmesidir (Deffenbacher et al., 1996).

2.1.1. Bilişsel Kurama Göre Öfke

Bilişsel kuram, öfkenin bireyin amaçları ile çelişen olumsuz olay veya durumlardan kaynaklandığını, öfke duygusunun neticesinde agresif davranışlara ait özelliklerin ortaya çıktığını engellenme-saldırganlık hipotezinde öne sürülmüştür (Dilekler ve ark., 2014).

Bilişsel kuramlar öfke ve benzeri agresyon ile ilgili duyguların meydana gelmesinde sistematik düşünce hatalarından, bilişsel çarpıtmalardan bahsetmektedirler. Sözü edilen düşünce hataları, aşırı genelleme, kişiselleştirme ya hep ya hiç, etiketleme, hemen sonuca atlama, olayı büyütme veya küçültme. Bilişsel

kuramla bireye öfke ile başa çıkması adına görevler verilmektedir. Bu görevlerden birisi, kişinin kendi düşünce hatalarını bulması ve değiştirmesi (Woolfe et al., 2003).

Bilişsel-davranışçı kurama göre öfke, bireyin sahip olduğu bilişsel çarpıtmalar neticesinde gelişen bir duygudur. Bu kurama göre, herhangi bir olayda öfke duygusunun ortaya çıkmasının sebebi bireyin kalıp yargıları, şemaları, sistematik düşünce hatalarıdır (Erdoğan, 2020).

2.1.2. Psikanalitik Kurama Göre Öfke

Psikanalitik kuramın öfkeye bakış açısı, doyurulmamış yıkıcı ve cinsel dürtülerin neticesinde bilinçdışı ruhsal çatışmaların bilinç seviyesine çıkarken savunma mekanizmaları yoluyla değişime uğrayabileceği veya değişime uğramayıp kendini direkt saldırganlık olarak da gösterebileceği söylenmektedir (Feindler, 2006).

Psikanalitik kurama göre kişinin zorlandığı, baskı altında hissettiği durumlarda geliştirdiği öfke ile ilgili olan savunma mekanizmaları, içe alma, yüceltme, bastırma ve yön değiştirmedir. Kendimize hak gördüğümüzü alamadığımızda ya da önemseydiğimiz bir kişinin ondan beklediklerimizle doğru orantıda davranmadığı zamanlarda yaşadığımız duygu öfkedir (Geçtan, 2019).

Sigmund Freud, saldırganlık dürtüsünün kişinin doğumundan itibaren var olduğunu savunmaktadır. Bu sebeple, saldırganlık dürtüsü bir olayın neticesinde ortaya çıkan bir impulsivite değil birey ve iç dünyası ile ilgilidir (Glassman and Hadad, 2018).

2.1.3. Öfke Türleri

Erich Fromm Sevginin ve şiddetin kaynağı kitabında öfkeden şu şekilde söz etmektedir, insanın egosu sekteye uğradığında, varoluşunun tehlike altına girdiğini hisseder. Varoluşunun yok olması korkusu karşısında kendine bir savunma mekanizması oluşturmak isteyen insan telaşla, hiçbir şey yapamadığını düşünerek ve tehlikeyi savurmak adına öfkesini ortaya döker (Fromm, 1990)

Spielberg, öfke hissiyatını iki kavrama ayırmıştır. Bunlar, daimî öfke ve durumsal öfkedir (Özer, 1994)

Durumsal Öfke: Vaziyete, karşıdaki kişiye, bulunan çevreye, vakte göre değişmekle beraber bireyin hissettiği öfke boyutunun yansımalarının değişkenlik

göstermesidir (Tatlıoğlu ve Karaca, 2013). Dostlarını kaybetme korkusu yaşayıp, öfkesini arkadaş çevresine yansıtmayıp bastıran insanların kaplar yasasına binaen, bastırıldığı öfkesini ailesine de yansıtabilir (Geçtan, 1994).

Daimî Öfke: Bireyin her an sinirli, agresif ya da öfkeli olma durumuna denir. Bireyin öfke seviyesi yüksek olduğu için yaşamak istediği, duymak istediği herhangi bir şeye ket vurulduğu an birey öfke patlamaları yaşayabilmektedir. Öfke hissiyatı kişiyle o kadar özdeşleşmiştir ki öfke tepkileri etrafındaki insanlar tarafından normal karşılanır (Öz, 2008).

Öfkeli olarak nitelendirdiğimiz insanlar dışarıdan güçlü görünebilmek için ve bu gücü çevresindeki insanlara kanıtlama çabasına girip çoğu zaman öfkesini daha da hiddetlendirir (Adler, 2021).

İnsanın yaşamı “haz” almak üzerine kuruludur. Bir bebek yaşama başlarken haz hissiyatını tamamıyla yaşamaya başlar. Birey haz hissiyatının önünde duracak her engele, olaya, insana her duruma öfke hisseder. İnsan hayatının her döneminde haz almasını engelleyecek, öfkeleneyeceği durumlar yaşar. Yaşamının ilk dönemlerinde ebeveynin verdiği eğitim dolayısıyla yasaklarla yüz yüze gelen insan öfke hisseder. Ergenlik döneminde ise bireyin zihninde iki yol ayrımı oluşur. Bir yandan ebeveynlerinden kopup, bağımsızlığını ilan etmeyi arzularken, diğer yandan dünyaya duyduğu güvensizlik ve ebeveynlerinin desteğine ihtiyaç duyması, iç dünyasında çatışmaya ve öfke hissiyatına neden olmaktadır. Yetişkinlik çağında hayat şartlarının getirdiği rekabet ve sırtında hissettiği sorumluluğunun ağırlığı insanda engellenmişlik hissiyatı doğurarak öfke duygusuna sebep olur (Baltaş ve ark., 2013).

İnsan, kendini engellemeye çalıştığına inandığı otoriteye karşı sınırsız ve daimî öfke hissiyatı içerisindedir. Aşırı otorite altında büyütülen çocuğun ebeveynlerine karşı duyduğu korku ve öfke duygusunun aşırı olması gibi sonuçlar doğurabilmektedir. Kişi çocukluk çağında yaşayamadığı özerklik durumunu ilerleyen yaşlarında farklı tepkiler göstererek yaşamaya çalışmaktadır. Bazı insanlar öfkesinin farkındadırlar ve garip bir şekilde öfkelerini severler ve hatta öfkelenmek için olay, durum ararlar. Bu insanlar kendi içlerinde yaşadıkları yalnızlığı, kuşkuyu ve boşluğu gidermek adına öfke hissiyatına uyuşturucu bir maddeye bağımlıymışçasına yaşarlar.

Başkalarına karşı hissettikleri öfke nedeniyle içsel muhakeme yapmaktan kaçınırlar (Geçtan, 1994).

George Gazda 1995 yılında yayımladığı bir araştırmasında öfke hissiyatının sebeplerini 4 ayrı başlıkta işlemiştir. Bunlar; reddedilme, kayıplar, korkular ve engellenmelerdir. Engellenme: kişinin ihtiyaç duyduğu, arzuladığı herhangi bir şey engellendiğinde hissettiği yetersizlik, çaresizlik hissiyatlarının neticesinde öfke duygusunun hissedilmesidir. Korkular ve tehditler: Pandemi, seneler süren işsizlik, savaş ya da cinsel istismar gibi olaylar doğrultusunda kişinin hissettiği güvensizlik duygusunun neticesinde öfke hissedebilmektedir. Kayıplar: Kişinin yıllarca emek verdiği işini kaybetmesi, gönül bağının kuvvetli olduğu bir insanın vefatı, hastalıkları dolayısıyla vücudundaki bir uzvunun kaybı gibi durumlarda kişi derin acı, keder ve yas hisseder. Bu ve benzeri kayıp olaylarının yaşanması neticesinde kişide öfke duygusu da yaşamaktadır. Reddedilme: Kişinin bir başkası tarafından reddedildiğinde hissettiği değersizlik, hayal kırıklığı, hüsrana, üzüntü, kırgınlık duyguları neticesinde öfke duygusu oluşmaktadır (Gazda, 2005).

Öfke hissiyatını doğru diye tabir edilen bir biçimde ifade edildiğinde sağlıklı duygulardan birisi haline gelmektedir. Öfke hissiyatı, cinsel istismar, duygusal istismar, manipüle edildiğini fark ettiğin an, bireysel ve sosyal sorunlarla yüz yüze gelindiğinde hissedilen duygulardan bir tanesidir. Öfke duygusunun doğru bir şekilde ifade edilebilmek ve karşıya yansıtılabilmek için ilk başta insanın öfke hissiyatını tanıyabilmesi ve bu hissiyatın kendisinde var olduğunu kabul etmesi gerekir. Öfkeyi ifade etme biçimi her insanda değişmektedir. Kimi insan öfke hissettiği zaman o öfkeyi bastırıp daha sonradan öfke patlamaları yaşarken kimi insan öfkeyi hiç hissetmemiş gibi bastırabilir. Kimi insan da sanki öfkeli doğmuş gibi öfke hissiyatını hayatına absorbe etmektedir (Soykan, 2003).

İnsanın hissettiği engellenme öfkeye sebep olur. Öfke duygusu yapıcı bir şekilde de dışarıya yansıtılabilir, yıkıcı, saldırganca bir şekilde de dışarıya yansıtılabilir. Yapıcı, sağlıklı, net bir biçimde dışarıya yansıtılan öfke çevredeki insanlar tarafından anlaşılabilir bir durumdur ve uzun süreçte kişiye yarar sağlaması mümkündür. İnsanın öfkesini saldırganca ve fiziksel, sözlü şiddet kullanarak dışa yansıtarak en büyük zararı kendisine vermiş olur. Kişi öfkesini sağlıklı, yapıcı bir biçimde ifade ettiğinde bedensel ve zihinsel güç hisseder. Yapılan araştırmalar ve literatür tarandığında öfke hissiyatından yapıcı bir sonuç alabilmenin üç koşulu

olduğu görülmüştür. İlki, birey öfkesinin gözünü karartmasını önlemeli ve öfkesini kontrol altına alabilmesidir. İkinci koşul, bireyin öfkesini kabul etmesi ve bastırmaması, normal yollarla ifade etmesidir. Eğer birey öfkesini bastırıp, öfkesini hissettiği an ifade etmeyi reddederse, sebepsiz yere öfke patlaması yaşayabilmektedir. Öfke hissiyatının işlevsel bir biçimde ifade edebilmenin üçüncü koşulu ise, yaşadığı toplumun ve çevrenin öfke duygusunun direkt ve dürüst bir biçimde söylenebiliyor olmasını normal karşılamasıdır (Baltaş ve ark., 2013).

2.1.4. Öfke ile İlgili Araştırmalar

İbrahim Kısaç, Gazi Üniversitesi öğrencilerinin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile yaşamlarının çoğunu geçirdiği yerleşim merkezi arasındaki ilişki incelediği 712 katılımcıdan çalışmasında, köyde ve küçük şehirde yaşayan katılımcıların öfke düzeyi puanlarının büyük şehir ve ilçede yaşayanlara kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Öfke dışa vurma ile yaşamlarının çoğunu geçirdiği yerleşim merkezi arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır, öfke içe atma puan ortalamasında ise yaşamın çoğunu küçük şehirde geçiren katılımcıların öfkelerini en fazla içe atanlar olduğunu, köyde geçirmiş olanların ise öfkesini en az içe atanlar olduğunu saptamıştır. Öfke kontrol düzeyine bakıldığında, katılımcıların yaşamlarının çoğunu geçirdiği yerleşim merkezleri ile öfke kontrolü arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı bulgulanmıştır (Kısaç, 1999).

Murat Erdem ve arkadaşlarının (2008) yaygın anksiyete bozukluğu tanısı almış 40 katılımcı ve kontrol grubunu oluşturan sağlıklı 40 katılımcıdan oluşan araştırmasında, yaygın anksiyete bozukluğu tanısı almış katılımcılar ile kontrol grubunun öfke düzeyi, öfke içe atma, öfke dışa vurma ve öfke kontrolü düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır. Yaygın anksiyete bozukluğu tanısı almış katılımcıların, öfke düzeyi, öfke dışa vurma, öfke içe atma ölçek puanlarının kontrol grubuna göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu ve öfke kontrolünün kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde düşük olduğu bulgulanmıştır.

Türkçapar ve arkadaşları (2004) araştırmalarında, depresyon tanısı almış antisosyal kişilik bozukluğu hastalarında öfke ve depresyon arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmaya, 20'si depresif bozukluk kriterlerini karşılayan, antisosyal kişilik bozukluğu tanısı almış 72 erkek hasta ve herhangi bir psikiyatrik tanısı

bulunmayan, 40 kişilik bir kontrol grubu olmak üzere toplam 112 kişi katılmıştır. Araştırma, sonuçlarına göre hem depresyonu olan hem de depresyonu olmayan antisosyal kişilik bozukluğu hastalarında öfke düzeyi, öfke içe atma (bastırma) düzeyi ve öfke dışı vurma düzeyi kontrol grubuna göre yüksek bulunmuştur. Öfkeyi kontrol etme düzeyi ise depresyonu olan antisosyal kişilik bozukluğu hastalarında depresyonu olmayan antisosyal kişilik bozukluğu hastalara göre, daha yüksek olmakla birlikte kontrol grubuyla bir ilişki bulunamamıştır.

Matsumoto ve ark.'nın 23 ulus çalışması (2008), öfkeyi içe atmanın yüksek depresyon ve düşük yaşam doyumu ile anlamlı bir şekilde ilişkili olduğunu, öfke kontrolünün ise her iki örnekleme de ilgisiz olduğunu bulmuşlardır. Bu, öfkesini içe atanların – örneğin, onu bastırarak – daha düşük düzeyde yaşam doyumu sağladıklarını, ancak kişinin öfkesini kontrol etmek arasında - örneğin yeniden değerlendirme yoluyla - ve yaşam doyumu arasında bir ilişki olmadığını bulgulamışlardır.

Kwon ve arkadaşları (2013), Güney Koreli ve ABD'li öğrenciler arasında öfke başa çıkma stilleri ile depresyon arasındaki ilişkiyi karşılaştırdılar. Japonya ve ABD'deki depresyon ile ilgili daha önce yapılmış olan bir araştırmaya dayanarak (Matsumoto, 2006), Amerikalıların öfkeyi içe atma veya ruminasyon yapma ihtimalinin Korelilerden daha düşük olduğunu bulgulamıştır. Ayrıca, öfke içe atmanın (Spielberger'in Öfke ölçeğiyle ölçülen) ve ruminasyonun daha bireyci ABD'de depresyonu daha güçlü bir şekilde öngöreceğini umuyorlardı. Metrik eşdeğerlik kurduktan sonra, bildirilen öfke içe atmanın ABD'de aslında daha yüksek olduğunu buldular. Öfke içe atma, ABD'de depresyonun gerçekten önemli ölçüde daha güçlü bir belirleyicisiyken, öfke kontrolünün bir ölçüsü Kore'de depresyona karşı önemli ölçüde daha güçlü bir koruyucu faktör olduğu bulgulanmıştır.

Filiz Bilge (1997), üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada, sosyal ve genel uyum düzeyleri yüksek ve düşük olan katılımcıların öfke düzeylerini cinsiyet ve yaş bakımından incelemiştir. İnceleme bulgularında, katılımcıların sosyal uyum düzeylerinin öfke düzeyi, öfke içe atma ve öfke dışı vurma düzeylerini etkilediği bulgulanmıştır. Cinsiyet ile öfke düzeyi arasında anlamlı farklılıklar olduğu, kadın katılımcıların sürekli öfke düzeyinin yüksek olduğu, yaş ile öfke düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulgulanmıştır.

Kısaç (2005), 244 üniversite ve 70 lise öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirdiği, öfkenin ifade edildiği kişiler ve öfkenin bedensel belirtilerini araştırmıştır. Lise öğrencilerinin öfkelerini en çok, annelere, yakın arkadaşlara, otorite figürü olmayan kişilere, küçük kardeşlere ifade edildiğini bulgulanmıştır. Cinsiyete göre öfkenin ifade edildiği kişinin değiştiğini, kadın katılımcıların öfkelerini annesine ifadede erkek katılımcılardan daha fazla, erkek katılımcıların ise yönetici ve öğretmenlere öfkelerini kadınlardan daha fazla ifade ettiği bulgulanmıştır. Öfkenin bedensel belirtileri bakımından kadın katılımcılar ile erkek katılımcılar arasında bazı farklar bulgulanmıştır. Erkekler öfkelendiklerinde yüzleri kızarıırken, yumruklarını ve dişlerini sıkarlarken, kadınların gözlerinin dolduğunu, mide ve baş ağrısı yaşadıklarını daha fazla belirtmişlerdir. Örneklemin genelinde öfkelenme durumunda en çok görülen bedensel belirtileri şunlardır: Kalp atışlarının hızlanması, gözlerin dolması, ellerin titremesi, baş ağrısı, kızarma. En az yaşanan belirtiler ise ağız kuruması ve mide ağrısıdır.

Nickerson (2003) tarafından hazırlanan bilişsel davranışçı öfke yönetimi programı ile lise öğrencilerinin öfke ve saldırganlık ile ilgili tutum ve davranışlarını ölçme üzerine bir çalışma yapmıştır. Çalışma, California Santra Ana'da bulunan Saddleback Lisesi'nde okuyan 9. Ve 10. sınıfta okuyan 84 katılımcı ile sınırlıdır. Program 8 oturumdan oluşmaktadır. Çalışmada katılımcıların cinsiyeti, yaşı, sınıf düzeyi ve öfke ifade tutumları birbiriyle ilişkili olarak değerlendirilmiştir.

Balkaya ve Şahin (2003), 14-50 yaş arasındaki 756 katılımcı ile gerçekleşen “Çok Boyutlu Öfke Ölçeği” geliştirme çalışması yapmışlardır. Araştırma bulgularına göre, öfke belirtileri alt ölçeğinde cinsiyete göre anlamlı farklılıklar olmadığı, öfkeyle ilgili davranışlar alt ölçeğinde, erkeklerin saldırganlık düzeyleri kadınlara kıyasla yüksek olduğu saptanmıştır. Öfkeyle ilgili düşünceler alt ölçeğinde, öfkenin, somatizasyon, kaygı, olumsuz benlik, depresyon, düşmanlık ve intihar eğilimiyle yüksek ilişki gösterdiği bulgulanmıştır. Yaşananları davranışa dökme konusunda lise mezunlarının daha rahat olduğu da bulgulanmıştır.

2.2. Psikolojik Travma

Ruhsal travma Pontalis ve Laplanche tarafından şu şekilde tanımlanmıştır: bir kişinin hayatında sıklığı, kişinin yeterli bir şekilde yanıtlama kapasitesini zorlaması, kişiyi darmadağın eden ve uzun vadede etkileri hala görülebilen olarak tanımlanan

ruhsal örgütlenmeyi etkileyen olay veya olaylardır. Anlaşılabilir söylemle söylenirse, travma bireyin toleransını ve baş edebilme kapasitesinin sınırlarını aşan tepkime akışıyla karakterize olmaktadır (Özyıldırım, 2017).

Travmatik olay tanımı geçmişte çeşitli şekillerde tanımlanmış olup günümüzde psikiyatristler ve psikologlar tarafından kullanılan tanı sisteminde (DSM 5) *“doğrudan, başkalarının başına gelen olaylara tanıklık etme, aile üyesi ya da yakın arkadaşın başına gelen travmatik olayı öğrenme, örseleyici yaşantının rahatsız edici ayrıntılarına meslek dolayısıyla sürekli maruz kalma yollarından biri ile gerçek ya da göz korkutucu bir ölüm, ağır yaralanma ya da cinsel saldırıya uğramış olma”* şeklini almaktadır (American Psychiatric Association, 2013).

Travma özünde, “özne içindir”. Direkt olarak şunu söyleyebiliriz, o olayı deneyimleyen birey içindir. Hayatındaki travmatik dönem olarak adlandırdığı o dönemde, kişisel durumlar göz önüne alındığında, o esnada kişi tarafından travmatik bir durum olarak sayılan bir olay, yaşamının farklı bir döneminde travmatik bir durum olmayabilmektedir (Roussillon, 2017).

Yazarlar ruhsal ve bedensel travmanın tanımını yaparken, aniden yaşanan şok, zorlama, zorbalıkla bir olayı yaşama sonucunda ruhsal dengenin tamamını etkileyen neticelerin meydana gelmesini içeren, mamafih yaşanan olayların travmatik bir etkiye sebebiyet vermesinin kişinin dirayetine, uyaranları yönetme ve özümse yeteneği ile de bağlantılı olduğunu belirtmektedirler (Parman, 2017).

Çocukluk dönemi travmaları, kişinin bireysel yaşamındaki ihmali ve istismarı dışındaki olayları da (bir olaya şahit olmak ve benzeri durumları) içinde bulundurabileceğinden ötürü çalışmanın bu bölümünde çocuk istismarı ve ihmalinin tanımlanmasının çalışmanın bu bölümüne daha uygun olacağı göz önünde bulundurularak travmatik yaşantılar başlığı altında çocuk istismarı ve ihmali ele alınmıştır (Şahin Demirkapı, 2013).

2.2.1. Travma Sonrası Stres Bozukluğu DSM V Tanı Kriterleri

“ A. Aşağıdaki yollardan biriyle (ya da birden çoğuyla), gerçek ya da göz korkutucu bir biçimde ölümle, ağır yaralanmayla karşılaşmış ya da cinsel saldırıya uğramış olma:

1. Doğrudan örseleyici olay(lar) yaşama.

2. Başkalarının başına gelen olay(lar)ı, doğrudan doğruya görme (bunlara tanıklık etme).

3. Bir aile yakınının ya da yakın bir arkadaşının başına örseleyici olaylar geldiğini öğrenme. Aile bireyinin ya da arkadaşının gerçek ölümü ya da ölüm olasılığı kaba güçle ya da kaza sonucu olmuş olmalıdır.

4. Örseleyici olay(lar)ın sevimsiz ayrıntılarıyla, yineleyici bir biçimde ya da aşırı bir düzeyde karşı karşıya kalma (örn. insan kalıntılarını toplayan ilk kişiler, çocuk sömürüsünün ayrıntılarıyla yeniden yeniden karşılaşan polis memurları).

Not: Böyle bir karşı karşıya gelme, işle ilgili olmadıkça, elektronik yayın ortamları, televizyon, sinema ya da görseller aracılığıyla olmuş ise A4 tanı ölçütü uygulanmaz.

B. Örseleyici olay(lar)dan sonra başlayan, örseleyici olay(lar)a ilişkin, istençdışı gelen aşağıdaki belirtilerin birinin (ya da daha çoğunun) varlığı:

1. Örseleyici olay(lar)ın yineleyici, istemsiz ve istençdışı gelen, sıkıntı veren anıları.

Not: Altı yaşından büyük çocuklarda, örseleyici olay(lar)ın kapsandığı konuların ya da bu olay(lar)ın birtakım yönlerinin dışa vurulduğu yineleyici oyunlar ortaya çıkabilir.

2. İçeriği ve/ ya da duygulanımı örseleyici olay(lar)la ilişkili, yineleyici sıkıntı veren düşler.

Not: Çocuklar, içeriği belirsiz korkutucu düşler görüyor olabilirler.

3. Kişinin örseleyici olay(lar)yeniden oluyormuş gibi hissettiği ya da davrandığı çözülme (dissosiasyon) tepkileri (örn. geçmişe dönüşler). (Bu tür tepkiler, belirli bir görülme aralığında ortaya çıkabilirler; en uç biçimi, o sırada çevresinde olup bitenlerin tam olarak ayırdında olmamadır.)

Not: Çocuklar, oyun sırasında, örselenmeyle ilgili yeniden canlandırma yapabilirler.

4. Örseleyici olay(lar)ı simgeleyen ya da çağrıştıran iç ya da dış uyaranlarla karşılaşınca yoğun ya da uzun süreli bir ruhsal sıkıntı yaşama.

5. Örseleyici olay(lar)ın simgeleyen ya da çağrıştıran iç ya da dış uyaranlara karşı fizyolojiyle ilgili belirgin tepkiler gösterme.

C. Aşağıdakilerden birinin ya da her ikisinin birlikte olmasıyla belirli ,örseleyici olay(lar)dan sonra oryaya çıkan, örseleyici olay(lar)a ilişkin uyaranlardan sürekli bir biçimde kaçınma:

1.Örseleyici olay(lar)la ilgili ya da yakından ilişkili, sıkıntı veren anılar, düşünceler ya da duygulardan kaçınma ya da bunlardan uzak durma çabaları.

2.Örseleyici olay(lar)a ilgili ya da yakından ilişkili, sıkıntı veren anılar, düşünceler ya da duyguları uyandıran dış anımsatıcılardan(insanlar, yerler, konuşmalar, etkinlikler, nesneler, durumlar) kaçınma ya da bunlardan uzak durma çabaları.

D. Aşağıdakilerden ikisinin (ya da daha çoğunun)olmasıyla belirli, örseleyici olay(lar)ın ortaya çıkmasından sonra başlayan ya da kötüleşen, örseleyici olay(lar)a ilişkin bilişlerde ve duygu durumunda olumsuz değişiklikler olması:

1. Örseleyici olay(lar)ın önemli bir yönünü anımsayamama (özellikle unutkanlık çözümlmesine [dissosiyatif amnezi]bağlıdır ve baş yaralanması, alkol ya da madde kullanımına bağlı değildir).

2. Kendisi, başkaları ya da dünya ile ilgili olarak, sürekli ve abartılı olumsuz inanışlar ya da beklentiler (örn. Ben kötüyüm ,Kimseye güvenilmez, Dünya tümüyle tehlikeli bir yerdir, Bütün sinir sistemim kalıcı olarak bozuldu).

3. Örseleyici olay(lar)ın nedenleri ve sonuçlarıyla ilgili olarak, kişinin kendisini ya da başkasını suçlamasına yol açan, süreklilik gösteren, çarpık bilişler.

4. Süreklilik gösteren olumsuz duygusal durum (örn. Korku, dehşet, öfke, suçluluk ya da utanç).

5. Önemli etkinliklere karşı duyulan ilgide ya da katılımda belirgin azalma.

6. Başkalarından uzaklaşma ya da başkalarına yabancılaşıma duyguları.

7. Sürekli bir biçimde, olumlu duygular yaşayamama (örn. mutluluğu, doyumu ya da sevgi duygularını yaşayamama).

E. Aşağıdakilerden ikisi (ya da daha çoğu) ile belirli, örseleyici olay(lar)ın ortaya çıkmasıyla başlayan ya da kötüleşen, örseleyici olay(lar)la ilintili, uyarılma ve tepki gösterme biçiminde belirgin değişkenler olması:

1. İnsanlarla ya da nesnelere karşı sözel ya da sözel olmayan saldırganlıkla dışa vurulan, kızgın davranışlar ve öfke patlamaları (bir kışkırtma olmadan ya da çok az bir kışkırtma karşısında).
 2. Sakınmaksızın davranma ya da kendine zarar veren davranışlarda bulunma.
 3. Her an tetikte olma.
 4. Abartılı irkilme tepkileri gösterme.
 5. Odaklanma güçlükleri.
 6. Uyku bozukluğu (örn. uykuya dalmakta ya da uykuyu sürdürmekte güçlük ya da dingin olmayan bir uyku uyuma).
- F.** Bu bozukluğun süresi (B,C,D ve E tanı ölçütleri) bir aydan daha uzundur.
- G.** Bu bozukluk, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.
- H.** Bu bozukluk, bir maddenin (örn, ilaç, alkol) ya da başka bir sağlık durumunun fizyolojiyle ilgili etkilerine bağlanamaz (APA, 2014). ”

2.2.2. Bilişsel Kurama Göre Psikolojik Travma

Frances Horowitz, bireyin mevcut inanç, şemaları ile travmatik olay esnasında bireyin algısı ile travmaya bağlı olarak gelişen uyarılma birey için hem çok çarpıcı hem de kendi inanç ve şemaları ile uyumsuzdur, travma; bireyin travmayla ilgili yeni bilgiyi algılama ve mevcut şemalarına uyuşmadığında oluşan çatışmadan kaynaklandığını ileri sürmektedir (Yılmaz, 1999).

Engel ve arkadaşları 2007 yılında yaptığı bir araştırmada bilişsel kısıtlamadan şu şekilde bahsetmektedir, bazı bireyler yaşadıkları olayları daha farklı biçimlerde hatırlayabilmektedirler, gerçekçi olmasa da utanç veya suçluluk hissedebilmektedirler. Hedef ise, travmatik anıların mantıklı hale getirilmesi ve travmatik olaya gerçekçi bir bakış açısı getirmektir (İnci ve Ünveren, 2017).

Horowitz, travmatik bir olayın sonrasında bireyde şaşkınlık ifadesinin ortaya çıktığını, bunu da var olan şemalarıyla tutarsız travma ile ilgili anı, imge ve düşüncelerden oluşan bir bilgi yüklenmesinin izlediğini araştırmalarında belirtmektedir (Yılmaz, 1999).

2.2.3. Psikanalitik Kurama Göre Psikolojik Travma

İstek, dilek, yasaklanma, arzu ve geçmiş yaşantıların bireyin tinselliğine etkisini, etkilerini ifade etmeye, anlamlandırmaya çalışan psikanalitik kuram için travma temel konulardan biridir (Erol, 2019). Mamafih, Dieder Anzieu “*ruhsal travma*” dan ilk bahsedenlerin Freud ve Josef Breuer olduğunu söylemektedir (Parman, 2017).

Jacques Lacan ise, özneye dayatılan, Öznenin bu olaya ya da duruma karşı koyamadığı, birdenbire maruz kaldığı özneye ağır gelen ve bunun neticesinde yaşadığı zorluğu simgeleştiremediği durumlardır (Aslantürk, 2017).

Bilhassa Freud ve pek çok kuramcı psikolojik travmayı, çocukluk çağı travmaları üzerinden işlemiş ve ruh sağlığı üzerine etkilerini incelemişlerdir (Erol, 2019). Sigmund Freud 1926 senesinde yayımladığı “*Ketlenmeler, Belirtiler ve Kaygı*” makalesinde travmayı kaygı ile ilişkilendirip yeniden yapılandırarak kongfigüre etmiştir. Freud yayımladığı makalesinde travma kavramını travmatik olay kavramıyla değiştirdiği görülmektedir. Freud’un tanımına göre travmatik koşul, öznenin baş edemeyeceği içsel veya dışsal baskılar sebebiyle içinde bulunduğu çaresizlik durumudur. Travma, öznenin olaylar ya da durumlar karşısında gerekli reaksiyonu gösteremediği, yaşadığı olay ya da durum üzerine düşünüp, planlar yapıp bir çare bulamadığı ve bu nedenle de bilinçdışına ittiği yaşantıdır (Akyol ve Zabcı, 2019).

Tüm travmatik öykülerin bireyde meydana getireceği duygu, kaçınılmaz bir son olarak, aynı travmatik olayı tekrar yaşayacağına dair oluşan kaygıdır. Freud bireyin ortama uyum sağlayabilmesi ve ruh sağlığını koruma görevi gören kaygıları iki başlık altında işlemiştir. Sinyal anksiyete, birey için bir çeşit uyarı niteliğindedir, travmaya sebep olacak bir olayın yaşanması değil, öngörülmesi neticesinde sinyal anksiyete ortaya çıkmaktadır. Otomatik anksiyete ise, travmatik bir olay neticesinde meydana gelmektedir, ekseriyetle benliğin henüz gelişimini tamamlayamadığı erken dönemde görülmektedir (Erol, 2019).

2.2.4. Çocukluk Çağı Travmaları

Bireyin yaşam örgüsünde kritik bir yeri olan çocukluk dönemi travmatik yaşantılar son derece mühim bir husustur, kişinin sağlıklı kişilik gelişiminde ve psikopatolojik gelişiminde hassas bir noktada bulunmaktadır. Öznenin çocukluk

çağında yaşamış olduğu travmatik olaylar kısa ve uzun dönemde etkisini gösterebilmektedir (Güloğlu ve ark., 2016).

Travma açısından çocukluk, hayatın riskli sayılabilecek bir zaman dilimidir. Zira, bireyin hayat boyu deneyimlediği travmaların %25'ini yaşamının ilk çağlarında, çocukluk evresinde yaşadığı travmalar olduğu bilinmektedir (Abukan, 2020).

Bakım veren veya anne, baba evlatlarının ihtiyaç duyduğu sevgiyi, önemi, desteği ve korumacılığı çocuğa veya çocuklara iletmekle mükellef olup ilerleyen çağlarda ise çocuğun bireyselleşmesine ve hürleşmesini sağlamakla mükelleftirler. Travmatik bir ortamda büyüyen bireylerin ilerleyen yıllarda psikolojik, gelişimsel, toplumsal ve sosyal problemlerle yüz yüze gelme olasılığı yüksek olduğu bilinmektedir. Çocukluk çağı travmaları, travmatik ortamda büyüyen bireyler için en çok dikkate alınması gereken mühim bir konudur (Büyükcebeci, 2019).

2.2.5. Psikolojik Travma ve Öfke İlişkisine Dair Araştırmalar

Gemici (2018)'nin 200 katılımcıyı kapsayan, öfke problemi yaşayan üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmalarını incelediği araştırma bulgularında, Çocukluk çağı travmaları puanı artarken öfke düzeyinin arttığı, öfke içe atmanın azaldığı bulgulanmıştır. Araştırma sonucunda, çocukluk çağı travmalarının öfke düzeyi, öfke dışı vurma, öfke içe atma ve öfke kontrolünü etkilediği bulgulanmıştır.

Shute ve arkadaşlarının (2019), 155 üniversite öğrencisini kapsayan araştırma bulgularında, çocukluğunda ebeveynin reddedici ya da kontrol edici tutum ve davranışlarına maruz kalmanın hem doğrudan hem de uyumsuz şemaların oluşmasına neden olarak yetişkinlik döneminde öfke duygusunun daha sık yaşanmasına katkı sağladığını göstermektedir. Çocuklarının bakım verme ve sevgi ihtiyacını karşılamayan, çocuğuyla vakit geçirmek istemeyen reddedici anneler çocukta yetersiz öz kontrol şemalarının gelişmesine neden olarak yetişkinlik döneminde öfke duygusunun daha sık yaşanmasına yol açabildikleri. Diğer bir ifadeyle, çocukluğunda annesinden sevgi ve ilgi görmemiş çocuklar sorumluluk kabul etme, kişisel hedefleri düzenleme ve gerçekleştirme konusunda yetersizlik yaşayabilirler ve bu şemayla çelişen bilgiler karşısında öfkelenebilir ya da bu şemalarla ilişkili olan duygusal şemalar tetiklenerek öfke duygusu ortaya çıkabilir (Young and Mattila, 2002). Benzer şekilde baba tarafından ilgi, sevgi ve yakınlık

ihtiyacının karşılanmaması çocukta güvensizlik/istismar şemalarının oluşmasına katkı sağlayarak yetişkinlikte daha sık öfke duygusunun deneyimlenmesine neden olabilir. Güvensizlik/istismar şemasına sahip olan kişiler insanların güvenilmez oldukları ve kendisine zarar verecekleri yönünde bilişsel çarpıtmalara sahiptirler (Young and Mattila, 2002). Bu durum ise bireyin öfke duygusunu sıklıkla yaşamasına neden olabilir. Araştırmaya ek olarak, Dilek Atalar ve Ayşe Altan'ın (2020), 266 üniversite öğrencisinin katılımı ile gerçekleşen araştırma bulgularında, çocukluk çağında bakım veren tarafından sevgi, yakınlık ihtiyaçlarının karşılanmaması bozulmuş sınırlara ve kopukluk şemalarına sebep olduğu ve uyumsuz şemaların yetişkinlik çağında öfke duygusunun daha sık yaşanmasında risk faktörü olduğu bulgulanmıştır.

Özen ve arkadaşlarının (2010) araştırma bulgularında, fiziksel yaralanan bireylerin çocukluk çağı travmaları ve başa çıkma becerileri araştırılmıştır. Araştırma bulgularına göre, bireylerin maruz kaldıkları fiziksel, duygusal istismar ve ihmaller başa çıkma becerilerini etkilediği bulgulanmıştır. Düşünme, bekleme, iletişime geçme, konuşma gibi becerilerin yaşadıkları travmaya bağlı olarak problemler ve zayıflamalar olduğu sonucuna varılmıştır.

Yeni (2010) tarafından yapılan çalışmada çocuk mahkemelerinde davaları devam eden bireylerde çocukluk çağı travmaları ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan araştırmanın bulgularında, çocukluk çağı travmaları ölçeği ve alt boyutları ile öfke düzeyi, öfke içe atma ve öfke dışa vurma alt ölçekleri arasında pozitif bir ilişki olduğu bulgulanmıştır. Çocukluk çağı travmaları alt ölçeği olan cinsel istismar ile öfke kontrolü alt ölçeği arasında negatif bir ilişki bulgulanmıştır. Ayrıca, çocukluk çağı travmaları alt ölçekleri düşük ve yüksek puan alanlar olarak gruplanmıştır. Duygusal istismar, fiziksel istismar ve ihmal alt ölçeklerinde ise düşük ve yüksek puan alan gruplar karşılaştırıldığında, öfke düzeyi, öfke içe atma ve öfke dışa vurma alt ölçeklerinde anlamlı olarak fark olduğu bulgulanmıştır.

Özer (2021), üniversite öğrencilerinin katılımıyla gerçekleştirdiği araştırmasında, çocukluk çağı travması ile öfke düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu, çocukluk çağı travmaları arttıkça bireyin öfke düzeyinin de arttığı bulgulanmıştır.

2.3. Kültürlenme

Eski dönemlerde kültürlenme bireylerin birbirleriyle kurdukları yakın temaslar sonucunda (savaşlar, göç, dostluklar v.b) ortaya çıkmaktaydı. Dönemsel olarak seyahate çıkan gezginler, diplomatlar, aydınlar ve tüccarlar gittikleri yerlere kendi kültürel değerlerini de taşımışlardır. Geri döndüklerinde ise gezdikleri yerde yazılı veya sözlü olarak iletişime girdikleri kültürlerden aktarımda bulunmaktaydılar.

Günümüzde ise kültürlenme süreci yazılı ve görsel kitlesel iletişim araçları ile gerçekleşmektedir. Kültürleşmeyi meydana getiren bu etkenler yanında günümüzde bu etkileşimi etkileyen en önemli etkenlerden biri de çeşitli sebeplerle oluşan göçlerdir. Göç yoluyla bir yerden başka bir yere taşınan kültürler karşı karşıya gelerek etkileşimde bulunmuşlardır (Yalçın, 2019).

Çok uluslu devletler farklı etnik kültürlere sahip insanların bir arada yaşamalarını kolaylaştırmak için farklı yöntemler kullanmaları gerekmektedir. İnsanlar bu durumda beraber yaşamayı ve birbirlerine uyum sağlamayı öğrenirken öte taraftan da kültürleşme süreci gerçekleşmektedir (Kahvecioğlu ve ark., 2019).

2.3.1. Kültür

Kültür, kelime anlamı olarak “ekilmiş, biçilmiş yer” olarak ifade edilmektedir. Latince *cultura*’dan gelir. XIV. Yüzyıl başlarında artık anlam değiştirerek (bu anlam değişimi kültürel etkileşim ve değişimlerden kaynaklanmaktadır) eylem bildiren şeklini alıyor (Cuche, 2013).

XVII. yüzyılın sonlarına kadar kullanılmadığı için ve çağın sözlüklerinde rastlanılmadığı için akademik olarak da kabul görmemektedir. İlk defa *Fransız Akademi Sözlüğü*’nde ortaya çıkıp, kendini göstermeye başlıyor. Lakin o sıralarda da tamamen tek başına değil de tamlama olarak kullanılmıştır örneğin; “bilim kültürü”, “sanat kültürü” v.b.

XVIII. yüzyıl Fransızcasına geldiğimizde kültürün “uygarlık” sözcüğü ile yakın anlamlı olduğunu görmekteyiz. Burada her iki kelimenin de aynı anlamı taşıdığını görebiliriz. Lakin, “kültür” kişisel ilerleyişi, “uygarlık” ise kolektif anlayışı çağrıştırmaktadır.

Fransız antropolog Marc Augé , “kültür” hakkında şunları demiştir: “*Kültür, daha doğru bir deyişle kültürler sorunu Amerikan kültüralizminin getirdiği*

hareketlilik nedeniyle entelektüel ve politik alanda da güncellik kazandı. En azından Fransa’da bugünkü kadar (medya, gençlik, göçmenler üstüne) kültür konuşulmadı ve gelişigüzel kullanılsa bile sözcük başlı başına etnolojik bir oluşturuyor.” (Cuche, 2013)

Kültür kavramının etnolojinin ortaya çıktığı farklı yerlere girişi pek de eşit ölçüde olumlu değildi. Başka bir sorunsal ise: bu kavramın tekil mi “kültür”, yoksa çoğul mu “kültürler”, evrensellik ya da özgünlükçülükten yana mı kullanmak gerektiği hususunda farklı “okullar” arasında uzlaşma olmadı. (Cuche, 2013).

Edwar Burnett Tylor’a göre:

“Kültür veya uygarlık, etnolojik yaygın anlamıyla, toplumun üyesi insanın kazanmış olduğu, bilgileri, inançları, sanatı, ahlak, hukuk, gelenek görenekler ve diğer yetenekleri ya da alışkanlıkları içeren karmaşık bütündür.”

Tylor bir Meksika yolculuğu dönüşünde, kültürün evrimini araştırma metodu olarak yaşayan kalıntıları inceler. Cedsel adetlerle yeni kültür edinimlerinin birlikte yaşadığını gözlemler. Yaşayan kültürel kalıntıları inceleyerek kökendeki kültürel bütünü görmek ve onu yeniden kurgulamak olasılığı üzerinde çalışır. Sonuç itibari ile: çağdaş ilkel kültürler kültürel evrimin ilk aşamalarını günümüzdeki kalıntısıydı ve uygar ulusların kültürü de zorunlulukla bu aşamalardan geçmiş olmalıydı. Tylor ilke kültür ile çağdaş kültür arasındaki süreklilik durumunu kanıtlamak istiyordu. Çok tanrılı insan ile tek tanrılı insan arasındaki kırılma noktasını göstermek isteyenlere, ilkel insanı çağdaş insana bağlayan temeli anlatmak istiyordu. Tylor’un gözünde bütün insanlar tam kültür varlıklarıydı ve her toplumun kültürün ilerlemesine saygıya değerdi (Cuche, 2013).

2.3.2. Kültürlenme Tutumları

Kültürlenme ya da kültürleşme, bireylerin kendi kültürlerinden farklı bir kültür ile temas etmelerinin neticesinde meydana gelen değişimleri, farklılıkları ifade etmektedir (Berry, 1980).

Kültürlenme araştırmaları hakkında başlangıçta, bireyin alıcı kültürünün yönlerini benimsemesinin, atalarından miras kalan kültürünün yönlerini bırakması gerektiğini ima ettiği tek boyutlu bir süreç olduğu öne sürülmüştür (Brown et al., 2013).

Gelecek yıllarda Berry, kültürlenmeyi iki kapsama özgü tutumlardan oluşan çift boyutlu tutum kuramını yayımlamıştır: Bireyin kendi miras kültürünü sürdürmesi ve bireyin göç ettiği yerden aldığı kültürü benimsemesi (Berry, 1997).

Berry'nin kültürlenme tutumları modelinde, iki tutum (yani miras kültürünü sürdürmek ve miras kültürünü benimsemek) dört kültürlenme tutumu örneklemine oluşturmaya yeterlidir: asimilasyon, ayrılma, bütünleşme (yani, entegrasyon ya da iki kültürlülük) ve marjinalleşme (Brown et al., 2013).

Kültürlenme tutumları, yaygın olarak uluslararası göç eden bireyleri merkezine alsa da şehirler arası göçlerde de (iç göç) kültürel değişikliğin seviyesine bağlı olarak, benzeri süreçlerden geçmektedirler (Göregenli ve Karakuş, 2014).

Kültürlenme tutumlarının ilki olan *asimilasyon*, kişinin miras (ata) kültürünü, alışkanlıklarını göç ettiği yerde devam ettirmek istememesi ve buna ek olarak göç ettiği yerin kültürünü öğrenmeye, göç ettiği kültür ile etkileşim halinde olmaya istekli olmasıdır (Yalçın, 2019).

İkinci tutum olan *bütünleşme* tutumu, kişinin hem göç ettiği yerin kültürünü günlük hayatına entegre etmeyi tercih ettiği hem de miras kültürünü sürdürebildiği bir tutumdur (Göregenli ve Karakuş, 2014).

Üçüncü tutum olan *marjinalleşme* ise, kişinin hem miras kültürünü hem de göç ettiği yerin kültürünü benimsemeyi reddetmesidir (Dervişoğlu, 2017).

Dördüncü ve son kültürlenme tutumu olan *ayrılma* ise, kişi miras kültürünü devam ettirir ve korurken göç ettiği yerin kültürü ile iletişime geçmeyi istememesidir (Yalçın, 2019).

2.3.2.1. Kültürlenme Tutumları ve Göç

Berry'ye göre insanlar çeşitli nedenlerden dolayı her geçen gün daha çok göç deneyimini yaşar hale gelmiş, bu durumla birlikte farklı etnik kökenden insanları bir arada barındıran çok uluslu devletlerin sayısında artış gözlenmiştir (Yalçın, 2019).

Farklı bir ifade ile kültürleşme kavramı, farklı kültürel değerlere sahip iki farklı yapının karşılaşması sonucu, birinin ya da hepsinin kültürel sosyo-psikolojik olarak değişimini ifade etmektedir (Kahvecioğlu ve ark., 2019).

2.3.3. Kültürlenme ve Öfke İlişkisine Dair Araştırmalar

Ward ve Keneddy (1994), Yeni Zelanda hükümetinin yurtdışı görevlerde çalışanlarında kültürlenme tutumlarını, sosyokültürel adaptasyonu ve öfke ifade tarzlarını incelemişlerdir. Araştırma bulgularında, bütünleşme stratejisini tercih eden katılımcıların ayrılma stratejisini benimseyen katılımcılara göre öfke düzeyinin düşük olduğu ve öfke kontrol puanının daha yüksek olduğu ve tespit edilmiştir. Öfke düzeyi yüksek ve öfke dışı vurma puan ortalamalarının, marjinalleşme ve ayrılma tutumlarını benimseyen katılımcılarda yüksek çıktığı tespit edilmiştir. En az öfke düzeyine sahip katılımcıların ise asimilasyon veya bütünleşme tutumlarını benimsedikleri bulgular arasında yer almaktadır.

Ward ve Rana-Deuba (1999), Nepal’de bulunan 104 uluslararası yardım çalışanı ile gerçekleşen araştırmasında katılımcılar, demografik bilgilerini, öfke düzeyleri, kültürlenme tutumlarını ve psikolojik adaptasyonlarını değerlendiren anket formları doldurmuştur. Araştırma bulguları, bütünleşme ve asimilasyon stratejisini benimseyen gruplarda öfke düzeyi ile anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Asimilasyon ve bütünleşme tutumunu benimseyen katılımcıların öfke düzeylerinin, ayrılma ve marjinalleşme tutumlarını sergileyenlere göre daha düşük öfke düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir. Ek olarak, bütünleşme tutumunu benimseyen katılımcıların diğerlerine göre daha az psikolojik sıkıntı yaşadıkları, asimilasyon stratejisini tercih edenlerin ise diğerlerine göre daha az sosyal zorluk yaşadıkları tespit edilmiştir.

Abotossaway (2005) Kanada’ya göç etmiş Aborjin üniversite öğrencilerinin kültürlenme tutumları, öfke ifade biçimleri ve psikolojik adaptasyonlarını incelediği araştırmasında, bütünleşme tutumunu benimseyen Aborjin öğrenciler, marjinalleşme tutumunu benimseyen Aborjin öğrencilerden daha fazla öfke kontrolüne sahip oldukları sonucuna varmıştır. Öfke düzeyine bakıldığında, bütünleşme tutumuna sahip üniversite öğrencilerinin, ayrılma, asimilasyon ve marjinalleşme tutumuna sahip olanlara göre daha düşük öfke düzeyine sahip olduğu bulgulanmıştır. Ek olarak, Psikolojik uyuma bakıldığında, bütünleşme tutumunu benimseyen Aborjin öğrencilerin, diğer kültürlenme tutumlarını benimseyen Aborjin öğrencilere kıyasla daha az psikolojik uyum sorunu yaşadıkları sonucuna varılmıştır. Özetle, bireylerin kültürlenme tutumları ile öfke düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma

bulguları, bütünleşme tutumunu benimseyen katılımcıların marjinalleşme, ayrılma tutumlarını benimseyenlere göre öfke düzeyinin düşük olduğu, marjinalleşme tutumunu benimseyen katılımcıların ise öfke düzeyinin yüksek olduğu görülmektedir (Abotossaway, 2005).

Bozunoğulları (2019), İstanbul'a eğitim amacıyla göç eden üniversite öğrencilerinin kültürlenme tutumları ve stresle başa çıkma stratejilerini incelediği çalışmasında, bütünleşme stratejisini benimseyen öğrencilerin, öfke düzeyinin düşük olduğunu ve öfke kontrolünü sağlayabildiklerini bildirmiştir.



3. GEREÇ VE YÖNTEM

Çalışma betimsel istatistikleri ortaya koyma sebebiyle ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

Çalışmanın evren büyüklüğü, İstanbul İlinde okuyan üniversite öğrencileridir. Toplam öğrenci sayısı 2.024.819 kişidir. Örneklem büyüklüğü %95 güven seviyesine %5 hata payına göre örneklem hesaplaması yapılarak İstanbul’da üniversite okuyan, en az 381 kişi olarak belirlenmiştir. Yaş aralığı ise 21 – 40 yaş olarak belirlenmiştir. Gönüllülük esasıyla 289 kadın, 118 erkek olmak üzere toplamda 407 kişi araştırmanın örneklemi oluşturmaktadır.

Katılımcıların tamamına Kişisel Bilgi Formu, Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği, Kültürlenme Tutumları Ölçeği ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği verilmiştir.

Araştırma katılımcılarına ilk olarak gönüllü olup olmadıkları sorulmuştur ve araştırma çalışmasına gönüllü olan katılımcılarla devam edilmiştir. Kişisel Bilgi Formu kapalı uçlu sorularla, yaş, cinsiyet bilgilerini, likert tipli sorularla eğitim düzeylerini (ön lisans, lisans, yüksek lisans ve doktora), İstanbul’a hangi coğrafi bölgeden göç ettikleri, İstanbul’a gelmeden önce yaşam koşulları beklentisi ve İstanbul’da yaşamaya başladıktan sonraki süreçte beklentilerinin ne kadarının gerçekleştiği bilgileri sorulmuştur. Formda araştırmaya katılan katılımcıların kimliğini açık edecek herhangi bir soruya yer verilmemiştir. KBF EK 1’de verilmiştir.

İngilizce özgün biçimi 1995 yılında David P. Bernstein tarafından geliştirilmiş olan bu ölçek yazarından izin alınarak 1996 yılında Prof. Dr. Vedat Şar tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 2020 yılında ise Vedat Şar ve arkadaşları tarafından (Şar, Necef, Mutluer, & Parmis, 2020) gözden geçirilmiş ve genişletilmiş türkçe versiyon olarak yenilenmiştir.

Kısaca “CTQ” olarak bilinen “Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği” 20 yaş öncesi istismar ve ihmal yaşantılarını geriye dönük ve niceliksel olarak

değerlendirmede yararlı olan, geçerliği ve güvenilirliği gösterilmiş, öz bildirime dayalı, uygulaması kolay bir ölçme aracıdır. 28 sorudan oluşmaktadır, beş alt puan ile bunların birleşiminden oluşan toplam puan elde edilmektedir. CTQ puanlarını hesaplayabilmek için önce pozitif yöndeki ifadeler verilen yanıtlar ters çevrilmelidir (No 1,2, 4,5,7,10,13,19,26,28, 31). Her bir alt bölümün puanlarının toplamı CTQ puanını verir. Toplam puan ölçeğin 28 maddelik ilk biçimi için 25-125 arasında, genişletilmiş (6 bölümlü) biçim için 25-150 arasındadır. Duygusal taciz (No 3,8,14,18,25), fiziksel taciz (No 9,11,12, 15,17), fiziksel ihmal (No 1,4,6,2,26), duygusal ihmal (No 5,7,13,19,28), cinsel taciz (No 20,21,23,24,27), ve aşırı koruma-kontrol (No 29-33) bölüm puanları ilgili maddelerin toplamı ile elde edilir. İnkâr (minimize etme) puanları için ilgili üç madde içerisinde (No 10, 16, 22), bir tanesine (No 10) verilen yanıtın önce ters çevrilmesi gerekir. Bu üç madde toplam CTQ puanlarını etkilemez. Her bir madde için en yüksek puanın (5 puan verilmesi) seçilmesi halinde verilen 1 puanların toplanması ile inkâr puanı elde edilir. Toplam inkâr puanı 0-3 arasında olabilir (Şar, Necef, Mutluer, & Parmis, 2020). CTQ EK 2’de verilmiştir.

Ölçek, Ataca ve Berry (Ataca & Berry, 2002) tarafından kültürlenme tutumlarını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir.

Ölçek *asimilasyon* (11 madde, örn., “Çocuklarımın bizim tarzımızdan çok buranın tarzına uygun yetişmelerini isterim.”), *marjinalleşme* (11 madde, Örn., “Çoğu zaman ne şekilde yaşayacağıma aldırış etmem.”), *ayrılma* (11 madde, Örn., “Yakın arkadaşlarımın buralılardan çok hemşerim olmasını tercih ederim.”) ve *bütünleşme* (11 madde, Örn., “Yakın arkadaşlarımın hem buralı hem de hemşerim olmasını tercih ederim.”) olmak üzere totalde 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Her bir alt boyutta kültürlenme tutumları ile ilgili olduğu düşünülen arkadaşlık, yaşam stili, sosyal aktivite, yemek, özel gün kutlaması, dil kullanımı, dekorasyon, gazete okuma, çocuk yetiştirme stili, çocukların değerleri ve çocukların taşınması gibi 11 alanı kapsayan 1’er soru bulunmaktadır. Ölçek toplamda rastgele sıralanmış 44 maddeden oluşmaktadır. Her bir ifade katılımcılar tarafından o ifadeye ne kadar katıldıkları açısından 1-5 puan arasında değerlendirilmektedir (Şeker D. B., 2006), (Ataca & Berry , 2002). AAS EK 3’te verilmiştir.

Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği ile ilgili çalışmalar, Charles D. Spielberger ve çalışma arkadaşları tarafından 1980 başlarında başlamıştır. Türkçe

uyarlama çalışmasının yayınlanması ise 1994 yılında Kadir zer tarafından yapılmıştır. leklerde yer alan maddeler düz maddelerdir. Alt lekler için toplam puanları o leğinin madde puanlarını toplayarak elde edilir (ÖZER, 1994). Yetişkin bireylere uygulamak için uygundur. SL-ÖFKE Ek 4’de verilmiştir.

İstanbul’a farklı şehirlerden gelen üniversite öğrencilerini kapsayan bu araştırma çalışması gönüllölük esasına dayalı katılımcılarla online bir şekilde yürütölmüştür. Veriler toplanmadan önce Haliç Üniversitesi Etik Kurulu’ndan onay alınmıştır.

Verilerin analizinde SPSS for Windows 24 programı kullanılmıştır. Normallik testi sonucunda tüm değişkenlerin basıklık ve arpıklık değerlerinin -2 ve +2 aralığında olduğu görölmüş ve analizde parametrik testler uygulanmıştır. Demografik değişkenlerin ve göçe ilişkin değişkenlerin yüzde ve frekans dağılımı çıkarılmıştır. Cinsiyet değişkeni ile yapılan analizlerde t-test uygulanmıştır. Yaş, eğitim durumu, ayrıldığı bölge, ayrıldığı şehir tipi, geçirdiği süre, beklenti düzeyi ve beklentinin karşılanma düzeyi değişkenleri ile yapılan analizlerde tek yönlü varyans analizi (one way anova) uygulanmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonucunda anlamlı farklılık gösteren değişkenlerin varyansı homojen olanlara Scheffe Post Hoc testi, varyansı homojen olmayanlara Games-Howell Post Hoc testi uygulanmıştır. Kültürlenme tutumları bütünleşme, erime, marjinalleş ve ayrılma olmak üzere 4 alt boyut üzerinden; öfke tutumları öfke düzeyi, öfke kontrol, öfke dışı vurma ve öfke ie atma olmak üzere 4 alt boyut üzerinden ele alınmış ve cevapların ortalama puanları üzerinden analiz edilmiştir. Çocukluk ağı travması tek boyut olarak ele alınmış ve cevapların ortalama puanları üzerinden analiz edilmiştir. Kültürlenme tutumları, öfke tutumları ve çocukluk ağı travması arasındaki ilişkinin yönü ve şiddeti Pearson Korelasyon analizi ile incelenmiştir, Çocukluk ağı travması ve kültürlenme tutumlarının öfke tutumları üzerindeki etkisini incelemek için çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Verilerin analizinde istatistiksel anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Tablo 4.1: Değişkenlerin Basıklık Çarpıklık Değerleri

Değişken	Basıklık Değeri	Çarpıklık Değeri
Kültürlenme Tutumları		
Bütünleşme	-.371	-.133
Ayrılma	-.801	.114
Erime	-.375	.064
Marjinalleşme	-.534	.271
Çocukluk Çağı Travması	.206	.891
Öfke İfade Tarzları		
Öfke Düzeyi	.295	.641
Öfke Kontrol	-.439	-.187
Öfke Dışa Vurma	1.011	1.036
Öfke İçer Atma	.106	.339

Değişkenlerin basıklık ve çarpıklık değerleri -2 ve +2 aralığında olduğunda değişkenlerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmektedir (George & Malley, 2010). Buna göre tüm değişkenlerin basıklık ve çarpıklık değerlerinin -2 ve +2 aralığında olduğu görülmüş ve değişkenlerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir.

Tablo 4.2: Sosyodemografik Verilerin Frekans ve Yüzde Dağılımı

Değişken	Tüm Örneklem	
	n	%
Yaş		
20-25 Yaş	224	55
26-30 Yaş	113	27.8
31-35 Yaş	33	8.1
36-40 Yaş	37	9.1

Tablo 4.2: (Devamı) Sosyodemografik Verilerin Frekans ve Yüzde Dağılımı

Değişken	Tüm Örneklem	
	n	%
Cinsiyet		
Kadın	289	71
Erkek	118	29
Eğitim Durumu		
Önlisans	11	2.7
Lisans	73	17.9
Yüksek Lisans	275	67.6
Doktora	48	11.8

Araştırmaya 20-40 yaş arası 407 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılanların 224'ü 20-25 yaş aralığında (%55), 113'ünün 26-30 yaş aralığında (%27,8), 33'ünün 31-35 yaş aralığında (%8,1), 37'sinin 36-40 yaş aralığında (%9,1) olduğu; 289'unun kadın (%71), 118'inin erkek (%29) olduğu; 11'inin önlisans mezunu (%2,7), 73'ünün lisans mezunu (%67,6), 275'inin yüksek lisans mezunu (%67,6) ve 48'inin doktora mezunu (%11,8) olduğu görülmektedir.

Katılımcıların çoğunluğunu 20-25 yaş aralığında olanlar (%55), kadınlar (%71), yüksek lisans mezunu olanlar (%67,6) oluşturmaktadır.

Tablo 4.3: Göçe İlişkin Verilerin Frekans ve Yüzde Dağılımı

Değişken	Tüm Örneklem	
	n	%
Ayrıldığı Bölge		
Akdeniz	66	16.2
Doğu Anadolu	43	10.6
Ege	54	13.3
G.Doğu Anadolu	59	14.5
İç Anadolu	54	13.3
Karadeniz	36	8.8
Marmara	95	23.3

Tablo 4.3. (Devamı) Göçe İlişkin Verilerin Frekans ve Yüzde Dağılımı

Değişken	Tüm Örneklem	
	n	%
Ayrıldığı Şehir Tipi		
Büyükşehir	196	48.2
Şehir	78	19.2
İlçe	82	20.1
Kasaba	43	10.6
Köy	8	2
Geçirdiği Süre		
1 Yıldan Az	17	4.2
1-5 Yıl	231	56.8
6-10 Yıl	122	30
11-15 Yıl	26	6.4
16-20 Yıl	7	1.7
21-25 Yıl	4	1
Beklenti Düzeyi		
Hiç	21	5.2
Biraz	22	5.4
Orta	86	21.1
Fazla	128	31.4
Çok Fazla	150	36.9
Beklentinin Karşılama Düzeyi		
Hiç	23	5.7
Biraz	43	10.6
Orta	127	31.2
Fazla	126	31
Çok Fazla	88	21.6

Göçe ilişkin verilerin dağılımına bakıldığında en çok göç veren bölgenin Marmara olduğu (%23.3) görülmektedir. Katılımcıların çoğunluğunun büyükşehirden ayrıldığı (%48.2) ve mevcut bölgelerinde 1-5 yıldır bulunduğu (%56.8) anlaşılmaktadır. Göç etmeden önceki beklenti düzeyi çoğunlukla çok fazla

(%36.9), göç ettikten sonra beklentilerin karşılanma düzeyi çoğunlukla orta (%31.2) olarak bildirilmiştir.

Tablo 4.4: Ölçeklerin Betimsel İstatistik Değerleri

	$\bar{x}$	ss	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>
Kültürlenme Tutumları				
Bütünleşme	31.74	8.71	10	50
Ayrılma	28.14	9.84	10	50
Marjinalleşme	27.86	9.36	10	50
Erime	28.83	8.37	10	50
Ç. Çağı Travması	53.87	19.36	28	126
Öfke İfade Tarzları				
Öfke Düzeyi	22.81	6.36	10	40
Öfke Kontrol	23.26	5.10	8	32
Öfke Dışa Vurma	17.39	4.81	8	32
Öfke İçer Atma	18.63	4.53	8	32

Ölçeklerin betimsel istatistik değerleri incelendiğinde kültürlenme tutumlarından bütünleşmenin ortalama puanının 31.74, ayrılmanın 28.14, marjinalleşmenin 27.86 ve erimenin 28.83 olduğu; en yüksek ortalama puana sahip tutumun bütünleşme olduğu, en düşük ortalama puana sahip tutumun marjinalleşme olduğu görülmektedir. Öfke ifade tarzlarından öfke düzeyinin ortalama puanının 22.81, öfke kontrolün 23.26, öfke dışa vurmanın 17.39 ve öfke içe atmanın 18.63 olduğu; en yüksek ortalama puana sahip tarzın öfke kontrol olduğu, en düşük ortalama puana sahip tarzın öfke dışa vurma olduğu görülmektedir. Çocukluk çağı travmasının ise ortalama puanının 1.9240 olduğu bulgulanmıştır. Kültürlenme tutumlarının tümünde ortalama puanın (25) üzerinde puanlar alındığı, çocukluk çağı travmasında ortalama puanın (63) altında puanlar alındığı, öfke ifade tarzlarının tümünde ortalama puanın (16) üzerinde puanlar alındığı görülmektedir.

Tablo 4.5: Değişkenlerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Cinsiyet	Kadın		Erkek		t	p	df
	$\bar{x}$	ss	$\bar{x}$	ss			
Bütünleş	31.37	8.96	32.63	8.04	-1.323	.187	405
Ayrılma	27.81	10.30	28.95	8.60	-1.061	.289	405
Marjinal	27.58	9.87	28.56	7.98	-1.038	.300	405
Erime	28.31	8.77	30.11	7.20	-2.137	.034*	262.566
Ç. Çağı	53.79	20.01	54.05	17.74	-.124	.901	405
Öfke	23.25	6.35	21.72	6.29	2.232	.027*	219.357
Öfke	23.05	4.88	23.78	5.68	-1.315	.189	405
Öfke	17.58	4.79	16.93	4.85	1.235	.218	405
Öfke İçe	18.76	4.64	18.30	4.23	.928	.354	405

*p<.05

Bütünleşme puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur (t(405)= -1.323, p=.187, p>.05).

Ayrılma puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur (t(405)= -1.061, p=.289, p>.05).

Marjinalleşme puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur (t(405)= -1.038, p=.300, p>.05).

Erime puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği, erkeklerin erime puan ortalamalarının ($\bar{x}$ = 30.11) kadınların erime puan ortalamalarına ($\bar{x}$ =28.31) göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (t(262.566)= -2.137, p=.034, p<.05).

Çocukluk çağı travması puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur (t(405)= -.124, p=.901, p>.05).

Öfke düzeyi ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği, kadınların öfke düzeyi puan ortalamalarının ($\bar{x}$ = 23.25) erkeklerin öfke düzeyi puan ortalamalarına ($\bar{x}$ =21.72) göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (t(219.357)= 2.232, p=.027, p<.05).

Öfke kontrol puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur (t(405)= -1.315, p=.189, p>.05).

Öfke dışı vurma puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur ($t(405)= 1.235$, $p=.218$, $p>.05$).

Öfke içe atma puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur ($t(405)= .928$, $p=.354$, $p>.05$).

Tablo 4.6: Değişkenlerin Eğitim Durumu ile İlişkisi

Değişken		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Bütünleşme	Lisans	84	30.65	9.56	.882	.415
	Yüksek L.	275	32.09	8.31		
	Doktora	48	31.62	9.40		
Ayrılma	Lisans	84	26.70	11.00	2.693	.069
	Yüksek L.	275	28.92	9.52		
	Doktora	48	26.22	9.12		
Erime	Lisans	84	27.35	.87270	2.122	.121
	Yüksek L.	275	29.40	.82799		
	Doktora	48	28.14	.81188		
Marjinalleşme	Lisans	84	26.32	9.43	1.580	.207
	Yüksek L.	275	28.15	9.39		
	Doktora	48	28.91	8.99		
Cocukluk Çağı Travması	Lisans	84	50.73	17.59	2.300	.102
	Yüksek L.	275	54.83	19.20		
	Doktora	48	58.14	22.50		
Öfke Düzeyi	Lisans	84	21.96	6.72	.968	.381
	Yüksek L.	275	23.06	6.25		
	Doktora	48	22.83	6.40		
Öfke Kontrol	Lisans	84	23.82	5.55	.637	.529
	Yüksek L.	275	23.14	4.87		
	Doktora	48	23.00	5.62		
Öfke Dışa Vurma	Lisans	84	16.65	4.47	1.609	.201
	Yüksek L.	275	17.68	4.86		
	Doktora	48	17.04	5.00		
Öfke İçe Atma	Lisans	84	17.89	4.67	2.663	.071
	Yüksek L.	275	18.98	4.46		
	Doktora	48	17.87	4.49		

Bütünleşme ($F(2-404)=.882$ $p=.415$, $p>.05$), ayrılma ($F(2-404)=2.693$ $p=.069$, $p>.05$), erime ($F(2-404)=2.122$ $p=.121$, $p>.05$), marjinalleşme ($F(2-404)=1.346$ $p=.207$, $p>.05$), çocukluk çağı travması ($F(2-404)=2.300$ $p=.102$, $p>.05$), öfke düzeyi ($F(2-404)=.968$ $p=.381$, $p>.05$), öfke kontrol ($F(2-404)=.637$ $p=.529$, $p>.05$), öfke dışı vurma ($F(2-404)=1.609$ $p=.201$, $p>.05$) ve öfke içi atma ($F(2-404)=2.663$, $p=.071$, $p>.05$) puan ortalamaları ile eğitim durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur.

Tablo 4.7: Değişkenlerin Ayrıldığı Şehir Tipi ile İlişkisi

Değişken		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Fark**</i>
Bütünleşme	Büyükşehir ^a	196	31.22	8.83	.758	.518	-
	Şehir ^b	78	32.82	8.15			
	İlçe ^c	82	32.23	9.54			
	Köy&Kasaba	51	31.29	7.68			
Ayrılma	Büyükşehir ^a	196	29.57	9.98	4.919	.002*	a>b
	Şehir ^b	78	24.59	8.96			
	İlçe ^c	82	28.29	10.18			
	Köy&Kasaba	51	27.88	8.84			
Erime	Büyükşehir ^a	196	28.24	8.60	.738	.530	-
	Şehir ^b	78	29.06	8.84			
	İlçe ^c	82	29.34	8.47			
	Köy&Kasaba	51	29.94	6.39			
Marjinalleşme	Büyükşehir ^a	196	27.84	9.86	.942	.420	-
	Şehir ^b	78	27.50	8.25			
	İlçe ^c	82	27.08	9.90			
	Köy&Kasaba	51	29.78	8.01			
Ç. Çağı Travma	Büyükşehir ^a	196	53.10	19.46	5.574	.001*	d>a
	Şehir ^b	78	50.92	19.41			d>b
	İlçe ^c	82	52.30	17.58			d>c
	Köy&Kasaba	51	63.84	19.08			

Tablo 4.7: (Devamı) Değişkenlerin Ayrıldığı Şehir Tipi ile İlişkisi

Değişken		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Fark**</i>
Öfke Düzeyi	Büyükşehir ^a	196	23.29	6.82	1.357	.256	-
	Şehir ^b	78	21.89	6.19			
	İlçe ^c	82	22.15	5.91			
	Köy&Kasaba	51	23.43	5.33			
Öfke Kontrol	Büyükşehir ^a	196	23.50	5.32	.653	.581	-
	Şehir ^b	78	23.53	4.86			
	İlçe ^c	82	22.78	4.67			
	Köy&Kasaba	51	22.72	5.32			
Öfke Dışa Vur.	Büyükşehir ^a	196	18.02	5.32	2.826	.038*	-
	Şehir ^b	78	16.67	4.59			
	İlçe ^c	82	16.43	3.76			
	Köy&Kasaba	51	17.60	4.28			
Öfke İçe Atma	Büyükşehir ^a	196	18.68	4.93	1.656	.176	-
	Şehir ^b	78	18.05	3.89			
	İlçe ^c	82	18.34	4.26			
	Köy&Kasaba	51	19.78	4.11			

**p*<.05, **Scheffe Testi

Bütünleşme ($F(3-403)=.758$ $p=.518$, $p>.05$), erime ($F(3-403)=.738$ $p=.530$, $p>.05$), marjinalleşme ($F(3-403)=.942$ $p=.420$, $p>.05$), öfke düzeyi ($F(3-403)=1.357$ $p=.256$, $p>.05$), öfke kontrol ($F(3-403)=.653$ $p=.581$, $p>.05$) ve öfke içe atma ($F(3-403)=1.656$ $p=.176$, $p>.05$) puan ortalamaları ile ayrıldığı şehir tipi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur.

Ayrılma ortalama puanının ayrıldığı şehir tipine göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek ayrılma puan ortalamalarının büyükşehirden gelenlerde ($\bar{x}=2.9571$), en düşük ayrılma puan ortalamalarının şehirden gelenlerde ($\bar{x}=2.4590$) olduğu saptanmıştır. ($F(3-403)=4.919$; $p=.002$, $p<.05$)

Çocukluk çağı travması ortalama puanının ayrıldığı şehir tipine göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek çocukluk çağı travması puan ortalamalarının köy ve kasabadan gelenlerde ($\bar{x}=2.2801$), en düşük çocukluk çağı travması puan ortalamalarının şehirden gelenlerde ($\bar{x}=1.8187$) olduğu saptanmıştır. ($F(3-403)=5.574$; $p=.001$, $p<.05$)

Öfke dışı vurma ortalama puanının ayrıldığı şehir tipine göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek öfke dışı vurma puan ortalamalarının büyükşehirden gelenlerde ($\bar{x}=2.2526$), en düşük öfke dışı vurma ortalamalarının ilçeden gelenlerde ($\bar{x}=2.0549$) olduğu saptanmıştır. ($F(3-403)=2.826$ $p=.038$, $p<.05$)

Anlamlı çıkan sonuçlar arasındaki farkı tespit etmek için post-hoc testleri yapılmıştır. Ayrılma, çocukluk çağı travması ve öfke dışı vurma puanlarının, ayrıldığı şehir tipine göre hangi alt gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan tek yönlü varyans analizi sonrası Post Hoc Scheffe testi uygulanmıştır. Buna göre ayrılma puanları için büyükşehirden ayrılanların; ilçe, köy&kasabadan ayrılanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmezken ($p>.05$), şehirden ayrılanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmüştür ($p<.05$). Büyükşehirden ayrılanların, ayrılma puanlarının şehirden ayrılanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Çocukluk çağı travması puanları için köy&kasabadan ayrılanların; büyükşehir, şehir ve ilçeden ayrılanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmüştür ($p<.05$). Köy&kasabadan ayrılanların çocukluk çağı travması puanlarının büyükşehir, şehir ve ilçeden ayrılanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Öfke dışı vurma puanlarının Post Hoc Scheffe testinde anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır.

Tablo 4.8: Değişkenlerin Göç Edilen Yerde Geçirilen Süre ile İlişkisi

Değişken		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Fark**</i>
Bütünleşme	1 Yıldan Az ^a	17	30.64	9.77	.151	.929	-
	1-5 Yıl ^b	231	31.84	8.91			
	6-10 Yıl ^c	122	31.56	8.67			
	11-25 Yıl ^d	37	32.21	7.29			
Ayrılma	1 Yıldan Az ^a	17	28.00	10.68	2.038	.108	-
	1-5 Yıl ^b	231	28.92	9.86			
	6-10 Yıl ^c	122	27.72	10.18			
	11-25 Yıl ^d	37	24.75	9.84			
Erime	1 Yıldan Az ^a	17	29.76	9.80	.082	.970	-
	1-5 Yıl ^b	231	28.78	8.77			
	6-10 Yıl ^c	122	28.86	7.82			
	11-25 Yıl ^d	37	28.59	7.13			

Çizelge 4.8: (Devamı) Değişkenlerin Göç Edilen Yerde Geçirilen Süre ile İlişkisi

Değişken		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Fark**</i>
Marjinalleşme	1 Yıldan Az ^a	17	28.23	10.43	.105	.957	-
	1-5 Yıl ^b	231	27.71	10.00			
	6-10 Yıl ^c	122	28.22	8.57			
	11-25 Yıl ^d	37	27.51	7.29			
Ç. Çağı Travma	1 Yıldan Az ^a	17	53.70	20.39	1.761	.154	-
	1-5 Yıl ^b	231	54.52	20.16			
	6-10 Yıl ^c	122	54.75	18.66			
	11-25 Yıl ^d	37	46.94	14.85			
Öfke Düzeyi	1 Yıldan Az ^a	17	20.11	4.58	3.581	.014*	-
	1-5 Yıl ^b	231	22.95	6.12			
	6-10 Yıl ^c	122	23.64	6.91			
	11-25 Yıl ^d	37	20.40	6.00			
Öfke Kontrol	1 Yıldan Az ^a	17	24.00	5.01	.181	.909	-
	1-5 Yıl ^b	231	23.30	5.14			
	6-10 Yıl ^c	122	23.07	5.14			
	11-25 Yıl ^d	37	23.35	4.97			
Öfke Dışa Vur.	1 Yıldan Az ^a	17	14.35	2.78	2.624	.051	-
	1-5 Yıl ^b	231	17.54	4.90			
	6-10 Yıl ^c	122	17.67	4.93			
	11-25 Yıl ^d	37	16.91	4.13			
Öfke İçer Atma	1 Yıldan Az ^a	17	18.00	3.70	.235	.872	-
	1-5 Yıl ^b	231	18.75	4.71			
	6-10 Yıl ^c	122	18.59	4.52			
	11-25 Yıl ^d	37	18.29	3.81			

**p*<.05, **Scheffe Testi

Bütünleşme ($F(3-403)=.151$ $p=.929$, $p>.05$), ayrılma ($F(3-403)=2.038$ $p=.108$, $p>.05$), erime ($F(3-403)=.082$ $p=.970$, $p>.05$), marjinalleşme ($F(3-403)=.105$ $p=.957$, $p>.05$), çocukluk çağı travması ($F(3-403)=1.761$ $p=.154$, $p>.05$), öfke kontrol ($F(3-403)=.181$ $p=.909$, $p>.05$), öfke dışa vurma ($F(3-403)=2.624$ $p=.051$, $p>.05$) ve öfke içe atma ($F(3-403)=.235$ $p=.872$, $p>.05$) puan ortalamaları ile geçirdiği süre arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur.

Öfke düzeyi ($F(3-403)=3.581$ $p=.014$, $p<.05$) puan ortalamaları ile geçirdiği süre arasında anlamlı farklılık bulunmuş ve post hoc Scheffe testi ile analiz edilmiştir. Öfke düzeyi puanlarının göç ettiği yerde geçirdiği süreye göre hangi alt farklılık gösterdiğini belirlemek için Post Hoc Scheffe testi uygulanmıştır. Buna göre alt gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı saptanmıştır.

Tablo 4.9: Değişkenlerin Beklenti Düzeyi ile İlişkisi

Değişken		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Fark**</i>
Bütünleşme	Hiç ^a	21	30.95	7.26	.554	.696	-
	Biraz ^b	22	33.18	8.61			
	Orta ^c	86	32.53	7.36			
	Fazla ^d	128	31.07	9.13			
	Çok Fazla ^e	150	31.75	9.29			
Ayrılma	Hiç ^a	21	28.90	10.32	.226	.924	-
	Biraz ^b	22	28.31	8.94			
	Orta ^c	86	28.75	9.37			
	Fazla ^d	128	27.56	9.42			
	Çok Fazla ^e	150	28.16	10.58			
Erime	Hiç ^a	21	24.66	10.89	4.267	.002*	e>a
	Biraz ^b	22	29.77	8.81			e>d
	Orta ^c	86	27.23	7.27			
	Fazla ^d	128	28.26	8.44			
	Çok Fazla ^e	150	30.68	8.10			
Marjinalleşme	Hiç ^a	21	27.04	9.09	.874	.479	-
	Biraz ^b	22	31.09	9.59			
	Orta ^c	86	27.52	8.35			
	Fazla ^d	128	28.25	9.56			
	Çok Fazla ^e	150	27.38	9.75			
Ç. Çağı Travma	Hiç ^a	21	60.57	25.22	1.996	.094	-
	Biraz ^b	22	55.31	19.72			
	Orta ^c	86	54.09	18.22			
	Fazla ^d	128	50.39	17.92			
	Çok Fazla ^e	150	55.56	19.95			

Tablo 4.9: (Devamı) Değişkenlerin Beklenti Düzeyi ile İlişkisi

Değişken		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Fark**</i>
Öfke Düzeyi	Hiç ^a	21	23.85	7.61	.843	.499	-
	Biraz ^b	22	22.45	6.20			
	Orta ^c	86	22.33	5.87			
	Fazla ^d	128	22.29	5.729			
	Çok Fazla ^e	150	23.43	6.98			
Öfke Kontrol	Hiç ^a	21	22.85	6.27	.548	.700	-
	Biraz ^b	22	21.90	5.83			
	Orta ^c	86	23.11	5.37			
	Fazla ^d	128	23.36	4.49			
	Çok Fazla ^e	150	23.52	5.18			
Öfke Dışa Vur.	Hiç ^a	21	17.95	6.05	1.047	.383	-
	Biraz ^b	22	17.22	5.73			
	Orta ^c	86	17.41	4.38			
	Fazla ^d	128	16.74	3.94			
	Çok Fazla ^e	150	17.88	5.35			
Öfke İçe Atma	Hiç ^a	21	18.42	4.50	1.937	.104	-
	Biraz ^b	22	17.40	4.92			
	Orta ^c	86	17.97	3.55			
	Fazla ^d	128	18.44	4.17			
	Çok Fazla ^e	150	19.37	5.16			

**p*<.05, **Scheffe Testi

Bütünleşme ($F(4-402)=.554$ $p=.696$, $p>.05$), ayrılma ($F(4-402)=.226$ $p=.924$, $p>.05$), marjinalleşme ($F(4-402)=.874$ $p=.479$, $p>.05$), çocukluk çağı travması ($F(4-402)=1.996$ $p=.094$, $p>.05$), öfke düzeyi ($F(4-402)=.843$ $p=.499$, $p>.05$), öfke kontrol ($F(4-402)=.548$ $p=.700$, $p>.05$), öfke dışa vurma ($F(4-402)=1.047$ $p=.383$, $p>.05$) ve öfke içe atma ($F(4-402)=1.937$ $p=.104$, $p>.05$) puan ortalamaları ile beklenti düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur.

Erime ortalama puanının beklenti düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek erime puan ortalamalarının beklenti düzeyi çok fazla olanlarda ($\bar{x}=3.0687$), en düşük erime puan ortalamalarının beklenti düzeyi düşük olanlarda ($\bar{x}=2.4667$) olduğu saptanmıştır. ($F(4-402)=4.267$; $p=.002$, $p<.05$)

Anlamalı çıkan sonuçlar arasındaki farkı tespit etmek için post-hoc testleri yapılmıştır.

Erime puanlarının beklenti düzeyine göre hangi alt gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan tek yönlü varyans analizi sonrası Post Hoc Scheffe testi uygulanmıştır. Buna göre gelmeden önce beklenti düzeyi çok fazla olanların; beklenti düzeyi biraz ve orta olanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmezken ($p>.05$), beklenti düzeyi hiç olanlar ve beklenti düzeyi fazla olanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmüştür ($p<.05$). Beklenti düzeyi çok fazla olanların erime puanlarının beklenti düzeyi hiç olanlar ve fazla olanlara göre daha fazla olduğu saptanmıştır.

Tablo 4.10: Değişkenlerin Beklentilerin Karşılama Düzeyi ile İlişkisi

Değişken		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Fark**</i>
Bütünleşme	Hiç ^a	23	32.13	11.13	.547	.701	-
	Biraz ^b	43	32.90	7.33			
	Orta ^c	127	31.93	7.53			
	Fazla ^d	126	30.88	8.96			
	Çok Fazla ^e	88	32.02	9.88			
Ayrılma	Hiç ^a	23	29.00	10.14	1.030	.392	-
	Biraz ^b	43	27.76	9.21			
	Orta ^c	127	29.07	9.83			
	Fazla ^d	126	26.77	9.57			
	Çok Fazla ^e	88	28.72	10.43			
Erime	Hiç ^a	23	24.13	10.56	2.796	.026*	-
	Biraz ^b	43	27.18	8.41			
	Orta ^c	127	28.87	8.28			
	Fazla ^d	126	29.54	7.77			
	Çok Fazla ^e	88	29.79	8.35			
Marjinalleşme	Hiç ^a	23	26.91	10.86	1.697	.150	-
	Biraz ^b	43	26.32	8.50			
	Orta ^c	127	29.44	8.76			
	Fazla ^d	126	27.90	9.70			
	Çok Fazla ^e	88	26.54	9.55			

Tablo 4.10: (Devamı) Değişkenlerin Beklentilerin Karşılama Düzeyi ile İlişkisi

Değişken		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Fark**</i>
Bütünleşme	Hiç^a	23	32.13	11.13	.547	.701	-
Ç. Çağı Travma	Hiç ^a	23	62.04	18.48	2.080	.083	-
	Biraz ^b	43	56.81	17.58			
	Orta ^c	127	53.92	19.81			
	Fazla ^d	126	50.86	17.07			
	Çok Fazla ^e	88	54.53	22.16			
Öfke Düzeyi	Hiç ^a	23	24.56	6.84	2.413	.049*	-
	Biraz ^b	43	22.83	6.17			
	Orta ^c	127	21.52	5.13			
	Fazla ^d	126	23.04	6.29			
	Çok Fazla ^e	88	23.87	7.71			
Öfke Kontrol	Hiç ^a	23	22.26	5.64	.742	.564	-
	Biraz ^b	43	22.67	5.15			
	Orta ^c	127	23.22	4.73			
	Fazla ^d	126	23.23	4.88			
	Çok Fazla ^e	88	23.93	5.76			
Öfke Dışa Vur.	Hiç ^a	23	18.47	5.99	4.494	.001*	c<b
	Biraz ^b	43	18.23	4.63			c<d
	Orta ^c	127	15.92	3.41			c<e
	Fazla ^d	126	18.00	4.62			
	Çok Fazla ^e	88	17.93	6.03			
Öfke İçer Atma	Hiç ^a	23	19.13	3.65	2.021	.091	-
	Biraz ^b	43	19.88	4.31			
	Orta ^c	127	17.92	4.31			
	Fazla ^d	126	18.45	4.22			
	Çok Fazla ^e	88	19.15	5.38			

*p<.05, **Scheffe Testi, Games-Howell Testi

Bütünleşme ($F(4-402)=.547$ $p=.701$, $p>.05$), ayrılma ($F(4-402)=1.030$ $p=.392$, $p>.05$), marjinalleşme ($F(4-402)=1.697$ $p=.150$, $p>.05$), çocukluk çağı travması ($F(4-402)=2.080$ $p=.083$, $p>.05$), öfke kontrol ($F(4-402)=.742$ $p=.564$, $p>.05$) ve öfke içe

atma ($F(4-402)=2.021$ $p=.091$, $p>.05$) puan ortalamaları ile beklentilerin karşılanma düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur.

Erime ortalama puanının beklentilerin karşılanma düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek erime puan ortalamalarının beklentilerinin karşılanma düzeyi çok fazla olanlarda ($\bar{x}=2.9795$), en düşük erime puan ortalamalarının beklentilerinin karşılanma düzeyi düşük olanlarda ($\bar{x}=2.4130$) olduğu saptanmıştır. ($F(4-402)=2.796$; $p=.026$, $p<.05$)

Öfke düzeyi ortalama puanının beklentilerin karşılanma düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek öfke düzeyi puan ortalamalarının beklentilerinin karşılanma düzeyi düşük olanlarda ($\bar{x}=2.4565$), en düşük öfke düzeyi puan ortalamalarının beklentilerinin karşılanma düzeyi orta olanlarda ($\bar{x}=2.1528$) olduğu saptanmıştır. ($F(4-402)=2.413$; $p=.049$, $p<.05$)

Öfke dışı vurma ortalama puanının beklentilerin karşılanma düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek öfke dışı vurma puan ortalamalarının beklentilerinin karşılanma düzeyi düşük olanlarda ($\bar{x}=2.3098$), en düşük öfke dışı vurma puan ortalamalarının beklentilerinin karşılanma düzeyi orta olanlarda ($\bar{x}=1.9911$) olduğu saptanmıştır. ($F(4-402)=4.494$; $p=.001$, $p<.05$)

Anlamlı çıkan sonuçlar arasındaki farkı tespit etmek için post-hoc testleri yapılmıştır. Erime puanlarının beklentilerin gerçekleşme düzeyine göre hangi alt gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan tek yönlü varyans analizi sonrası Post Hoc Scheffe testi uygulanmıştır. Buna göre beklentilerin gerçekleşme düzeyinin alt grupları arasında anlamlı farklılık görülmemiştir ($p>.05$).

Öfke düzeyi ve öfke dışı vurma puanlarının beklentilerin gerçekleşme düzeyine göre hangi alt gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan tek yönlü varyans analizi sonrası Post Hoc Games-Howell testi uygulanmıştır. Buna göre öfke düzeyi için beklentilerin gerçekleşme düzeyinin alt grupları arasında anlamlı farklılık görülmemiştir ($p>.05$). Öfke dışı vurma değişkeninin beklentilerin gerçekleşme düzeyinin alt gruplarına göre farklılık gösterdiği; beklentileri orta düzeyde gerçekleştirenlerin beklentileri biraz, fazla ve çok fazla düzeyde gerçekleştirenlere göre daha düşük öfke dışı vurma puanlarına sahip olduğu saptanmıştır ($p<.05$).

Tablo 4.11: Bütünleşme, Ayrılma, Erime, Marjinalleşme, Çocukluk Çağı Travması, Öfke Düzeyi, Öfke Kontrol, Öfke Dışa Vurma ve Öfke İçe Atma Arasındaki İlişki

	N	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Bütünleşme	407	-	-.038	.036	-.127*	-.119*	-.139**	.013	-.146**	-.180**
2.Ayrılma	407		-	.088	.249**	-.055	.048	-.063	-.013	-.006
3.Erime	407			-	.309**	.038	.036	-.062	.029	.016
4.Marjinalleşme	407				-	.023	-.003	-.009	-.027	.042
5.Ç. Çağı Travma	407					-	.238**	-.158**	.292**	.290**
6.Öfke Düzeyi	407						-	-.316**	.761**	.497**
7.Öfke Kontrol	407							-	-.230**	.108*
8.Öfke Dışa V.	407								-	.464**
9.Öfke İçe A.	407									-

*p<.05 **p<.001

Bütünleşme ile marjinalleşme arasında negatif yönlü çok zayıf şiddette ilişki ($r = -.127$, $p = .011$, $p < .05$), çocukluk çağı travması arasında negatif yönlü çok zayıf şiddette ilişki ($r = -.119$, $p = .017$, $p < .05$), öfke düzeyi arasında negatif yönlü çok zayıf şiddette ilişki ($r = -.139$, $p = .005$, $p < .01$), öfke dışa vurma arasında negatif yönlü çok zayıf şiddette ilişki ($r = -.146$, $p = .003$, $p < .01$), öfke içe atma arasında negatif yönlü çok zayıf şiddette ilişki ($r = -.180$, $p = .000$, $p < .01$) olduğu saptanmıştır.

Ayrılma ile marjinalleşme arasında pozitif yönde zayıf şiddette ilişki olduğu saptanmıştır. ($r = .249$, $p = .000$, $p < .01$)

Erime ile marjinalleşme arasında pozitif yönde zayıf şiddette ilişki olduğu saptanmıştır. ($r = .309$, $p = .000$, $p < .01$)

Çocukluk çağı travması ile öfke düzeyi arasında pozitif yönde çok zayıf şiddette ilişki ($r = .238$, $p = .000$, $p < .01$), öfke kontrol arasında negatif yönde çok zayıf şiddette ilişki ($r = -.158$, $p = .001$, $p < .01$), öfke dışa vurma arasında pozitif yönde zayıf şiddette ilişki ($r = .292$, $p = .000$, $p < .01$), öfke içe atma arasında pozitif yönde zayıf şiddette ilişki ($r = .290$, $p = .000$, $p < .01$) olduğu saptanmıştır.

Öfke düzeyi ile öfke kontrol arasında negatif yönde zayıf şiddette ilişki ($r = -.316$, $p = .000$, $p < .01$), öfke dışa vurma arasında pozitif yönde yüksek şiddette ilişki ($r = .761$, $p = .000$, $p < .01$), öfke içe atma arasında pozitif yönde orta şiddette ilişki ($r = .497$, $p = .000$, $p < .01$) olduğu saptanmıştır.

Öfke kontrol ile öfke dışı vurma arasında negatif yönde çok zayıf şiddette ilişki ($r = -.230$, $p = .000$, $p < .01$), öfke içe atma ile pozitif yönde çok zayıf şiddette ilişki ($r = .108$, $p = .029$, $p < .05$) olduğu saptanmıştır.

Öfke dışı vurma ile öfke içe atma arasında pozitif yönde zayıf şiddette ilişki ($r = .464$, $p = .000$, $p < .01$) olduğu saptanmıştır.

Tablo 4.12: Çocukluk Çağı Travmaları ve Kültürlenme Tutumlarının (Bütünleşme, Ayrılma, Erime, Marjinalleşme) Öfke Düzeyi Üzerindeki Etkisi

Değişken	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	20.384	2.099		9.709	.000
Bütünleşme	-.086	.036	-.117	-2.398	.017*
Ayrılma	.042	.032	.066	1.319	.188
Erime	.032	.039	.042	.824	.410
Marjinalleşme	-.036	.036	-.052	-.996	.320
Ç. Çağı Travması	.075	.016	.227	4.689	.000**

Sabit (Bağımlı Değişken):Öfke Düzeyi * $p < .05$, ** $p < .001$

Bütünleşme, ayrılma, erime, marjinalleşme ve çocukluk çağı travması değişkenlerinin öfke düzeyi değişkenini yordama gücü incelenmiştir. Değişkenlerin öfke düzeyindeki varyansın %7.6'sını açıkladığı görülmüştür ($F(5-401)=6.525$, $p = .000$, $p < .05$, $R^2 = .075$, $R^2_{adjusted} = .064$). Ayrılma, erime ve marjinalleşme değişkenlerinin öfke düzeyi değişkeninin anlamlı yordayıcısı olmadığı; bütünleşme ($\beta = -.117$, $t = -2.398$, $p = .016$, $p < .05$) ve çocukluk çağı travmasının ($\beta = .227$, $t = 4.689$, $p = .000$, $p < .05$) öfke düzeyi değişkenini istatistiksel olarak anlamlı etkilediği; bütünleşme 1 birim arttığında öfke düzeyinin .086 birim azaldığı, çocukluk çağı travması 1 birim arttığında öfke düzeyinin .075 birim arttığı saptanmıştır.

Tablo 4.13: Çocukluk Çağı Travmaları ve Kültürlenme Tutumlarının (Bütünleşme, Ayrılma, Erime, Marjinalleşme) Öfke Kontrolü Üzerindeki Etkisi

Değişken	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit*	27.266	1.721		15.738	.000
Bütünleşme	-.002	.037	-.003	-.080	.955
Ayrılma	-.039	.033	-.075	-1.432	.141
Erime	-.036	.040	-.060	-1.098	.252
Marjinalleşme	.017	.038	.032	.429	.552
Ç. Çağı Travması	-.043	.013	-.161	-3.246	.001*

Bütünleşme, ayrılma, erime, marjinalleşme ve çocukluk çağı travması değişkenlerinin öfke kontrol değişkenini yordama gücü incelenmiştir. Değişkenlerin öfke kontroldeki varyansın %3.4'ünü açıkladığı görüşmüştür ($F(5-401)=2.761$, $p=.017$, $p<.05$, $R^2=.034$, $R^2_{adjusted}=.022$). Bütünleşme, ayrılma, erime ve marjinalleşme değişkenlerinin öfke kontrol değişkeninin anlamlı yordayıcısı olmadığı; çocukluk çağı travmasının öfke kontrol değişkenini istatistiksel olarak anlamlı etkilediği ($\beta=-.161$, $t=-3.246$, $p=.001$, $p<.05$), çocukluk çağı travması 1 birim arttığında öfke kontrolünün .043 birim azaldığı saptanmıştır.

Tablo 4.14: Çocukluk Çağı Travmaları ve Kültürlenme Tutumlarının (Bütünleşme, Ayrılma, Erime, Marjinalleşme) Öfke Dışa Vurma Üzerindeki Etkisi

Değişken	<i>B</i>	<i>Standart Hata</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Sabit*	15.899	1.564		10.168	.000
Bütünleşme	-.067	.027	-.122	-2.534	.012*
Ayrılma	.005	.024	.011	.215	.830
Erime	.024	.029	.042	.839	.402
Marjinalleşme	-.033	.027	-.065	-1.256	.210
Ç. Çağı Travması	.069	.012	.278	5.819	.000**

*Sabit (Bağımlı Değişken): Öfke Dışa Vurma *p<.05, **p<.001

Bütünleşme, ayrılma, erime, marjinalleşme ve çocukluk çağı travması değişkenlerinin öfke dışa vurma değişkenini yordama gücü incelenmiştir. Değişkenlerin öfke dışa vurmadaki varyansın %10'unu açıkladığı görüşmüştür ($F(5-401)=9.106$, $p=.000$, $p<.05$, $R^2=.102$, $R^2_{adjusted}=.091$). Ayrılma, erime ve marjinalleşme değişkenlerinin öfke dışa vurma değişkeninin anlamlı yordayıcısı olmadığı; bütünleşme ($\beta=-.122$, $t=-2.523$, $p=.012$, $p<.05$) ve çocukluk çağı travmasının ($\beta=.278$, $t=5.804$, $p=.000$, $p<.05$) öfke dışa vurma değişkenini istatistiksel olarak anlamlı etkilediği; bütünleşme 1 birim arttığında öfke dışa vurmanın .067 birim azaldığı, çocukluk çağı travması 1 birim arttığında öfke dışa vurmanın .069 birim arttığı saptanmıştır.

Tablo 4.15: Çocukluk Çağı Travmaları ve Kültürlenme Tutumlarının (Bütünleşme, Ayrılma, Erime, Marjinalleşme) Öfke İç Atma Üzerindeki Etkisi

Değişken	<i>B</i>	<i>Standart Hata</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Sabit*	17.312	1.468		11.792	.000

Bütünleşme	-.076	.025	-.146	-3.036	.003*
Ayrılma	.000	.022	-.001	-.011	.991
Erime	.003	.027	.006	.112	.911
Marjinalleşme	.008	.025	.016	.306	.760
Ç. Çağı Travması	.064	.011	.273	5.714	.000**
*Sabit(Bağımlı Değişken):Öfke İçer Atma		*p<.05, **p<.001			

Bütünleşme, ayrılma, erime, marjinalleşme ve çocukluk çağı travması değişkenlerinin öfke içer atma değişkenini yordama gücü incelenmiştir. Değişkenlerin öfke içer atmadaki varyansın %10.6'sını açıkladığı görülmüştür ($F(5-401)=9.531$, $p=.000$, $p<.05$, $R^2=.106$, $R^2_{adjusted}=.095$). Ayrılma, erime ve marjinalleşme değişkenlerinin öfke içer atma değişkeninin anlamlı yordayıcısı olmadığı; bütünleşme ($\beta=-.146$, $t=-3.036$, $p=.003$, $p<.05$) ve çocukluk çağı travmasının ($\beta=.273$, $t=5.714$, $p=.000$, $p<.05$) öfke içer atma değişkenini istatistiksel olarak anlamlı etkilediği; bütünleşme 1 birim arttığında öfke içer atmanın .076 azaldığı, çocukluk çağı travması 1 birim arttığında öfke içer atmanın .064 puan arttığı saptanmıştır.

5. TARTIŞMA

Çalışma, üniversite yaşamını İstanbul'da geçirmiş bireylerin Kültürlenme tutumları, öfke tutumları ve çocukluk çağı travması arasındaki ilişkinin yönü ve şiddeti incelenmiştir. Çalışmaya İstanbul ilinde öğrenim görmüş olan gönüllü 407 birey katılım sağlamıştır. Kişisel Bilgi Formu kapalı uçlu sorularla, yaş, cinsiyet bilgilerini, likert tipli sorularla eğitim düzeylerini (ön lisans, lisans, yüksek lisans ve doktora), İstanbul'a hangi bölgeden göç ettikleri (Akdeniz Bölgesi, Doğu Anadolu Bölgesi, Güney Doğu Anadolu Bölgesi, İç Anadolu Bölgesi, Karadeniz Bölgesi ve Marmara Bölgesi), İstanbul'a gelmeden önce yaşam koşulları beklentisi ve İstanbul'da yaşamaya başladıktan sonraki süreçte beklentilerinin ne kadarının gerçekleştiği bilgileri sorulmuştur. Araştırma 21-40 yaş aralığındaki katılımcıların katkılarıyla gerçekleşmiş olmakla birlikte 407 katılımcıların büyük bir çoğunluğu kadın katılımcılardan oluşmaktadır. Eğitim durumları incelendiğinde katılımcıların çoğunluğunun yüksek lisans öğrencileri oluşturmaktadır. En az ön lisans öğrencilerinden katılımcı vardır. Yaşamlarının çoğunun geçtiği yer değişkenine göre, katılımcıların büyük çoğunluğu büyükşehirde yaşadığını belirtirken, köy en az işaretlenen seçenek olmuştur. Katılımcıların beklenti düzeyine bakıldığında, göç etmeden önceki beklentileri oldukça yüksek iken göç ettikten sonraki beklentilerin karşılanma düzeyi çoğunlukla orta olarak belirtilmiştir.

5.1. Demografik Verilere Dair Tartışma

Sosyodemografik değişkenler bakımından yetişkin bireylerin öfke düzeyi, öfke kontrolü, öfke dışı vurumu ve öfke içe atma incelenmiştir. Katılımcıların cinsiyet değişkeni bakımından öfke kontrol puanı, öfke dışı vurma, öfke içe atma puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmezken yalnızca öfke düzeyi ortalamasının anlamlı bir farklılık gösterdiği, kadınların öfke düzeyi puan ortalamalarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır.

Bostancı ve arkadaşlarının (2006) yaptığı çalışmada, yetişkin bireylerin cinsiyete göre öfke ifade biçimleri incelenmiştir. İnceleme bulgularına göre,

kadınların öfke düzeyi puan ortalamasının erkeklerden daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Averill (1983), üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmasında, kadınların öfke düzeyi açısından erkekler kadar ve erkeklere benzer yoğunlukta ve benzer sebeplerle öfkelendiğini belirtmiştir. Soysal ve arkadaşlarının (2009) yaptığı araştırmada, öfke düzeyi puanının kadınlarda daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Balkaya (2001) 756 katılımcıyı kapsayan çalışmasında, kadınlarda öfke düzeyinin erkeklere kıyasla anlamlı farklılıklar görüldüğünü, kadınların erkeklere oranla öfke düzeyinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Çalışmamızda da benzer şekilde öfke düzeyinin kadınlarda daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışmamızın bulgularında kadın katılımcıların öfkelerini dışa vurmamakla birlikte, öfke düzeyinin yüksek olduğu saptanmıştır.

Öfkenin; insanoğlunun doğal duygularından birisi olmakla birlikte, genelde kadınlardan çok erkeklere özgü bir duygu olarak algılandığı belirtilmektedir (Lerner, 1989; Stoppard, 1996). Stoppard'a (1996) göre bunun en önemli nedeni, erkeklerin öfkelerini toplum içinde ifade etmelerinin kadınlara göre daha kolay olmasından ileri gelmektedir. Toplumda kadınların öfkelerini göstermelerine sıcak bakılmazken, erkeklerin öfkelerini göstermeleri özendirilmektedir. Kadınlar öfkelerini gösterdiklerinde toplum tarafından ayıplanmaktadırlar. Kadınların öfkelerini göstermemeleri yönündeki tabular o kadar güçlüdür ki kadın için öfke, hissedilmesi bile sakıncalı bir duygu olarak görülmektedir (Ramirez & Andreu, 2006). Bu durum, toplum tarafından kadınlara biçilen “sakin, hanım hanımcık olma” rolüyle açıklanabilir.

Sağlam (2020) araştırma bulgularında öfke kontrol puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığını belirtmiştir. 1010 genç erişkin katılımıyla yapılan bir araştırma sonucunda öfke kontrolünün cinsiyetler arası ilişkisine dair anlamlı bir sonuç bulunmadığı belirtilmiştir (Spielberger, Reheiser, & Sydeman, 1995).

Durumsal Kişilik Envanterinde Yaş ve Cinsiyet Farklılıkları adlı çalışmada 150 katılımcıdan oluşan, “Öfke İfade Ölçeği” kullanılan araştırmada hem öfke içe atma hem de öfke dışavurum açısından cinsiyetler arası farklılığın olmadığı saptanmıştır (Storner & Spencer, 1986). 242 kadın ve 213 erkeğin katıldığı “Durumsal Sürekli Öfke Envanteri” nin de kullanıldığı bir araştırmada cinsiyetin, öfkenin dışa vurumu ve öfkenin içe atımında belirleyici bir rol oynamadığı sonucuna varılmıştır. Adila

(2020) tarafından yapılan araştırmaya göre de cinsiyetin, öfke dışa vurma, öfke içe atma ve öfke kontrolü üzerinde anlamlı bir farklılığı olmadığı belirtilmiştir.

Literatüre bakıldığında öfke ifade tarzlarından öfke kontrol, öfke dışa vurma ve öfke içe atma puanlarının cinsiyete göre farklılık göstermediğine dair çalışmaların olduğu görülmektedir. Çalışmamızda da benzer şekilde öfke kontrol, öfke dışa vurma ve öfke içe atma puanları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Bu yönüyle de çalışmamızın bulgusu literatürle uyumludur.

Katılımcıların öfke ifade tarzları açısından (öfke içe atma, öfke dışa vurma, öfke kontrolü) cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık olmamasının sebebi, sahip oldukları eğitim seviyesi gösterilebilir. Katılımcılar üniversite eğitimi aşamasına gelene kadar birçok eğitim aşamalarından geçmişlerdir, bu eğitim yaşantıları yoluyla edindikleri becerilerin katılımcıların toplumdan, kültürden edindiği kalıp yargıları değiştirmelerine yardımcı olduğu söylenebilir.

Sosyodemografik değişkenler bakımından yetişkin bireylerin çocukluk çağı travması puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Literatür tarandığında, üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmaları puanlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği hususunda bulgular değişkenlik göstermektedir.

Emre Başoğlu (2019) 549 katılımcıdan oluşan yüksek lisans çalışmasında erkek üniversite öğrencilerinin daha fazla çocukluk çağı travmalarına maruz kaldığı sonucunu bildirmiştir. Derya Mert ve arkadaşlarının (2016) 345 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilen araştırma sonucunda kadınların erkeklerden daha fazla çocukluk çağı travmasına maruz kaldığını istatistiksel olarak bildirmişlerdir. Feyza Çavuşoğlu'nun (2020) yaptığı araştırmaya göre çocukluk çağı travmaları ve alt boyutlarının istatistiksel olarak cinsiyetler arası anlamlı bir farklılığı olmadığını belirtmiştir. Vedat Şar ve arkadaşları (2019) araştırma sonucunda çocukluk çağı travmalarının cinsiyetler arası farklılık olmadığını mamafih kadınların erkeklere nazaran duygusal istismara daha fazla maruz kaldığı sonucuna varmıştır. Esra Şahin Demirkapı (2013)'nin yaptığı yüksek lisans çalışmasında, çocukluk çağı travmalarının erkek ve kadın öğrenciler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığını belirtmiştir. Literatür taraması sonucunda çocukluk çağı

travmasının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğine dair fikir birliği sağlanamamıştır (Mert ve ark., 2016).

Çalışmamızda çocukluk çağı travmaları ve cinsiyet arasında anlamlı farklılık bulunmamasının nedeni olarak, katılımcıların istismar gibi hassas sorulara çekinerek cevap vermemiş olma ihtimali gösterilebilir. Türkiye kültüründe ‘kan kusup, kızılıcak şerbeti içtim de’ ve ‘kol kırılır, yen içinde kalır’ sözleri gelenek ve göreneklerini sürdüren bireyler için, yaşanan olumsuz olayların dışarıya aktarılmaması gerektiği inancına yol açtığı düşünülmektedir.

Sosyodemografik değişkenler bakımından yetişkin bireylerin çocukluk çağı travması puan ortalamasının yaşamının çoğunu geçirdiği şehir tipine göre anlamlı farklılıklar gösterdiği, en yüksek çocukluk çağı travması puan ortalamasının yaşamının çoğunu köy ve kasabada geçirenlerde olduğu saptanmıştır.

Merve Ezen ve arkadaşlarının (2017) yaptığı araştırma bulgularına göre, kırsal bölgede büyüyen katılımcıların çocukluk çağı örselenme yaşantıları kent merkezinde büyüyen katılımcılara göre daha fazla olduğu sonucuna varmıştır. Gözde Kılıç (2020) yüksek lisans tezinde, çocukluk çağı travma puanlarının yaşamın çoğunu geçirdiği yere göre anlamlı farklılıklar olduğunu, yaşamın çoğunu köy ve kasabada geçiren katılımcıların çocukluk çağı travma puanları, yaşamın çoğunu büyük şehirde geçiren katılımcılara kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır.

Sosyodemografik değişkenler bakımından kültürlenme tutumlarından bütünleşme, ayrılma ve marjinalleşme puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği, erime puan ortalamasının ise cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği, erkeklerin erime puan ortalamalarının kadınların erime puan ortalamalarına göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Kültürlenme tutumlarında cinsiyet farkını araştıran çalışmalar birbirinden farklı bulgular öne sürmektedirler. Bilge Ataca’nın (2002) Kanada’daki Türkiye kökenli göçmenlerle yaptığı araştırma bulgularında, düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip erkeklerin asimilasyon tutumunu tercih ettiklerini bulgulamıştır. Betül Şeker ve arkadaşlarının (2013) üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmada erkeklerin erime puanlarının kadınlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Birsan Şahin’in (2010) Almanya’da üniversite öğrenimi gören Türkiye kökenli öğrencileri kapsayan

araştırmasında, erime ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulgulanmıştır.

5.2. Göçe İlişkin Beklenti ve Beklentilerin Karşılanma Düzeylerinin Değişkenler ile İlişkisinin Tartışılması

Bütünleşme, ayrılma, marjinalleşme, çocukluk çağı travması, öfke düzeyi, öfke kontrol, öfke dışı vurma, öfke içe atma puan ortalamaları ile beklenti düzeyi ve beklentilerin karşılanma düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Kültürlenme tutumları ölçeğinin alt boyutu olan erime ortalama puanının beklenti düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek erime puan ortalamalarının beklenti düzeyi çok fazla olanlarda, en düşük erime puan ortalamalarının beklenti düzeyi düşük olanlarda olduğu saptanmıştır. Elde edilen bu sonuçlara göre, göç etmeden önce beklenti düzeyi çok fazla olanların , erime puanlarının diğer beklenti düzeylerine göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Beklentilerin karşılanma düzeyine ilişkin bulgularda, Erime ortalama puanının beklentilerin karşılanma düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek erime puan ortalamalarının beklentilerinin karşılanma düzeyi çok fazla olanlarda en düşük erime puan ortalamalarının beklentilerinin karşılanma düzeyi düşük olanlarda olduğu saptanmıştır.

Literatürde Türkiye kültürünü yansıtan benzer araştırmalar incelendiğinde:

Hümeysra Dervişoğlu'nun (2017) araştırma bulgularına göre, beklenti düzeyi, beklentilerin gerçekleşmesi ile kültürlenme tutumları arasında anlamlı ilişkilere rastlanmıştır, göçe dair beklentileri yüksek olan ve beklentileri karşılanan katılımcıların asimilasyon tutumunu benimsedikleri sonucuna varmıştır. Dilara Şeker'in (2006) kente göç eden bireylerde kültürlenme tutumlarını incelediği araştırmasında, beklenti düzeyi yüksek olan katılımcıların, beklenti düzeyi orta ve düşük olan katılımcılara göre anlamlı farklılıklar gösterdiği, beklenti düzeyi yüksek olanların asimilasyon stratejisini tercih ettiği bulgulanmıştır. Selin Hünler'in (2010) Hollanda'daki Türkiye kökenli göçmenlerin katılımıyla gerçekleştirdiği araştırmada, beklenti düzeyi ve beklentilerin karşılanma düzeyi yüksek olanların asimilasyon ve bütünleşme puan ortalamasının, marjinalleşme ve ayrılma puan ortalamalarına göre yüksek olduğu bulgulanmıştır.

Çalışmamızda da benzer şekilde, beklenti düzeyi ile beklenti düzeylerinin karşılanması puan ortalamalarının kültürlenme tutumlarından asimilasyon ile anlamlı ilişkisi olduğu saptanmıştır. Bu yönüyle çalışmamızın bulgusu literatürle uyumludur. Katılımcıların iki kültür arasındaki farkın olumlu algılaması ile asimilasyon stratejisini geliştirdikleri söylenebilir. Beklenti düzeyi yüksek olanlarda kültürlenme tutumlarından asimilasyona karşılık gelen erime puanının yüksek olmasında kişilerin mevcut yaşam alanlarında sahip oldukları maddi ve manevi unsurlar ile göç etmeyi hedefledikleri yerde bulmayı umdukları maddi ve manevi unsurlar arasında ciddi farkların olması, sahip olduklarını terk etmeye değer görürken sahip olacaklarını kaybetmeyi göze alamama sebebiyle erime tutumuna açık olmaları sebeplerden birisi olarak da gösterilebilir. Kişilerin öznel aidiyet duygusu ile sahip oldukları idealler arasındaki dengenin boyutu ve bireysel yaşam öykülerinin hem beklenti düzeyinin yüksek olmasında hem de erime puanının yüksek olmasında etkili olabileceği düşünülmektedir.

5.3. Öfke İfade Tarzı ve Alt Boyutlarının Çocukluk Çağı Travması, Kültürlenme Tutumları ve Alt Boyutları ile İlişkisinin Tartışılması

Araştırmada istatistiksel açıdan, Ayrılma, erime ve marjinalleşme değişkenlerinin öfke düzeyi değişkeninin anlamlı yordayıcısı olmadığı; bütünleşme öfke düzeyi değişkenini istatistiksel olarak anlamlı etkilediği; bütünleşme arttığında öfke düzeyinin azaldığı, çocukluk çağı travması arttığında öfke düzeyinin de arttığı saptanmıştır.

Bütünleşme, ayrılma, erime ve marjinalleşme değişkenlerinin öfke kontrol değişkeninin anlamlı yordayıcısı olmadığı; çocukluk çağı travmasının öfke kontrol değişkenini istatistiksel olarak anlamlı etkilediği, Çocukluk çağı travması arttıkça öfke kontrolünün azaldığı saptanmıştır.

Ayrılma, erime ve marjinalleşme değişkenlerinin öfke dışı vurma değişkeninin anlamlı yordayıcısı olmadığı; bütünleşme ve çocukluk çağı travmasının öfke dışı vurma değişkenini istatistiksel olarak anlamlı etkilediği; bütünleşme arttığında öfke dışı vurmanın azaldığı, çocukluk çağı travması arttığında öfke dışı vurmanın arttığı saptanmıştır.

Ayrılma, erime ve marjinalleşme değişkenlerinin öfke içe atma değişkeninin anlamlı yordayıcısı olmadığı; bütünleşme ve çocukluk çağı travmasının öfke içe atma değişkenini istatistiksel olarak anlamlı etkilediği; bütünleşme arttığında öfke içe atmanın azaldığı, çocukluk çağı travması arttığında öfke içe atmanın arttığı saptanmıştır.

Yaptığımız araştırmada bulgularına göre, çocukluk çağı travması artarken öfke düzeyi, öfke içe atma ve öfke dışa vurma artmaktadır. Çocukluk çağı travması artarken, öfke kontrolünün azaldığı saptanmıştır.

Literatürde yer alan araştırma bulguları, çocukluk çağı travmaları ve öfke ifade tarzında arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu, çocukluk çağı travmalarının öfke ifade etme tarzı üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu görülmektedir. Özer (2021) yaptığı araştırma sonucunda, istatistiksel olarak çocukluk çağı travmalarının puanı arttıkça katılımcıların öfke düzeyi ve öfkeyi dışa vurma puanlarının da arttığını belirtmiştir. Bostancı ve arkadaşlarının (2006) yapmış olduğu araştırmada, çocukluk çağında travmaya maruz kalan bireylerin daha fazla içe dönük öfkeye veya saldırganca bir tutum içerisinde olduklarını bildirmiştir. Travma ve öfke tarzları arasındaki ilişkiyi inceleyen Bal ve arkadaşları (2018) çocukluk çağı travmaları arttıkça öfke düzeyinin de arttığını belirtmektedirler.

Literatürde yer alan çalışmaları incelendiğinde, çocukluk çağında yaşanan travmaların yetişkinlik döneminde öfkeyi ve öfkenin ifade biçimini etkilediği görülmektedir. Çocukluk çağında travmaya maruz kaldıkça araştırmaya katılım sağlayan üniversite öğrencilerinin öfke düzeyi puanının arttığı ve öfkeyi daha fazla dışa vurma eğiliminde oldukları literatürdeki birçok çalışmada belirtilmektedir (Karabiber Gemici, 2018), (Altınbaş ve ark., 2016).

Çocukluk döneminde maruz kalınan travmaların yetişkinlik döneminde etkilerini gösterdiğini hem bu çalışmada hem de alanyazın incelendiğinde çocukluk çağı travmalarının öfke düzeyini ve öfke ifade biçimine etkisinin olduğunu söylemek mümkündür.

Kültürlenme tutumlarından bütünleşme ile çocukluk çağı travması, öfke düzeyi, öfke dışa vurma ve öfke içe atma arasında negatif yönlü ilişki olduğu; bütünleşmenin öfke düzeyi, öfke dışa vurma ve öfke içe atmanın anlamlı yordayıcısı olduğu ve negatif yönde etkilediği saptanmıştır.

Başka bir ifadeyle; bütünleşme arttıkça, çocukluk çağı travması, öfke düzeyi, öfke dışı vurma ve öfke içe atmanın azaldığı saptanmıştır.

Literatürde kültürlenme tutumları ile çocukluk çağı travması ve öfke ifade türlerinin ilişkisini doğrudan ele alan araştırmalara rastlanmadığı için karşılaştırma yapılamamıştır. Ortaya çıkan bu sonuç, kültüre olumlu biçimde uyum sağlama tutumuna karşılık gelen bütünleşme tutumunun, uyumun ortaya çıkmasına engel teşkil edebilecek öfke düzeyi, öfke dışı vurma, öfke içe atma ve çocukluk çağı travması gibi değişkenlerin etkisini azaltabileceği, yapılan araştırma bulgularında görülmektedir. İnsan biyo- psiko- sosyal bir canlı olduğu için topluma uyum sağlamak ve günlük hayatını sağlıklı bir şekilde devam ettirebilmek için toplumla bütünleşme ihtiyacı içerisinde.

Bütünleşme tutumu gerçekleştiğinde, kişisel ve kültürel kimliğin netleştiği, psikolojik sağlığının ve yeni kültürdeki yaşamdan alınan memnuniyetin iyi olduğu ifade edilmektedir. Sosyokültürel uyumda da iş, aile ve okul hayatında karşılaşılan günlük problemlerle başa çıkılabildiği, bireyin yeni içeriklere bağlantı kurarak yaşamını sürdürebildiği süreç olarak tanımlanmaktadır (Ward ve Kennedy, 1993; akt. Berry 1997).

6. SONUÇLAR

Araştırma bulgularına göre;

- Araştırmanın örneklemini İstanbul’da eğitim gören 20-40 yaş aralığında 289 kadın ve 118 erkek olmak üzere toplam 407 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır.
- Araştırmada katılımcılara Sosyodemografik Bilgi Formu, Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği ve Kültürlenme Tutumları Ölçeği uygulanmıştır.
- Göçe ilişkin verilerin dağılımına bakıldığında en çok göç veren bölgenin Marmara Bölgesi olduğu bulunmuştur.
- Kültürlenme tutumlarının alt boyutu olan bütünleşme ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur.
- Kültürlenme tutumlarının alt boyutu olan ayrılma ortalama puanının yaşa göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek ayrılma puan ortalamalarının 26-30 yaş aralığında olduğu ve en düşük ayrılma puan ortalamalarının 31-35 yaş aralığında olduğu saptanmıştır.
- Kültürlenme tutumlarının alt boyutu olan erime ortalaması ile yaş arasında anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur.
- Kültürlenme tutumlarının alt boyutu olan marjinalleşme puan ortalaması ile yaş arasında anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur.
- Çocukluk çağı travması ortalama puanının yaşa göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek çocukluk çağı travması puan ortalamalarının 26-30 yaş aralığında ve en düşük çocukluk çağı travması puan ortalamalarının 36-40 yaş aralığında olduğu saptanmıştır.
- Öfke düzeyi ortalama puanının yaşa göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek öfke düzeyi puan ortalamalarının 20-25 yaş aralığında ve en düşük öfke düzeyi puan ortalamalarının 36-40 yaş aralığında olduğu saptanmıştır.

- Öfke kontrol puan ortalaması ile yaş arasında anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur.
- Öfke dışı vurma ortalama puanının yaşa göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek öfke dışı vurma puan ortalamalarının 31-35 yaş aralığında ve en düşük öfke dışı vurma puan ortalamalarının 36-40 yaş aralığında olduğu saptanmıştır.
- Öfke içe atma puanları için yaş aralıkları arasında anlamlı farklılık görülmemiştir.
- Öfke düzeyi puanları için yaş aralığı 20-25 olanların, 26-30 olanlar ve 31-35 olanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmezken, 36-40 olanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmüştür. 20-25 yaş aralığında olanların öfke düzeyi puanlarının diğer yaş gruplarına göre daha fazla olduğu saptanmıştır.
- Çocukluk çağı travması puanları için yaş aralığı 26-30 olanların, 31-35 olanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmezken, 20-25 ve 36-40 olanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmüştür. 26-30 yaş aralığında olanların çocukluk çağı travması puanlarının diğer yaş gruplarına göre daha fazla olduğu saptanmıştır.
- Öfke dışı vurma puanları için yaş aralığı 26-30 ve 36-40 olanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Yine yaş aralığı 36-40 olanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmüştür. 31-35 yaş aralığında olanların öfke dışı vurma puanlarının diğer yaş gruplarına göre daha fazla olduğu saptanmıştır.
- Kültürlenme tutumlarının alt boyutu olan bütünleşme puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.
- Kültürlenme tutumlarının alt boyutu olan ayrılma puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.
- Kültürlenme tutumlarının alt boyutu olan marjinalleşme puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.
- Kültürlenme tutumlarının alt boyutu olan erime puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği, erkeklerin erime puan ortalamalarının kadınların erime puan ortalamalarına göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- Çocukluk çağı travması puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.

- Öfke düzeyi ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği, kadınların öfke düzeyi puan ortalamalarının erkeklerin öfke düzeyi puan ortalamalarına göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- Öfke kontrol puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.
- Öfke dışı vurma puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.
- Öfke içi atma puan ortalamasının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.
- Bütünleşme, ayrılma, erime, marjinalleşme, çocukluk çağı travması, öfke düzeyi, öfke kontrol, öfke içi atma ve öfke dışı vurma puan ortalamaları ile eğitim durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur.
- Akdeniz Bölgesi'nden gelenlerin çocukluk çağı travması puanlarının diğer bölgelerden gelenlere göre daha fazla olduğu saptanmıştır.
- Çocukluk çağı travması ortalama puanının ayrıldığı şehir tipine göre anlamlı farklılık gösterdiği, en yüksek çocukluk çağı travması puan ortalamalarının köy ve kasabadan gelenlerde, en düşük çocukluk çağı travması puan ortalamalarının şehirden gelenlerde olduğu saptanmıştır.
- Gelmeden önce beklenti düzeyi çok fazla olanların; beklenti düzeyi biraz ve orta olanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmezken, hiç beklentisi olmayanlar ve beklenti düzeyi fazla olanlar ile arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Beklenti düzeyi çok fazla olanların, erime puanlarının diğer beklenti düzeylerine göre daha fazla olduğu saptanmıştır.
- Bütünleşme ile marjinalleşme arasında negatif yönlü çok zayıf şiddette ilişki, çocukluk çağı travması arasında negatif yönlü çok zayıf şiddette ilişki, öfke düzeyi arasında negatif yönlü çok zayıf şiddette ilişki, öfke dışı vurma arasında negatif yönlü çok zayıf şiddette ilişki, öfke içi atma arasında negatif yönlü çok zayıf şiddette ilişki olduğu saptanmıştır.
- Ayrılma ile marjinalleşme arasında pozitif yönde zayıf şiddette ilişki olduğu saptanmıştır.

- Erime ile marjinalleşme arasında pozitif yönde zayıf şiddette ilişki olduğu saptanmıştır.
- Çocukluk çağı travması ile öfke düzeyi arasında pozitif yönde ilişki, öfke kontrol arasında negatif yönde ilişki, öfke dışı vurma arasında pozitif yönde ilişki, öfke içe atma arasında pozitif yönde ilişki olduğu saptanmıştır.
- Öfke düzeyi ile öfke kontrol arasında negatif yönde zayıf şiddette ilişki, öfke dışı vurma arasında pozitif yönde yüksek şiddette ilişki, öfke içe atma arasında pozitif yönde orta şiddette ilişki olduğu saptanmıştır.
- Öfke kontrol ile öfke dışı vurma arasında negatif yönde çok zayıf şiddette ilişki, öfke içe atma ile pozitif yönde çok zayıf şiddette ilişki olduğu saptanmıştır.
- Öfke dışı vurma ile öfke içe atma arasında pozitif yönde zayıf şiddette ilişki olduğu saptanmıştır.
- Bütünleşme, ayrılma, erime, marjinalleşme ve çocukluk çağı travması değişkenlerinin öfke düzeyi değişkenini yordama gücü incelenmiştir. Değişkenlerin öfke düzeyindeki varyansın %7,6'sını açıkladığı görülmüştür. Ayrılma, erime ve marjinalleşme değişkenlerinin öfke düzeyi değişkeninin anlamlı yordayıcısı olmadığı; bütünleşme ve çocukluk çağı travmasının öfke düzeyi değişkenini istatistiksel olarak anlamlı etkilediği; bütünleşme 1 birim arttığında öfke düzeyinin .086 birim azaldığı, çocukluk çağı travması 1 birim arttığında öfke düzeyinin .209 birim arttığı saptanmıştır.
- Bütünleşme, ayrılma, erime, marjinalleşme ve çocukluk çağı travması değişkenlerinin öfke kontrol değişkenini yordama gücü incelenmiştir. Değişkenlerin öfke kontroldeki varyansın %3,3'ünü açıkladığı görülmüştür. Bütünleşme, ayrılma, erime ve marjinalleşme değişkenlerinin öfke kontrol değişkeninin anlamlı yordayıcısı olmadığı; çocukluk çağı travmasının öfke kontrol değişkenini istatistiksel olarak anlamlı etkilediği, çocukluk çağı travması 1 birim arttığında öfke kontrolünün .149 birim azaldığı saptanmıştır.
- Bütünleşme, ayrılma, erime, marjinalleşme ve çocukluk çağı travması değişkenlerinin öfke dışı vurma değişkenini yordama gücü incelenmiştir. Değişkenlerin öfke dışı vurmadaki varyansın %10'unu açıkladığı görülmüştür. Ayrılma, erime ve marjinalleşme değişkenlerinin öfke dışı vurma değişkeninin

anlamli yordayicisi olmadigi; bütünleşme ve çocukluk çağı travmasının öfke dışa vurma değişkenini istatistiksel olarak anlamli etkiledigi; bütünleşme 1 birim arttığında öfke dışa vurmanın .084 birim azaldığı, çocukluk çağı travması 1 birim arttığında öfke dışa vurmanın .241 birim arttığı saptanmıştır.

- Bütünleşme, ayrılma, erime, marjinalleşme ve çocukluk çağı travması değişkenlerinin öfke içe atma değişkenini yordama gücü incelenmiştir. Değişkenlerin öfke içe atmadaki varyansın %10,6'sını açıkladığı görülmüştür. Ayrılma, erime ve marjinalleşme değişkenlerinin öfke içe atma değişkeninin anlamli yordayicisi olmadigi; bütünleşme ve çocukluk çağı travmasının öfke içe atma değişkenini istatistiksel olarak anlamli etkiledigi; bütünleşme 1 birim arttığında öfke içe atmanın .095 azaldığı, çocukluk çağı travması 1 birim arttığında öfke içe atmanın .223 puan arttığı saptanmıştır.

7. ÖNERİLER

Öfke ve travma arasındaki ilişki incelendiğinde alanyazında ulaşılan bulguları destekler nitelikte bir çalışma ortaya konulmuştur. Çalışmanın özgün kısmını oluşturan öfke ifade tarzının kültürlenme tutumları üzerine etkisi incelendiğinde, yapılan çalışma, literatür bulgularını desteklemektedir. Ayrıca doğrudan çalışılmamış olan öfke ifade tarzının çocukluk çağı travmaları ve kültürlenme tutumlarıyla ilişkisi bulguları ile literatüre katkı sağlanmıştır. Globalleşen dünya ile yaşam pratikleri değişmektedir. Göç olgusunu ele alırken ilk zamanlarda yaşam için ihtiyaç duyulan kaynakla veya güvenlik için yapılan göçler zamanla yerini ekonomik kaynaklara bırakmıştır. Günümüzde ise göç olgusunu tüm bunların yanı sıra tamamen kişisel tercihlerle yapılan eylem halinde incelemek mümkündür. Yapılan çalışma özellikle eğitim gibi sebeplerle büyük şehirlere göç etmek isteyen genç bireylerin kültürlenme tutumlarını öngörmek için kullanmak mümkündür. Bireylerin öfke düzeyleri, öfkelerini yaşama biçimleri bulguları ile çocuklukta yaşanan travmanın olduğuna dikkat çekmesi gibi göç etmesi durumunda nasıl bir adaptasyon sürecinden geçeceğini de yordamak mümkündür. Çalışma alanyazına önleyici bir katkı sunabileceği gibi göçmen gençlerin halihazırda geliştirdikleri uyum biçimlerine bakılarak olası bir terapi sürecinde var olan çocukluk travmasının nasıl işlediğine ve bu travmaların sebep olduğu öfke ile nasıl çalışılacağına yol göstermektedir.

Birçok değişkenin ele alındığı bu çalışma İstanbul'da öğrenim gören üniversite öğrencileri ile sınırlıdır. Farklı şehirlerde Öğrenim gören öğrencilerin katılım sağladığı daha geniş bir örneklem grubunda bu araştırma yapılabilir. Buna ek olarak bu çalışmanın DSM V'te (2014) Örselenme Sonrası Gerginlik (Travma Sonrası Stres) Bozukluğu tanısı almış bireyler ile tekrarlanması ile anlamlı bulgular elde edilebileceği, yapılacak diğer çalışmalara destek ve ışık tutma niteliği göstereceği düşünülmektedir.

Araştırmamızda çocukluk çağı travmalarına maruz kalınan yaş aralığı, travmaya ne kadar süre maruz kaldığı ve katılımcıların hangi tür travma yaşadığı kalındığı ele alınmamıştır. Bu nedenle, gelecekteki araştırmalar gelişimsel bir bakış

açısıyla, travmaya maruz kalınan yaş aralığının ve hangi tür travmanın yetişkinlikte hangi tür öfke ifade ifade tarzı ve kültürlenme tutumu ile ilişkili olduğu incelenebilir.

Gelecek çalışmalarda, çocukluk çağı travmasının ölçülmesinde aile içi şiddete tanık olunması, ailenin üyesinin ruh sağlığı probleminin veya madde bağımlılığının olması gibi travmanın farklı boyutlarını ölçerek, bireyin çocukluk travmaları deneyimlerindeki farklılıkların öfke ifadesi ve kültürlenme tutumları üzerindeki etkilerinin neler olduğuna odaklanılabilir.

Göçe ilişkin değişkenler ile kültürlenme tutumlarının ilişkisinin ele alındığı daha fazla araştırmanın literatüre kazandırılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Kişilerin göç etmeden önceki beklentilerinin ve göç ettikten sonra bu beklentilerin karşılanma oranlarının kıyaslanabileceği yeni çalışmalar yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Kültürlenme alt tutumlarının öfke ifade tarzları ile ilişkisinin ele alınacağı yeni çalışmalar yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Ülke ve şehir bazında yapılmış olan göçlerin ayrımı yapılarak kültürlenme tutumlarının ölçülmesi ve iki farklı göç türü arasında kıyaslama yapılarak değerlendirilmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Abotossaway, D.** (2005). *Acculturation strategies, and psychological, sociocultural and academic adaptation in Canadian Aboriginal post-secondary students*. Ontario: Universty of Windsor/ Clinical Psychology Master Thesis.
- Abukan, B.** (2020). Çocukluk Çağı Travmalarının Koruyucu Aile İçinde Sağaltımı Üzerine Bir Değerlendirme. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 31(1), 241-260.
- Adler, A.** (2021). *İnsan Tabiatını Tanıma* (19. b.). (A. Yörükan, Çev.) İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Ajayi, C. E., Chantler, K., & Radford, L.** (2022). The Role of Cultural Beliefs, Norms, and Practices in Nigerian Women's Experiences of Sexual Abuse and Violence. *Violence Against Women*, 28(2), 465-486.
- Akdaş Atamer, A.** (2005). *Çocuk İstismarı Tarama Anketi: Geliştirme, Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü/ Yayınlanmış Doktora Tezi.
- Akdeniz, H., Demirci, D., Sekban, G., & Yurtsever, Y.** (2017). Üniversite Öğrencilerinin Öfke Düzeylerinin Karşılaştırılması (Kocaeli Üniversitesi Örneği). *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 46-60.
- Akıncı, B., Nergiz, A., & Gedik, E.** (2015). Uyum Süreci Üzerine Bir Değerlendirme: Göç ve toplumsal Kabul. *Göç Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 53-83.
- Akyol, E., & Zabcı, N.** (2019, June). Evaluatin of Mother's Containing Functions' Influence on Post-Traumatic Mental Functioning via Projective Tests. *Projection/ Journal of Psychopathology and Projective Tests*(31.), 19-28.
- Alparslan, A. H.** (2014). Çocukluk Döneminde Cinsel İstismar. *Kocatepe Tıp Dergisi*, 15(2), 194-201.
- Altıntaş, E., & Gültekin, M.** (2014). *Psikolojik Danışma Kuramları*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- American Psychiatric Association.** (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5. b.). Washington, DC: American Psychiatric Association.

- APA.** (2014). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı* (5. (DSM-5) b.). (E. Köroğlu , Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Aslantürk, P.** (2017). Rüzgar Çıkmadan Hemen Önce Edilmiş Bir Söz ya da Savaş ve Travma Üzerine Bir Not. P. Aslantürk , T. Parman, İ. Özyıldırım, M. Tanık Sivri, L. A. Orhon Baykal, B. Gürsel, . . . T. Tokgöz içinde, *Bireysel ve Toplumsal Travmalar I* (s. 103-114). İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Ataca, B.** (1998). *Psychological, Sociocultural, and Marital Adaptation of Turkish Immigrants in Canada*. Kingston, Ontario: Queen's University/ A thesis submitted to the Department of Psychology in conformity with the requirements for the degree of Doctor of Philosophy.
- Ataca, B., & Berry , J. W.** (2002). Psychological, sociocultural, and marital adaptation Turkish immigrant couples in Canada. *International Journal of Psychology*, 37(1), 13-26.
- Averill, J. R.** (1983). Studies on Anger and Aggression: Implications for Theories of Emotion. *American Psychologist*, 38(11), 1145-1160.
- Ayaz, M., Ayaz, A. B., & Soylu, N.** (2012). Çocuk ve Ergenlerde Adli Olgularda Ruhsal Değerlendirme. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 33-40.
- Bahadır, E.** (2019). *Erken Dönem Uyumsuz Şemaları ile Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişkilerin Çocukluk Çağı Travmaları Açısından İncelenmesi*. İstanbul: Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Bal, F., Faraji, H., & Gemici, M.** (2018). Travma ve Öfke Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Hournal of Social and Humanities Sciences Research*, 5(26), 2470-2482.
- Balkaya, F.** (2001). *Çok Boyutlu Öfke Envanterinin Geliştirilmesi ve Bazı Semptom Gruplarındaki Etkisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Bölümü/ Yüksek Lisans Tezi .
- Balkaya, F.** (2001). Öfke: Temel Boyutları, Nedenleri ve Sonuçları. *Türk Psikoloji Yazıları*, 22.
- Balkaya, F., & Şahin, N. H.** (2003). Çok Boyutlu Öfke Ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 192-202.
- Baltaş, Z., & Baltaş, A.** (2013). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Başoğlu, E.** (2019). *The Role of Child Abuse and Gender on Loneliness Among University Students*. Ankara: Middle East Technical University Graduate School of Educational Sciences.

- Baylan, N.** (2019). *Çocukluk Çağı Travmalarının Somatizasyon ile ilişkisinde Aleksitiminin Aracı Rolü*. İstanbul: Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ Yüksek Lisans Tezi.
- Beck, J. S.** (2018). *Bilişsel Davranışçı Terapi Temeller ve Ötesi* (2. b.). (M. Şahin, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Bengiso, A., Özdemir, M. B., Erkıvanç, F., Şahin, S., & İskifoğlu, T. Ç.** (2019). Bilişsel Davranışçı Terapi Kullanılarak Yapılan Araştırma Makalelerinin İçerik Analizi 1997-2018. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 745-793.
- Berry, J. W.** (1980). Acculturation as varieties of adaptation. In A. M. Padilla (Ed.), *Acculturation: Theory, models, and some new findings*. Boulder, CO: Westview, 9-25.
- Berry, J. W.** (1997). Immigration, Acculturation, and Adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 5-34.
- Berry, J. W.** (1999). Intercultural Relations in Plural Societies. *Canadian Psychology*, 40(1), 12-21. doi:<https://doi.org/10.1037/h0086823>
- Bilge, F.** (1997). Danışandan Hız Alan ve Bilişsel Davranışçı Yaklaşımlarla Yapılan Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Kızgınlık Düzeyleri Üzerindeki Etkileri. *Psikolojik Danışman ve Rehberlik Dergisi*, 9-16.
- Bilgin, N.** (2003). *Sosyal Psikoloji Sözlüğü*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Bilginer, Ç., Tural, S., & Kandil, S.** (2013). Childhood Sexual Abuse: A Multi Dimensional Look in Terms of Victims And Perpetrators . *The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 55-64.
- Bostancı, N., Çoban, Ş., Tekin, Z., & Özen, A.** (2006). Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Öfke İfade Etme Biçimleri. *Kriz Dergisi*, 14(3), 9-18.
- Bozunoğulları, D.** (2019). *İstanbul'a Eğitim Amaçlı İç Göç Gerçekleştiren Üniversite Öğrencilerinin Kültürlenme Stresi ve Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ Yayımlanmış Yüksek lisans Tezi.
- Brown, C. M., Gibbons, J. L., & Hughes, H. M.** (2013). Acculturation Clusters and Life Satisfaction. *ACTA DE INVESTIGACIÓN PSICOLÓGICA*, 3(2), 1108-1121.
- Budak, S.** (2002). *Psikoloji Sözlüğü* (2. b.). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Burke, P.** (2008). *Kültür Tarihi* (2. b.). (M. Tunçay, Çev.) İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

- Butler, J.** (2007). Melankoli ve Toplumsal Cinsiyet-Reddedilmiş Özdeşleşme. (Z. Direk, Dü.) *Cogito*(51), 273-292.
- Bülbül, F., Çakır, Ü., Ülkü, C., Üre, İ., Karabatak, O., & Alpay, G.** (2013). Yineleyen ve İlk Atak Depresyonda Çocukluk Çağı Ruhsal Travmalarının Yeri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 93-99.
- Büyükcebeci, A.** (2019). Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantılarının Yaratıcı Kişilik Özellikleri ve Aleksitimi ile İlişkisi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(4), 3187-3213.
- Cuche, D.** (2013). *La Notion de Culture Dans Les Sciences Sociales*. (T. Arnas, Çev.) İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Çavuşoğlu, F.** (2020). Examination Of Childhood Trauma Levels By Gender Groups. *The Journal of International Social Reserch*, 13(73), 573-581.
- Çelik, S. N.** (2020). *Çocukluk Çağı Travmaları, Duygu Düzenleme Becerileri ve Bilinçli Farkındalık Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. İstanbul: Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ Yüksek Lisans Tezi.
- Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Lynch, R. S., & Morris, C. D.** (1996). The expression of anger and its consequences. *Behaviour Research and Therapy*, 34(7), 575-590. doi:[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(96\)00018-6](https://doi.org/10.1016/0005-7967(96)00018-6).
- Demiralp, M., & Oflaz, F.** (2007). Bilişsel-Davranışçı Terapi Teknikleri ve Psikiyatri Hemşireliği Uygulaması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*(8), 132-139.
- Dervişoğlu Akpınar, H.** (2017). *İç Göç Bağlamında Kadınların İyi Oluş ve Dayanıklılığı*. Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Dilekler, İ., Törenli, Z., & Selvi, K.** (2014). Öfkeye Farklı Açılardan Bakış: Öfkenin Mekanizması, Farklı Psikopatolojilerde Öfke ve Terapistin Öfkesi. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 1(3), 44-59.
- Downey, C., & Crummy, A.** (2022). The impact of childhood trauma on children's wellbeing and adult behavior. *European Journal of Trauma*, 6, 1-8.
- Ekici, S., & Tuncel, G.** (2015). Göç ve İnsan. *Birey ve Toplum Dergisi*, 5(9), 9-22.
- Erdem, M., Çelik, C., Yetkin, S., & Özgen, F.** (2008). Yaygın Anksiyete Bozukluğunda Öfke Düzeyi ve Öfke İfade Tarzı. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 9(4), 203-207.
- Erdoğan, E.** (2020). *Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimi, Öfke ve Öfke İfade Tarzları ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü/ Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

- Erol, E.** (2019, June). Traces of Childhood Trauma in the Rorschach Test. *Projection/ Journal of Psychopathology and Projective Tests*(31), 29-38.
- Ezen, M., & Açıkgöz, A.** (2017). Çocukların Örselenmesine Annelerin Örselenme Yaşantısının Etkisi. *Kocaeli Medical Journal*, 13-21.
- Feindler, E. L.** (2006). *Anger-Related Disorders: A practitioner's Guide to Comparative Treatments*. New York: Springer Publishing Company.
- Fitness, J.** (2000). Anger in the Workplace: An Emotion Script Approach to Anger Episodes Between Workers and Their Superiors, Co-Workers and Subordinates. *Journal of Organizational Behavior*, 21(2), 147-162.
- Fromm, E.** (1990). *Sevginin ve Şiddetin Kaynağı* (5. b.). (Y. Salman, & N. İçten, Çev.) İstanbul: Payel Yayınevi.
- Gazda, G. M.** (2005). *Human Relations Development: A Manual for Educators* (7. b.). Boston: Allyn & Bacon.
- Geçtan, E.** (1994). *İnsan Olmak* (18. b.). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geçtan, E.** (2019). *İnsan Olmak* (17. b.). İstanbul: Metis Yayıncılık.
- George, D., & Malley, P.** (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update*. Boston: Allyn & Bacon.
- Glassman, W. E., & Hadad, M.** (2018). *Psikolojide Yaklaşımlar*. (H. Kaynak, Çev.) Ankara: Nobel.
- Göregenli, M., & Karakuş, P.** (2014). Göç Araştırmalarında Mekan Boyutu: Kültürel ve Mekansal Bütünleşme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 101-115.
- Güloğlu, B., Kararımak, Ö., & Emiral, E.** (2016). Çocukluk Çağı Travmalarının Tinsellik ve Affetme Üzerindeki Rolü. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(4), 309-316.
- Güvenç, B.** (1979). *İnsan ve Kültür*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Güzel, T.** (2016). *Ülke İçinde Yerinden Edilen İkinci Kuşak ve Sosyo-ekonomik Nedenlerle Göç Eden İkinci Kuşak Bireylerin Travmatik Stres Belirtileri, Başa Çıkma ve Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü/ Bilim Uzmanlığı Tezi.
- Hallak, N.** (2004). *The Effect of Acculturation on Anger Expression*. Chicago: A Thesis Submitted to The Faculty of The College of Arts and Sciences in Candidacy for the Degree of Master/ Department of Psychology.
- Hippler, A. E.** (2004). the North Alaska Eskimos: a culture and personality perspective. *American Ethnologist*, 449-469.

- Hjelseng, I. V., Vaskinn, A., Ueland, T., Lunding, S. H., Reponen, E. J., Steen, N. E., . . . Aas, M.** (2019). Childhood trauma is associated with poorer social functioning in severe mental disorders both during an active illness phase and in remission. *Schizophrenia Research*, 1-6.
- Hünler, O. S.** (2010). The psychological problems of Turkish origin immigrants and gender differences. *Kadın/Woman 2000*, 10(2), 1-26.
- İnci, F., & Ünveren, G.** (2017). Travma Sonrası Stres Bozukluğunda Bilişsel Davranışçı Terapi ve Göz Hareketleri ile Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 6(1), 31-38.
- Kağıtçıbaşı, Ç.** (1998). *Kültürel Psikoloji: Kültür Bağlamında İnsan ve Aile*. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Kahvecioğlu Ağbaba, D., & Furat, M.** (2019). Göç Kimlik ve Kültür: Bor'daki Mübadiller Örneği. *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(1), 156-175.
- Kara, B., Biçer, Ü., & Gökalp, A. S.** (2004). Çocuk İstismarı. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 47(2), 140-151.
- Karabiber Gemici, M.** (2018). *Öfke Problemi Yaşayan Yetişkinlerde Çocukluk Çağı Travmalarının İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ Yüksek Lisans Tezi.
- Kaya, A.** (2010). *Çocuğa Yönelik Şiddette; Çocuk, Ebeveyn ve Eğiticilerin Algı Farklılıklarının Değerlendirilmesi*. İzmir: Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi/ Yayınlanmış Doktora Tezi.
- Kılıç, G. K.** (2020). *Kadına Yönelik Psikolojik Partner Şiddetinde, Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları, Benlik Saygısı ve Duygusal Zekanın Rolü*. Lefkoşa: Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Kısaç, İ.** (1999). Üniversite Öğrencilerinin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Biçimi Düzeyleri. *Mesleki Eğitim Dergisi*, 1(1), 63-74/2.
- Kısaç, İ.** (2005). Gençlerin Öfkelerini İfade Ettikleri Hedef Kişiler. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 71-81.
- Kopper, B. A., & Epperson, D. L.** (1991). Women and Anger: Sex and Sex-role Comparisons in the Expression of Anger. *Psychology of Women Quarterly*, 15(1), 7-14.
- Kulakçı Altınbaş, H., Korkmaz Aslan, G., Kuzlu Ayyıldız, T., Ayoğlu, F. N., & Veren, F.** (2016). The Effect of Childhood Trauma on the Anger Status of University Students. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(6), 518-524.

- Kwon, H., Yoon, K., Joormann, J., & Kwon, J.-H.** (2013). Cultural and gender differences in emotion regulation: Relation to depression. *Cognition and Emotion*, 27(5), 769-782.
- Lévi-Strauss, C.** (1995). *Irk, Tarih ve Kültür*. (H. Bayrı, R. Erdem, A. Boyacıoğlu, & I. Ergüden, Çev.) İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Matsumoto, D.** (2006). Are cultural differences in emotion regulation mediated by personality traits? *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 421-437.
- Matsumoto, D., Yoo, S., & Nakagawa, S.** (2008). Culture, emotion regulation, and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 925-937.
- Mejuyev, V.** (1987). *Kültür ve Tarih*. Ankara: Başak Yayınları.
- Mert, D. G., Kelleci, M., Yıldız, E., Mızrak, A., & Kugu, N.** (2016). Childhood Trauma and General Cognitive Ability: Roles of Minimization/Denial and Gender. *Psychiatry Research*, 243, 147-151.
- Montreuil, A., & Bourhis, R. Y.** (2001). Majority Acculturation Orientations Toward “Valued” and “Devalued” Immigrants. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32(6), 698-719.
- Morabito, D. M., Babson, K. A., Badour, C. L., & Feldner, M. T.** (2019). Unique and interactive relations among posttraumatic stress, distress tolerance, and anger responding to traumatic event cues. *Journal of Experimental Psychopathology*, 1-10.
- Morris, C. G.** (2002). *Psikolojiyi Anlamak*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Mustafayeva, A.** (2020). *Öfke Kontrol Problemi Olan Üniversite Öğrencilerinde Saldırganlık Eğilimi ve Riskli Davranışlar*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Bağımlılık ve Adli Bilimler Enstitüsü/ Yüksek Lisans Tezi.
- Nas, K., Birol, S. Ş., & Temel, V.** (2016). Futsalcıların Öfke Tarzlarının Bazı Değişkenler Açısından Belirlenmesi. *İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 10-22.
- Nickerson, K. F.** (2003). Anger in adolescents: The effectiveness of a brief cognitive-behavioral anger management training program for reducing attitudinal and behavioral expressions of anger. *Dissertation, Doctor of Philosophy, Capella University*.
- Öz, F. S.** (2008). *Öfke Yönetimi Eğitiminin Ergenlerde Öfke ile Başa Çıkma ve İletişim Becerilerine Etkisi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayımlanmış Doktora Tezi.

- Özcan, Ö., & Çelik, G. G.** (2017). Bilişsel Davranışçı Terapi. *Türkiye Klinikleri J Child Psychiatry*, 115-120.
- Özdel, K.** (2015). Düünden Bugüne Bilişsel Davranışçı Terapiler: Teori ve Uygulama. *Türkiye Klinikleri*, 10-20.
- Özen, Ş., Subaşı, M., Yıldırım, A., Baştürk, M., & Bez, Y.** (2010). Öfkelenme Anında Cama Yumruk Atarak Kendini Yaralayan Hastalarda Problem Çözme Becerileri ve Çocukluk Çağı Travmaları. *Klinik ve Deneysel Araştırmalar Dergisi*, 1(1), 25-30.
- Özer, B.** (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları ile Depresyon Arasındaki İlişkide Affetmenin ve Sürekli Öfkenin Rolü*. Denizli: Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü/ Yüksek Lisans Tezi.
- Özer, K.** (1994). Sürekli Öfke (SL-Öfke) ve Öfke İfade Tarzı (Öfke-Tarz) Ölçekleri Ön Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 26-35.
- Özer, K.** (1994). Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçekleri Ön Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 26-35.
- Özyıldırım, İ.** (2017). Önsöz. T. Parman, İ. Özyıldırım, M. Tanık Sivri, P. Arslantürk, A. Lale, B. Gürsel, . . . A. L. Orhon Baykal içinde, *Psikanaliz Yazıları Bireysel ve Toplumsal Travmalar- 1* (G. Özbay, E. Tilki, & F. Özenen, Çev., s. 11-17). İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Parman, T.** (2014). Psikanaliz ve Psikanalitik Psikoterapiler. T. Parman, E. Abrevaya, T. İkiz, N. Zabcı, V. Keser, Ö. Erşen, & İ. Atılğan içinde, *Psikanaliz Yazıları/ Psikanaliz ve Psikanalitik Psikoterapiler* (Cilt 12, s. 29). İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Parman, T.** (2017). Neden Bilimsel Bir Unsur Olarak Travma ve Psikanaliz. T. Parman, İ. Özyıldırım, M. Tanık Sivri, P. Arslantürk, A. L. Orhon Baykal, B. Gürsel, . . . T. Tokgöz içinde, *Psikanaliz Yazıları/ Bireysel ve Toplumsal Travmalar-1* (s. 19-26). İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Pennebaker, J. W.** (1991). Inhibition as the Linchpin of Health. J. C. Barefoot, J. M. Siegel, D. Stokols, J. W. Pennebaker, & H. S. Friedman (Dü.) içinde, *Hostility, Coping, and Health* (s. 140-147). Washington, DC: American Psychological Association.
- Perroud, N., Jaussent, I., Guillaume, S., & Malafosse, A.** (2020). COMT but not serotonin-related genes modulates the influence of childhood abuse on anger traits. *Genes, Brain and Behavior*, 193–202.
- Piştöf, S., & Şanlı, E.** (2013). Bilişsel Davranışçı Terapide Metafor Kullanımı. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*(2), 182-189.

- Ramirez, J. M., & Andreu, J. M.** (2006). Aggression, and some related psychological constructs (anger, hostility, and impulsivity) Some comments from a research project. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 30(3), 279-291.
- Roussillon, R.** (2017). Travma ve Simgeleştirme. İ. Özyıldırım, T. Parman, M. Tanık Sivri, B. Gürsel, A. Kula Güney, T. Tokgöz, & B. Ö. Şensoy içinde, *Psikanaliz Yazıları/ Bireysel ve Toplumsal Travmalar-1* (L. A. Orhon Baykal, Çev., s. 39-50). İstanbul: Bağlam Yatıncılık.
- Sağlam, E.** (2020). *Üniversite Öğrencilerinde Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Düzeyleri Empati ve Affedicilik Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü/ Yüksek Lisans Tezi.
- Sam, D. L., & Berry, J. W.** (1995, Mart). Acculturative Stress Among Young Immigrants in Norway. *Scandinavian Journal Of Psychology*, 36(1), 10-24.
- Saritas-Atalar, D., & Altan-Atalay, A.** (2020). Differential roles of early maladaptive schema domains on the link between perceived parenting behaviors and depression, anxiety, and anger. *Current Psychology*, 39(4), 1466-1475.
- Scherer, K. R.** (1997). The role of culture in emotion-antecedent appraisal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(5), 902-922.
- Scherer, K. R., & Brosch, T.** (2009). Culture-specific appraisal biases contribute to emotion dispositions. *European Journal of Personality*, 23(3), 265-288.
- Sharkin, B. S.** (1993). Anger and Gender: Theory, Research, and Implications. *Journal of Counseling & Development*, 71(4), 386-389.
- Shute, R., Maud, M., & Mclachlan, A.** (2019). The relationship of recalled adverse parenting styles with maladaptive schemas, trait anger, and symptoms of depression and anxiety. *Journal of Affective Disorders*, 337-348.
- Sirel Kuruoğlu, D.** (2009). *Üniversite Öğrencilerinin Sürekli Öfke Düzeyleri, Öfke İfade Tarzları ile Obsesif Kompulsif Semptomları Arasındaki İlişki*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ Yüksek Lisans tezi.
- Sommers-Flangan, J., & Sommers-Flangan, R.** (2018). *Klinik Görüşme-Psikolojik De (5. b.)*. (G. Akbaş, & L. Korkmaz, Çev.) İstanbul: İthaki.
- Soykan, Ç.** (2003). Öfke ve Öfke Yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11(2), 19-27.
- Soylu, C., & Topaloğlu, C.** (2015). Bilişsel Davranışçı Terapide Ev Ödevi Uygulamaları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 280-288.

- Soysal, Ş., Can, H., & Kılıç, M.** (2009). Üniversite Öğrencilerinde A Tipi Davranış Örüntüsü ile Öfke fadesi Arasındaki ilişkinin Analizi ve Cinsiyetler Açısından Karşılaştırılması. *Klinik Psikiyatri*, 61-67.
- Spielberger, C. D., Reheiser, E. C., & Sydeman, S. J.** (1995). Measuring the Experience, Expression, and Control of Anger. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 18(3), 207-232.
- Starner, M. T., & Peters, M. R.** (2004). Anger Expression and Blood Pressure in Adolesan. *The Journal of School Nursing*, 20(6), 335-42.
- Stoppard, J. M.** (1996). Exploring the Gander-Anger Link: The Role of Setting. *Annual Meeting of the American Psychological Association*, 9-13.
- Storner, S. B., & Spencer, B. W.** (1986). Age and Sex Differences on the State-Trait Personality Inventory. *Psychological Reports*, 59, 1315 - 1319.
- Şahin Demirkapı, E.** (2013). *Çocukluk Çağı Travmalarının Duygu Düzenleme ve Kimlik Gelişimine Etkisi ve Bunların Psikopatolojiler ile İlişkisi*. Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü/ Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Şahin, B.** (2010). Almanya'daki Türk Göçmenlerin Sosyal Entegrasyonunun Kuşaklar Arası Karşılaştırması: Kültürleşme. *Bilig*, 103-134.
- Şar, V., Nefci, I., Mutluer, T., & Parmis, F.** (2020). Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (CTQ-33) Gözden Geçirilmiş ve Genişletilmiş Türkçe Versiyon. *Journal of Trauma and Dissociation*, 35-51.
doi:https://doi.org/10.1080/15299732.2020.1760171
- Şar, V., Türk, T., & Öztürk, E.** (2019). Fear of Happiness Among College Students: The Role of Gender, Childhood Psychological Trauma, and Dissociation. *Indian journal of psychiatry*, 61(4), 389-394.
- Şeker, B. D., & Boysan, M.** (2013). İranlı Geçici Sığınmacıların Kültürleşme Tercihlerinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 18-39.
- Şeker, D. B.** (2006). Kente Göç Etmiş Bir Örneklemede Kültüre Uyum (Kültürleşme) Süreçleri. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 3(2), 5-31.
- Şeker, D. B., & Boysan, M.** (2013, Nisan). İranlı Geçici Sığınmacıların Kültürleşme Tercihlerinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi. *Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 18-39.
- Taner, Y., & Gökler, B.** (2004). Çocuk İstismarı ve İhmali: Psikiyatrik Yönleri. *Hacettepe Tıp Dergisi*, 35(2), 82-86.

- Tathoğlu, K., & Karaca, M.** (2013). A Social Psychological Evaluation About Anger. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 6(6), 1101-1123.
- Topçu, S.** (2009). *Cinsel İstismar*. Ankara: Phonix Yayınevi.
- Türkçapar, H.** (2014). *Bilişsel Terapi- Temel İlke ve Uygulamalar* (8. b.). Ankara: Hekimler Birliği Yayıncılık.
- Türkçapar, H., & Sargın, E.** (2011). Bilişsel Davranışçı Psikoterapiler: Tarihçe ve Gelişim. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 7-14.
- Türkçapar, H., & Sargın, E.** (2012). Bir Teknik Sokratik Sorgulama-Yönlendirilmiş Keşif. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 15-20.
- Türkçapar, H., Güriz, O., Özel, A., Işık, B., & Örsel, S.** (2004). Antisosyal Kişilik Bozukluğu Olan Hastalarda Öfke ve Depresyonun İlişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(2), 119-124.
- UNICEF.** (2010). *Türkiye Çocuk İstismarı ve Aile İçi Şiddet Araştırması*. 02 29, 2022 tarihinde <https://www.unicef.org/turkey/raporlar/t%C3%BCrkiyede-%C3%A7ocuk-istismari-ve-aile-i-%C3%A7i-%C5%9Fiddet-ara%C5%9Firmasi-%C3%B6zet-raporu-2010> adresinden alındı
- Ünal, F.** (2008). Ailede Çocuk İstismarı ve İhmali. *Türkiye Sosyal Araştırmaları Dergisi*, 0(1), 9-18.
- Verkuyten, M., Martinovic, B., & Tseung-Wong, C.** (2020). Forms of Blended Bicultural Identity: Identity Conflict and Harmony in Culturally Diverse Mauritius. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 134-148.
- Ward, C., & Kennedy, A.** (1994). Acculturation Strategies, Psychological Adjustment, and Sociocultural Competence During Cross-cultural Transitions. *International Journal of Intercultural Relations*, 329-343.
- Ward, C., & Rana-Deuba, A.** (1999). Acculturation and adaptation revisited. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 30(4), 422-442.
- Weindl, D., Kniefel, M., Gluck, T., & Lueger-Schuster, B.** (2020). Emotion regulation strategies, self-esteem, and anger in adult survivors of childhood maltreatment in foster care settings. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 1-5.
- Widera, E., & Koritzky, G.** (2021). *The Relationship between Levels of Acculturation, Anger Expression, and Loss of Face and its Effect on the Mental Health Help-seeking Behaviors of Filipino Americans*. Chicago: The Chicago School of Professional Psychology/ For the Degree of Doctor of Psychology in Clinical Psychology.

- Wingenfeld, K., Deuter, C. E., Smit, J., Kaczmarczyk, M., Otte, C., & Kuehl, L. K.** (2021). Approach-avoidance tendencies in depression and childhood trauma: No effect of noradrenergic stimulation. *Comprehensive Psychoneuroendocrinology*, 1-5.
- Wiseman, C., Croft, J., & Zammit, S.** (2021). Examining the relationship between early childhood temperament, trauma, and post-traumatic stress disorder. *Journal of Psychiatric Research*, 427-433.
- Wolf, A. K., & Forsee, A. V.** (2003). Anger Expression Styles, and Adolescent Dating Violence. *Journal of Family Violence*(18), 309-316.
doi:https://doi.org/10.1023/A:1026237914406
- Woolfe, R., Dryden, W., & Strawbridge, S.** (2003). *Handbook of Counseling Psychology* (4. b.). London: Sage Publications.
- Yalçın, E.** (2019). *Birlikte Yaşama Kültürü Bağlamında Kültürlerarası Etkileşimler: Konya Örneği*. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yalçınkaya, A.** (2011). *Kartal İlçesinde Çocukta Cinsel İstismar Olgularının Değerlendirilmesi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü/ Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Yamakawa, N., & Kayama, M.** (2020). Acculturation and a sense of belonging of children in U.S. Schools and communities: The case of Japanese families. *Children and Youth Services Review*, 1-11.
- Yeni, B.** (2010). *İstanbul Çocuk Mahkemelerinde Yargılanan Çocuklarda Sürekli Öfke - Öfke İfade Tarzları İle İstismar Yaşantıları Arasındaki İlişki*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Adli Tıp Enstitüsü/ Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yılmaz, B.** (1999). Travma Sonrası Stres Bozukluğu. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(1), 79-98.
- Yılmaz, N.** (2004). *Öfke ile Başa Çıkma Eğitiminin ve Grupla Psikolojik Danışmanın Ergenlerin Öfke İle Başa Çıkabilmeleri Üzerindeki Etkileri*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Young, J. E., & Mattila, D. E.** (2002). *Depression: A Practitioner's Guide to Comparative Treatments*. (M. A. Reinecke , & M. R. Davison, Dü) New York: Springer Publishing Company.

EKLER

Ek A: Kişisel Bilgi formu

Sayın Katılımcı,

Bu araştırma Haliç Üniversitesi Psikoloji Bölümü Dr. Öğr. Üyesi Bengisu Nehir Aydın danışmanlığında, Haliç Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans öğrencisi Ebrar Sultan Güner tarafından yürütülmekte olan “Öfke İfade Tarzının Çocukluk Çağı Travmaları ve Kültürlenme Tutumları ile İlişkisi” üzerine İstanbul’da okuyan üniversite öğrencilerinden oluşan yaklaşık 380 kişi ile yürütülecektir. Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin erken dönem travmaları göz önünde bulundurularak; üniversite sebebiyle doğduğu şehirden göç etmiş bireylerin öfke kontrolünün incelenmesidir.

Araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Araştırmaya katılmayı kabul ederseniz, size önce şu an okuduğunuz bilgilendirilmiş onam formu verilecektir. İlk olarak size Bilgilendirilmiş Onam Formu uygulanacaktır. Ardından, Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği (CTQ), Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SL-ÖFKE), Kültürlenme Tutumları Ölçeği (AAS) uygulanacaktır.

Sorulara vereceğiniz içten ve tarafsız yanıtlar araştırma bulgularının geçerli olması için oldukça önemlidir. Elde edilen bilgiler yalnızca araştırma amacıyla kullanılacaktır. Araştırma toplu olarak değerlendirilecektir. Bu sebeple isim soy isim gibi hiçbir kimlik belirleyici bilgi istenmeyecektir. Yanıtlarınız yalnızca araştırma amacına uygun olarak bilimsel açıdan kullanılacak ve gizli tutulacaktır. Araştırmada herhangi bir ücret talep edilmeyecektir. Bu çalışmaya katılmayı kabul edebilir ya da reddedebilirsiniz. Çalışmaya katılmanız halinde çalışmanın herhangi bir yerinde onayınızı geri çekme hakkına sahipsiniz. Ancak çalışmanın geçerli olması için soruların eksiksiz yanıtlanması önem taşımaktadır. Lütfen soruların hiçbirini boş bırakmadan yanıtlayınız.

Yukarıdaki bilgileri okudum ve çalışmaya katılmayı kabul ediyorum.

İmza

Sayın katılımcı,

Aşağıdaki bölümde Türkiye'nin farklı illerinden, üniversite okumak amacıyla göç etmiş bireylerin yeni yaşamlarına uyumlarına dair bazı sorular vardır.

Lütfen soruları dikkatlice okuyarak, hiçbir soruyu boş bırakmadan cevaplandırınız.

1- Yaş

2- Cinsiyet.....

3- Eğitim durumu: Ön lisans ()

Lisans ()

Yüksek lisans ()

Doktora ()

4- Bu şehre nereden göç ettiniz?

- ☐ Akdeniz Bölgesi
- ☐ Doğu Anadolu Bölgesi
- ☐ Ege Bölgesi
- ☐ Güneydoğu Anadolu Bölgesi
- ☐ İç Anadolu Bölgesi
- ☐ Karadeniz Bölgesi
- ☐ Marmara Bölgesi

5- Hayatınız boyunca en uzun süre yaşadığınız yer neresidir?

- ☐ Büyük şehir, Hangi il? _____
- ☐ Şehir, Hangi il? _____
- ☐ İlçe, Hangi ile bağlı? _____
- ☐ Kasaba, Hangi ile bağlı? _____
- ☐ Köy, Hangi ile bağlı? _____

6- Ne kadar süredir İstanbul'da yaşıyorsunuz? _____ Yıl

- 7- Bu şehre gelmeden önce, buradaki yaşam koşullarınızın geldiğiniz yerden daha iyi olacağına dair beklentilerinizi aşağıdaki derecelendirme ölçeğinde 0 ve 4 arasında değerlendiriniz. ‘0’ daha iyi bir yaşama dair beklentinizin olmadığını ifade ederken, ‘4’ yaşam koşullarınızın iyileşeceğine dair en yüksek beklentiği ifade etmektedir.

0 1 2 3 4

- 8- Buraya geldikten sonra, beklentilerinizin ne kadarının gerçekleştiğini aşağıdaki derecelendirme ölçeğinde 0 ve 4 arasında değerlendiriniz. ‘0’ beklentilerinizin hiçbirinin gerçekleşmediğini, ‘4’ ise çoğunun gerçekleştiğini ifade etmektedir.

0 1 2 3 4

Ek B: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (CTQ)

Araştırmanın güvenilirlik ve geçerliliğini olumsuz etkilememesi adına verilen maddeleri dikkatlice okuyarak yakın hissettiğiniz tek seçeneği işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış seçenek yoktur. Derecelendirme aşağıdaki gibidir. Katkılarınız için teşekkür ederim.

1.Hiçbir Zaman 2.Nadiren 3. Kimi Zaman 4.Sık Sık 5.Çok Sık

Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği Çocukluğumda ya da ergenliğimde:	1. Hiçbir Zaman	2. Nadiren	3. Kimi Zaman	4. Sık Sık	5. Çok Sık
1. Yeterli yemek bulamazdım.					
2. Ailemdekiler bana ‘salak’, ‘beceriksiz’ ya da ‘tipsiz’ gibi sıfatlarla seslenirlerdi.					
3. Annem ve babam ailelerine bakamayacak kadar sıklıkla sarhoş olur ya da uyuşturucu alırlardı.					
4. Ailemde önemli ve özel biri olduğu duygusunu hissetmeme yardımcı olan birisi vardı.					
5. Kirli giysiler içerisinde dolaşmak zorunda kalırdım.					
6. Sevildiğimi hissediyordum.					
7. Ana babamın benim doğmuş olmamı istemediklerini düşünüyorum.					
8. Ailemden birisi bana öyle kötü vurmuştu ki doktora ya da hastaneye gitmem gerekmişti.					
9. Ailemdekiler bana o kadar şiddetle vuruyorlardı ki vücudumda morartı veya sıyrıklar oluşuyordu.					
10. Kayış, sopa, kordon ya da başka sert bir cisimle vurularak cezalandırılıyordum.					
11. Ailemde başka türlü olmasını istediğim bir şey yoktu.					
12. Ailemdekiler birbirlerine karşı saygılı davranırlardı.					
13. Ailemdekiler bana kırıcı ya da saldırganca					

sözler söylerlerdi.					
14. Vücutça kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum.					
15. Ailemdelikler beni her türlü kötülükten korumaya çalışırlardı.					
16. Bana o kadar kötü vuruluyor ya da dövülüyorum ki, öğretmen, komşu ya da doktorun bunu fark ettiği oluyordu.					
17. Ailemden birisi benden nefret ederdi.					
18. Ailemdelikler kendilerini birbirine yakın hissederlerdi.					
19. Birisi bana cinsel amaçla dokundu ya da kendisine dokunmamı istedi.					
20. Kendisi ile cinsel temas kurmadığım takdirde beni yaralamakla ya da benim hakkımda yalanlar söylemekle tehdit eden birisi vardı.					
21. Çocukluğım mükemmeldi.					
22. Birisi beni cinsel şeyler yapmaya ya da cinsel şeylere bakmaya zorladı					
23. Birisi bana cinsel tacizde bulundu.					
24. Duygusal bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum.					
25. Benim ailem dünyanın en iyi ailesiydi.					
26. Cinsel bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum.					
27. Ailem benim için bir güç ve destek kaynağıydı.					
28. Gerektiği halde doktora götürülmezdim.					

Ek C: Kültürlenme Tutumları Ölçeği (AAS)

Lütfen her cümleyi dikkatle okuyarak o ifadenin sizin için ne kadar doğru ya da yanlış olduğunu işaretleyiniz.

Açıklama	Kesinlikle Katılıyorum	Katılıyorum	Biraz Katılıyorum	Çok Az Katılıyorum	Katılmıyorum
1.Geldiğimiz yerin adetlerinden (ritüel) (örneğin sünnet, düğün, ölüm, doğum) çok buranın adetlerine uymayı tercih ederim.					
2.Hemşerilerimden çok buralılarla bir araya gelip vakit geçirmeyi tercih ederim.					
3.Hem buranın hem de geldiğimiz yerin adetlerine (ritüeller) uymayı tercih ederim.					
4. Buralılardan çok hemşerilerimle bir araya gelip vakit geçirmeyi tercih ederim.					
5.‘Adetler (ritüeller)’ bana bir şey ifade etmiyor.					
6.Hem buralılarla hem de hemşerilerimle bir araya gelip vakit geçirmeyi tercih ederim.					
7. Buranın adetlerinden (ritüel) (sünnet, düğün, ölüm, doğum, vs.) çok geldiğimiz yerin ritüellerine uymayı tercih ederim.					
8. Kimlerle bir araya gelip vakit geçirdiğime aldığımam.					

9.Çocuklarımın hem buranın tarzına hem de kendi tarzımıza uygun yetişmelerini isterim.					
10. Evde kendi yemeklerimizden çok buranın yemeklerini yemeyi tercih ederim					
11. Evimde bizlere özgü süslemelerden çok buralılara özgü süslemelerin olmasını tercih ederim.					
12. Yakın arkadaşlarımın buralılardan çok hemşerim olmasını tercih ederim.					
13. Evde ne çeşit yemek yediğime aldırış etmem.					
14. Çocuklarımın bizim tarzımızdan çok buranın tarzına uygun yetişmelerini isterim.					
15.Hem buralı hem de hemşerilerim gibi yaşamaktan hoşlandığımı söyleyebilirim.					
16.Ne tür gazete / TV / Müzik / Kaset Okuduğuma / Seyrettiğime / Dinlediğime aldırış etmem.					
17.Yakın arkadaşlarımın hem buralı hem de hemşerim olmasını tercih ederim.					
18.Çoğu zaman ne şekilde yaşayacağıma aldırış etmem.					
19. Çocuklarımın buranın değer ve geleneklerinden çok geldiğimiz yerin değer ve geleneklerini öğrenmelerini isterim					
20. Buranın medyasından çok (gazete, TV, Radyo vs.) geldiğimiz yerin					

medyasını izlemeyi tercih ederim.					
21. Evimde buralılara özgü süslemelerden çok bizlere özgü süslemeler olmasını tercih ederim.					
22. Çocuklarımın buranın değer veya adetlerini öğrenip öğrenmemelerine aldırım.					
23. Buralılardan çok hemşerilerim gibi yaşamaktan hoşlandığımı söyleyebilirim.					
24. Geldiğim yerin mediasından çok buranın mediasını (gazete, TV, Radyo) izlemeyi tercih ederim.					
25. Evde hem buraların hem de kendi yemeklerimizi yemeyi tercih ederim.					
26. Evi süsleme gibi önemsiz şeylere kafamı yormam.					
27. Çocukların evlenene kadar benimle oturmalarını beklerim.					
28. Çocuklarımın geldiğimiz yerin değer ve geleneklerinden çok buranın değer ve geleneklerini öğrenmelerini isterim.					
29. Evde buranın yemeklerinden çok kendi yemeklerimizi yemeyi tercih ederim.					
30. Hem buranın hem de geldiğimiz yerin mediasını (gazete, TV, Radyo) izlemeyi tercih ederim.					
31. Çocuklarımın nasıl yetiştiğine aldırış etmem.					
32. Hemşerilerimden çok buralı gibi yaşamaktan hoşlandığımı					

söyleyebilirim.					
33. Çocuklarımla kendilerini hazır hissettikleri andan itibaren kendi başlarına yaşamalarını beklerim.					
34. Çocuklarımla hem hemşerilerimin hem de buralıların değerlerini ve geleneklerini öğrenmelerini isterim.					
35. Yakın arkadaşlarımla kimler olduğuna aldırmış etmem.					
36. Evimde hem buralıların hem de bizlere özgü süslemelerin olmasını tercih ederim.					
37. Çoğu zaman duygu ve düşüncelerimi nasıl dile getirdiğime aldırmış etmem.					
38. Çocuklarımla evlenene kadar benimle oturmalarının daha iyi olacağını düşünüyorum ancak eğer ki ayrılmak isterlerse bu kararlarına saygı duyarım.					
39. Yakın arkadaşlarımla hemşerilerimden çok buralı olmasını tercih ederim.					
40. Çocuklarımla bizim oranın tarzında yetişmelerini isterim.					

Ek D: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SL-ÖFKE)

Araştırmanın güvenilirlik ve geçerliliğini olumsuz etkilememesi adına verilen maddeleri dikkatlice okuyarak yakın hissettiğiniz tek seçeneği işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış seçenek yoktur. Derecelendirme aşağıdaki gibidir. Katkılarınız için teşekkür ederim.

1. Hiçbir Zaman 2.Bazen 3.Çoğu Zaman 4. Her Zaman

Öfkelendiğimde veya Kızdığımda	1	2	3	4
1. Çabuk parlarım.				
2. Kızgın mizaçlıyım.				
3. Öfkesi burnunda bir insanım.				
4. Başkalarının hataları, yaptığın işi yavaşlatınca kızarım.				
5.Yaptığım iyi bir işten sonra takdir edilmemek canımı sıkır.				
6. Öfkelenince kontrolümü kaybederim.				
7. Öfkelendiğimde ağzıma geleni söylerim.				
8. Başkalarının önünde eleştirilmek beni çok hiddetlendirir.				
9. Engellendiğimde içimden birilerine vurmak gelir.				
10.Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılına dönerim.				
Öfkelendiğimde veya Kızdığımda				
11. Öfkemi kontrol ederim.				
12. Kızgınlığımı gösteririm.				
13. Öfkemi içime atarım.				
14. Başkalarına karşı sabırlıyım.				
15. Somurtur ya da surat asarım.				
16. İnsanlardan uzak dururum.				
17. Başkalarına iğneli sözler söylerim.				
Öfkelendiğimde veya Kızdığımda				
18. Soğukkanlılığımı korurum.				
19. Kapıları çarpmak gibi şeyler yaparım.				
20. İçin için köpürür ama gösteremem.				
21. Davranışlarımı kontrol ederim.				

22. Başkalarıyla tartışırım.				
23. İçimde, kimseye söylemediğim kinler beslerim.				
24. Beni çileden çıkaran her neyse saldırırım.				
25. Öfkem kontrolden çıkmadan kendimi durdurabilirim.				
26. Gizliden gizliye insanları epeyce eleştiririm.				
27. Belli ettiğimden daha öfkeliyim.				
28. Çoğu kimseye kıyasla daha çabuk sakinleşirim.				
29. Kötü şeyler söylerim.				
30. Hoşgörülü ve anlayışlı olmaya çalışırım.				
31. İçimden insanların fark ettiğinden daha fazla sinirlenirim.				
32. Sinirlerime hâkim olamam.				
33. Beni sinirlendirene, ne hissettiğimi söylerim				
34. Kızgınlık duygularımı kontrol ederim.				

ÖZGEÇMİŞ

İstanbul Esenyurt Üniversitesi'nde Psikoloji Lisans Eğitimini (2015-2019) yılında tamamladıktan sonra Haliç Üniversitesi'nde Klinik Psikoloji tezli yüksek lisansını (2019-2022) yaptı. Rorschach ve Projektif Testler Derneği'nde Rorschach ve TAT eğitime (2020-2022) devam etmektedir. İstanbul Psikoloji Okulu'nda Psikodinamik Psikoterapi eğitime (2022-2024) devam etmektedir. Eğitim sürecinde birçok kurumda, projede gönüllü ve stajyer olarak ergen ve yetişkinlerle çalıştı.