

**T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**



**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI İLE
BİLİŞSEL DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ VE SALDIRGANLIK
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Ahmet Güvenç DEDE

**Psikoloji Ana Bilim Dalı
Psikoloji Bilim Dalı**

Tez Danışmanı: Dr. Öğr Üyesi Engin EKER

Temmuz, 2019

**T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**



**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI İLE
BİLİŞSEL DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ VE SALDIRGANLIK
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Ahmet Güvenç DEDE
(Y1512.272020)**

**Psikoloji Ana Bilim Dalı
Psikoloji Bilim Dalı**

Tez Danışmanı: Dr. Öğr Üyesi Engin EKER

Temmuz, 2019

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ



YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Enstitümüz Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Y1512.272020 numaralı öğrencisi Ahmet Güvenç DEDE'nin “**Üniversite Öğrencilerinin Çocukluk Çağı Travmaları, Bilişsel Duygusal Düzenleme Becerileri ile Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” adlı tez çalışması Enstitümüz Yönetim Kurulunun 19.07.2019 tarih ve 2019/18 sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından oybirliği/oyçokluğu ile Tezli Yüksek Lisans tezi 02.08.2019 tarihinde kabul edilmiştir.

<u>Unvan</u>	<u>Adı Soyadı</u>	<u>Üniversite</u>	<u>İmza</u>
ASIL ÜYELER			
Danışman	Dr. Öğr. Üyesi	Engin EKER	İstanbul Aydın Üniversitesi
1. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Hakan İŞÖZEN	İstanbul Aydın Üniversitesi
2. Üye	Prof. Dr.	Kadriye Esin CANTEZ	İstanbul Kent Üniversitesi
YEDEK ÜYELER			
1. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Şahide Güliz KOLBURAN	İstanbul Aydın Üniversitesi
2. Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Derya DENİZ	İstanbul Kültür Üniversitesi

ONAY

Prof. Dr. Ragıp Kutay KARACA
Enstitü Müdürü

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinin Çocukluk Çağı Travmaları ile Bilişsel Duygu Düzenleme Becerileri ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Bibliyografya’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (02/08/2019)

Ahmet Güvenç DEDE

ÖNSÖZ

İnsanoğlunun, değişme, dönüşme, öğrenme süreci hayat boyu devam eder. Benim de bitmeyen öğrenme sürecimde, öncelikle neyi öğreneceğimi öğrenmeye, neye değer vereceğimi bilmeye, neticesinde dünyayı güzelleştirebilir miyim sorusu, ama dünyanın benden bihaber oluşu, öte taraftan dünyanın ben oluşum, cevabını aradıklarım... Dünya, kendimizin görebildiği kadardır. Bu görüş açımızı, sadece tüm insanların değil, doğanın gözleriyle bakarak oluşturabiliyorsak, dünyayı güzelleştirmeye başlamışız demektir. Bu da öğrenerek olur. Yüksek Lisans yolculuğumda amaç budur. Başta tez danışmanım Dr. Engin EKER olmak üzere eğitim hayatıma katkılarını esirgemeyen ve bana ışık tutan Prof. Dr. Kadriye Esin CANTEZ, Dr. Hakan İŞÖZEN ve Dr. Şahide Güliz KOLBURAN'a teşekkürlerimi sunarım.

Bu tezi yaşamım boyunca beni her konuda destekleyen babam Vahit DEDE'ye ve 1998 yılında vefat eden annem Ümran DEDE'nin anısına ithaf ediyorum.

Temmuz, 2019

Ahmet Güvenç DEDE



İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖNSÖZ.....	v
İÇİNDEKİLER	vii
KISALTMALAR	ix
ÇİZELGE LİSTESİ.....	xi
ÖZET.....	xiii
ABSTRACT	xv
1. GİRİŞ	1
1.1 Amaç	7
2. GENEL BİLGİLER.....	9
2.1 Çocukluk Çağı Travmaları	9
2.1.1 Çocukluk çağı travmalarının etkileri.....	9
2.1.2 Ebeveynin rolü	12
2.1.3 Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB)	14
2.2 Bilişsel Duygu Düzenleme	16
2.2.1 Duygu düzenleme stratejileri	17
2.2.2 Duygu düzenleme güçlüğü.....	21
2.2.3 Duygu sosyalleştirme	22
2.2.4 Duygu yönetimi.....	23
2.2.5 Duygusal ve sosyal zekâ	24
2.3 Saldırganlık	26
2.3.1 Saldırganlığın tanımı	26
2.3.2 Saldırganlık kuramları.....	29
2.3.2.1 Psikanalitik kuram.....	29
2.3.2.2 Biyolojik kuramlar	30
2.3.2.3 Davranışçı kuramlar	32
2.3.2.4 Varoluşçu kuramlar	33
2.3.2.5 Sosyal öğrenme kuramı.....	33
2.3.3 Saldırganlık boyutları.....	36
2.3.3.1 Fizyolojik boyut	36
2.3.3.2 Bilişsel boyut.....	37
2.3.3.3 Davranışsal boyut.....	37
2.3.4 Saldırganlığı etkileyen faktörler.....	37
2.3.4.1 Bireysel özellikler	38
2.3.4.2 Genetik faktörler	40
2.3.4.3 Ailenin etkisi	41
2.3.4.4 Kitle iletişim araçları.....	41
2.3.5 Saldırganlıkla başa çıkma yolları	42
2.3.5.1 Eğitim sisteminin rolü.....	43
2.3.5.2 Düşünce biçimini değiştirmek.....	43
2.3.5.3 Problem çözmek.....	44

2.3.5.4 Mizahı kullanmak.....	44
2.3.5.5 Gevşeme egzersizleri yapmak.....	45
2.3.5.6 Doğru iletişim kurmak	46
2.3.5.7 Meditasyon ile rahatlamak	46
2.4 Duygu Düzenleme ve Saldırganlık.....	47
3. YÖNTEM.....	51
3.1 Araştırmanın Modeli	51
3.2 Evren ve Örneklem.....	51
3.3 Veri Toplama Araçları.....	52
3.3.1 Kişisel bilgi formu.....	52
3.3.2 Ç.Ç.T. Ölçeği (ÇÇTÖ):.....	52
3.3.3 B.D.D. Ölçeği.....	53
3.3.4 Saldırganlık ölçeği	54
3.4 Ölçme Aracının Uygulanma Aşamaları	56
3.5 Verilerin Çözümlemesi.....	57
3.6 Etik Hassasiyetler	57
4. BULGULAR	59
4.1 Grubun Demografik özellikleri	59
4.2 Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları	61
4.3 B.D.D. Ölçeği Sonuçları.....	69
4.4 Saldırganlık Ölçeği Sonuçları.....	83
4.5 Ölçekler Arasında Korelasyon Sonuçları	87
4.6 Saldırganlık Üzerinde Ç.Ç.T. Etkisi.....	88
4.7 B.D. D. Üzerinde Ç.Ç.T. Etkisi.....	89
5. SONUÇ TARTIŞMA VE ÖNERİLER	91
5.1 Sonuç	91
5.2 Tartışma	96
5.2.1 Sosyodemografik değişkenler ile Ç.Ç.T. sonuçlarının tartışması	97
5.2.2 Sosyodemografik değişkenler ile B.D.D. becerileri sonuçlarının tartışması	99
5.2.3 Sosyodemografik değişkenler ile saldırganlık sonuçlarının tartışması ...	101
5.2.4 Ölçekler arasında korelasyon sonuçlarının tartışması	103
5.2.4.1 Ç.Ç.T.ve B.D.D. sonuçlarının tartışması.....	103
5.2.4.2 Ç.Ç.T.ve saldırganlık sonuçlarının tartışması	104
5.2.4.3 B.D.D. ve saldırganlık sonuçlarının tartışması	105
5.3 Sınırlılıklar ve Öneriler.....	105
KAYNAKLAR.....	107
EKLER.....	117
ÖZGEÇMİŞ.....	129

KISALTMALAR

Akt	: Aktaran
Çev	: Çeviren
Ed	: Editör
sf	: Sayfa
TSSB	: Travma sonrası stres bozukluğu
vd	: Ve Diğerleri
B.D.D	: Bilişsel Duygu Düzenleme
Ç.Ç.T.	: Çocukluk Çağı Travmaları



ÇİZELGE LİSTESİ

Sayfa

Çizelge 4.1 : Grubun Demografik özellikleri Frekans ve Yüzde Değerleri	59
Çizelge 4.2 : Ölçeğinin Toplam Puanlar ve Tüm Alt Boyutların Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri.....	61
Çizelge 4.3 : Cinsiyete Göre Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları	62
Çizelge 4.4 : Yaşlarına Göre Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları	62
Çizelge 4.5 : İlişki Durumuna Göre Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları.....	63
Çizelge 4.6 : Gelir Durumuna Göre Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları.....	64
Çizelge 4.7 : Scheffe Testi Sonuçları	66
Çizelge 4.8 : Üniversite Türüne Göre Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları	68
Çizelge 4.9 : B.D.D. Ölçeğinin Toplam Puanlar ve Tüm Alt Boyutların Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri.....	69
Çizelge 4.10: Cinsiyetlerine Göre B.D.D. Ölçeği Sonuçları	70
Çizelge 4.11: Yaşlarına Göre B.D.D.Ölçeği Sonuçları	71
Çizelge 4.12: Scheffe Testi Sonuçları	75
Çizelge 4.13: İlişki Durumuna Göre B.D.D.Ölçeği Sonuçları	76
Çizelge 4.14: Gelir Durumuna Göre B.D.D.Ölçeği Sonuçları	77
Çizelge 4.15: Scheffe Testi Sonuçları	79
Çizelge 4.16: Üniversite Türüne Göre B.D.D.Ölçeği Sonuçları	82
Çizelge 4.17: Saldırganlık Ölçeği Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri..	83
Çizelge 4.18: Cinsiyetlerine Göre Saldırganlık Ölçeği Sonuçları	83
Çizelge 4.19: Yaşlarına Göre Saldırganlık Ölçeği Sonuçları	84
Çizelge 4.20: Scheffe Testi Sonuçları	84
Çizelge 4.21: İlişkilerine Göre Saldırganlık Ölçeği Sonuçları	85
Çizelge 4.22: Gelirlerine Göre Saldırganlık Ölçeği Sonuçları	85
Çizelge 4.23: Scheffe Testi Sonuçları	86
Çizelge 4.24: Üniversite Türüne Göre Saldırganlık Ölçeği Sonuçları	86
Çizelge 4.25: Korelasyon Analizi Sonuçları	87
Çizelge 4.26: Saldırganlık Üzerinde Ç.Ç.T. Etkisi.....	88
Çizelge 4.27: B.D. D. Üzerinde Ç.Ç.T Etkisi.....	89



ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI İLE BİLİŞSEL DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin Çocukluk Çağı Travmalarının, saldırganlık düzeyleri ile bilişsel duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu araştırmanın evreni 2018-2019 eğitim öğretim yılında İzmir’de öğrenim görmekte olan üniversite öğrencileridir. Araştırmanın örneklemi tabakalandırma yöntemi ile 9 Eylül Üniversitesi, Yaşar Üniversitesi ve İzmir Ekonomi Üniversitesi öğrencileridir. Bu evren içinden farklı fakültelerde, farklı bölümlerde okuyan 505 öğrenci örnekleme oluşturmuştur. Tabakalandırma yöntemi ile oluşturulan örneklem grubunun yaş aralığı 18 ve 30’dır. %42,6’sı kadın, %57,4’ü erkektir. Araştırmada kişisel bilgi formu ile Ç.Ç.T. Ölçeği, B.D.D. Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeği kullanılmıştır. Demografik özelliklerin betimsel yorumları yapıp frekans ve yüzde dağılımları çıkarılmıştır. Ölçek maddeleri ile ilgili, ss, değerleri saptanmıştır. Ölçek puanlarının demografik değişkenlerle anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığını anlamak için normal dağılım gösteren veriler için değişken gruplarına bağlı olarak t testi ve ANOVA yapılmıştır. Ayrıca değişkenler ile ölçek arasındaki göreceli etkiyi tespit etmek için regresyon analizi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p<,05$ alınmıştır. Araştırmada elde edilen sonuçlar şunlardır.

Çocukluk çağı travma ölçeği ile bilişsel duygu düzenleme ölçeği arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu, saldırganlık ölçeği ile ise pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Travma puanları arttıkça bilişsel duygu düzenleme puanları azalmakta saldırganlık puanları artmaktadır. Bilişsel duygu düzenleme ve Saldırganlık arasında ise pozitif bir ilişki görülmüştür. Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin saldırganlık üzerindeki göreceli önem sırası; duygusal istismar, fiziksel ihmal, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal duygusudur. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde duygusal istismar ve fiziksel ihmal alt boyutlarının saldırganlık üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Duygusal istismar ile pozitif yönde fiziksel ihmal ile negatif yönde bir ilişki vardır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin saldırganlık üzerindeki göreceli önem sırası; fiziksel istismar, fiziksel ihmal, cinsel istismar, duygusal istismar, duygusal ihmal duygusudur. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal cinsel istismar alt boyutlarının duygu düzenleme üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Tüm değişkenlerin pozitif yönde bir ilişkisi tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: *Travma, Çocukluk Çağı Travmaları, Duygu Düzenleme, Saldırganlık.*



INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP IN CHILDHOOD TRAUMA, COGNITIVE EMOTIONAL REGULATION SKILLS AND AGGRESSION LEVELS IN UNDERGRADUATE STUDENTS

ABSTRACT

The aim of this study was to determine the relationship between the level of aggression, cognitive emotion regulation skills and childhood traumas among university students. In this research, a relational survey model was used. The subject of this research was university students studying in İzmir in the 2018-2019 academic year. The sample of the research was stratified by 9 Eylül University, Yaşar University and İzmir University of Economics. The sample consisted of 505 students from different faculties and departments. The age range of the sample group formed by the stratification method was between 18 and 30 years. 42.6% were female and 57.4% were male. Personal information form and Childhood Trauma Scale, Cognitive Emotion Scale and Aggression Scale were used in the study. Descriptive interpretations of the demographic characteristics were made, and the frequency and percentage distributions were obtained. The ss values of the scale items were determined. In order to determine whether the scale scores made a significant difference with demographic variables, t-test and ANOVA were performed for the data showing normal distribution depending on the variable groups. In addition, regression analysis was performed to determine the relative effect between the variables and scale. The significance level was taken as $p < .05$. The results obtained in the research are as follows.

It was seen that there was a negative correlation between the childhood trauma scale and the emotion regulation scale and there was a positive correlation with the aggression scale. As the trauma scores increase, the emotion regulation scores decrease and the aggression scores increase. There was a positive relationship between cognitive emotion regulation and aggression. According to the standardized regression coefficient (β), the relative importance order of predictive variables on aggression; emotional abuse, physical neglect, physical abuse, sexual abuse, emotional neglect. When the results of the t-test regarding the significance of regression coefficients were examined, it was found that the emotional abuse and the physical neglect subscales were significant predictors of aggression. There is a negative relationship between emotional abuse and positive neglect. According to the standardized regression coefficient (β), the relative importance order of predictive variables on aggression; physical abuse, physical neglect, sexual abuse, emotional abuse, emotional neglect. When the results of t-test regarding the significance of regression coefficients were examined, it was found that the physical abuse, physical neglect, emotional neglect, sexual abuse sub-dimensions were significant predictors of emotion regulation. All variables were positively correlated.

Keywords: *Trauma, Childhood Trauma, Cognitive Emotion Regulation Skills, Aggression.*



1. GİRİŞ

Bu araştırmanın konusu üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmalarının (Ç.Ç.T.) bilişsel duygu düzenleme (B.D.D.) ve saldırganlık düzeyleriyle olan ilişkisinin incelenmesidir.

Ç.Ç.T. bireyin kendisinin ihmali ve istismarı dışındaki olayları da (bir olaya tanık olmak gibi) kapsayabilir. Bu yüzden araştırmada öncelikle Ç.Ç.T. kapsamında çocuk istismarı ve ihmalinin ele alınması ve açıklanması gerekmektedir. Çocuk istismarı ve ihmali, tıbbi açıdan bedende oluşan bozuklukların, sosyal açıdan çocuğun bakımından sorumlu olan sistem ve kişilerin tutumlarının, hukuk ve güvenlik açısından suç ya da masumiyet delillerinin ön planda geldiği farklı alanlarda farklı açılardan tanımlan disiplinler arası bir olgudur. Çocuk istismar ve ihmalinin değişiklikler göstermesinin sebebi, ihmal ve istismara neden olan faktörler, yöntemler ve sonucunda gözlenen klinik bulguların farklılığından kaynaklanmaktadır (Polat 2001).

Fiziksel şiddet uygulamak en başta olmak üzere, çocuğun beslenmesine ve sağlığına önemin verilmemesi, kendisi ve çevresinin temizliğine dikkat edilmemesi, güvensiz bir şekilde bırakılabilmesi, terk edilmesi, başka biriyle yaşamaya zorlanması ve çocuk sahibi olmaya karar verilen andan itibaren gerekli önlemlerin alınmaması, özenin gösterilmemesi gibi davranışları çocuk istismarı ve ihmali olarak sıralayabiliriz (Erginer 2007).

Fiziksel cezanın çocuk ve ergenler üzerine etkilerini konu alan araştırma sonuçlarına göre; fiziksel ceza çocuğun kaygı yaşamasına, içine kapanmasına, çocuğun olumsuz benlik kavramları geliştirmesine, saldırganlık ve şiddet içeren davranışlar sergilemesine yol açmaktadır. Salırganlık ve suça yönelik davranışların en yaygın sebebi olarak fiziksel istismar ve ihmali gösterebiliriz. (Güner vd., 2010; Akt. Taner ve Gökler 2004). Beslenme bozukluğu, ısırma, parmak emme, sallanma ve saldırganlık, zulmetme, hırsızlık gibi

antisosyaldavranışlar duygusal olarak istismar edilen çocuklar arasında yaygınlık gösterir (Bilir ve ark. 1991).

Gross, Richards ve John'a göre (2006) günlük yaşamda sağlıklı bir duygu düzenlemenin önemli bir zorunluluk olduğu belirtilmiştir. Duygu düzenleme kavramı, kişinin içsel süreçlerinde yer alıp, duyguyu nasıl işlediğinin ve nasıl değerlendirdiğinin değiştirilmesi olarak tanımlanmakla birlikte başkalarının duygularını düzenleme davranışları da bu alana girebilmektedir. Gross ve Thompson (2007), duygu düzenleme sürecinde duyguların oluşumu ve düzenlenmesinin birbirinden farklı geliştiğini ifade etmiştir. Ancak duygunun ortaya çıkması ve düzenlenmesi ile ilgili “yeniden değerlendirme” ve “baskılama” olarak iki önemli nokta belirlemiştir.

12–18 yaş aralığındaki ergenlerle yapılan bir çalışmada, olumlu yeniden odaklanma dışsallaştırılmış patolojilerde, kendini suçlama, ruminasyon stratejileri içselleştirilmiş psikopatolojilerde daha çok görülmüştür (Garnefski, Kraaij ve Etten, 2005). Çalışmada, hiperaktivite, saldırganlık, davranım bozuklukları gibi problemler dışsallaştırılmış patolojilere, içe çekilme, depresyon ve kaygı gibi sıkıntılar içselleştirilmiş patolojiler; dahil edilmiştir. Araştırma sonucunda B.D.D. stratejilerinin içselleştirilmiş patolojileri daha çok açıkladığı görülmüştür.

B.D.D. kavramı da Garnefski, Kraaij ve Spinhoven (2001) tarafından bilişsel başa çıkma ile benzer bir tanımla, duyguların oluşma ve işlenme aşamalarında bilişsel süreçlerin bilinçli ya da bilinçdışı olarak kullanımı olarak tanımlanmış ve dokuz alt boyutta incelemişlerdir:

Kendini Suçlama (Self-Blame): Kişinin çevresindeki olumsuz durum ile ilgili kendisini suçlayan düşüncelere sahip olması;

Başkasını Suçlama (Blaming Others): Kişinin olumsuz olayla ilgili başkalarını suçlamaları ile ilgili düşünceleri;

Kabul Etme (Acceptance): Kişinin yaşadığı olayı kabul etmesi ile ilgili düşüncelere sahip olması;

Plana Tekrar Odaklanma (Refocus on Planning): Kişinin yaşadığı olayı çözümlemede hangi yolları izleyeceği ve nasıl başa çıkabileceği ile ilgili düşünceleri;

Pozitif Tekrar Odaklanma (Positive Refocusing): Gerçek –ve olumsuz- olan olay hakkında değil de daha olumlu ve iyi şeyler ile ilgili düşünceler;

Ruminasyon (Rumination): Olumsuz olay ile ilgili deneyimlenen olumsuz duygular ve düşünceler ile ilgili düşünme

Pozitif Yeniden Gözden Geçirme (Positive Reappraisal): Kişinin deneyimlenen olumsuz olayın olumlu yanlarını göz önüne alarak olumlu bir anlam yüklemesi ile ilgili düşünceleri;

Bakış Açısına Yerleştirmek (Putting into Perspective): Kişinin başka olumsuz olaylara karşılaştırma yaparak, bu olayın ciddiyetinin azaltmakla ilgili düşünceleri;

Yıkım-Felaketleştirme (Catastrophizing): Kişinin olayın yıkıcı yanlarını vurgulaması ile ilgili düşünceleri (Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001).

Saldırganlık dürtüsü insanın doğasında vardır, çeşitli olaylar sonucunda ortaya çıkabilir ve bireyin yaşamını olumsuz yönde etkiler (Başar, 1996). Bireyler karşılaştıkları durumla ilgili duygusal bir tepki vermeden önce, bilişsel öğeleri ve ardından duygusal olarak nitelendirilebilecek bir tepkiyi meydana getirdikleri belirtilmektedir (Lazarus, 1999). Tehdit, öfke, hayal kırıklığı gibi duyguların sonuçlarında saldırganlık meydana gelir. Her insanın içinde saldırganlık dürtüsünün bulunmasına rağmen, insanlar saldırgan davranma isteğinin önüne rahatlıkla geçebilirler (Yavuzer, 2000).

Saldırganlık fiziksel ya da sözel olarak bireylere zarar verme amacıyla gerçekleştirilen ve engellenme duygusuyla ortaya çıkan yaygın bir davranıştır. Bazı saldırgan davranışlar engellenme duygusunun oluşmasına mani olurken, bazıları ise durumun daha kötüye gitmesine neden olur. (Aral ve Baran 2000). Duyguları kontrol etme, bireyler arasın ilişkilerde oldukça büyük öneme sahiptir. Bireyin sahip olduğu duyguları kontrol etme yeteneği, oluşan kaygı ve problemleri kontrol etmede, oldukça önemli olduğu ifade edilmektedir (Dempsey, 1996). hipote Bazı kişiler saldırganlığı zor durumlardan kurtulma yolu olarak düşündükleri için engellenme saldırganlığın oluşmasına neden olmaktadır (Morris 2002). Parrott, (2001) bireyler içinde bulundukları toplumsal talepler sonucunda duygularını dışarıya göstermektedir. Bu sebeple bireyler olumsuz duygularını insanlardan gizlerken, olumlu duygularını ise

oldukça fazla abartmaktadır. B.D.D. yeteneğinin olması saldırganlığın olumlu ifade biçimlerinin ortaya çıkmasında faydalı olacaktır. Çocuk istismarı bireylerin ruh sağlığını etkilemektedir. Çocukluğunda istismar deneyimleyen bireyler, ilişkilerinde uygun duygusal tepkileri göstermekte zorluk yaşarlar (Wolfe vd. 2001).

Saldırganlık her insanda olan dürtülerden biridir. Bilişsel düzenleme ile duygular ve dürtüler kontrol edilir. Uygun yerde uygun şekilde davranılmaya çalışılır. Yaşam boyunca kişiler stres oluşturan olay, durum ve olgularla karşılaşmaya kalırlar. Stresle başa çıkma becerisine sahip olmak uygun stratejiler geliştirmek sorunların çözümüne katkı sağlamasının yanında kişiyi sağlıklı ve mutlu kılan yaşam becerilerindendir. Zaman zaman bireyler saldırganlığa dönüşen öfke duyguları yaşayabilir. Kavram olarak negatif algı oluşturan saldırganlık kontrol edilmezse kişinin kendi yaşamı yanında saldırganca davranışın sergilendiği kişinin hayatını da olumsuz etkiler. B.D.D. becerisi gelişmiş stresle başa çıkma stratejilerine sahip olan bireyler saldırganca davranışları kontrol edebilir.

Öfke, hayal kırıklığı, hiddet ve tehdit beraberinde saldırganlığı getirir. Doğasında varolan saldırganlık dürtüsü ile insanların çoğu başa çıkmayı, onu denetlemeyi öğrenebilir ve toplumun onayladığı etkinliklere yönelebilirler (Yavuzer 2000). Psikoloji ve diğer sosyal ve davranış bilimlerinde, saldırganlık zarar veya acıya neden olan davranışları ifade eder. (Baron ve Richardson, 1994). Saldırganlık genel olarak kamuoyunda anormal davranış biçimi olarak görüldüğü gibi, ahlaki dürtülerin, bilişsel kontrolün kritik ihtiyacında ve ilgili herkes için olumsuz sonuçları beraberinde getirdiği, elverişsiz ve stresli koşullar olarak görülen çatışma durumlarıdır (Huber ve Brennan 2011). Genelde insanlar öfke duygusunda kurtulabilmek için çevresindeki eşyaları kırabilir, bağırıp çağırabilir, duvarları yumruklayabilir ya da sakin bir şekilde duygularını dışa vurabilir (Bayrak, 2012). Öfkeli bireyler üzerinde gerçekleştirilen araştırmalar incelendiğinde, öfkeli bireylerin %83 oranında sözel saldırganlık, %40 oranında da fiziksel saldırganlık dürtüsü etkisinde kaldıkları, %10 kadarının ise saldırgan davranışlar gösterdiği sonucu çıkarılabilir (Averill, 1983; akt. Bayrak, 2012).

Saldırganlığın tanımını gerçekleştirebilmek için dikkate alınması gereken etmenler saldırganlıkta bulunan kişilerin niteliği veya saldırganlığın kendisidir.

Saldırganlığın kendisi dikkate alındığında başka bireylere zarar vermek olarak tanımlanmaktadır. Saldırganlık gerçekleştiren kişinin amacı dikkate alındığında hedefe zarar verme amacıyla gerçekleştirilen davranış olarak tanımlanır (Efilti, 2008: 215).

Her bireyin yetiştiriliş tarzı; ait olduğu kültür, sosyal çevre ve aileden edindiği gelenekler; içselleştirdiği değerler ve normlar farklıdır. Bireylerin farklı sosyalleşme süreçleri içinde edindikleri değerlerdeki farklılıklar, gelişebilecek çatışmaların da önemli bir kaynağı olabilir (Tınaz, 2011). Stresten tamamen uzak bir günlük yaşam düşünmek ne derece olanaksızdır. Günümüzde insanların yaşamının bir parçası da yorgunluk ve stres olmuştur. Toplumun ve yaşam şartlarının getirdiği yüklerden dolayı insanlarda psikolojik sorunlar, rahatsızlıklar artmıştır. İnsanlar zaman zaman olaylar karşısında yoğun stres yaşarlar. Bu durum o olaya yüklediği anlamla ilişkilidir. Duygu düzenleme kritik bir gelişimsel dönüm noktası olarak duyguları düzenleyen stratejiler kullanma yeteneğidir. Çocuklukta ve yetişkinlikte, duyguların her zaman kontrol edilmesine gerek olmayabilir. Ancak gerektiğinde bu duyguların kontrol edilmesi bir beceri olarak düşünülebilir. Duygular uygun stratejileri kullanarak düzenlenebilir. Duygularımızı yönetmek için yaygın olarak kullanılan ve stratejilerden biri olan, bir durum hakkında düşünme biçimimizi değiştirmeyi içeren yeniden değerlendirmedir. Bu stratejinin genellikle ifadeleri baskılamak ve bazı durumlarda dikkati dağıtmak gibi diğer stratejilerden daha uyumlu olduğu düşünülebilir. Bununla birlikte, yeniden değerlendirme dışında farklı duygu düzenleme stratejileri de vardır.

Genel olarak çatışmaların çoğu, iletişim ve etkileşim süreçlerindeki aksamaların bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. İletişim sürecini, “iletilerin gönderici niteliğindeki bir kaynaktan, alıcı niteliğindeki bir diğer kaynağa dinamik olarak iletilmesi” şeklinde tanımladığımızda, örgütsel iletişime ilişkin engel teşkil edici temel değişkenler arasında; anlam güçlükleri, yetersiz bilgi alışverişi ve iletişim kaynaklarının bozukluğu ilk akla gelenlerdir (Tınaz, 2011). Duygular ve çatışma arasında oldukça kuvvetli bir bağ olduğu için bireyler araştırmalarını duygusal zeka kavramına yöneltmiştir. Bireyin diğer insanları anlayabilme becerisini, bireyin kendi duygularını tanıyarak düzenleyebilmesini, kontrol edebilmesini duygusal zeka olarak tanımlamak mümkündür. Duygusal zekası

yüksek bireyler çatışma ortamlarında duygusal zekası düşük bireylere oranla daha kontrollü ve anlayışlı bir şekilde davranabilir. Ayrıca kendi duygularını kontrol edebildiği için çatışmanın tansiyonunu da rahatlıkla kontrol ederek ortamı sakinleştirebilir (Jordan ve Troth, 2004).

Bilişsel duygu düzenleme “bireyin olumsuz bir olay yaşadktan sonra düşünceleri kullanarak duyguları düzenleme” olarak anlaşılmaktadır (Garnefski vd. 2002a) uzun yıllar boyunca kullanılan çıkma becerisi ile ilgili yapılardan farklıdır. Garnefski vd.(2002a) önerdiği dokuz bilişsel duygusal düzenleme stratejileri kendini suçlama, ruminasyon, yıkıcılık, diğerini suçlama, kabul, olumlu yeniden odaklanma, planlamaya odaklanma, perspektif içine koyma ve olumlu yeniden değerlendirme. İlk dört strateji uyumsuz olarak kabul edilir ve ikincisi ise uyarlanabilir niteliktedir. Bununla birlikte, bazı çalışmalar kabullenmenin uyumsuz olarak ele alınması gerektiğini göstermektedir.

Lilly ve Lim (2013)’in gerçekleştirdiği araştırmaya göre bireyler duygularını kontrol etmeye çalışırken karşılaştıkları güçlüklerin stres bozukluğu, depresyon ve somatizasyonla anlamlı seviyede ilişkili olduğu belirlenmiştir. Başka bir araştırmada çocukluk yaşlarda karşılaşılan travmaların, bireyde depresif duyguların oluşmasına ve bireyin duygularını düzenlemede zorluk çekmesine neden olabileceği ifade edilmiştir. Ek olarak duyguları düzenlemenin, duygusal istismar ve depresif belirtiler arasında aracı bir rolünün olduğu görülmüştür (Crow, Cross, Powers ve Bradley, 2014). Eisenberg ve Fabes (1992) çok şiddetli, negatif duygusal tecrübeler yaşayan bireylerin duygularını kontrol etmekte yetersiz kaldıkları ve kolaylıkla saldırgan davranışlar gösterebileceklerini bildirmişlerdir. Davidson, Putman ve Larson (2000) duygularını kontrol edemeyen bireylerin saldırganlık davranışı sergileme ihtimalinin oldukça yüksek seviyelerde olduğunu ileri sürmektedirler. Cohn vd. (2010) araştırmalarında duygu kontrolü becerisi ile saldırganlık arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu tespit etmişlerdir.

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmalarının B.D.D. becerileri ve saldırganlık düzeyleriyle olan ilişkileri araştırılmıştır. Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmalarının B.D.D.ve saldırganlık düzeylerinin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit edilmiş olacaktır. Araştırma sonuçlarından yararlanarak öneriler sunulmuştur.

1.1 Amaç

Çocukluk çağı travma yaşantısı olan üniversite öğrencilerinin saldırgan davranış düzeylerinin belirlenmesinde, B.D.D. becerilerinin etkisi ne kadardır?

Hipotez: Çocukluğunda travma yaşamak üniversite öğrencilerinin B.D.D. becerilerini negatif, saldırganlık düzeylerini pozitif yönde etkilemektedir. Çocukluk çağında travma yaşayanların saldırganlık eğilimleri daha fazladır.

Araştırmanın alt problemleri ise şunlardır:

- Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre Çocukluk çağı travmaları ile B.D.D. becerileri ve Saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.
- Üniversite öğrencilerinin yaş değişkenine göre Çocukluk çağı travmaları ile B.D.D. ve Saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.
- Üniversite öğrencilerinin ilişki durumu değişkenine göre Çocukluk çağı travmaları ile B.D.D. ve Saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.
- Üniversite öğrencilerinin gelir değişkenine göre Çocukluk çağı travmaları ile B.D.D. ve Saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.
- Üniversite öğrencilerinin üniversite türü değişkenine göre Çocukluk çağı travmaları ile B.D.D. ve Saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.
- Üniversite öğrencilerinde travma yaşantısına sahip olma durumu ile saldırganlık eğilimleri arasında pozitif bir ilişki vardır.
- Üniversite öğrencilerinde travma yaşantısına sahip olma durumu ile kullanılan olumlu B.D.D. stratejileri arasında negatif bir ilişki vardır.
- Üniversite öğrencilerinde saldırganlık eğilimi ve olumsuz B.D.D. stratejileri arasında pozitif bir ilişki vardır.



2. GENEL BİLGİLER

Bu bölümde saldırganlık kavramı ile duygu düzenleme kavramları kuramsal açıklamalar bağlamında açıklanmıştır.

2.1 Çocukluk Çağı Travmaları

19. yüzyılın ilk yarısına kadar fiziksel travma haricinde pek kullanılmayan, eski Yunancada bertmek, yaralamak anlamına gelen travma kavramı, bireyi bedensel ve ruhsal açıdan birçok şekilde sarsan, inciten, yaralayan olayları ifade etmek için kullanılmaktadır. Çocukluk çağında karşılaşılabilecek olağandışı stres verici olaylar çocukluk çağı travmalarına dönüşebilir. İnsanlardan bağımsız karşılaşılabilecek olaylara ölüm, tıbbi hastalıklar, doğal afetler, insan kaynaklı olaylara da ihmal, eleştirilme, dövülme, cinsel taciz ve kötü muamele örnek verilebilir (Şar, 2014).

Ailede tekrarlanan şiddet koşulları altında yaşayan çocukların travma geçirmeleri olasıdır. Çocuğun aşırı kaygı ve güçlü dürtüleri yönetme girişimleri, çocuğun saldırganlık gibi savunmaları geliştirmesine yol açabilir. Erken travmatik deneyimler çocukların psikolojik gelişimini olumsuz etkileyebilir, duygularını düzenleme yeteneklerini azaltabilir ve öfke ve saldırganlık gibi olumsuz etkilere devam etme olasılığını artırabilir (Daud, 2008). Çocukluk çağı travması ile saldırgan kişilik özelliklerinin gelişimi arasındaki ilişki birçok çalışmada tanımlanmıştır. Fonagy ve diğ. (1993) saldırganlığı kaygı ve psikolojik strese karşı bir savunma mekanizması olarak araştırmış ve erişkinlikte saldırgan ve şiddet içeren davranışların makul bir kavramsallaştırılmasının, aşırı erken çocukluk travmasının veya uzun süreli travmatizasyonun bir sonucu olarak ortaya çıktığını iddia etmiştir.

2.1.1 Çocukluk çağı travmalarının etkileri

Montgomery ve diğ. (1992), travma yaşayan çocukların sosyal izolasyon ve kötü özgüven olarak ifade edilen, enürezis, duygusal patlama ve yıkıcı veya

bağımlı davranış gibi gerici davranışlar gösterdiğini, endişeli ve depresif olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca, çocuklar baş ağrısı, mide ağrıları ve kol ve bacaklardaki ağrılar gibi psikosomatik sorunlardan muzdariptir. Ayrıca, uykuya dalmakta zorluk, uykuya ara vermek ve bir kişinin uykusunda yürümesi gibi uyku bozuklukları da belirlendi; okulda öğrenme ve konsantrasyon problemleri, çatışma arama davranışı ve huzursuzluk gibi zorluklar; evde egemenlik davranışı, saldırganlık, kardeşlerle çatışmalar, davranışları engelleme ve izolasyon arayışı gibi sorunlu davranışlar (yani sosyal temastan çekilme) bu psikosomatik sorunlara örnek olarak verilebilir.

Çocukların iç duygularını sözlü olarak ifade etme kapasiteleri, gelişim durumlarına, psikolojik olgunlaşma seviyelerine ve aile ortamlarına dayanır. Kötü muamele görmüş çocuklar ve travmatize edilmiş ailelerdeki çocuklar duygularını kelimelerle ifade etmekte zorlanmaktadırlar. Goodenough (1926), Machover (1949) ve Koppitz (1968), duygusal engelli çocukların değerlendirilmesinde yansıtıcı çizim yöntemini ana araç olarak kullanmışlardır. Ayrıca Bowlby'nin (1973) bağlanma teorisi, çocuklarda saldırganlığın gelişimine ışık tutuyor. Bağlanma teorisinde, erken nesne ilişkilerinin temel işlevi çocuğa güvensiz ortamlarda bile güvenlik hissi vermektir. Bowlby, yeterli “öz-diğer temsiller” veya “içsel çalışma modelleri” olarak adlandırdığı şeyin “güvenli bağlanma gelişimini sağladığını” vurguladı; bu da yeterli öz saygı, yeterli nesne ilişkileri, kimlik oluşumu ve kişisel özellikleri geliştirir. Çocuğun deneyimini yansıtan bağlanma türü, yaşam boyu kişilerarası davranışların merkezi koordinatörü olarak kalır. Çocuğun normal öfke tepkisi kalıcı bir duyarsızlık olduğunda saldırganlığa dönüşür; Sonuç olarak, çocuğun karşı tepkisi, kendine özgü bir davranış sergilemenin temel bir özelliği olarak saldırganlık kendi yapısıyla bütünleşir (Bowlby, 1973). Çocukların travmatik olaylara erken maruz kalmaları, algısal / hafıza yetersizlikleri, okulda başarısızlık, dürtüleri kontrol edememe, huzursuzluğu ve saldırganlığı artırma gibi okulda işlevsiz kognitif ve duygusal davranış kalıpları geliştirmeye yatkınlıklarını arttırmaktadır. Travma sırasındaki yaş, travmatik deneyimin doğası ve klinik işlevsiz sonuçlar arasındaki ilişkiye dair daha önceki bulguları doğrulamıştır (Daud, 2008).

Cook vd. (2003) ve Gordon (2002), uyumsuz davranış sergileyen çocukların bu davranışlarının sebebinin sosyal ortamda meydana gelen uzun süreli travmatik olaylarla karşılaşması olduğunu iddia etmiştir. Böylece, travmatik olaylara erken çocukluk döneminde maruz kalmanın hem o dönem hem de uzun vadeli olumsuz sonuçları vardır. Uzun süreli travmaya maruz kalmak çocuğun kötü muamele görmesidir- duygusal istismar ve ihmal, cinsel istismar, fiziksel istismar ve aile içi şiddete tanık olmak- ki bu kroniktir ve erken çocukluk döneminde başlar. Ayrıca, bu erken travmatik deneyimler (örneğin, ebeveyn ihmali, cinsel istismar, fiziksel istismar) ve çocukta ortaya çıkan duygusal düzensizlik, güvenli bir temel kaybı, yön kaybı ve travmaya daha sonra yaşamda maruz kalınması halinde (örneğin fiziksel ve cinsel istismar) veya kişinin kendisi suç işleyenler arasında yer alabilir.

Dube vd. (2001) ve De Bellis vd. (2002)'e göre çocukluk çağındaki uzun süreli travmatik deneyimler veya travmatik stres, içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış bir alanda ortaya çıkan bozulma alanları ile ilişkilidir. İçselleştirilmiş alan kendini düzenleme, bağlanma, kaygı ve etkide bozuklukları; ergenlikte ve yetişkinlikte cinsel bozukluklar ve yeniden mağduriyet. Dışsal alan bağımlılık, saldırganlık, sosyal çaresizlik ve yeme bozukluklarını içerir. Ayrıca, ayrışma, somatoformlar ve kardiyovasküler, metabolik ve immünolojik rahatsızlıklar içeren bir somatizasyon alanı vardır.

Erken travma, kaygı ve saldırganlığı engelleme yetersizliği arasındaki ilişkinin olası bir açıklaması, çocukluk travması yaşayan bireylerin, diğer kişilerin davranışlarını anlama ve yorumlama kapasitelerinde kısıtlı hale gelmesi ve şiddet / saldırganlık veya kaçınma ile karakterize gelişim psikopatolojisinin sınırlı kalmasıdır. Bu sınırlama ile ilişkili., disfonksiyonel öz-düzenleme ve güçlendirilmiş kümülatif travma etkileri olan kaygı semptomları, en azından kısmen, travmaya maruz kalma, kaygı ve saldırganlık arasındaki ilişkiyi, bu tezde travma sonrası kişilik bozukluğunun varlığına işaret eden hipotezde bulunanları açıklayabilir. Bu kişilik bozukluğunun (Daud, 2008);

- artmış somatik ve psişik kaygı ve kaçınma ile içselleştirilmiş semptomlar,
- işlevsiz öz düzenleme dahil olmak üzere dışsallaştırılmış semptomlar,

- somatizasyon ile nitelendirildiği varsayılmaktadır.

Erken çocuklukta travmatizasyon / yaşamın sonraki dönemlerinde uzun süreli travmatizasyon ile ilgili bulgular ve aşağıdakilerle karakterize edilen bir semptom paterni: i) artan somatik ve psişik kaygı; ii) duygusal düzensizlik; ve iii) somatizasyon, travma ile ilgili olarak travma ile ilgili kişilik bozukluğu teriminin önerildiği bir kişilik bozukluğu kalıbının olduğu hipotezini doğurur (Daud, 2008). Bu hipotezi destekleyen Maunder ve Hunter (2001), erken çocuklukta uzun süreli travmatizasyona veya travmaya maruz kalmaya dayanan bir güvensiz bağlanma örüntüsünün hem fiziksel hastalık hem de psikososyal davranış bozukluğu riskinin yaşam boyu sürmesine neden olabileceği sonucuna varmışlardır. Bu risk, örgütsüz bağlılığın temel özelliklerini oluşturan davranışsal ve psikososyal sistemdeki bozulmaların vurgulandığı üç olası yaşam yörüngesinde ortaya çıkmaktadır: 1) strese karşı duyarlılığı arttırma (örneğin, dikkati odaklama ve uyarmayı modüle etme zorluğu); 2) duygusal düzensizlik (örneğin, yoğun veya uyuşmuş duygular tarafından boğulmuş hissetmek veya etkilemek); ve 3) ayrılma veya müdahaleci yardım arama ve bağımlılık (örneğin, sosyal izolasyon). Güvensiz bağlanma tahvilinden kaynaklanan gelişimsel bozukluklar, işlevsel olmayan etki düzenlemesine karşı savunmasızlığı ve saldırganlığı önleme kabiliyetini azaltmayı içerir.

Daud (2008) çalışmanın sonuçları, yani erken çocuklukta uzun süreli travmatizasyon veya travmaya maruz kalmanın, depresyon ve anksiyete gibi içsel semptomlar için artan risk ile ilişkili olduğunu, Maunder ve Hunter (2001) ve aynı zamanda Lynch tarafından elde edilen sonuçlarla aynı olduğunu göstermiştir. Bolger vd. (2003), artan duygusal ve davranışsal işlevsiz öz düzenleme semptomlarının, erişkinlikteki düşmanlık ve saldırgan davranış gibi dışsal semptomları da öngörebildiğini bulmuşlardır. Daud (2008) çocukların, hem saldırganlık ve hiperaktivite gibi dışsal semptomlardan hem de gerileyen davranışlarla bağlantılı olarak yeni korku edinme riski olan depresiflik gibi içselleştirilmiş semptomlardan muzdarip olduğunu buldu.

2.1.2 Ebeveynin rolü

Rydelius (1994), bir dizi uzun süreli araştırmada, psikososyal stres faktörlerinin dürtüsellliği olan ve alkol kullanan ebeveynlerin, genetik olarak savunmasız

erkek çocuklar üzerinde uyuşturucu kullanımı ve şiddet içeren davranışlara sahip olma açısından olumsuz bir etkisi olduğunu tespit etmiştir. Böyle bir ailede yetişmek, bu çocukları ergenlikte suçluluk eğilimleri ve antisosyal davranış geliştirme riski altında bırakmaktadır. Bu sonuçlar, ergenlik döneminde dürtüsel davranış örüntüleri ile intihar düşüncesi olarak nitelendirilen, psikososyal stres faktörlerinin bir sonucu olarak yoksul ebeveynlik ile çocuğun kendi kendine yıkıcı davranış arasındaki uyumun daha fazla araştırılması gerektiğini ortaya koymaktadır.

Bowlby'ye (1979) göre, çocuklar, temel bakıcıları ile bebeğin korunma, rahatlık ve zarar görmeye olan temel ihtiyacına dayanarak yeterli derecede etkili bir ilişki kurar. Çocuğun ne tür bir bağ kurduğu, ana bakıcısıyla olan ilişkinin niteliğine ve bakıcının psikolojik durumuna bağlıdır. Üç çeşit bağlantı güvenli, güvensiz (kaygılı ve kararsız) ve düzensiz. Güvenli bağları olan çocuklar, bakıcılarının kendilerine duygusal olarak erişebildiğini düşünür ve genellikle güvensiz veya düzensiz bağlanmaya sahip olan çocuklardan daha iyi gelişimsel sonuçlara ve daha düşük psikopatoloji oranlarına sahip olurlar. Güvenli bağlantılar, çevrenin güvenli bir şekilde keşfedilmesini teşvik eden ve öğrenmeyi kolaylaştıran bakıcı ile “güvenli bir temel” sağlar. Güvensiz bağlanma ile çocuğun duygusal olarak uygun olmayan ve kararsız ebeveyni ile ilişkisini sürdürmedeki başarısız girişimleri, çocuğun ebeveyni ile aynı tür kararsız ve erişilmez davranış biçimini geliştirmesine yol açabilir. Yakınlık arzusu ile ebeveyne yaklaşma korkusu arasında kalan dağınık çocuklar, ebeveynleriyle ve başkalarıyla ilişki kurma biçiminde birbirlerinden ayrı kalma eğilimindedir. Bu çocuklar sıklıkla sözlü olarak iletişim kurmayı reddetmek veya ebeveynleriyle ilgili olarak endişelenmek gibi düzensiz davranışlar sergilerler. Düzensiz bağlanma olan çocuklar, davranışsal ve duygusal zorluklar geliştirmek adına risk altındadır.

Bağlantının kalitesi çocuğun davranışını ve başkalarıyla ilişki kurma şeklini etkiler ve çocuğun inançlarını, tutumlarını ve dünya görüşünü şekillendirir. Çocuğun bağlarının niteliği, ister güvenli, ister güvensiz veya dağınık olsun, çocukda içsel çalışma modeli olarak gelişir (Bowlby, 1979). Bu da karmaşık benlik imaj kalıplarının gelişimi, benliğe yönelik tutumlar, dünyaya dair beklentiler ve nesne ilişkilerinin düzenlenmesini etkiler (Sroufe, Carlson,

Levy ve Egeland, 1999). Çocuğun, başkalarının davranışını anlama ve yorumlama kapasitesi, güvenli bir bağlanma bağlamında anlaşılma deneyimiyle gelişir. Bir veya iki ebeveyne güvenli bir şekilde bağlanma eksikliği, ebeveynlerin travmatik deneyimlerinin nesiller arası aktarımında kritik bir faktör olabilir.

2.1.3 Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB)

Osofsky vd. (1995), çocuklarda şiddete ve travmatik olaylara maruz kalma tepkilerinin TSSB semptomları olarak tanımladıklarını; 'kaçınma, travmatik olayların yeniden yaşanması, yeniden yürürlüğe girme davranışı, oyunda ve çizimde travmatik görüntüler, psikolojik uyuşma, hafıza bozuklukları, müdahale öğrenme, uyarılma (hem fiziksel hem de psikolojik), dil ve tuvalette gerileme, duygusal düzenlemede zorluklar ve yalnız olma korkusu" olarak ifade etmişlerdir. Ayırışma ve reddetme olgusu, çocuğun saldırgan davranışıyla kendini gösterebilir ve ruhu korumak için kendine karşı içselleştirilebilir veya kendine karşı çevrilebilir. Ayrıca öğrenme güçlüğü ve konsantre olma sorunları sıklıkla çocuklarda ciddi travmatizasyonla ilişkilendirilir.

TSSB tanısı konulması konusundaki söylemin temelinde, DSM-V-TR'de sunulan kriterler yer almaktadır. DSM-V-TR'e göre, TSSB tanı kriterleri 4 grupta toplanmıştır. İstem dışı travmatik olayları tekrar deneyimlemek; kişi olayı hatırlatan uyaranlardan önemli derecede rahatsızlık duyar ve kabuslar görebilir. Buna örnek olarak ölümlü bir araba kazası yaşamış kişinin kaza anında arabada çalan şarkıyı her duyduğunda rahatsızlık hissetmesini verebiliriz. Travmatik olayı hatırlatan her türlü uyarıcıdan kaçınmak. Çocukluğunda ceza olarak bir odaya kilitlenen çocuğun kapalı alanlara karşı bir korkusun oluşması ve büyüdüğünde bu alanlardan kaçınması travmayı hatırlatıcı bir uyarandır, travma sonrası diğer duygudurum ve bilişsel değişimler ve artan uyarılmışlık ve tepkisellik belirtileri; bu belirtiler arasında; sinirlilik hali, saldırgan ya da kendine zarar verici davranışlar, uyku problemleri, aşırı tetikte olmak.

Travma ile İlgili Bozukluk aşağıdaki belirleyicilere sahiptir: i) bilişsel belirleyici; ii) bir nörobiyolojik belirleyici ve iii) bir psikososyal belirleyicidir (Daum, 2008).

i) Bilişsel belirleyici: Kalıcı TSSB gelişiminde iki farklı yörünge vardır. Birincisi, bireyin travmayı nasıl algıladığındaki farklılıklara dayanır; ikincisi, araştırmada müdahaleci ve yeniden yaşanmış semptomlar ve uyku bozuklukları gibi uyarıcı semptomlar ve anksiyete ile yeniden uygulanan travmatik hafıza yörüngesi olarak belirtilen, tekrarlayan bir tehdit hissi algısı konusundaki bireysel farklılıklara dayanmaktadır. Bireydeki iki temel varsayım, bilişsel belirleyicinin temelini oluşturur: 1) dünyanın “güvensiz” olduğu varsayımıyla karakterize edilen dış bir bileşen; ve 2) bir kişinin beceriksiz olduğu ve değerinin olmadığı, yani kendi kendine saygısının düşük olduğu varsayımıyla karakterize edilen bir iç bileşen. TSSB mekanizmalarının kalıcılığını anlamada sıklıkla tartışılan bir konu travmatik hafıza fikridir. Kasıtlı olarak travmatik olayların tam bir hafızasını elde etmek çok zordur, ancak saldırgan anılar, travmatik olayın veya olayların bazı bölümlerinin yeniden tecrübe edilmesiyle istemsiz tetiklenir. Bu yeniden yaşanma, olay burada ve şu anda oluyormuş gibi alınan duyusal izlenimleri içerir. Bu duyusal izlenimler sırayla travmatik olaylara eşlik eden duyguları harekete geçirir. Duyusal izlenimler, başlangıçta travmatik olaylarla ilişkili olan fizyolojik duyumlarla ve duygusal özelliklere sahiptir. Travmatik hatıralar, bireyin zaman ve mekanı kavramasıyla karakterize edilir. Bu, en azından kısmen, travmatik olayların kasten ele geçirilmiş hatıraları ile olayların istemsiz bir şekilde benzer uyarıcıların müdahaleci ve istemsiz tetiklenmesi yoluyla yeniden yaşanması arasındaki sorunlu ilişkiyi açıklayabilir. Bu, TSSB hastalarında yaygın olarak görülen semptomlar olan müdahaleci hatırlama ve geri dönüşler, huzursuzluk ve depresyon, konsantrasyon güçlüğü ve uyuşma, uyarılma (kabuslarla uyku bozuklukları) ve kaçınma ile karakterize ciddi bozukluklar oluşturur (Daum, 2008).

ii) Nörobiyolojik belirleyici: Bu bağlamda, TSSB ve beyin fonksiyonu birçok çalışmada incelenmiştir. Literatürdeki ana varsayımlardan biri, asıl işlevi, bir olayın belleğinin farklı yönlerini belirli bir zaman, yer ve bağlamla bütünleştirmek veya bir araya getirmek olan Hippocampus'un işlevsizliğini ifade eder. Hipokampus stresli yaşam olayları altındaki hafıza fonksiyonundan sorumludur ve ayrıca korku yanıtlarının engellenmesinden de sorumludur. TSSB ile DEHB arasında yüksek bir komorbidite bulunmuştur (Stevens vd. 2008).

iii) Psikososyal belirleyici: Psikososyal stres, bireyin yakın çevresindeki, genellikle zarar verici, uyumsuz veya istenmeyen bir yapıya sahip psikolojik, nörobiyolojik veya sosyal değişiklikler meydana getirebilecek fiziksel, psikolojik veya sosyal olayları ifade eder. Bartley ve diğ. (1998) psikososyal stres ile hastalık arasında somatik hastalığın gelişmesine yol açabilecek doğrudan bir yol olduğunu göstermiştir. Psikososyal stresin birey üzerindeki etkisi, çevresel taleplerin ya da stresörlerin yoğunluğu ile olumlu dış ve iç faktörlerin mevcudiyeti arasındaki etkileşime bağlıdır. Yeterli başa çıkma stratejileri ve / veya destekleyici bir sosyal ortamın bulunmaması durumunda, psikososyal stres, uyumsuz, davranışsal ve bilişsel tepkilerle sonuçlanabilir. Tekrarlanan ve uzun süreli stres, özellikle birey daha önce yaşamın stres kaynağı olmaya devam eden travma geçirmişse, kümülatif bir etkiye sahiptir (Turner vd. 1995).

Özetle, birçok durumda, erken çocukluktan itibaren uzun süreli ve şiddetli duygusal travmalardan muzdarip kişiler arasında, kişiliğin uyumsuz bir şekilde değiştiği görülmektedir. Böyle bir sonucun varsayımsal olarak travma sonrası kişilik bozukluğu olarak adlandırılması gerektiğidir.

2.2 Bilişsel Duygu Düzenleme

Duyguların bilişler aracılığıyla düzenlenmesi, insan hayatında her daim yerini koruyacaktır. Bilişler ya da bilişsel süreçler, duyguların ve hislerin düzenlenmesinde oldukça fayda sağlamaktadır (Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001).

Olaylara karşı gösterilen duygusal tepkilerin değiştirilmesi veya duygusal bir tepkinin oluşturulması, duygu düzenleme kavramının içinde yer alır (Ochsner ve Gross, 2005). Duygu düzenleme kavramı, bireylerin sahip olduğu duyguları, duygulara karşı gösterdikleri tepkileri veya duyguları meydana getiren olayları inceleyen ve bunları değiştirmeye görevli tüm bilişsel süreçleri kapsar. Duygu düzenleme, duyguların düzenlenmesi ve bu değerlendirmenin davranışsal tepkiyi düzenlenmesi ile oluşur (Çelik ve Kocabıyık, 2014). Duygu kavramı bireylerin hayatlarının her aşamasında önemli bir role sahip olduğu gibi psikoloji biliminde de önemli bir yere sahiptir. Psikoloji başladığından beri James, Freud ve Darwin gibi önemli kişiler duyguları büyük bir heves ile

gözlemlemişlerdir (Gross,1998). Duyguları uyaran bilginin bilişsel yollar ile kontrol edilmesi B.D.D. kavramını ifade eder (Garnefski ve Kraaij, 2005). Bilime göre bireylerin düşünce ve davranışları zihinlerindeki bilgiyi işleme süreçlerine göre meydana gelir. Bir duygunun tecrübe edilmesi ve bu duygunun ne olacağına karar verilmesi bilimsel değerlendirmeler yoluyla gerçekleşir. Biliş ve duygu arasındaki işlevsel bir ilişki vardır ve bu iki yönlü ilişki birbirinden ayrı düşünülemez (Lazarus, 1991).

Bilişsel kuram, şimdiye kadar duyguların yönetilmesi ile ilgili ortaya atılmış bütün kuramlar arasında, deneyler ve günlük hayattan verilebilen örnekler bakımından en çok onaylanan kuram olarak dikkat çekmektedir. Bilişsel kuramda duyguların düzenlenmesinde bilişsel süreçler kullanılır. Bireyler bir olay ile karşı karşıya kaldıklarında duygusal bir tepki vermeden önce bilişsel stratejiler geliştirerek duygusal tepkileri yansıtır (Garnefski, Kraaij, Spinhoven, 2001).

Biliş kelimesi Latince “cognoscere” veya “bilmek” kelimesinden gelmektedir. Zekanın işleyişiyle ilgili demektir. Düşünme, öğrenme ve hatırlama süreçlerine verilen genel addır. Biliş” (cognition) terimi dünyayı keşfetmeyi ve anlamayı amaçlayan zihinsel aktiviteler anlamına gelir. Biliş kelimesinin nispeten “düşünme” (thinking) ile yakın anlamlı olduğu söylenilebilir (Malkoç, 2012: 97). Biliş, insan zihninin dünyayı ve çevresindeki olayları anlamaya yönelik gerçekleştirdiği eylemlerin tümünü kapsamaktadır (Erden ve Akman, 1995). Bandura yaşama meydan okurken hissedilen kendine yetme (self-efficacy) kavramını incelemiştir (Bandura, 1982). Bu içsel düşünce bizi oldukça pek çok şekilde etkileyebilir. Çalışmalar göstermiştir ki kendine yetme duygusu yüksek insanlar hayatlarındaki çok çeşitli olaylarla daha iyi başa çıkabilmektedirler. Bu bireyler karşılaştıkları zorlukları rahatlıkla geçebilmeyi isterler. Görevlerini her daim yerine getirmeye özen gösterir ve kendilerine güvenmeyi ihmal etmezler (Schultz, 506).

2.2.1 Duygu düzenleme stratejileri

Duygu düzenleme süreci hangi bireylerin hangi duygulara nasıl tepki verdiklerini ve bu duygulara sahip olduklarında bunları nasıl deneyimlediklerini ve ifade ettiklerini anlatır. Duygu düzenleme istemli ya da kendiliğinden

gerçekleşebilir. Başa çıkma, duyguları iyileştirmeyi veya pozitif duyguları teşvik etmeyi hedeflediği ölçüde duygu düzenleme kapsamına girer (Folkman ve Moskowitz, 2003). Farkındalığa varabilmek için kullanılan mola, durma ve sakinleşme gibi teknikler kendiliğinden meydana gelir. Reflekslerin vücudu koruduğu gibi zihnin de bu spontan ve spiritüel korumaya ihtiyacı vardır. Dikkat toplandıkça bu özellik işlemeye başlar. Ortalama bir ahlak değerine sahip kişilerin öldürmek gibi kötü davranış dürtüleri azalır. Dikkatin odaklanabilmesiyle birlikte bireyin ahlâkî hassasiyeti de artar (Thera, 2001). Duygularını tanımlayamayan bireyler son derece eksiktirler. Bir açıdan duygusal okur yazarlıktan eksik sayılırlar. Öz bilinç içsel bir kontrol merkezi işlevi görür, yaptığımız ya da yapmak üzere olduğumuz şeyin doğru olup olmadığını ölçer. Asıl sonucu hisler verir. Eğer eylem ile değer arasında ki denge sağlanamamışsa utanç, şüphe ve tedirginlik gibi duygular ortaya çıkar. Bu tür tedirginlikler bir duygusal çekim yaratarak, çabalarımıza engel olabilecek ya da onları baltalayabilecek hisleri uyandırır (Goleman, 1998).

Gross (2001) duyguların miktarının bazı stratejiler ile rahatlıkla ayarlanabileceğini ve düzene sokulabileceğini savunur. Duygu düzenleme başarılı bir şekilde gerçekleştiğinde iyilik halinin öne çıkmasına, aynı şekilde duygu düzenleme başarısız olduğunda ise bazı rahatsızlıklara sebebiyet olabilir.

B.D.D. stratejileri duygusal etkenleri kontrol etmenin bilişsel yolu olarak nitelendirilebilir ve başa çıkma tekniklerinin bilişsel parçasıdır. Başka bir ifadeyle B.D.D. teknikleri duygusal olarak uyarıcı olan durumlara karşı verilen bilişsel yanıtlardır (Aldao ve Nolen-Hoeksema, 2010). Garnefski, Kraaij ve Spinhoven (2002) dokuz farklı B.D.D. tekniklerini belirtmişlerdir. Bunlar: kabul etme, kendini suçlama, ruminasyon, olumlu yeniden odaklanma, plana tekrar odaklanma, olumlu yeniden değerlendirme, bakış açısına yerleştirme, felaketleştirme ve diğerlerini suçlamadır. Bu 9 stratejinin içeriği aşağıda açıklanmıştır:

- 1. Kabul etme: Edinilen tecrübelerin duyguları değiştirmek veya engellemek zorunda kalmadan kabullenmeye yönelik düşüncelerin olduğu bir B.D.D. tekniğidir. Bununla birlikte kazanılan deneyimlerin onaylanmasına odaklı bir bilişsel değişim bileşeni içerdiği söylenebilir (Wolgast, Lundh, Viborg, 2011). Tecrübelerden negatif durumların

onaylanması ve yine olan duruma bireyin kendini teslim etmesine yönelik düşünceler anlamına gelir (Carver, Scheier, ve Weintraub, 1989).

- 2. Plana tekrar odaklanma: Deneyimlenen negatif olayların karşısında hangi aşamaların izlenmesi gerektiği ve bu durumla ilgili düşüncelerdir. Eylem odaklı başa çıkmanın bilişsel parçası olsa da davranışın kendiliğinden izleneceği anlamına da gelmez. Planlı problem çözme hem biliş hem davranış odaklı maddeler içerir (Garnefski, Kraaij, Spinhoven, 2001). Tecrübelerden negatif durumların üstesinden gelmek için neler yapılması ve nasıl önlemlerin alınması gerektiğine yönelik düşünmeye işaret eder (Carver, Scheier, ve Weintraub, 1989).
- 3. Pozitif tekrar odaklanma: Karşı karşıya kalınan duruma rağmen o olayın neşeli taraflarını ortaya çıkarmadır. Uyumlu B.D.D. stratejileri içinde yer alan olumlu yeniden odaklanma kısa vadeli düşünüldüğünde başarılı olduğu ifade edilebilse dahi, uzun vadede uyuma engel teşkil edeceği düşünülmektedir. Gerçekleşen olayın düşünülmesinin yerine başka güzel, hoş olan konuların düşünülmesi anlamına gelmektedir (Endler ve Parker, 1990).
- 4. Pozitif Yeniden Gözden Geçirme: Anlam temelli bir dayanma stratejisi olarak değerlendirilen pozitif tekrar değerlendirme, stres veren yaşam olaylarının bireylere faydalı olacak biçimde yeniden şekillendirilmesi olarak tanımlanmaktadır. Çalışmalar olumsuzluklardan yararlanma eyleminin daha iyi sağlık sonuçlarıyla bağlantılı olduğunu göstermiştir (Garland, Gaylord, Park, 2009). Tecrübe edilen yaşamın pozitif taraflarına odaklanmak ve kişisel gelişime olumlu etki edecek düşünceler olduğuna işaret eder (Carver, Scheier ve Weintraub, 1989).
- 5. Bakış Açısına Yerleştirmek: Olayın ciddiyetini hafifletmek anlamındadır. Asıl olayın gerçekleşen diğer olaylarla karşılaştırılması yapılarak öneminin azaltılmasına vurgu yapar (Allan ve Gilbert, 1995).
- 6. Kendini suçlama: Bireyin yaşadığı olaydan kendisini sorumlu tutmasıdır. Negatif bir yaşam durumunda bireyin suçun kendisine ait olduğuna dair düşüncelerinin olmasıdır. Yaşanan olayın olumsuz

taraflarının üzerinde belirgin bir şekilde durmaya odaklanmasıdır (Sullivan, Bishop, & Pivik, 1995).

- 7. Diğerlerini suçlama: Karşılan durumla ilgili olarak yaşananlardan başkalarını sorumlu tutma düşüncesidir. Diğer suçlama davranışının oluşması bu stratejinin davranış problemleri ile ilgili olduğunu ileri sürer (Garnefski, Kommer, Kraaij, Teerds, Legerstee, Onstein, 2002). Yaşanılan olayda suçun başkalarında veya çevrede olduğuna ilişkin düşünceler (Tennen ve Affleck, 1990).
- 8. Ruminasyon: Olumsuz bir durum tecrübe edildiğinde soruna cevap verme biçimi olarak, yaşanan olayın neden ve sonuçlarına sürekli olarak pasif bir şekilde odaklanma yöntemi olarak ifade edilmektedir (Berman, Peltier, Nee, Kross, Deldin, Jonides, 2011). Olumsuz bir olayla bağlantılı olarak duygu ve düşüncelerin sürekli ve düzenli olarak aklı meşgul etmesi olarak ifade edilmektedir (Nolen-Hoeksema, Parker, ve Larson, 1994).
- 9. Felaketleştirme: Büyük ölçüde yönlü olarak abartılmış uyarılara odaklanma olarak ifade edilir. (Börsbo, Peolsson, Gerdle, 2008). Tecrübe edilen olayın olumsuz durumlarına odaklanma, yanlış düşüncelere sahip olarak olay her şeyin sonuymuş gibi düşünülmesidir.

Araştırmaya göre ruminasyon ve bastırma stratejileri depresyon ve anksiyeteye olumlu bir ilişkiye sahipken, yeniden değerlendirme ve problem çözme negatif yönde ilişki göstermiştir. Ayrıca kabul, kaygı ve depresyonla anlamlı bir ilişki göstermezken, kaçınma ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Aldao, Hoaksema, ve Schweizer, 2010). Olumlu yeniden değerlendirme, olumlu yeniden odaklama, perspektife koymak, ruminasyon, duygusal materyale olan dikkatin sürdürülememesi, duygusal materyalin işlenmesinde çabanın sürdürülme yeteneğinin azaltılması, değerine bakılmaksızın, dikkatin yoğunlaştırılması ile ilgili sorunlar dahil olmak üzere duygusal-motivasyonel eksikliklerle ve dikkatle kontrol ile ilgili problemlerle ilgili olabilir. Ayrıca, duygusal-motivasyonel eksiklikler, duygusal düzenlemeye dahil olan duygusal-üretken süreçleri etkileme hedefini harekete geçirme yeteneğini zayıflatır (Gross vd., 2011).

B.D.D. stratejilerini adaptif olan stratejiler ve adaptif olmayan stratejiler olarak 2'ye ayırabiliriz. Adaptif olanlar, bakış açısına yerleştirme, kabul, plana tekrar odaklanma, olumlu yeniden odaklanma ve olumlu yeniden değerlendirme stratejileridir. Kendini suçlama, ruminasyon, diğerlerini suçlama, felaketleştirme ise adaptif olmayan stratejilerdir. (Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001).

2.2.2 Duygu düzenleme güçlüğü

İşlevselci yaklaşım da verilen duygusal tepkilerin sosyal bağlamla ya da bireyin davranış ve psikolojik işlevselliği ile uyumsuz olmasını duygu düzenleme güçlüğü işaretleri olarak ele almaktadır (Han ve Shaffer, 2013). Başka bir deyişle, hayatımızdaki çeşitli durumlar hakkında özel düşüncelerimiz var. Bu düşünceler, durumun kişisel bir yorumudur ve nasıl tepki verdiğimizi ve olumsuz veya olumlu bir şekilde nasıl tepki vereceğimizi etkileyebiliriz. Aynı durum farklı insanlarda farklı düşünce ve duygulara yol açabilir. Bilişsel yeniden değerlendirme, daha iyi hissetmek için nötr ya da olumlu (faydalı) düşünceler bağlamındaki bir durumdaki olumsuz (yararsız) düşünceleri analiz etmeye ve dönüştürmeye odaklanan köklü bir tekniktir.

Ruhsal dengenin bozulmasının en temel sebeplerinden biri bireyin hayattan soğuması ve hayata hiçbir etkinlik göstermemesidir (Hökelekli, 2001:249). İnsan hayatı boyunca farklı farklı zorluklarla karşılaşır. Bazen güler, bazen üzülür, bazen ise ümitsizliğe kapılır. Ümitsizlik ise insanı karamsar yaparak depresyona, depresyon ise bireyin hayata olan inancının azalmasına ve intihara neden olabilir (Peker, 2010: 206). Eğer heyecanlı ve telaşlı bir hayat bizi sinirlenmeye ve öfkelenmeye eğilimli yapmışsa, bu duyguları tanıyarak kendimizi kontrol etmeyi öğrenebiliriz. Yaşadığımız olumsuz deneyimler bizim toplumla ilişkimizi bozuyorsa sosyal beceriler kazanarak bunun önüne geçebiliriz. (Shapiro, 2004). Bradbury ve Shaffer (2012) genç yetişkinler üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmada ise çocukluk döneminde duygusal ihmale maruz kalan bireylerin, mevcut romantik ilişkilerinde diğer bireylere göre daha fazla sorun yaşadıkları sonucuna ulaşmış ve bunun sebebi olarak da duygusal istismar ve ilişki memnuniyeti arasında aracı bir rol oynayan duygu düzenlemede görülen güçlükleri göstermişlerdir.

Lilly ve Lim (2013)'in gerçekleştirdiği bir araştırmada duygu düzenleme konusunda yaşanan zorluklarla ilişkili olarak somatizasyon, depresyon ve travma sonrası stres bozukluğunu anlamlı bulmuşlardır. Bu araştırmaya göre bilişsel duygu düzenleme, stratejileri, incelenen tüm ruhsal bozukluklarda öncü yordayıcı olarak tanımlanabilir. Bununla beraber duygularını kontrol etme ve çevreyi algılayabilme tutumlarının ruhsal sağlık üzerine etkilerinin, kaygılı bağlanma tarzını ve somatizasyonu ortaya çıkardığı da belirtilmiştir.

Yetişkinlik ve çocukluk döneminde çeşitli klinik görünümlere sahip olmakla birlikte birçok davranış ve uyum sorunu ile bağlantılı olduğu düşünülen duygu düzenleme becerilerinin çocukluk çağı aile içi etkileşimleriyle şekillendiğinden söz edilmektedir (Hourigan, Goodman, Southam-Gerow, 2011; Thomassin, Suveg, Davis, Lavner ve Beach, 2015).

Durum seçme ve durum değerlendirme süreçlerinin birbirinde farklı olarak algılanması oldukça güçtür; ancak durum değiştirme, etkili bir biçimde yeni bir durum arayışına girme olarak ifade edilebilir. Durumları içsel ve dışsal olarak düşündüğümüzde durum değiştirme, fiziksel çevrenin ve bireyi dışarıdan etkileyen koşulların değiştirilmesi olarak belirtebiliriz. İçsel olarak gerçekleştirilen değişiklikleri bilişsel değişiklikler olarak ele alıp durum değiştirmeye dahil etmeyiz (Gross ve Thompson, 2007). Yetişkin bireylerle yapılan başka bir araştırmada ise çocukluk çağı travmalarının sebebi olarak duygu düzenleme ve depresif belirtiler gösterilmiştir. Duygusal istismar ve depresif belirtiler arasında duygu düzenleme bozukluklarının aracı bir rol olduğu belirtilmiştir (Crow, Cross, Powers ve Bradley, 2014).

2.2.3 Duygu sosyalleştirme

Bireyin kendi duygularını ve başkalarının duygularını tanıma, anlama, kabul etme, farkında olma, uygun bir biçimde ifade edip düzenleme becerisi olarak tanımlanan duygusal yetkinlik düzeyinin, çocukluk dönemi duygusal ve davranışsal sorunlardan yetişkinlik dönemi eş seçimlerine kadar, geniş bir gelişim dönemi ve sorun yelpazesini etkilediğinden söz edilmektedir (Mathews, Koehn, Abtahi, Kathryn ve Kerns, 2016;

Ruhi kişilik ve dengelilik bütünleşmesi, bu davranış özelliklerinin yerleşmesi ölçüsünde gelişip tamamlanır. Ayrıca hayırseverlik ve empati duygusu başarılı

bir sosyal yaşam için olması gerekenlerdir. Böylece, hem tedavi edici ve hem de sağlığın koruyucu unsurlarına destekleyici etkenler olarak etkide bulunurlar (Hökelekli, 2001:249) Duygular nitelik ve nicelik bakımından farklı olabilirler. Bu duruma duyguların şiddeti denir. Aynı duyguların şiddeti, değişkenlerinin farklı olması verilen tepkilerinde farklı olmasına yol açar (Köknel, 1995).

Garnefski, Kraaij ve Spinhoven'a (2001) göre duygu düzenleme, sosyal, bilinç ve bilinç dışı bilişsel süreçleri de içeren geniş bir kapsamda ele alınmaktadır. Örnek vermek gerekirse fizyolojik açıdan nefes alışverişlerinin hızlanması gibi belirtiler duyguları etkiler. Sosyal olarak incelendiğinde ise duygular, kişilerin kendilerini destekleyecek kişilerarası ve maddi kaynaklara ulaşmaya çalışması ile düzenlenirken; davranışsal açıdan davranışsal başa çıkma cevaplarının sayesinde düzenlenmektedir. Çığlık atmak, bağırarak gibi ortaya konan duygusal tepkiler duygularla başa çıkabilmek için gerçekleştirilir.

Olumlu duygusal yaklaşımlar ile çocukların akranlarıyla olan ilişkilerindeki sorunlar arasında ters açıdan bir ilişki olmalıdır. (McElwain, Halberstad ve Volling, 2007). Gross'a (1999) göre hedefin duyguları yoğunlaştırma ya da azaltma olduğu durumlar çeşitlilik gösterebilir. Duyguları düzenleme süreciyle duyguların şiddet seviyelerini etkilediği durumlar; (1) iyi değerlendirilmeden oluşan duygusal tepkiler, (2) işlevsel olmayan tepkilere neden olan duygusal yaşantılar gibi örneklendirilebilir.

2.2.4 Duygu yönetimi

Birey gün içinde, çeşitli eylemler gerçekleştirir, ancak geçen zamanın farkında olmadığı, yaptığı işleri ne zaman yaptığını anlamadığını görür. Bu durumu yaşayan bireyler, yaşadığı zamanı bilinçli bir şekilde yaşamayan, otomatik pilotta yaşamını sürdüren bireylerdir (Demir Çelebi, 2014). Her yaş grubunda bireylerin karar verme aşmasındayken yardıma ihtiyacı vardır (Gladding, 2013: 5-6). Sabır, insanı duygusal açıdan zorlayan durumlar karşısında dayanma anlamına gelen bir kavramdır (Doğan, 2017: 270). "Sabır; acı, dert ve problemleri atlatmak için direnmek, dayanmak, karşı koymak ve başa çıkmaktır." (Işık, 2013). Yoğun duygular iyi bir şekilde yönetilmediğinde dayanıksızlık ortaya çıkar ve bunun sonucunda insanı yenik düşürür. Ek olarak duyguların kötü yönetilmesi insan sağlığını olumsuz etkileyebilir.

Bilişsel duygunun genel olarak evrensel olduğu düşünülse de; bireylerin hayat deneyimlerine göre düzenledikleri duygular, bireysel farklılıkların ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu nedenle bilişsel duygu düzenleme, akıl sağlığına etkileri düşünüldüğünde büyük önem taşıdığı düşünülebilir. Genel olarak incelendiğinde de ruminasyon, felaketleştirme ve kendini suçlama gibi stratejileri kullanan bireylerin, duygusal problemler karşısında diğer bireylere göre daha savunmasız oldukları görülmektedir (Garnefski ve Kraaij, 2006)

Bilinçli ve bilinçsiz duygu düzenlemenin ayrımı “kontrol edilebilme düzeyi” olduğu söylenilebilir. Bu açıdan bir ayrım yapılması farklı bilinç düzeyindeki insanların farklı etkileneceği düşünülebilir. Bütün sözü edilen ayrımlar düşünüldüğünde, söz konusu kavramın içeriğini yansıtmaya açısından daha net sınırlar çizeceği belirtilmektedir (Gross, 1999).

Meditasyon gibi odaklanma eylemleri bireylerin zihinsel rahatlamaya ulaşarak duygularıyla yakın temas edebilmesine olanak sağlar. Odaklanma, bireylerin kendi ruhuna ulaşmasını sağlayan yansıtıcı bir süreçtir. (Moberg, 2012). Daha sonraki süreçte yaşanan olayları yorumlamak yerine gözlemci konumunda yer alması, analiz etmek yerine yeni yaşantılara “hoş geldin” diyebilmesi gibi davranışlar sergileyebilmesi için çalışır. Çeşitli metaforlara dayanarak yargısızlık sağlanılabilir.

Kazanılan iç disiplin, insanı sosyalleştirmekte, yaşanan olaylara karşı mücadele gücü vermekte, oto kontrolün sağlanmasına olanak sağlamakta, bireylerin içsel iletişimini arttırmakta ve kötü alışkanlıklardan uzaklaştırmaktadır. Bütün bu özellikler ruh sağlığının sağlanmasında olmazsa olmazlardandır (Hökelekli, 2001, s. 249). Gerçekleştirilen birçok etkileşim, ibadet ve dini inanç ritüellerinin stres ve gerilimlerle başa çıkmada insanlara dayanıklılık verdiğini vurgulamaktadır (Peker, 2010: 206).

2.2.5 Duygusal ve sosyal zekâ

Çağdaş duygu kuramlarının ise duyguların karar verme aşamasını kolaylaştırıcı ve önemli durumlara ilişkin hafızayı arttırıcı, bireyler arası etkileşimi arttırıcı rolleri bağlamında motor, fizyolojik ve davranışsal tepkilere hazırlayıcı özelliğine etkide bulunduğu görülmektedir (Kring ve Sloan, 2010). Duygusal zeka; kişiyi zorluklara karşı destekleyen, oto kontrolü sağlama açısından

destekleyen, duyguları düzenleyen, insan ilişkilerini destekleyen ve umutlu olmayı sağlayan yeteneklerdir (Erkuş, 2001). Duygular ve çatışma arasında kuvvetli ilişki, bizleri duygusal zeka kavramına yönlendirmektedir. Duygusal zeka, bireyin empati kurma, kendisinin zayıf ve güçlü yönlerini bilme, duygularını kontrol edebilme becerisidir. Duygusal zekası yüksek olan bir birey, duygusal zekası düşük olan bir bireye göre çatışma durumunda empati kurabilme ve en zor durumlarda dahi iletişim kurabilme becerisine sahip olacaktır. Ayrıca kendine hakim olabildiği için çatışmanın seviyesini yükseltmeyecek ve çatışmanın ortadan kaldırılması konusunda büyük bir adım atmış olacaktır. Örnek vermek gerekirse, oldukça yüksek bir duygusal zekaya sahip bireyin, duygusal zekası düşük takımlara göre iş performansları daha fazla olmaktadır. Bu takımların performansının sebebi, takım içerisinde çatışma durumu meydana gelse bile daha çabuk bir şekilde bu durumu çözüme ulaştırabilmeleridir. Ayrıca takım üyeleri birbirlerinin fikirlerine saygı göstermektedir. Böyle bir ortamda alınan kararlara saygı gösterilip hızlı bir şekilde uygulamaya geçilebileceğinden ötürü duygusal zekası yüksek takımların performansı yükselmektedir (Jordan ve Troth, 2004).

Duygusal zekanın bir oluşumu olan kendini tanıma ve duygularının farkına varma, duygusal zekanın gelişmesine olanak sağlar. Bu sebeple dua bireylerin duygusal zekalarına olumlu katkı sağlar (Goleman, 2000: 65). Kindi'ye göre mutluluk duygusal açıdan değil akli açıdan istenilen bir duygudur. Gerçek zevk geçici değil nefsin isteklerinden temizlenmiş ilahi bir keyiftir (Köse ve Ayten, 2012, s.87-88). Duygusal zeka duyguları kontrol etmeden başı boş bırakmak ya da içini boşaltmak anlamına gelmez. Tersine, duygularını uygun ve etkili bir şekilde ifade edip yöneterek, insanların aynı hedefler doğrultusunda birlik olmalarını sağlar (Goleman, 1998). Duygusal zekası yüksek olan insanlar güvenilirlik açısından (Goleman, 2000);

- Ahlak kuralları çerçevesinin dışına çıkmadan hareket ederler.
- Açık sözlü olduklarından ötürü güven oluşturlar.
- Kendi hatalarını her zaman kabullenirken başkalarının ahlaka aykırı hareketlerine karşı çıkarlar.
- Herkesin hoşuna gitmese de kararlı ve ilkeli tavır sergilerler.

Vicdanlılık açısından;

- Taahhütlerine uyar ve sözlerini tutarlar.
- Amaçlarını gerçekleştirmekten kendilerini sorumlu tutarlar.
- Düzenli ve dikkatli çalışırlar.

Duygusal zekanın bilinen tanımlarından biride, bireyin kendisinin ve diğerlerinin duygularıyla bağlantı kurabildiği, duygular arasındaki ayrımı yapabilmeyi ve insan ilişkilerinde rehberlik edebilmeyi sağlayan bir sosyal zeka çeşidi olduğu belirtilmiştir (İşmen, 2001). Mihalca ve Tarnavska (2013) tarafından gerçekleştirilen bir çalışma sonucunda da, sosyal işlevsellik bakımından sorun yaşayan kişilerin, bulundukları durumu kabul etme ve suçlama stratejilerine başvurdukları görülmüştür. Özellikle felaketleştirmenin, sosyal işlevsellikle ilgili problemlerde büyük etkilerinin olduğu vurgulanmıştır.

2.3 Saldırganlık

Saldırganlık insanın temel dürtülerinden biri olarak düşünülmektedir. Saldırganlık, kavramı inceleyen kuramlar ve etkileri bağlamında aşağıda ele alınmıştır.

2.3.1 Saldırganlığın tanımı

Psikolojide ve diğer sosyal ve davranış bilimlerde, saldırganlık, zarar vermeyi amaçlayan davranışları ifade eder. Bu olgu çatışmaların bir sonucu olarak ortaya çıkar. Çatışma ve insan, günlük yaşamda birbirinden ayrılamayan iki kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Özdemir, 2012). En yaygın saldırganlık çeşitlerinden biri olarak sınıflandırılan fiziksel saldırganlık; kişisel hakaretlere yâda provokatif davranışlara tepki vermek amacıyla gerçekleştirilen fiziki müdahale olarak tanımlanır (Gladue, 1994).

Toplumsal psikoloji açısından çatışmayı incelediğimizde, gerginlik sonucu ortaya çıkan ve fizyolojik veya sosyal-psikolojik ihtiyaçların giderilmesine engel olan bir olgudur (Tınaz, 2011). Şiddet veya fiziksel kuvvetin ölüm, sakatlık gibi büyük etkileri olan şeyleri bir birey ya da bir gruba karşı kasıtlı olarak kullanmasıdır (Barrios ve Sleet, 2004).

Maddi hasar ve diğerk yıkıcı davranışlar da saldırganlık tanımına girebilir. Saldırganlık, atılğanlık ile aynı şey değildir. Yanlışlıkla verilen zararlar saldırganlık olarak tanımlanmamaktadır. Psikoloji ve diğerk sosyal ve davranış bilimlerinde, saldırganlık zarar veya acıya neden olan davranışları ifade eder. Saldırganlık hem fiziksel hem de sözel olabilir. Bu davranış, zarar veya acıya neden olmasa da saldırganlık olarak sınıflandırılabilir. Mülkiyet hasarı ve diğerk yıkıcı davranışlar da saldırganlığın tanımına girebilir. Sosyal psikologlar saldırganlığı, zarar görmeyi istemeyen bir başka kişiye zarar vermeyi amaçlayan davranışlar olarak tanımlarlar (Baron ve Richardson, 1994). Niyet algısıyla incelendiğinde saldırganlık gibi görünen şey, bir diğerk kişi tarafından saldırganca görünmeyebilir. Bu sebeple saldırganlık niyet ile alakalı olsa da saldırganca davranış değişmez. Buna rağmen kasıtlı zarar, kasıtsız zarardan daha kötü algılanmaktadır (Ames ve Fiske, 2013).

Saldırganlık, tüm davranış bilimlerinde en yanlış anlaşılan kavramlar arasında yer alır. Genel olarak kamuoyunda anormal davranış biçimi olarak görüldüğü gibi, ahlaki dürtülerin, bilişsel kontrolün kritik ihtiyacında ve ilgili herkes için olumsuz sonuçları beraberinde getirdiğı, elverişsiz ve stresli koşullar olarak görülen çatışma durumlarıdır (Huber ve Brennan 2011). Saldırganlık insanlarda ve hayvanlarda her yerde görülen bir olgudur ve alt grupları, politik, sosyoekonomik, kültürel, nörobiyolojik ve psikolojik de dahil olmak üzere çok faktörlü olarak kabul edilir. Saldırganlık sinir devreleri ve bu devrelerin gelişimini destekleyen genetik mekanizmaların sonucudur (Numan, 2015).

İnsanın bulunduğu her yerde çatışmanın meydana geleceğı ifade edilmektedir. İnsanlar sosyal birer varlık olduğundan ötürü çatışma ve insan kavramları sık sık bir arada kullanılmaktadır (Özdemir, 2012). Şiddet, bir bireye fiziksel veya duygusal olarak zorlama yaparak, o bireyin rızası dışında kararlar almaya zorlamaktır. Şiddet uygulama kaba kuvvet, zorlama, fiziksel veya psikolojik işkence gibi şekillerde uygulanabilir. Daha kısa ifade etmek gerekirse, bireye zarar verip acı çekmesini sağlayacak her türlü psikolojik ve fiziksel davranış şiddettir (Artun, 1996). Uzmanlar saldırganlığın sadece fiziksel olarak değil sözlü olarak gerçekleşebileceğini de kabul ederler. Bu sebeple bir kişiye söylenen hakaretin de saldırganlık olduğu bilinmektedir. Fiziksel saldırganlık, bireylerin diğerk bireylere fiziki açıdan zarar vermesi olarak tanımlanabilir –

örnek vermek gerekirse yumruklamak, tekmelemek gibi. Fiziksel olmayan saldırganlık, fiziksel zararı bünyesinde barındırmayan saldırganlıktır. Fiziksel olmayan saldırganlık, başkalarının sosyal çevresine kasıtlı olarak zarar verme ve sözlü saldırganlık olarak tanımlanabilir. Örnek vermek gerekirse arkadaşlıktan dışlamak ve dedikodu yapmak verilebilir (Crick & Grotpeter, 1995). Fiziksel saldırganlıkta taraflar arası fiziki müdahaleler ve çatışmalar söz konusudur. Sözel saldırganlık ise zorlamalara, ihlallere, baskılara karşı verilen sözel tepkiler. Saldırganlıktan kaçınmak ise herhangi bir şekilde gerçekleşen bir çatışmadan her türlü uzaklaşma eylemidir (Gladue, 1994).

Çatışma sürecinde birinci aşama koşulların bireyde veya bireylerde hayal kırıklığı oluşturmalarıdır. Beklentiler ve amaçlanan hedefler gerçekleştirilememişse potansiyel uyuşmazlığın objektif düzeyde ortaya çıkması kaçınılmazdır. İkinci aşama ise, mevcut potansiyel nedenlerin anlaşılması ve benimsenmesi bağlamında gerçekleşen algılama ve kişiselleştirme evresidir. Davranışlar sergilenip gözlenebilir düzeye ulaştığında, çatışmanın üçüncü aşaması olan, davranış aşamasına ulaşılmıştır. Üçüncü aşamaya gelmiş bir çatışma sürecinde, artık açık çatışma boyutuna ulaşılmıştır (Tınaz, 2011).

Kızgınlık ve öfke duygularını kontrol etmek oldukça zordur. Öfke duygusunun bulaşıcı olduğu söylenebilir. Karşısındaki bireyin öfkeli bir ifade sergilemesi bireyin kontrolünü güçleştirmektedir. Duyguları dışarı vurmak, fiziki şiddete yönelik eylemler gerçekleştirmek, bağırma gibi davranışlarda bulunmak öfkenin giderilebilmesi için kullanılan davranışlardan bazılarıdır (Bayrak, 2012). Öfke duygusu ile ilgili yapılan araştırmalarda, bireylerin öfke olaylarında %40 oranında fiziksel şiddete eğilimli oldukları ve %83 oranında fiziksel şiddete eğilimli oldukları, %10 oranında ise olayların saldırgan hareketlerle sonuçlandığı belirlenmiştir (Averill, 1983; akt. Bayrak, 2012). Saldırganlığı genellikle vurma ya da itme gibi fiziksel eylemler olarak düşünürken, psikolojik saldırganlık da kişilere zarar verebilir. Başka bir kişiyi sindirmek ya da sözlü olarak öfkelenmek, sözel, zihinsel ve duygusal saldırganlık örnekleridir. Saldırganlık, aşağıdakileri içeren bir dizi farklı amaca hizmet edebilir (Baron ve Richardson, 1994):

- Öfke veya düşmanlığı ifade etmek

- Egemenliği savunmak
- Sindirmek veya tehdit etmek
- Bir hedefe ulaşmak için
- Bulundurmak için
- Korkuya bir cevap
- Acıya bir tepki
- Başkalarıyla rekabet etmek

2.3.2 Saldırganlık kuramları

2.3.2.1 Psikanalitik kuram

İlk defa Darwin, hayatta kalmak için gerekli olan saldırganlığın öfkenin içinde bulunduğunu ifade etmiştir. Saldırganlığın haz arayışındaki davranışlara engel olduğunu Freud ifade etmiştir. Freud’a göre, duyguların dışa aktarılamaması bireye zarar verir.

Freud’a göre dışa vurulamayan her türlü saldırganlık duygusu içeri atılır. Bu durum insanlarda birçok rahatsızlığa yol açmaktadır. Darwin ve Freud’un teorilerini bir araya getiren Konrad Lorenz, öfkenin herhangi bir zamanda gerçekleşebileceğini savunmuştur. Dürtü, bir uyarılma ve gerginlik durumudur. Freud’a göre dürtü; içsel duyguların düzenlenmesi ve enerji kaynağı olarak kullanılan ruhsal bir olgudur. (Bayrak, 2012).

İnsanların dürtü kuramlarını eleştirmesi neticesinde araştırmacılar görgül olarak denenebilecek modeller yaratmaya yöneltmiştir. Bu arayışlardan en önemli olarak nitelendirilebilecek olanı engellenme ve saldırganlık duygusudur. Engellenme; bir hedef doğrultusunda gerçekleşen eylemlere yapılan müdahalelerin tümü olarak tanımlanmaktadır. Bu açıdan bireyler çok fazla engellenme ile karşılaştığında saldırganlık yolunu seçerek karşısındakini yenmeye çalışır (Bayrak, 2012). Freud, saldırganlığın insanın doğumundan itibaren içinde var olduğunu ve saldırganlığın yıkıcı etkisini vurgular. Freud, saldırganlık ve öfke duygularını, ölüm ve yaşam içgüdüleri olarak görmektedir (Geçtan, 1990). Freud’a göre, duygu yaşantısının temeli, psişik enerjinin açığa çıkmasıdır.

Freud'a göre, saldırganlık davranışları oral dönem saplantısı yaşayan kişilerde yoğun bir şekilde gözlemlenmektedir. Öfkenin temel gelişim süreçlerinden biride anal dönemdir. Bu kurama göre, tuvalet alışkanlığı kazanan çocuk anüs bölgesindeki yoğunluğu boşaltmaktan duyduğu doyumunu ertelemek mecburiyetinde kalmaktadır. Bebeğin haz duygusunu ertelemesi konusunda sert ve caydırıcı ceza yaklaşımları, bebeğin öfkelenmesine neden olmaktadır. Bebek öfkesini hemen dışa vurmak isterse, dışkısını tutmama davranışı gösterir. Bu tarz davranışlarla anne ve babasını cezalandırmayı hedefleyen çocuk, gelecekte de öfkesini içine atarak pasif saldırganlık yolunu seçer. Anal dönemdeki saplantılar, saldırganlık davranışlarıyla kişinin yapısını oluşturur (Köknel, 2000). Freud, insan kişiliğinin ilk beş yıldaki dönemler neticesinde oluştuğunu ifade etmektedir. Bu dönemde bu evrelerde gerçekleşen problemler yetişkinlik döneminde de tekrarlanmaktadır (Gürsel, 1997).

2.3.2.2 Biyolojik kuramlar

Saldırganlığın oluşum nedenlerinden biride biyolojik temelli kuramlardır. Bu kuramlardan biri, merkezi sinir sistemi ile endokrin sistemi anomalilerinin, hormonsal düzensizliklerin, beyin hasarlarının, nöropsikolojik faktörlerin ve ayrıca gen kombinasyonlarının saldırganlığa yol açtığını öne sürmektedir (Aronson, Wilson, Akert, 2005). Darwin'in gözlemlerine göre yüz ifadeleri evrenseldir. Darwin'e göre, yüz ifadeleri, genetik özellikler taşımakla birlikte babadan oğula aktarılır. Bireylerin öfkeli olup olmadıkları yüz ifadeleriyle rahatlıkla anlaşılabilir. Eğer bireyler öfkeli davranışlar sergiliyorsa onlara nasıl yaklaşılması gerektiği ile ilgili stratejiler geliştirilebilir. Bireylerin duygularının oluşmasını sağlayan ve şiddetleri etkileyen biyokimyasal yapılar vardır. Biyolojik temelli kuramlar, öfkelenmenin ana temelinde merkezi sinir sisteminin olduğunu vurgulamaktadır. Beynin yanlış algılaması, kalıtsal ve hormonsal problemler öfkelenmeye sebebiyet verecek bir durum olmamasına rağmen öfke duygusunun oluşmasına neden olabilir. Bu kurama göre öfke, bütün bireylerde mevcuttur ve herhangi bir şekilde açığa çıkabilir (Bayrak, 2012). İnsanların doğuştan gelen saldırgan eğilimlerine başkalarına karşı en azından bazı durumlarda saldırgan olma kabiliyetinin temel insan yapımızın bir parçası olduğu inancı, evrimsel psikoloji ilkeleriyle tutarlıdır. Kendini koruma ve geliştirme hedefi bazı durumlarda başkalarının bize ve umursadıklarına zarar

vermemesini gerektiriyor. Sosyal statünün tehdit altında olduğunu hissedildiğinde agresiflik ortaya çıkabilir. İnsanların belirli durumlarda agresifleşmesi gerekir ve doğa bize bu becerileri kazandırmıştır. Ancak bu durumlar sosyal hayatta çoğu zaman kontrol edilmeyi gerektirir (Buss ve Duntley, 2006).

Biyolojik yapıyla duyguları açıklayan James Lange kuramı, öfke yaşantısının oluşumunu açıklamaktadır. James Lange'e göre duygusal yaşantının dört temel ögesi vardır: (1) İçinde bulunulan durumun anlaşılması. (2) Uyarıların merkezi sinir sisteminden iç organlara aktarılması. (3) Vücuttaki değişimlerden sonra duyarlılığın beyne geri dönmesi. (4) Geriye dönen uyarılmanın algılanan orijinal uyarı ile kortikal yapı tarafından birleştirilerek algılanması ve "nesne duygusal olarak hissediliyor" mesajına dönüşmesi (Köknel, 2000). Bilim adamları, beynin çeşitli alanlarının saldırganlık üzerindeki etkilerini test etmeye devam ederken, saldırganlığı doğrudan düzenleyen veya etkileyen iki alan bulunmuştur. Amigdalanın saldırganlığa neden olan bir alan olduğu görülmüştür. Amigdalanın stimülasyonu artırılmış agresif davranışla sonuçlanırken, bu alandaki lezyonlar kişinin rekabetçi tavrını ve saldırganlığını büyük ölçüde azaltır. Bir başka alan olan hipotalamusun saldırganlıkta düzenleyici bir rol oynadığına inanılmaktadır. Hipotalamusun elektriksel olarak uyarıldığında agresif davranışa neden olduğu fakat daha da önemlisi, nörotransmitterlerin serotonin ve vazopressin ile etkileşimlerine dayanarak saldırganlık seviyelerini belirleyen reseptörlere sahip olduğu gösterilmiştir (Gibson, 2002). Bu tür davranışlar, başka bir kişiye fiziksel veya zihinsel olarak zarar verme üzerine odaklanır.

Korkuyu deneyimlememize yardımcı olmasının yanı sıra, amigdala ayrıca korku yaratan durumlardan da öğrenmeye yardımcı olur. Amigdala, olumlu sonuçlara cevaben, aynı zamanda olumsuz olanlara ve özellikle tehdit ve korku uyandırıcı olduğu düşünülen uyarılara tepki olarak aktive edilir. Tehlikeli olaylarla karşılaştığımızda, amigdala beyni durumun ayrıntılarını hatırlamaya ve böylece gelecekte bundan kaçınmayı öğrenmeye teşvik eder. Amigdala tehlikeyi algılamamıza ve bunlara cevap vermemize yardımcı olsa da, bu da saldırganlığa yol açabilir, ancak beynin diğer kısımları saldırgan eğilimlerimizi kontrol etmeye ve engellemeye yarar. Olumsuz duygularımızı ve saldırganlığımızı

kontrol etmemize yardımcı olan bir mekanizma, amigdala ve prefrontal korteksin bölgeleri arasındaki sinirsel bir bağlantıdır (Gibson, 2002).

Cinsiyet hormonlarının saldırganlık davranışlarına etkisinin olduğu düşüncesi, biyolojik kuramın desteklediği bir görüştür. Bu alanda yapılan çalışmalar neticesinde özellikle testosteron hormonunun pozitif yönde bir ilişkisinin olduğu ortaya çıkmıştır (Aronson, Wilson, Akert, 2005). Saldırganlık oluşturmada hormonlar da önemlidir. Bu bakımdan en önemlisi, hem hayvanlarda hem de insanlarda artan saldırganlıkla ilişkili olan erkek cinsiyet hormonu testosterondur. Çeşitli hayvanlar üzerinde yapılan araştırmalar, testosteron düzeyleri ve saldırganlık arasında güçlü bir ilişki bulmuştur. Bu ilişki insanlar arasında hayvanlar arasında olduğundan daha zayıf görünmekle birlikte yine de önemlidir (Dabbs, Hargrove ve Heusel, 1996). Her ne kadar testosteron düzeyleri erkeklerde kadınlardan daha yüksek olsa da, testosteron ve saldırganlık arasındaki ilişki erkeklerle sınırlı değildir. Çalışmalar ayrıca kadınlarda testosteron ve saldırganlık ile ilgili davranışlar (rekabet gücü gibi) arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir (Cashdan, 2003). Erkeklerin fiziksel saldırganlığa maruz kalma olasılığı kadınlardan daha fazladır. Araştırmacılar kadınların fiziksel saldırganlığa katılma ihtimalinin daha düşük olduğunu bulsalar da, kadınların sözel saldırganlık, ilişkisel saldırganlık ve sosyal reddetme gibi fiziksel olmayan formları kullandıkları belirtilmektedir (Dabbs, Hargrove ve Heusel, 1996).

2.3.2.3 Davranışçı kuramlar

Davranışçı kuram öfkenin engelleme ve saldırganlıkla birlikte ele alınması gerektiği düşüncesini savunur. Davranışçılara göre, saldırganlığa verilen tepkilerin diğer davranışlar gibi gözlemlene neticesinde öğrenilir. Özellikle insanlar engellenme durumlarına karşı saldırgan tepkilerin verildiğini çevrelerinde öğrenmektedir. Daha önceden bu davranışlara verilen tepkiler kabul gördüğünde bu durumu gözlemleyen insanlarda aynı davranışı sürdürür. Öfke diğer duygular gibi refleksif bir yapıya sahiptir. Bireyler beklenmedik bir durumla karşılaştığında tecrübelerine dayanarak daha önce gözlemlediği tepkiyi güvenli bir kaçış yolu olarak görür ve bu tepkiyi örnek alır (Bayrak, 2012). Saldırganlığın nedenlerinden biri olarak duygusal yaşantılar gösterilmektedir. Davranışçı kuram, pek çok olumsuz duyguyla birlikte engellenme duygusu

saldırgan davranışların meydana gelmesine sebebiyet verdiği görüşünü savunur (Loeber ve Hay, 1997). Daha fazla saldırganlık biçimlerine tanıklık eden insanlar, bu tür şiddet ve düşmanlıkların sosyal olarak kabul edilebilir olduğuna inanma eğilimindedir. Bandura'nın ünlü Bobo bebek deneyi, gözlemin saldırganlığın öğrenilmesinde de rol oynayabileceğini göstermiştir. Yetişkin bir modelin bir Bobo bebeğine karşı agresif davrandığı bir video klip izleyen çocukların, fırsat verildiğinde bu hareketleri taklit etmeleri daha olasıdır.

2.3.2.4 Varoluşçu kuramlar

Varoluşçu yaklaşım, öfkeyi; insanın, her şeyin sonuna, ulaşamamış potansiyel güce ve yaşamdaki anlamsızlığa karşı tepkisi olarak ifade etmektedir. Bütün bireyler öfke durumlarında farklı tepkiler verir. Bireyin öfkesi, birey yaşama karşı kendisini çaresiz hissettiğine meydana gelir. Örnek vermek gerekirse, bireyin sevdiği birini trafik kazasında kaybetmesi ve bu durum meydana gelirken çaresizce seyretmek zorunda kalması bireyin öfke durumlarına girmesine neden olur. Bu sebeple birey araçlara veya araçları kullanan kişilere öfkelenebilir. Bu durum bireyin kendini çaresiz ve güçsüz olarak görmesine neden olabilir. Bu tarz durumlarda öfke kaçınılmazdır ve her insan durumlara karşı farklı tepkiler verir. Bu kuramdaki temel düşünce, bireylerin yaşanan olaylara karşı farklı tepkiler verebileceği ve bu tepkiler sonucunda oluşan öfkelerinde farklı olabileceğidir (Bayrak, 2012).

2.3.2.5 Sosyal öğrenme kuramı

Öğrenme; kısaca, davranışlardaki kalıcı değişimler olarak nitelendirilirse, problem çözmenin de öğrenme çeşitlerinden biri olduğu ve bireylerin davranışlarında kalıcı olarak nitelendirilebilecek etkilere sebebiyet vereceği düşünülmelidir. Bireylerin bilişsel tarzları problem çözme süreci ile yakından ilişkilidir (Zembat ve Unutkan, 2005). Gelişim, bir organizmanın doğumundan ölümüne kadar olan süreçte beden de ve davranışlarda gerçekleşen değişimler olarak tanımlanmaktadır (Atay, 2005). Sosyal öğrenme teorisinde, bilişsel öğrenme kuramı ağırlıklı olup, kuramın ismi Sosyal Öğrenme Teorisi (Social Learning Theory), Sosyal Bilişsel Teori (Social Cognitive Theory) olarak ta belirtilmektedir. Bireylerin diğer bireyleri gözlemleyerek öğrenebileceğine ilişkin açıklamalar Plato ve Aristo' ya kadar dayanmaktadır. Onlara göre eğitim,

öğrencilere en mükemmel şekilde örnek olabilecek modeller sunmaktır (Yeşilyaprak vd., 2002).

Edimsel koşullama ilkeleri Thorndike, Tolman ve Guthrie tarafından tanımlanmıştır. Farelerden korkan bir bireyin akranlarıyla vakit geçirdiğinde “sosyal öğrenme” ve “model oluşturma” kuramlarına temel oluşturmuştur (Bayrak, 2012). Saldırgan davranışların meydana gelmesinde taklit oldukça önemlidir. Aile ortamında annesinde ve babasında şiddet eylemlerine maruz kalan ya da şahit olan bireyler insanlara bağırma, insanlara baskı kurma kısacası şiddeti öğrenir. Bu durum sonucunda çocuklar davranışlarını başka bireylerden gözlemlediği gibi biçimlendirir. (Friedman, Sears ve Calsmith, 1989). Anne ve babaların kötü davranışları çocukları da etkileyerek aynı davranışları çocuklarında sergilemesine neden olmaktadır. Çocukluğunda sürekli azarlanan, değersiz hissettirilen birey, kendisini diğer insanlardan daha değersiz olarak görmekte ve saldırgan davranışlar sergileyebilmektedir (Özdoğan, 2000).

Bilişsel kurama göre, çocukluk çağında edinilen tecrübeler öğrenme yolu ile bazı temel düşünce ve inanç olgularının meydana gelmesine neden olur ve bunlar “şema” olarak adlandırılmaktadır. Yaşam olayları, durağan olan şemaların harekete geçmesine ve “olumsuz otomatik düşüncelerin” meydana gelmesine ve sonuç olarak olumsuz duyguların oluşmasına neden olur. Davranışçı terapiler ile bilişsel terapilerin entegrasyonu, terapistlere başvuruda bulunan bireylerin istek, korku ve algılama biçimleri ile ilişkili olmalarına olanak sağlamıştır. Bilişsel terapinin amacı gerçek dışı düşünce, inanç, duygu ve olumsuz kendilik algısının değiştirilmesidir. Bu hedefle, bilişsel-davranışçı terapi teknikleri evde, okulda, iş ortamında gerçekleştirilebildiği gibi, serbest zaman olarak da gerçekleştirilebilmektedir (Bayrak, 2012).

Sosyal öğrenme teorisi bireylerin iç güdülerini ya da çevresel uyarıcılar tarafından etkilendiğini ifade etmektedir. Bireyde oluşan psikolojik değişimler, kişisel ve çevresel belirleyicilerin sürekli bir etkileşimi sonucunda gerçekleşmektedir. Çevresel faktörler sonucunda insan davranışlarının değişiklik gösterdiği kabul edilmektedir. Ancak bireylerin çevresi yine insanlardan oluştuğu için, bireylerin hem çevreyi oluşturarak insanları etkilediği hem de kendilerinin çevreden etkilendiği söylenilebilir. Çevrenin insan davranışlarını değiştirdiği kabul

edilmektedir. Ancak sosyal çevreyi insanlar oluşturduğu için; kişiler hem sosyal çevreyi oluşturan hem de ondan etkilenen öğrenciler olarak kabul edilmektedir (Bandura, 2001). Kişisel faktörler ile, kişinin düşünceleri, beklentileri, inançları anlatılmakta ve bu özelliklerin kişinin davranışlarını etkileyeceği belirtilmektedir. Ayrıca kişisel karakterleri, mizacı, görünüşü de kişisel faktörler içinde gösterilmektedir. Davranış ile, kişinin durum karşısında göstereceği tepki ifade edilmekte ve kendi davranışını değerlendiren bireylerin göstereceği tepkinin değişik özellikler içereceği belirtilmektedir. Çevreden alınan dönütler, kişiye kendisini değerlendirme ve davranışını büyük ölçüde değiştirme imkanı verecektir. Bandura (1986), ğrenmenin sadece doğrudan gerçekleşmediğini, bireylerin bir şey öğrenmek istedikleri zaman başkalarını gözlemleyerek öğrenebileceğini ifade etmektedir. Bu durumda küçük yaşlarda eğitim gören öğrencilere yetişkinlerin rol model olması sağlatılabilir. Eğitimde ğretmenler öğrencilere iyi bir model olabilirler. Ayrıca ğretmenler öğrencilerin etkili öğrenme, problem çözme gibi becerilerini geliştirebilirler.

Bandura'nın sitemi içinde sadece davranışı özellikler değil, bilişsel özelliklerde barındırıyordu. Bandura'ya göre bireylerde davranışsal tepkiler aynı robotta olduğu gibi sadece uyarıcı tarafından oluşturulmuyordu. Uyarıcıya verilen tepkiler kendini harekete geçiriyordu. Birey her şeyin farkında olduğu için aynı sonuca ulaşmak adına gelen uyarıya karşı aynı tepkiyi verebilir. Bandura bireylerin davranışlarının pekiştirme yoluyla değiştiği fikrini kabul etmesine rağmen, neredeyse bütün davranış çeşitlerinin pekiştirme olmadan dahi öğrenilebileceğini ileri sürmüş ve bu durumu ampirik olarak ifade etmiştir. İnsanlar sadece kendilerini pekiştirerek değil, çevrelerindeki insanların davranışlarını gözlemleyerek dolaylı bir şekilde oluşan pekiştirmeler yoluyla da öğrenir (Schultz, ve Schultz, 2004: 505). Örnekler ya da dolaylı pekiştirme yoluyla öğrenme biçimi bireyde gözlemlerin doğru bir şekilde analiz edilerek uygulanma yeteneğinin var olduğunu varsayar. Bu sebeple bireyler daha hiç gerçekleştirilmemiş davranışlar sonucunda oluşabilecek durumları düşünerek ya da yapacağı davranışları gözünde canlandırarak yapıp yapmama hakkında karar verebilir.

Bandura bireylerin davranışlarını etkisi altına alan modellerin özellikleri konusunda oldukça detaylı araştırmalar yapmıştır. Bu araştırmalar sonucunda,

bireyler kendileriyle yaşıtlı ve aynı cinsiyetteki bireylerden daha çok etkilenmektedir. Bunun dışında bireyler sosyal statüsü oldukça yüksek bireyleri modelleme davranışı göstermektedir. Ayrıca gerçekleştirilen davranışın tipi taklit derecemizi etkilemektedir. Araştırmaya göre basit davranışlar karmaşık davranışlara oranla daha kolay taklit edilebilmektedir. Dümanca ve saldırgan davranışlar özellikle çocuklar tarafından oldukça fazla taklit edilmektedir. (Bandura,1986). Bu sebeple bireyler şahit oldukları her şeyin etkisi altında kalabilir. Bandura davranışın meydana geldiği ya da değiştiği ortamlarda araştırma yaptığı için Bandura'nın yaklaşımının bir sosyal öğrenme teorisi olduğu söylenilebilir. Bandura, Skinner'ın araştırmasında yalnız olan insanlar ve hayvan deneklerin kullanılmasını eleştirmiştir. Aslında insanların çok küçük bir kısmı sosyal etki altında kalmadan yaşar. Bandura, psikolojinin sosyal bulguları önemsemeyen modern yaşam araştırmalarını bekleyemeyeceğini ifade etmiştir (Schultz, 2004: 506).

2.3.3 Saldırganlık boyutları

Öfkenin davranışsal, bilişsel ve duyuşsal boyutları birbirleriyle ilişki halindedir ve birbirlerini sürekli olarak etkilemektedir. Bu boyutların birinde ya da genelinde görülen normalden uzak değişimler diğer boyutları da etkilemektedir. Öfkeyle ilişkili problemler, öfkenin birden çok boyutunda meydana gelebilmektedir. Örnek vermek gerekirse, birey bir durumla karşılaştığında fizyolojik boyutta bir uyarılmaya maruz kalabilir. Bunun neticesinde de uzun süreli kin ve düşmanlık besleyebilir (Bayrak, 2012).

2.3.3.1 Fizyolojik boyut

Öfke ile ilgili durum meydana geldiği andan itibaren vücudumuzda olabilecek her çeşit değişiklik, bu boyutta değerlendirilmektedir. Bu değişimler, bedenin içinde bulunduğu duygusal duruma göre şekil almaktadır. Birey öfke duygusu yaşarken kalp atışları ve kan basıncı artar. Bu etkilerin yanında; midenin bulanması, susuzluk hissi, nefes alışverişindeki değişimler gibi belirtiler öfkenin fiziksel boyutunu göstermektedir. Yüz şeklinde meydana gelen değişimler, hızlı ve anlamsız duygu değişimleri, anlamsız olarak nitelendirilebilecek ağız hareketleri, vücudun bazı uzuvlarının gerilmesi gibi durumlar öfkenin dışarıdan gözlemlenebilen etkileridir (Bayrak, 2012).

2.3.3.2 Bilişsel boyut

Öfkenin bilişsel boyutu, bir dizi şema ile bir araya getirilmiş inanç, beklenti ve yorumlama süreci gibi bilgi yapılarını içermektedir. Bilişsel boyut, olumsuz düşünceleri, inançları ya da düşmanlığı ifade eder. Bireyin dünyaya, özellikle diğer yerlere ya da kişilere yönelik bünyesinde barındırdığı olumsuz yüklemelere ilişkindir. Öfke öfkeyi besleyebilir, hatta öfkeyi daha ileri taşıyarak saldırganlık durumuna yol açabilir. Bilişsel boyutta, tecrübe edilenler ve bireyde var olan kültürel özellikler önemli rol oynamaktadır. Birey olayları nasıl kontrol edip yönlendireceğine ve deneyimleri ile çevresel uyarılara karşı nasıl davranması gerektiğine göre harekete geçmelidir. Eğer birey geçmişte kendisini iyi bir birey olarak tanımladıysa öfkeye yönelik davranışı da bu yönde işe koyulacaktır (Bayrak, 2012).

2.3.3.3 Davranışsal boyut

Öfkenin dışa vuruş biçimi olarak nitelendirilen öfkenin davranışsal boyutu, öfkeye neden olan durumlara karşı bireylerin tepkisidir. Davranışsal boyut, öfkenin ifadesinde kullanılan pozitif ya da yıkıcı davranışları içermektedir. İnsanlar öfke durumları sırasında bilişsel ve olayları algılayış biçimlere karşı hissettikleri öfkenin şiddetine, kendi alışkanlıklarına göre; öfkelerini engelleme, bazıları da öfkelerini dışa vurma yönünde davranışlar sergilerler. Davranış boyutunda kişilerin yaygın bir şekilde gösterdikleri davranış biçimleri; kaçınma, bastırma, öfkesini olumlu bir şekilde kaynağına gönderme, öfke kaynağına olumsuz davranışları göstermek olarak sıralamak mümkündür. Dışa vurulmayan öfke bireye her açıdan zarar verir. İnsan ilişkilerinde yaşanan çoğu üzücü, acı verici durumların çözülme olanağı bulmamış, bastırılmış, ifade edilmemiş öfkenin neden olduğu ileri sürülmektedir. Aslında öfkeyi öğrenilen ve dışa vurulan bir duygu olarakda tanımlamak mümkündür (Bayrak, 2012).

2.3.4 Saldırganlığı etkileyen faktörler

İnsanların kişilikleri, değer yargıları farklı olduğundan aynı ortamda bulunan bireylerin çatışma yaşaması oldukça olasıdır. Bu sebeple, anlaşmazlıklara ilişkin en doğru yaklaşım çatışmaların varlığını onaylamak olacaktır (Özdemir, 2012). Genellikle saldırganlık ve öfke birbirleriyle bağlantılı olan kavramlardır. Saldırganlıkla ilgili kuramlar ve varsayımlar öfke içinde geçerlidir. Ek olarak

öfkeli bir durumda olmak saldırgan bir davranış göstermeye en yakın durum olarak nitelendirilmektedir. Ayrıca saldırgan davranışların yanında, kırgınlık ve öfke haricinde daha ileri derecelerde düşmanlık ve kin gibi davranışlarda olabilir. Tüm bu duygular şiddete neden olabilecek eylemlerin tetiğini çeker (Köknel, 2000).

Eğitim kişinin zeka seviyesini geliştirir. Dikkat dağınıklığının engellenmesine olanak sağlar. İnsanlardaki kötü duyguların bastırılmasına destek olur. Hayal gücünün gelişmesine destek olur. Değerlendirmelerde hayat tecrübelerini göz almaya teşvik eder. İnsanları objektif düşünmeye sevk eder. Suçlulukla mücadele konusunda eğitimin önemi yüksektir. Okuryazar olmayanlar ile orta derecede eğitim alan kişiler arasında suçlu oranı oldukça yüksektir. Eğitim insanlardaki kötü duyguların zayıflamasına yol açar. Örnek vermek gerekirse, adam öldürmeler azalmakta iken, hırsızlık olayları artmaktadır. Maddi sıkıntılar insanların tahammül gücünü zorlayarak kişileri şiddete itmektedir (Soyaslan, 2003).

Evlilik veya bekarlığın da suçla doğrudan ilişkisi vardır. Evli olan bireyler ruhsal ve biyolojik açıdan bir bütündür. Bu sebeple duygusal açıdan daha dengelidir. Kişisel sorunlarını paylaşabileceği, muhakeme yapabileceği, kendisini anlayan, maddi ve manevi desteğini eksik etmeyen birisiyle beraberdir. Evlilik sorunları eş ve çocuk yönünden düşünmeye iten, dolayısıyla insanları daha demokrat ve eşitlikçi olmaya iten bir kurumdur. Oysa bekar bir insan her açıdan yarım bir insandır. Olaylara tek başına göğüs gerdiğinden dolayı olaylara bakış açısı da daha bencil olur. Duygusal açıdan daha zayıf ve bunun neticesinde evli olan bireylere kıyasla suç işlemeye daha meyilli bir insandır (Soyaslan, 2003).

2.3.4.1 Bireysel özellikler

Günümüzde bütün alanlarda hızlı bir değişim söz konusudur. Kuşkusuz bu değişimler insanların yaşamlarını etkilemektedir. Bu sebeple bireylerin yaşamlarında hızlı bir şekilde meydana gelen değişimlere karşı çabuk ayak uydurması gerekmektedir. Bireylerin değişimlere karşı ne denli çabuk ayak uydurduğu ise birçok bakımdan farklılık göstermektedir (Ceyhan, 2012).

Otoriter ve baskı kuran bir kişiliğe sahip bireylerin yeniliklere karşı sabit fikirli olarak çatışma meydana getirdikleri bilinmektedir (Tekarslan vd, 2000: 29).

Her bireyin aile ortamı, sosyal çevresi, yetiştirilme tarzı, kültürel ve dini değerleri farklılık göstermektedir. Bireylerin sosyalleşme süreçlerindeki farklılıklar gelecekte oluşabilecek çatışmaların ana kaynağı olabilir (Tınaz, 2011). Bireylerin konulara olan bakış açıları, düşünceleri ve ihtiyaçları farklılık göstermektedir. Belki de en önemli olanı, bütün bireylerin kişilik özelliklerinin birbirinden farklı olmasıdır. Bireylerin sahip olduğu kişilik özellikleri bireyi en içten etkileyen temel faktördür. Bu açıdan düşünüldüğünde farklı sosyal çevrede yetişmiş, farklı düşünce ve kişiliklere sahip bireylerin çatışma durumu meydana getirmeleri kaçınılmazdır (Özdemir, 2012). Genel olarak çatışmaların büyük çoğunluğunun iletişimde yaşanan aksaklıklardan meydana geldiği söylenilebilir. İletişim sürecini, “iletilerin gönderici niteliğindeki bir kaynaktan, alıcı niteliğindeki bir diğer kaynağa dinamik olarak iletilmesi” şeklinde tanımladığımızda, örgütsel iletişime ilişkin engel teşkil edici temel değişkenler arasında; anlam güçlükleri, yetersiz bilgi alışverişi ve iletişim kaynaklarının bozukluğu ilk akla gelenlerdir (Tınaz, 2011). İletişim kanallarının sayıca çokluğu ya da kanalların bazılarındaki bozukluklar, mesajın alıcıya gerçek anlamından farklı bir şekilde ulaşmasına neden olabilir. Alıcının mesaja, kaynak birimin gönderdiği içerik anlamında değilde, kendi algıladığı anlama göre tepki göstermesi durumunda, kaynak ve alıcı arasında da çatışma olasılığı doğabilir (Mckenna, 2000). İletişimle ilgili değişkenler arasında; anlam güçlükleri, yetersiz bilgi alışverişi ve iletişim kanallarındaki bozukluklar gibi nedenler sayılabilir (Tınaz, 2011).

Bireylerin birbirlerini tanımasında en önemli faktör kişiliktir. Bu sebeple, bir çatışma meydana geldiğinden bireylerin nasıl davrandığı kişiliklerine göre farklılık göstermektedir. Ancak bu durumda ise, belirli kişiler hakkında ön yargıların oluşturulması hatasına düşülebilir (Tınaz, 2011). Bireyler de kimlik oluşumu özdeşim kurma ile başlar. Yani birey çevresinde gördüğü dikkatini çeken her şeyi kendisine mal eder. Bu kişiler bireyin sosyal çevresinden herhangi biri ya da bir roman kahramanı olabilir. İşte bu durumda bireyler bu kişinin tavır ve davranışlarını taklit eder. Bu durum her bireyde gerçekleşebilen doğal bir süreçtir. Ergen yaşlardaki bireylerde bu durum gerçekleştiğinde,

bireyin üzerinde fazla gidilmemeli ve bu durum yüzünden alay edilmemelidir. Sonuç olarak ergen yaşlardaki bireyler kendi kemliklerini bulmak için arayışlara girdiğinden taklit etmesi oldukça doğaldır. Bu durumda önemli olan asıl şey ise bireylerin karar kıldığı kişiliğin doğru bir kişilik olmasıdır (Keskinoglu, 2006). Günümüz, büyük ve hızlı değişimlerin meydana geldiği bir çağdır. Değişim ve bu durumun belirsizliği birbirini beraberinde getirir. Bu sebeple karmaşıklığın yaşanması oldukça doğal bir süreçtir (Tınaz, 2011).

Dil, iletişimin en temel parçasıdır. Eğer dil karmaşık bir şekilde kullanırsa, anlam karmaşışına neden olur ve iletişim gerçekleşmez. Bu sebeple iletişim kurarken, bireyler sadece ve açıklayıcı bir dil kullanmalıdır. Kelimelerin olduğundan farklı bir şekilde algılanması, çatışma ortamlarının var olmasına neden olabilir (Tutar, 2003: 92-93). Bireylerin ortak bir dile sahip olmaması, kültürel farklılıklar ve uygun iletişim araçlarının bulunmaması bireyler arasında çatışma meydana gelmesine neden olabilir (Tekarslan vd, 2000: 275).

2.3.4.2 Genetik faktörler

Bazı araştırmacılar, beynin bazı bölümlerinin şiddet eğilimi ile ilgilendiğini ifade etmişlerdir. Prefrontal lobda oluşan bir hasar, karar alma mekanizmasını ve duyguları olumsuz etkiler. Beynin merkezinde yer alan “cingulate gyrus” olarak ifade edilen bölüm, katillerde hiperaktif durumdadır. Cingulate gyrus zarar gördüğünde birey bir konu üzerine saplanıp kalır. Benzer bir şekilde beyinde işlerin doğru gidip gitmediğini kontrol eden “prefrontal korteks” şiddete eğilimli olanlarda oldukça pasiftir. Birey davranışlarının kontrolünü sağlamakta güçlük çeker. Aşırı derecede aktiftir. Saldırgan davranışlar sergiler (Keskinoglu, 2006). Depresyonun bazı çeşitlerinde genetik yatkınlık büyük öneme sahiptir. Böyle kişilerde oluşacak bir stres vücudun dengesini bozarak depresyona sebebiyet verir (Tarhan, 2012).

1960'lı yıllarda şiddeti, biyolojik yapıya bağlamaya çalışan bilim adamları, şiddete eğilim gösterenlere cerrahi müdahale yapılmasını gündeme getirdiler. Irkçı yaklaşımları sebebiyle sert eleştirilere hedef oldular. Aslında bu eleştiriler yersiz de değildi. Ancak daha sonraki yıllarda disiplinler arası araştırmalar yaygınlaştıkça, şiddeti yalnızca genetik yapıya bağlamanın veya cinayetlerin tek sorumlusunun beynin ön lobu olduğunu iddia etmenin yanlışlığı da ortaya çıktı.

Gerçekte tablonun daha karmaşık ve ince nüanslarla dolu olduğu anlaşıldı. (Keskinoglu, 2006).

Beynimizde öfke, kıskançlık gibi birçok duygu aslında sadece beynimizdeki elektriksel ve kimyasal bir değişimdir (Tarhan, 2012). Araştırmalar, deneyim ve çevresel koşulların beyni şekillendirdiğini gösterir. Birçok kişi tarafından çocukluk yaşlarda suç işlenmesi, durumu genetik nedenlere bağlasa da asıl nedenin çocuğun yetiştiği sosyal çevre olduğu söylenilebilir. 'Çevre mi, doğa mı' tartışması her dönemde yapılmıştır. Günümüzde şiddetin biyolojik kökenleri hakkında birçok araştırma yapılmıştır. Biyolojik yapıda çok fazla değişiklik yapılamadığı düşünüldüğünde eğitimin dolayısıyla çevrenin öneminin baskın olduğu söylenebilir. Çünkü genetik yapıya henüz müdahale edemiyoruz (Keskinoglu, 2006).

2.3.4.3 Ailenin etkisi

Çocuklar yetiştiği ailenin sosyal yapısının etkisi altında kalır. Aile içinde yaşanan olaylar çocuğu son derece etkiler. Ayrıca ailenin sosyo-ekonomik ve kültürel seviyesi çocuğun kişiliğinin gelişmesinde büyük öneme sahiptir. Aile içerisindeki iletişim düzeyi ve davranış biçimleri çocuğun sürekli önünde olacağı için çocuk ister istemez etkilenir (Keskinoglu, 2006) Yavuzer (2000) çocukluk dönemlerinde suç işlemiş bireylerin neredeyse tamamının aile içi şiddet ve baskıya maruz kaldıklarını belirtmiştir.

Sıkı denetim altında yetiştirilen çocuklar saldırganlık davranışları sergilemekte ve duygu düşüncelerini ifade etmekte oldukça zorlanmaktadırlar (Yavuzer, 1993). Problemleri davranış biçimleri zaman zaman ergenlik dönemindeki gelişim ve değişimle de karıştırılmaktadır. Çocuklar zaten anlaşılmadıklarını düşündükleri bir süreçte problemleri fark edilmez ve çözülmezse, kolay yanlış yapacaklar, toplumla zıt düşecekler ve çıkar çevreleri tarafından rahatlıkla istismar edileceklerdir.

2.3.4.4 Kitle iletişim araçları

Kitle iletişim araçları bütün dünyayı etkisi altına almıştır. Bu araçlar işitsel ve görsel olarak sürekli bireyleri etkiler. Kitle iletişim araçlarının iki temel özelliği vardır. Birincisi bireylere tek taraflı olarak etki eder. İkincisi ise bir haberi inanılmaz bir hızla iletebilir. Son yüzyılda oldukça gelişme gösteren kitle

iletişim araçları bir yandan bireylere yeni bilgiler sağlarken diğer yandan da bireylerdeki bilgi ve tutumları değiştirir (Keskinoglu, 2006). Medya çarpıcı ve dikkat çekici olaylardan beslenir. İntihar gibi dikkat çekici olaylar medyanın hemen ilgisini çeker. Medyanın olayları çarpıtmadan, objektif bir şekilde ifade etmesi, toplumu doğru bilgilendirdiği anlamına gelir. Ancak bu durum dikkatli olmayı gerektirir. Özendirici, yanlışa tesvir edici yayınlar olumsuz teşvik eder (Tarhan, 2012). Son 20 yıldır internet bireylerin gelişiminde büyük öneme sahip olmuştur. Bu durumun artması ve sosyal medya üzerinden yayılan yalan, yanlış, şiddet mesajlarının bireyleri ne denli etkilediği araştırılmaya başlanmıştır (Anderson ve Bushman, 2001: 359).

1961 yılında Albert Bandura tarafından gerçekleştirilen bir deney çocukların şiddet eğilimlerinin televizyonda şiddet içerikli görseller izlemeleriyle bağlantılı olup olmadığını ortaya koymuştur. Bu deneyde çocuklara şişe bebek ve oyuncaklarla oynayan bir yetişkin izletildi. Yetişkin ilk bir dakika içerisinde oyuncakları toplamaya başladı. Ardından bütün dikkatini şişe bebeğe vererek ona yaklaştı. Hemen ardından onu yumrukladı. Tahtadan yapılmış bir çekiçle ona vurdu ve ardından odanın içinde koşturarak sağı solu tekmeledi. Bunları gerçekleştirirken “kır burnunu, vur başına, al bunu” gibi ifadeler kullandı. Çocukların hemen önünde 9 dakika boyunca bu davranışlara devam etti. Diğer bir durumda ise yetişkin oyuncaklarla ilgilendi. şişe bebekle hiç ilgilenmedi. Bir süre sonra ise her ocuk şişe bir bebeğinde olduğu bir sürü oyuncakla 20 dakika boyunca yalnız bırakıldı. Yetişkinin saldırgan davranışlarını izleyen çocukların diğer çocuklara göre daha saldırgan davrandıkları tespit edildi. İlk grup şişe bebeği tekmeleyip, yumrukladı. Bu ocukların deney öncesine göre saldırganlık eğilimlerinin arttığı tespit edildi. Taklit süreci içerisindeyken daha fazla saldırgan davranışlar sergiliyorlardı (Keskinoglu, 2006).

2.3.5 Saldırganlıkla başa çıkma yolları

Gelişim süreci içinde kişilerin çevreleri ile dengeli ve sağlıklı etkileşimler geliştirebilmelerine yönelik yaşam yeteneklerinin artırılmasına gerek vardır. Bu durumun gerekleşeabilmesi için bireylerin kendilerini iyi tanımaları, kendilerini geliştirmek konusunda hevesli olmaları ve mücadele etmeye hazır olmaları gerekmektedir. Ek olarak bireylerin toplumda gerçekleşen değişimlerin olumsuz

etkilerinden kurtulabilmek için onların çok yönlü yetişmeleri gerekmektedir (Ceylan, 2012).

2.3.5.1 Eğitim sisteminin rolü

Eğitimin genel politikasında yer alacak ahlaki normlar ve desteklerin özendirilmesi tek çıkış yolu olarak gözükmektedir. Aksi taktirde hiçbir çıkış yolu olmayan bir gence kızmanın, suç atmanın anlamı olmayacaktır. Vicdan, insana neyi yapması ve neyi yapmaması gerektiğini söyleyen zihinsel bir süreçtir. Vicdan duygusu gençleri kötü davranışlardan koruyan bir bekçidir. Bu iç disiplin hem aile de hem de okulda kazanılmalıdır (Tarhan, 2012). Çocuğun agresif davranışları grup içerisinde çözüme ulaştırılmalıdır. Ayrıca sorunu grup içerisinde çözmek aile içersine göre daha kolaydır. Sorunu çözüme ulaştırmak için evde çocuğa ceza vermek durumu kolaylaştırmak yerine daha fazla zorlaştıır. Sonuç olarak saldırgan davranış gösteren çocuklar gruptan uzaklaştıırılmak yerine grup içinde daha fazla rol alması sağlanmalıdır. Eğitimciler konuyu sorumluluk hissi ile el almalıdır.

2.3.5.2 Düşünce biçimini değiştirmek

Bireyler kızgın olduklarında yaşadıkları olayları abartma veya gerçeklerden uzak bir algılama içerisinde değerlendirirler. Öfkeye neden olabilecek bir durum meydana geldiğinde bireylere bu durumun geçici olduğu ve herkesin başına gelebileceği komutu verilmelidir (Bayrak, 2012). Bilişselciler, hatırlama, anma, problem çözme gibi zihinsel aktivitelerin detaylı olarak incelenmesi gerektiğini savunmuşlardır. Bu tür aktiviteler açık bir şekilde doğrudan gözlemlenememektedir. Ancak problem çözme ve hatırlama gibi davranışlar gözlem altında tutulabilir ve sonuç çıkarılabilir. Ek olarak insan düşüncesi, davranışları üzerinde etkili olan bir etkidir.

Olumsuz davranışları sergilemek, o andaki durumu daha kötüye götürebileceği gibi geri dönülemeyecek derecede hatalar yapılmasına da neden olabilir. Derin nefes almak ya da sakinleşmek amacıyla temiz havadar bir mekana geçmek sakinleşmeye yardımcı olur. Mesela otobüsü kaçırmış bir bireyin öfkelenmeye alternatif yollar tercih etmesi gerekmektedir. Bunun yapılabilmesi için zihnin daha önceki kodlamalarından farklı olarak kodlanması gerekmektedir (Bayrak, 2012).

2.3.5.3 Problem çözmek

Birey kendisini öfkeliendirebilecek bir olay yaşadığında, bunu karşılaştıran diğer olaylarla birlikte değerlendirip onu tanımlamaya çalışmalıdır. Bilindiği gibi problem çözmenin birkaç adımı vardır. Birinci adım: Problem hakkında ki bilgilerin gözden geçirilmesi. İkinci adım: Problemi belirlemek. Problemin belirlenebilmesi için problemle ilgili bilgilerden yararlanarak problemin ortaya konulması gerekir. Bu bölümde gereksiz bilgilerle problem ayıklanmalıdır. Üçüncü adım: Problemi çözmek için hangi adımların atılabileceğinin düşünülüp gözden geçirilmesidir. Bu adımda bir sürü çözüm yolunun var olduğu ancak en uygun ve en etkili çözüm yolunun belirlenmesi gerektiğinin düşünülmesi gerekmektedir. Dördüncü adım: Belirlenen en uygun çözüm yolunun yürürlüğe konulmasıdır. Beşinci adım: Yapılan uygulamaların gerçekten probleme çözüm oluşturup oluşturmadığının belirlenmesidir. Eğer çözüm yoluna ulaşamadıysa, hata yapılan yerlerin tespit edilmesi gerekmektedir (Bayrak, 2012). Özgüven eksikliği bireyleri hayatın çeşitli olaylarına karşı mücadelede olumsuz bir şekilde etkiler, kendilerini mutsuz ve umutsuz hissetmelerine ve karşılaştıkları olumsuz durumları değiştirmek için imkanları olmadığını düşünmelerine yol açar. Problemlerle karşılaştığında bu kişiler ilk girişimlerinde başarısızlıkla karşılaşarlarsa problemi çözmek için denemekten vazgeçip, sonucu değiştirebilecek, yapabilecek hiçbir şeylerinin olmadığına inanabilirler.

Eğer çözüm yoluna ulaşamadığı düşüncesi hakimse en baştan adımları uygulamak bu adımın en önemli özelliğidir. Dikkat edilirse problemle karşılaşıldığında önce zihinsel işlem yapılmaktadır. Öfkenin büyümesinin ana nedeni zihinsel çözümün gerçekleşmemesidir. Zihinsel çözüme ulaşırsa bireyler daha kolay öfke kontrolünü sağlamak ve hiçbir eylem gerçekleşmese bile öfkenin kendiliğinden yok olduğunu gözlemleyebilmektedirler (Bayrak, 2012).

2.3.5.4 Mizahı kullanmak

Öfkenin kontrolünü sağlamak için en iyi yol mizahıdır. Hangi olay olursa olsun her olayın bir mizah yönü vardır. Eğer bu mizahi yön ortaya çıkarılabilirse öfke kontrolü sağlanabilir. Tarihsel süreç içerisinde mizahın oldukça çok tanınının olduğu ve farklı içeriklere sahip olabildiği bilinmektedir. Mizah yazarlar

tarafından insan yaşamının pozitif gücü olarak tanımlanmıştır. Uzmanlar duygusal rahatsızlığın insanların mizah duygularını kaybetmelerine ve her şeye ciddi bir bakış açısıyla yaklaşmaları sonucunda oluştuğunu vurgulamıştır. Mizah, danışanların kalıplaşmış düşüncelerinin anlamsızlığını ortaya koyar ve danışanların hayatı daha az ciddiye almaları gerektiğini anlamalarına yol açar. İnsanlar öfkelendiklerinde; empati kurabilme yeteneğini kaybetme, kendini eleştirme, dikkatlerini dağıtmaya çalışma, saldırgan davranış sergileme, gibi karmaşık davranışlar sergileyebilirler (Deffenbacher, Oetting, Lynch ve Morris, 1996).

Mizahın öfkeyi giderebilmesi için, bilişsel süreçlerin de kullanılması gerekmektedir. Bu açıdan, gülmekte yaşamın olumlu taraflarını ortaya çıkarmaktadır. Kişilerin yalnız veya bireylerin olduğu ortamlarda gülümsemesi öfkenin giderilmesine olanak sağlamaktadır. Önemli olan herhangi bir olayda, o olayın mizahi tarafını görüp öfkenin giderilmesini sağlamaktır. Gülme eylemi, karşılaşılan güçlüklerle karşı yardımcıda olabilir. Gülme eylemi sayesinde güçlüklerin dışına çıkılarak olaylara dışarıdan bakıp objektif bir bakış açısı kazanılabilir (Bayrak, 2012). Öfke kontrolünde ise mizah kullanmanın, barışçıl, esnek ve uzlaşmacı olmanın bir çeşit yöntem olduğu vurgulanmıştır (Schiraldi ve Kerr, 2002).

2.3.5.5 Gevşeme egzersizleri yapmak

Öfke duygusunun varlığı hissedildiğinde yapılması gereken ilk şey derin nefes almaktır. Doğru nefes almak ancak tekniğin bilinmesi ile gerçekleşebilir. Aslında herkes tarafından yapılan ancak yanlış yapılan şey nefes almaktır. Nefes burundan alınarak ciğerlerin dolması sağlanır. Nefes alınan sürenin tam iki katı sürede ağızdan dışarı verilmelidir. Bu nefes egzersizi birkaç kez uygulandığında öfkenin azaldığı görülmektedir. Nefes egzersizi gerçekleşirken zihinden mutlu edecek olayların düşünülmesi öfkenin giderilmesini kolaylaştıracaktır. Nefes alma eyleminin temiz ve havadar bir ortamda gerçekleşmesi daha etkili sonuçlar verebilir. Nefes alma egzersizi birkaç kez uygulanabilecek bir eylem değil yaşam boyu bilinmesi ve uygulanması gereken bir eylemdir (Bayrak, 2012). Nefes alma egzersizinde ise danışan özellikle nefesine odaklanır. Nefesin bedenine girişi, bedeni içindeki dolaşımı ve bedenden ayrılışına odaklanarak anda yaşamayı ve farkında olmayı öğrenir (Flaxman, 2010). Derin nefes alma ve

kas gevşetme uygulamalarında, danışman, egzersizleri uygularken danışanın dinî bir imaja veya kelimeye odaklanmasını önerebilir (Barrera vd, 2012).

Gevşeme egzersizleri bilişsel-davranışçı terapilerin ilgilendiği önemli bir tekniktir. Gevşeme egzersizleri bireysel ya da grup olarak çalışılabilir. Önemli olan nokta öfke ile ilgili kas gerginliğidir. Kasların gevşetilmesi ile öfke azalır. Bütün gevşeme adımları düzenli solunum, kas gerginliğinde azalma ve bilinçlilik durumunda değişimi içerir. Gevşeme deneyimi bireysel farklılıklar gösterebilir (Rowshan, 1998). Gevşemenin, davranışsal, bilişsel ve fizyolojik belirtileri vardır. Fizyolojik belirtileri; nabız yavaşlaması, kan basıncında azalma, oksijen ve solunum tüketiminde azalma, metabolik hız yavaşlamasıdır. Bilişsel belirtiler, bilinçlilik durumunun değişimi, salt zihinsel görüntü üzerine yoğunlaşma ve pozitif önerilere karşı alıcılığın artmasıdır. Davranışsal belirtileri ise çevresel uyaranlara karşı ilgi ve dikkat azalması, sözel etkileşim eksikliği, istemli pozisyon değişikliğini gerçekleştirememesi, edilgen hareketlerin varlığıdır (Bayrak, 2012).

2.3.5.6 Doğru iletişim kurmak

Öfke, bireyi sonuçları hoş olmayan durumlara sürükleyebilir. Öfkeli olduğunda akla ilk geleni söylememek, karşıdaki bireyi anladığından emin olmak ve ne söylemek istediğini doğru anladığından emin olmak iletişim kalitesini arttırabileceği gibi, öfkenin daha fazla artmasını engelleyecektir. Doğru bir iletişimin olmazsa olmazı empati kurmaktır. Empati kurarak bireylere farklı pencereden bakılabilir. Farklı bir bakış açısına sahip olmak ise öfkeyi azaltabilir. Empati kurma becerisi yaşamın her alanında olması gereken önemli bir beceridir (Bayrak, 2012).

2.3.5.7 Meditasyon ile rahatlamak

Meditasyon teknikleri ile farkındalık temelli müdahalelerin katılımcılara yarar sağladığını tespit edilmiştir (Lykins, 2009). Bireyin zihninde doğru şeylere odaklanabilmesinin bir yolu da meditasyondur. Birey, meditasyon yolu ile içerisindeki enerjiden yararlanmayı öğrenir. Kaygı ve stresle başa çıkabilmek için son yıllarda meditasyona olan ilgi artmıştır. Bireylere zorlukla karşılaştıklarında, duygusal olarak zor zamanlar geçirdiklerinde meditasyon yapmaları önerilmektedir (Pehlivan, 2000).

Meditasyon süreci düşünceyi durdurmayı ve dikkati, endişe verici düşünceden uzaklaştırmayı da içerir. Danışan kutsal kitaplar okurken ya da manevi kelime veya hayale odaklanırken derin derin nefes alarak kendisini gevşetebilir (Barrera, Zeno, Bush, Barber ve Stanley, 2012). Meditasyon / Meditation: Sessiz bir mekanda rahat bir pozisyonda oturup, derin ve stabil bir şekilde nefes alarak negatif düşüncelerden uzaklaşmaya odaklanan bir gevşeme terapisi. Bu teknik sayesinde iç huzura, sakinliğe ve farklı bir bilinçe ulaşıldığı varsayılır (Budak, 2003). Meditasyon binlerce yıldır var olmuştur. Dış çevrede bol olan dikkat dağınıcı ve stresli düşünceleri ortadan kaldırarak, kişinin dikkatini tek bir referans noktasına çevirme pratiğidir. Meditasyonun duygusal faydalarından en önemlisi, bir kişiye kendi akıl kullanma şekillerini nasıl anlayacağını öğretmektir. Bu, kişinin ruhsal durumlarını rahatsız veya olumsuzdan barışçıl, olumlu ve yapıcı olmaya dönüştürmesine izin verir.

Yürüyüş meditasyonu, içgörü ve sükûnet sağlayan harekete dayalı egzersizlerden biridir. Burada danışan, yavaş adımlarla yine bedenine ve olan bitene odaklanır (Demir Çelebi, 2014). Meditasyon, uygun yapıldığı müddetçe, rahatlamaya, bulanık düşüncelerden uzaklaşmaya, sakinliğe ulaşılmasını sağlar. Düzenli olarak meditasyon yapmak, bilinç aşamalarını keşfetmemize olanak sağlar. Düzenli olarak meditasyon yapmak, dikkatimizi daha arıtılmış bilinç hallerinde gezinmesi için olanak sağlayarak ve onun, çabasız bir biçimde, içimizdeki huzura ulaşmasına sağlayarak zihinsel bir dinlenme sağlar (Davis, 1995: 7).

2.4 Duygu Düzenleme ve Saldırganlık

Bir kişi sürekli olarak en agresif olduğu zamanları düşünecek olursa, ruh halinin her zaman kötü ve kızgın bir ruh haline büründüğü bilinmektedir. Bu durum olumsuz olaylarla karşılaştığımızda saldırmaya meyilli olmamızın bir göstergesidir. Kısaca kişilerin sinirlenmesine yol açacak bir durum meydana geldiğinde bireylerin şiddete daha meyilli oldukları açıktır. Saldırganlığın nedeni düşünüldüğünde insanların yaşadığı olumsuz olayların ve düşüncelerin olduğu söylenilebilir (Berkowitz ve Heimer, 1989).

Bireyler belirlemiş oldukları hedeflere ulaşamadıkları zaman hayal kırıklığı yaşarlar. Önemli bir çalışma yaparken işler rast gitmediğinde ya da sosyal

ilişkilerde sorunlar yaşadığımızda sinirleniyoruz. Sinirli olduğumuzda sosyal karşılaştırmalar yoluyla kendi sinirlenme miktarımızı belirliyoruz. Eğer bireyler karşılaştırma yaparken kendilerini aşağı yönde görürse hayal kırıklığına uğrama ihtimalide o kadar düşer. Ancak, tersi bir durum söz konusu olduğunda hayal kırıklığına uğrama ihtimalimiz oldukça yüksektir. Diğer insanların bizden daha başarılı olmaları bize sinir bozucu gelebilir (Dollard, Doob, Miller, Mowrer ve Sears, 1939).

Hayal kırıklığı duygusunun saldırganlığa yol açabilecek önemli bir duygu olmasına karşın, saldırganlığa yol açabilecek başka duygularda vardır. Aslında, bireylerde olumsuz duygu ve düşünceler oluşturabilecek her türlü etken saldırganlığa yol açabilir. Mesela ısının saldırganlıkla bağlantılı olabileceğini düşünen araştırmacılar, küresel ısınmanın gerçekleşmesiyle birlikte saldırganlığın artacağını da öngördüler (Anderson ve Delisi, 2011).

Olumsuz duyguların saldırganlığı arttırdığı düşünüldüğünde olumlu duygularında saldırganlığı azalttığı söylenebilir. Kötü hissetmek insanları mutsuzluğa ve bunun sonucunda saldırganlığa itiyorsa, mutluluk duygusu da insanları sevecenliğe yöneltir. İnsanlar kendilerini mutlu ve neşeli hissettiği sürece saldırganlık duygusundan uzaklaşırlar.

Olumsuz duygular her zaman hayal kırıklığına yol açmaz. Öğretmeninden kötü bir not alan öğrencinin doğrudan öğretmenine saldırması gibi bir durum gerçekleşmez. Tersine, saldırganlığı başka bireylere ya da hayal kırıklığı gibi duygulara yönlendiririz (Miller, Pedersen, Earleywine ve Pollock, 2003). Yerinden olmuş saldırganlık, bir kişinin neden olduğu olumsuz duygular neticesinde meydana gelir. Son yıllarda gerçekleşen analizler sonucunda bireylerin provoke eden bireylere karşı saldırgan tepkiler vermek yerine, provoke eden bireylerle benzer özellik gösteren masum bireylere karşı saldırganlık gösterdikleri ortaya çıkmıştır (Marcus-Newhall, Pedersen, Carlson ve Miller, 2000).

İnsan işleyişinde kendine yetme inancı oldukça önem arz etmektedir. Kendine yetme duygusu yüksek bireyler, kariyerlerinde daha rahat başarıya ulaşabilmekte, düzenli olarak kendilerine kişisel hedefler belirlemekte ve sağlığa önem vermektedirler. Kadın ve erkekler karşılaştırıldığında, erkeklerin

kendine yetme duygusunun kadınlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Hem erkekler hem de kadınlarda yeterli benlik duygusu orta yaşta zirveye çıkmasına karşın 60 yaşından sonra düşmeye başlar (Schultz, ve Schultz, 2004: 507). Yüksek seviyelerde kendine yetme duygusuna sahip bireyler yaşamın her alanında diğeri bireylere oranla daha avantajlıdır. Araştırmalara göre, kendine yetme duygusu yüksek bireyler kendilerini sağlıklı hissetmekte, hastalık durumlarında ise kendine yetme duygusu düşük bireylere göre daha hızlı iyileşmekte ve strese daha az etkilenmektedirler (Salas ve Cannon-Bowers, 2001).

Rotter'ın araştırması iç kontrol odaklı insanların dış kontrollü insanlara göre daha sağlıklı olduklarını ifade etmiştir. İç kontrol odaklı insanlar düşük kan basıncına sahip ve kalp krizi geçirme oranları oldukça düşüktür. Ayrıca iç kontrollü bireylerin dış kontrollü bireylere göre sosyal becerileri daha gelişmiştir hatta popüler oldukları söylenilebilir. Fakülte öğrencileri daha çok iç kontrole sahip olmaya meyillidir (Schultz, ve Schultz, 2004: 511). Bundan başka olarak Rotter'ın çalışmaları, bir insanın denetim odağının da çocuklukta, ebeveynin veya çocuğu yetiştirenlerin çocuğa davranış şekillerinden öğrenildiğini belirtmiştir. İç kontrole sahip anne ve babaların daha fazla çocuklarını destekleyici davrandıkları (olumlu pekiştirici sunarak) başarıyı ödüllendirici, disiplin yöntemlerinde tutarlı hareket eden ve tavırlarında otoriter olmayan bir tutuma eğilimli oldukları belirlenmiştir.

Özdenetim sahibi olan insanlar yıkıcı duygularını ve güdülerini kontrol altında tutarlar. Bu yeterliliğe sahip olan insanlar (Goleman, 1998);

- Güdusel hislerini ve sıkıntı verici duygularını iyi idare ederler.
- Çok zor anlarda bile sakin, olumlu ve soğukkanlı davranırlar.
- Berrak düşüncelere sahiplerdir.



3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, verilerin analiz edilmesinde yararlanılan istatistiksel tekniklerle ilgili bilgiler açıklanmıştır.

3.1 Araştırmanın Modeli

Bu çalışma üniversite öğrencilerinin Çocukluk Çağı Travmalarının, saldırganlık düzeyleri ile B.D.D. becerileri arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik olması nedeniyle ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. “Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez” (Karasar, 2009, 77).

3.2 Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni 2018-2019 eğitim öğretim yılında İzmir’de öğrenim görmekte olan üniversite öğrencileridir. Araştırmanın örnekleme tabakalandırma yöntemi ile 9 Eylül Üniversitesi, Yaşar Üniversitesi ve İzmir Ekonomi Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencileridir. Bu evren içinden farklı fakültelerde, farklı bölümlerde okuyan 18-30 yaş arası, 215 kadın 290 erkek toplam 505 öğrenci örneklem oluşturmuştur.

Örnekleme evrenden seçilmiş gruplar oluşturmaktadır (Karasar, 2006). Araştırmanın güvenilirliği için örneklemin yansızlığı önemlidir (Kaptan, 1998). Zaman ve maliyet açısından kolaylığı örneklem seçimi sağlar (Gökçe, 1988). Elde edilen verilerin doğru bilgilere ulaşmak için genelleştirebilmek gerekmektedir (Arıkan, 1994). Daha doğru bir sonuca ulaşmak için genelleştirilebilme özelliği olan araştırmalar tercih edilir (Karasar, 2006).

3.3 Veri Toplama Araçları

Araştırmada kişisel bilgi formu ile Ç.Ç.T. Ölçeği, B.D.D. Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeği kullanılmıştır.

3.3.1 Kişisel bilgi formu

Kişisel bilgi formu üniversite öğrencilerinin demografik bilgilerini tespit etmek için hazırlanmıştır. Bu form aracılığıyla öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri hakkında duygubilgi sahibi olunacaktır.

3.3.2 Çocukluk Çağı Travma Ölçeği (ÇÇTÖ):

1994 yılında Bernstein DP tarafından 70 madde olarak geliştirilmiş olan bu ölçek, 1995'te 54 maddeye düşürülmüş ve Şar tarafından 1996'da Türkçe'ye uyarlanmıştır. 5'li likert tipi bir öz bildirim ölçeğidir. Çocuklukta ki duygusal, fiziksel ve cinsel kötüye kullanım ile fiziksel ve duygusal ihmali değerlendiren sorular içermektedir. Ayrıca aldatıcı özellikte olan, üç tane minimizasyon sorularını da kapsamaktadır. Bu sorular, sonuçların daha doğru olarak değerlendirilmesi amacıyla dahil edilmiştir. Yanıt seçenekleri (1) hiçbir zaman, (2) nadiren, (3) zaman zaman, (4) sıklıkla, (5) çok sık olarak verilmektedir. Her soru 1-5 arası puanlandırılır. Aynı ayrı travmatik yaşantı alt ölçeklerinin ve toplam puanın hesaplanmasına olanak tanımaktadır. Duygusal kötüye kullanım alt ölçeği 12-60, fiziksel kötüye kullanım alt ölçeği 7-35, cinsel kötüye kullanım alt ölçeği 7-35, duygusal ihmal alt ölçeği 16-80 ve fiziksel ihmal alt ölçeği 8-40 arasında puan alır. Ayrıca ölçeğe ait toplam puan da hesaplanabilmekte ve bu puan 54-270 arasında olabilmektedir. Her travma tipi ile ilişkili faktörler için Cronbach alfa, yüksek iç tutarlılık gösterecek şekilde 0.79-0.94 arası değişmektedir (Bernstein ve ark.,1994; Lundgren ve ark., 2002).Şar ve arkadaşları (2012) ÇÇTÖ'nün güvenirlik ve geçerlik çalışmasını yapmışlar ve ölçeğin 5 faktörünün olduğu bulunmuştur. Bunlar; fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar, fiziksel ihmal ve duygusal ihmaldir. Bu çalışmanın bulguları cinsel ve fiziksel istismar için 5 puanın aşılmasının, yani sorulardan herhangi birine en alt düzeyde de olsa evet yanıtı verilmesinin pozitif bildirim olarak sayılması gerektiğini düşündürmektedir. Fiziksel ihmal ve duygusal istismar için bu sınırın 7 puan, duygusal ihmal için ise 12 puan düzeyine

çekilebileceği anlaşılmaktadır. Toplam puan için bu sınırın 35 dolayında olabileceği görülmektedir. Bu arada, ÇÇTÖ'nün bir önceki biçimi olan 53 maddelik versiyonu ile 28 maddelik şimdiki biçimi arasındaki yüksek korelasyonlar ölçeğin her iki versiyonu ile de yapılan çalışmalarda elde edilen bulguların karşılaştırılabilirlik özelliği taşıdığını da göstermektedir.

Şar ve arkadaşlarının (2012) yaptığı güvenirlik ve geçerlik çalışmasında klinik olan ve olmayan denekler üzerinde iki hafta ara ile yapılan test-tekrar testinde ÇÇTÖ toplam puanının korelasyon katsayısı 0.90 ($p < 0.001$, $N=48$) idi. Alt puanlar için korelasyon katsayıları şöyle olmuştur: Duygusal istismar ($r=0.90$ $p=0.001$), duygusal ihmal ($r=0.85$ $p<0.001$), fiziksel istismar ($r=0.90$ $p<0.001$), cinsel istismar ($r=0.73$ $p<0.001$), fiziksel ihmal ($r=0.77$ $p<0.001$), minimizasyon ($r=0.71$ $p<0.001$).

3.3.3 Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği

Ölçek Onat ve Otrar (2010) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Garnefski, Kraaij ve Spinhoven (2001) tarafından geliştirilmiş olan B.D.D. Ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Araştırmada, Marmara Üniversitesi'nin farklı fakültelerinde eğitim gören yaş aralığı 18-33 arasında değişen toplam 466 (156 bayan, 310 erkek) üniversite öğrencisi üzerinde yapılmıştır. Ölçeğin geçerlilik çalışmaları kapsamında, ölçüt bağımlı geçerlik yönteminden yararlanılmıştır. B.D.D. Ölçeği ile Olumsuz Duygudurum Ölçeği arasında ($r=-.572$) istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Güvenirlik çalışmaları kapsamında ise Cronbach Alpha, madde-toplam, madde-kalan, madde ayırtedicilik ile test-r-test metotları kullanılmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda Cronbach Alpha değeri $\alpha=.784$, test-r-test güvenirlik katsayısı ise " $r=. 1,00$ " olarak bulunmuştur. Ölçeğin madde toplam korelasyon değerlerinin " $.188$ " ile " $.468$ " arasında, madde kalan korelasyon değerlerinin ise " $.104$ " ile " $.392$ " arasında değiştiği görülmüştür. Madde ayırt edicilik analizi neticesinde ise her maddenin ayırt ediciliğinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan analiz sonuçları B.D.D. Ölçeği'nin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymuştur.

Beşli derecelendirmeli Likert tipi (1 = bana hiç uygun değil, 2= bana birazcık uygun, 3= bana kısmen uygun, 4= bana çok uygun, 5= bana tamamıyla uygun)

olan ölçek toplam 36 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa değeri .67 ile .81 arasında değer almaktadır. Ölçek dokuz alt boyutu içermektedir. Bu alt boyutlar aşağıda bulunmaktadır. Bunlar:

- Kendini suçlama (Self-blame): yaşadıklarından dolayı kendini suçlayıcı düşünceler (1, 10, 19, 28).
- Kabul etme (Acceptance): yaşadıklarını kabul etme düşünceleri (2, 11, 20, 29).
- Düşünceye odaklanma (Rumination)/ Derin düşünme: olumsuz olaylarla ilişkili olarak duygu ve düşünceler üzerinde sürekli düşünme (3, 12, 21, 30).
- Pozitif tekrar odaklanma (Positive refocusing): gerçek olay yerine memnuniyet verecek konular üzerine düşünme (4, 13, 22, 31).
- Plana tekrar odaklanma (Refocus on planning): olayla başa çıkmak için hangi adımları atacağını düşünme (5, 14, 23, 32).
- Pozitif yeniden gözden geçirme (Positive reappraisal): olaya kişisel gelişim açısından olumlu bir anlam yükleme (6, 15, 24, 33).
- Bakış açısına yerleştirmek (Putting into perspective): diğer olaylarla karşılaştırıldığında yaşanan olayın ağırlığını hafifletmede rol oynayan düşünceler (7, 16, 25, 34).
- Yıkım (Catastrophizing): yaşanan olayların dehşetini açıkça vurgulayan düşünceler (8, 17, 26, 35).
- Diğerlerini suçlama (Other-blame): yaşadıklarından dolayı diğerlerini suçlayıcı düşünceler (Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2002). (9, 18, 27, 36).

3.3.4 Saldırganlık ölçeği

Araştırmada katılımcıların saldırganlık eğilimlerinin belirlemek amacıyla, Türkçe uyarlaması Can (2002) tarafından yapılan Agresyon ölçeği kullanılmıştır. Ölçek ilk olarak 1957 yılında Buss ve Durkee tarafından yapılandırılmış ve “Buss Durkee Düşmanlık Envanteri” olarak adlandırılmıştır. Bu ölçek 1992 yılında Buss ve Perry tarafından güncelleştirilerek “Aggression

Questionnaire” olarak çalışmalarda kullanılmaya başlanmıştır. “Agression Questionnaire” adlı ölçeğin Türk popülasyonuna uygulanması ve geçerlilik ve güvenirlik çalışması ise Can (2002) tarafından yapılmıştır. Can (2002), ölçeğin özgün versiyonunun öfkeyi ve saldırganlığı değerlendirmek için uzun zamandır kullanıldığını aktarmaktadır. 34 maddeden oluşan ölçeğin beş alt ölçeği bulunmaktadır: Fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke, düşmanlık, dolaylı saldırganlık. Değerlendirmede, bu alt ölçeklerden alınan puanlara ve toplam saldırganlık puanlarına bakılır. Ölçek beşli likert tipi yanıtları içerir. Yanıtlar “5= karakterime tamamen uygun”, “4=karakterime çok uygun”, “3=karakterime biraz uygun”, “2=karakterime çok az uygun”, “karakterime hiç uygun değil” seçenekleri şeklindedir. Alt ölçeklere ait madde numaraları ve saldırganlık alt tipleri şu şekildedir. Fiziksel saldırganlık alt ölçeği maddeleri: 8, 10, 11, 17, 23, 24, 25, 27 Fiziksel saldırganlık alt ölçeğine ait puanları yüksek olan kişilerin, fiziksel saldırganlıkta bulunma dürtülerini kontrol edemedikleri, otoriter kişiler ile sorunlar yaşadıkları düşünülür. Bu kişilerde sadist ya da antisosyal kişilik özellikleri, alkol ve madde kullanım bozuklukları görülebilir. Fiziksel saldırganlık puanının düşüklüğü ise fiziksel saldırganlık dürtülerini kontrol etme yetisinin güçlü olduğunu ve fiziksel saldırganlık davranışları sergileme olasılığının düşük olduğunu gösterir. Sözel saldırganlık alt ölçeği maddeleri: 1, 4, 6, 20, 26 Sözel saldırganlık kavgacı ve düşmanca konuşmaları ifade eder. Bu alt ölçeğe ait puanları yüksek olan bireylerin tartışma eğiliminin güçlü olduğu düşünülür. Bu bireyler haksızlığa uğradıklarını düşündüklerinde, öfkelenirler. Düşük puan alan kişilerde ise tartışma eğilimi zayıftır ve bu kişiler çoğu zaman çekingen davranışlar sergilerler. Öfke alt ölçeği maddeleri: 3, 7, 12, 16, 19, 22, 29, 32 Öfke alt ölçeği bir uyarılma durumunda kontrol duygusuna karşı öfkelenme özelliklerini kapsar. Bu alt ölçeğin kişinin öfkeyi kontrol etme potansiyelini ölçtüğü söylenebilir. Öfke alt ölçeğinden yüksek puan alanların öfke kontrolü becerisinin güçlü olmadığı düşünülür. Davranış bozukluğu bulunan çocukların, antisosyal, pasifagresif veya yenilgiyi kabullenemeyen yetişkinler bu alt ölçekten yüksek puan alırlar. Düşmanlık alt ölçeği maddeleri: 2, 5, 9, 21, 28, 31, 33 Düşmanlık alt ölçeği sosyal uyumsuzluğu ve ağır psikopatolojik bozuklukları kapsar. Bu ölçek küskünlük, paranoya ve sosyal yabancılaşma gibi davranışları temsil eder. Düşmanlık alt ölçeğinden yüksek puan alan bireyler başkalarının duygularını ve beklentilerini dikkate almazlar.

Diğer insanlar ile aralarında belirgin bir mesafe vardır. Ölçekten düşün puan alan bireylerin ise içinde bulundukları sosyal ortamdan memnun oldukları düşünülür. Dolaylı saldırganlık alt ölçeği maddeleri: 13, 14, 15, 18, 30, 34 Dolaylı saldırganlık alt ölçeği, kişilerin yüzleşmekten kaçındıkları durumlardaki öfkelenme eğilimini ölçer. Bu ölçekten yüksek puan alanlar öfkelerini uygun şekilde ifade edemedikleri için çoğu zaman problemlerini tatmin edici şekilde çözemezler. Bu nedenle yaşamlarının bazı alanlarında yüksek düzeyde kronik hayal kırıklığı yaşarlar. Ölçekten düşük puan alanların ise genelde, çatışmaları çözmek için doğrudan yüzleşme yapabildikleri düşünülür. Buss-Perry tarafından geliştirilen ölçeğin orijinal versiyonuna ilişkin çalışmada test-yeniden test güvenilirliği fiziksel saldırganlıkta $r=.80$, sözel saldırganlıkta $r=.76$, öfkede $r=.72$, düşmanlıkta $r=.72$, dolaylı saldırganlıkta $r=.74$, toplam puanda $r=.80$ olduğu belirlenmiştir (Can, 2002).

Ölçeğin Türkçe uyarlaması yüksek derecede güvenilir iç tutarlılığa sahiptir. Cronbach alfa katsayısı = .92 olarak bulunmuştur. Test-yeniden test korelasyon güvenilirliği $r=.48-.76$; alt ölçekler test-yeniden test güvenilirliği fiziksel saldırganlıkta $r=.85$, sözel saldırganlıkta $r=.70$, öfkede $r=.75$, düşmanlıkta $r=.81$, dolaylı saldırganlıkta $r=.75$, toplam saldırganlıkta $r=.86$, olup yüksek derecede güvenilir bulunmuştur. Eşdeğer ölçümle tanımlanan güvenilirliği SÖÖT (Sürekli Öfke/Öfke Tarzı) ölçeğinin sürekli öfke, öfke/içe, öfke/dışa alt ölçeklerinin birbirleriyle pozitif ilişkisi ($r=.54-.75$) bulunmuştur (Can, 2002). “Aggression Questionnaire” Türkçe uyarlamasında hem iç tutarlılık, hem test yeniden test korelasyonları, hem de eşdeğer test ölçümü açısından yüksek derecede güvenilirliğe sahip olduğu, SÖÖT (Sürekli Öfke/ Öfke Tarzı) Ölçümleri ile yapısal ve görünüm geçerliliğinin de olduğu istatistiksel değerlendirmelerle kanıtlanmıştır (Can, 2002).

3.4 Ölçme Aracının Uygulanma Aşamaları

2018–2019 eğitim-öğretim yılı içinde araştırma gerçekleştirilecektir. Öncelikli olarak araştırma için literatür taraması yapılacak ve ölçekler belirlendikten sonra kişilerden ölçek kullanım izinleri alınacaktır. 9 Eylül Üniversitesi, Yaşar Üniversitesi ve İzmir Ekonomi Üniversitesi okuyan öğrencilere ölçekler uygulanacaktır. Araştırmacı tarafından öğrencilere konu aktarılacak ve gönüllü

olarak araştırmaya katılmak isteyen öğrencilere ölçek maddeleri dağıtılarak uygulama sonrası toplanmıştır.

3.5 Verilerin Çözümlemesi

Öncelikli olarak doldurulan ölçekler incelenmiş geçersiz olan (boş bırakılan, hep aynı maddeler işaretlenmiş olan vb.) formlar çıkarılmıştır. Veriler SPSS 21.0 programına girilerek ve veri kontrolü yapıldıktan sonra analizlere geçilmiştir. Demografik değişkenlerin veri sonuçlarına göre gruplandırması yapılmıştır. Demografik özelliklerin betimsel yorumları yapıp frekans ve yüzde dağılımları çıkarılmıştır. Ölçek maddeleri ile ilgili $\bar{x}$, ss, değerleri saptanmıştır. Ölçek puanlarının demografik değişkenlerle anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığını anlamak için normal dağılım gösteren veriler için değişken gruplarına bağlı olarak t testi ve ANOVA yapılmıştır. Ayrıca değişkenler ile ölçek arasındaki göreceli etkiyi tespit etmek için regresyon analizi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < .05$ alınmıştır.

3.6 Etik Hassasiyetler

Araştırmanın etik kurallara uygun bir şekilde yürütülmesi için Dokuz Eylül Üniversitesi, Yaşar Üniversitesi, İzmir Ekonomi Üniversitelerinden alınan gerekli izinler dahilinde Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu, Demografik Bilgi Formu, Çocukluk Çağı Travma Ölçeği, B.D.D. Ölçeği, Saldırganlık Ölçeği sırasıyla araştırmacı nezaretinde 505 örnekleme uygulanmıştır. Katılımcılara araştırmanın adı ve amacı, bilgilerin gizliliği, kimlik bilgilerinin alınmayacağı ve ölçekleri doldurmanın yaklaşık ne kadar süreceği (25 ile 35 dakika) bildirilmiştir. Ayrıca katılımcılara, ölçeklerin ne şekilde doldurulması gerektiği, katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu bilgisi verilmiştir. Ölçekler, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden üniversite öğrencilerine doğrudan araştırmacı tarafından uygulanmıştır. Katılımcıların ölçekleri kendileri birebir olarak yanıtlamaları istenmiştir. Ölçeklerin cevaplandırılması için katılımcılara yeterli süre tanınmıştır. Ölçekte anlaşılmayan konuların olup olmadığı sorulmuş ve katılımcıların doldurması beklenilerek geri toplanmıştır.



4. BULGULAR

4.1 Grubun Demografik özellikleri

Çizelge 4.1: Grubun Demografik özellikleri Frekans ve Yüzde Değerleri

	Gruplar	<i>f</i>	%
Cinsiyet	Kadın	215	42,6
	Erkek	290	57,4
Yaş	18-19 yaşında	43	8,5
	20-21 yaşında	163	32,3
	22 yaş ve üzeri	299	59,2
İlişki durumu	İlişkisi yok	377	74,7
	İlişkisi var	128	25,3
Ailedeki Sayısı	1-2 kişi	33	6,5
	Kişi 3 kişi	160	31,7
	4 kişi	216	42,8
	5 ve üzeri	96	19,0
	Çekirdek aile	425	84,2
Aile Tipi	Geniş aile	16	3,2
	Parçalanmış aile	64	12,7
	1. Çocuk	265	52,5
Kaçınıcı Çocuk	2. Çocuk	169	33,5
	3. Çocuk	39	7,7
	4. Çocuk	32	6,3
Şu anda kiminle, nerede yaşadığı	Yalnız	60	11,9
	Ebeveyn	271	53,7
	Arkadaş	93	18,4
	Yurtta	81	16,0
	4000 TL ve altı	173	34,3
Gelir	4001-6000 TL	153	30,3

Çizelge 4.1: (Devamı) Grubun Demografik özellikleri Frekans ve Yüzde Değerleri

	6001-8000 TL	71	14,1
	8001 TL ve üzeri	108	21,4
Kronik bir hastalık var mı?	Evet	87	17,2
	Hayır	418	82,8
Tedavi Görüyor musunuz?	Evet	57	11,3
	Hayır	448	88,7
Bugüne kadar psikolojik bir rahatsızlık geçirdiniz mi?	Evet	111	22,0
	Hayır	394	78,0
Şu an psikiyatrik bir ilaç kullanıyor musunuz?	Evet	32	6,3
	Hayır	473	93,7
Üniversite Türü	Devlet	304	60,2
	Vakıf	201	39,8
	Toplam	505	100

Tablo 1’de görüldüğü üzere örneklem grubunu oluşturan 505 üniversite öğrencisinin 215’i (%42,6) kadın, 290’ı (%57,4) erkektir. 43’ü (%8,5) 18-19 yaşında, 163’ü (%32,3) 20-21 yaşında, 299’u (%59,2) 22 yaş ve üzeridir. 377’si (%74,7) ilişkisi yok, 128’i (%25,3) ilişkisi vardır. 33’ü (6,5) ailesinde 1-2 kişi var, 160’ı (% 31,7) 3 kişi, 216’sı (%42,8) 4 kişi, 96’sı (%19,0) 5 ve üzeri kişi vardır. 425’i (%84,2) çekirdek aile, 16’sı (%3,2) geniş aile, 64’ü (%12,7) parçalanmış ailedir. 265’i (%52,5) 1. Çocuk, 169’u (%33,5) 2. Çocuk, 39’u (%7,7) 3. Çocuk, 32’si (%6,3) 4. Çocuktur. 60’ı (%11,9) yalnız yaşıyor, 271’i (%53,7) ebeveyni ile yaşıyor. 93’ü (%18,4) ebeveyni ile yaşıyor, 81’i (%16,0) yurttta yaşıyor. 173’ü (%34,3) 4000 TL ve altı, 153’ü (%30,3) 4001-6000 TL, 71’i (%14,1) 6001-8000 TL, 108’i (%21,4) 8001 TL ve üzeri gelire sahiptir. 87’si (%17,2) Kronik bir hastalık var, 418’, (%82,8) Kronik bir hastalık yoktur. 57’si (%11,3) Tedavi görüyor, 448’i (%88,7) tedavi görmüyor. 111’i (%22,0) bugüne kadar psikolojik bir rahatsızlık geçirmiş, 394’ü (%78,0) bugüne kadar psikolojik bir rahatsızlık geçirmemiştir. 32’si (%6,3) Şu an psikiyatrik bir ilaç kullanıyor, 473’ü (%93,7) Şu an psikiyatrik bir ilaç kullanmıyor. 304’ü (%60,2)

devlet üniversitesinde okumakta, 201'i (%39,8) vakıf üniversitesinde okumaktadır.

4.2 Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları

Çizelge 4.2: Ölçeğin Toplam Puanlar ve Tüm Alt Boyutların Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri

Boyut	N	$\bar{X}$	Ss
Duygusal istismar	505	7,41	3,499
Fiziksel istismar	505	6,54	3,270
Fiziksel ihmal	505	7,45	3,340
Duygusal ihmal	505	9,28	4,600
Cinsel istismar	505	6,74	3,708
Toplam travma	505	37,41	15,266

Tablo 2'de görüldüğü üzere, örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin duygusal istismar alt boyutunda aritmetik ortalama 7,41 standart sapma, 3,499 olduğu belirlenmiştir. Fiziksel istismar alt boyutunda aritmetik ortalama 6,54 standart sapma, 3,270 olduğu belirlenmiştir. Fiziksel ihmal alt boyutunda aritmetik ortalama 7,45 standart sapma, 3,340 olduğu belirlenmiştir. Duygusal ihmal alt boyutunda aritmetik ortalama 9,28 standart sapma, 4,600 olduğu belirlenmiştir. Cinsel istismar alt boyutunda aritmetik ortalama 6,74 standart sapma, 3,708 olduğu belirlenmiştir. Toplam Travmanın aritmetik ortalama 37,41 standart sapma, 15,266 olduğu belirlenmiştir. Bu örneklem grubunda bulgulardan cinsel ve fiziksel istismar için 5 puan, Fiziksel ihmal ve duygusal istismar için 7 puan, toplamda 35 puan aşıldığından dolayı örneklem grubunda belirtilen alt boyutlarda pozitif bir bildirim görülmektedir.

Çizelge 4.3: Cinsiyete Göre Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	Sh	t Testi t	sd	p
Duygusal istismar	Kadın	215	6,91	3,180	,217	-2,778	503	,006
	Erkek	290	7,78	3,679	,216			
Fiziksel istismar	Kadın	215	5,85	2,481	,169	-4,120	503	,000
	Erkek	290	7,04	3,672	,216			
Fiziksel ihmal	Kadın	215	6,91	2,904	,198	-3,167	503	,002
	Erkek	290	7,86	3,581	,210			
Duygusal ihmal	Kadın	215	8,52	4,042	,276	-3,222	503	,001
	Erkek	290	9,84	4,905	,288			
Cinsel istismar	Kadın	215	6,54	3,580	,244	-1,025	503	,306
	Erkek	290	6,89	3,800	,223			
Toplam travma	Kadın	215	34,73	12,644	,862	-3,435	503	,001
	Erkek	290	39,40	16,696	,980			

Tablo 3 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre çocukluk çağı travmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, toplam travma da erkeklerin travma puanlarının kadınlardan yüksek olduğu görülmüştür. Cinsel istismarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Çizelge 4.4: Yaşlarına Göre Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları

f, x ve ss Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	Ss	Var.K.	KT	Sd	KO	F	P
d.istismar	18-19 yaşında	43	8,23	3,093	G.Arası	36,861	2	18,431	1,509	,222
	20-21 yaşında	163	7,47	3,900	G.İçİ	6132,921	502	12,217		
	22 yaş ve üzeri	299	7,25	3,311	Toplam	6169,782	504			
	Toplam	505	7,41	3,499						
f.istismar	18-19 yaşında	43	6,44	2,472	G.Arası	,668	2	,334	,031	,969
	20-21 yaşında	163	6,58	3,222	G.İçİ	5388,904	502	10,735		
	22 yaş ve üzeri	299	6,53	3,403	Toplam	5389,572	504			
	Toplam	505	6,54	3,270						
f. ihmal	18-19 yaşında	43	7,42	2,566	G.Arası	19,731	2	9,865	,884	,414
	20-21 yaşında	163	7,74	3,627	G.İçİ	5601,426	502	11,158		
	22 yaş ve üzeri	299	7,30	3,273	Toplam	5621,156	504			
	Toplam	505	7,45	3,340						

Çizelge 4.4: (devamı) Yaşlarına Göre Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları

<i>f, x ve ss Değerleri</i>					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	Ss	Var.K.	KT	Sd	KO	F	P
d. ihmal	18-19 yaşında	43	10,30	5,111	G.Arası	74,936	2	37,468	1,776	,170
	20-21 yaşında	163	9,50	4,859	G.İçi	10589,805	502	21,095		
	22 yaş ve üzeri	299	9,01	4,361	Toplam	10664,741	504			
	Toplam	505	9,28	4,600						
c. istismar	18-19 yaşında	43	6,72	4,113	G.Arası	42,552	2	21,276	1,551	,213
	20-21 yaşında	163	7,15	4,026	G.İçi	6888,466	502	13,722		
	22 yaş ve üzeri	299	6,52	3,453	Toplam	6931,018	504			
	Toplam	505	6,74	3,708						
Toplam travma	18-19 yaşında	43	39,12	12,638	G.Arası	484,975	2	242,487	1,041	,354
	20-21 yaşında	163	38,43	16,535	G.İçi	116979,354	502	233,027		
	22 yaş ve üzeri	299	36,61	14,880	Toplam	117464,329	504			
	Toplam	505	37,41	15,266						

Tablo 4 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre çocukluk çağı travmalarında toplam ölçek ve diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Çizelge 4.5: İlişki Durumuna Göre Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	Sh	t Testi			
						t	sd	p	
Duygusal istismar	İlişkisi Yok	377	7,63	3,685	,190	2,527	503	,012	
	İlişkisi var	128	6,73	2,788	,246				
Fiziksel istismar	İlişkisi Yok	377	6,72	3,441	,177	2,220	503	,027	
	İlişkisi var	128	5,98	2,641	,233				
Fiziksel ihmal	İlişkisi Yok	377	7,57	3,419	,176	1,381	503	,168	
	İlişkisi var	128	7,10	3,079	,272				
Duygusal ihmal	İlişkisi Yok	377	9,45	4,749	,245	1,430	503	,153	
	İlişkisi var	128	8,77	4,105	,363				
Cinsel istismar	İlişkisi Yok	377	6,84	3,935	,203	1,015	503	,311	
	İlişkisi var	128	6,45	2,937	,260				
Toplam travma	İlişkisi Yok	377	38,21	16,252	,837	2,035	503	,042	
	İlişkisi var	128	35,05	11,635	1,028				

Tablo 5 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin ilişki durumuna göre çocukluk çağı travmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($p<05$). Duygusal istismar, fiziksel istismar ve toplam travma düzeylerinde ilişkisi olan ve olmayan gençler arasında anlamlı bir farklılık bulunurken diğerlerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. İlişkisi olmayan gençlerin duygusal, fiziksel istismar ve genel olarak toplam istismar puanının ilişkisi olan gençlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Çizelge 4.6: Gelir Durumuna Göre Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları

<i>f, x ve ss Değerleri</i>					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	Var.K.	KT	Sd	KO	F	P
Duygusal istismar	4000 TL ve altı	173	7,88	3,974	G.Arası	136,326	3	45,442	3,773	,011
	4001-6000 TL	153	6,78	3,093	G.İçi	6033,456	501	12,043		
	6001-8000 TL	71	6,92	3,193	Toplam	6169,782	504			
	8001 TL ve üzeri	108	7,85	3,278						
	Toplam	505	7,41	3,499						
Fiziksel istismar	4000 TL ve altı	173	7,12	4,084	G.Arası	132,954	3	44,318	4,224	,006
	4001-6000 TL	153	5,99	2,565	G.İçi	5256,618	501	10,492		
	6001-8000 TL	71	5,97	2,432	Toplam	5389,572	504			
	8001 TL ve üzeri	108	6,75	3,017						
	Toplam	505	6,54	3,270						
Fiziksel ihmal	4000 TL ve altı	173	7,95	3,619	G.Arası	146,061	3	48,687	4,455	,004
	4001-6000 TL	153	6,68	2,842	G.İçi	5475,096	501	10,928		
	6001-8000 TL	71	7,41	3,332	Toplam	5621,156	504			
	8001 TL ve üzeri	108	7,79	3,374						

Çizelge 4.6: (Devamı) Gelir Durumuna Göre Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları

	Toplam	505	7,45	3,340						
Duygusal ihmal	4000 TL ve altı	173	9,61	4,770	G.Arası	132,768	3	44,256	2,105	,099
	4001-6000 TL	153	8,75	4,499	G.İçi	10531,973	501	21,022		
	6001-8000 TL	71	8,63	4,033	Toplam	10664,741	504			
	8001 TL ve üzeri	108	9,90	4,740						
	Toplam	505	9,28	4,600						
Cinsel istismar	4000 TL ve altı	173	7,16	4,439	G.Arası	88,515	3	29,505	2,160	,092
	4001-6000 TL	153	6,35	3,149	G.İçi	6842,503	501	13,658		
	6001-8000 TL	71	6,13	3,014	Toplam	6931,018	504			
	8001 TL ve üzeri	108	7,03	3,500						
	Toplam	505	6,74	3,708						
Toplam travma	4000 TL ve altı	173	39,72	17,244	G.Arası	2952,359	3	984,120	4,306	,005
	4001-6000 TL	153	34,56	12,978	G.İçi	114511,970	501	228,567		
	6001-8000 TL	71	35,06	12,782	Toplam	117464,329	504			
	8001 TL ve üzeri	108	39,31	15,687						
	Toplam	505	37,41	15,266						

Tablo 6 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin gelir durumuna göre çocukluk çağı travmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve toplam travmada anlamlı bir farklılık bulunurken diğerlerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Hangi gruplar arasında anlamlı farklılık olduğunu belirlemek için Scheffe testi yapılmıştır.

Çizelge 4.7: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	gelir(i)	gelir (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
Duygusal istismar	4000 TL ve altı	4001-6000 TL	1,094*	,385	,046
		6001-8000 TL	,963	,489	,276
		8001 TL ve üzeri	,027	,426	1,000
	4001-6000 TL	4000 TL ve altı	-1,094*	,385	,046
		6001-8000 TL	-,131	,498	,995
		8001 TL ve üzeri	-1,068	,436	,113
	6001-8000 TL	4000 TL ve altı	-,963	,489	,276
		4001-6000 TL	,131	,498	,995
		8001 TL ve üzeri	-,936	,530	,375
	8001 TL ve üzeri	4000 TL ve altı	-,027	,426	1,000
		4001-6000 TL	1,068	,436	,113
		6001-8000 TL	,936	,530	,375
Fiziksel istismar	4000 TL ve altı	4001-6000 TL	1,134*	,359	,020
		6001-8000 TL	1,150	,457	,098
		8001 TL ve üzeri	,371	,397	,832
	4001-6000 TL	4000 TL ve altı	-1,134*	,359	,020
		6001-8000 TL	,015	,465	1,000
		8001 TL ve üzeri	-,763	,407	,320
	6001-8000 TL	4000 TL ve altı	-1,150	,457	,098
		4001-6000 TL	-,015	,465	1,000
		8001 TL ve üzeri	-,778	,495	,481

Çizelge 4.7: (Devamı) Scheffe Testi Sonuçları

	8001 TL ve üzeri	4000 TL ve altı	-,371	,397	,832
		4001-6000 TL	,763	,407	,320
		6001-8000 TL	,778	,495	,481
Fiziksel ihmal	4000 TL ve altı	4001-6000 TL	1,268*	,367	,008
		6001-8000 TL	,540	,466	,720
		8001 TL ve üzeri	,161	,405	,984
	4001-6000 TL	4000 TL ve altı	-1,268*	,367	,008
		6001-8000 TL	-,729	,475	,502
		8001 TL ve üzeri	-1,107	,415	,070
	6001-8000 TL	4000 TL ve altı	-,540	,466	,720
		4001-6000 TL	,729	,475	,502
		8001 TL ve üzeri	-,379	,505	,905
	8001 TL ve üzeri	4000 TL ve altı	-,161	,405	,984
		4001-6000 TL	1,107	,415	,070
		6001-8000 TL	,379	,505	,905
Toplam travma	4000 TL ve altı	4001-6000 TL	5,161*	1,678	,025
		6001-8000 TL	4,660	2,131	,190
		8001 TL ve üzeri	,402	1,854	,997
	4001-6000 TL	4000 TL ve altı	-5,161*	1,678	,025
		6001-8000 TL	-,501	2,171	,997
		8001 TL ve üzeri	-4,759	1,900	,100
	6001-8000 TL	4000 TL ve altı	-4,660	2,131	,190
		4001-6000 TL	,501	2,171	,997
		8001 TL ve üzeri	-4,258	2,310	,335
	8001 TL ve üzeri	4000 TL ve altı	-,402	1,854	,997
		4001-6000 TL	4,759	1,900	,100
		6001-8000 TL	4,258	2,310	,335

Tablo 7 incelendiğinde gelir durumuna göre Ç.Ç.T.4000 tl ve altı ile 4001-6000 TL arası gelire sahip olanlar arasında olduğu, gelirleri 4000 TL ve altı olanların daha yüksek travma puanına sahip olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.8: Üniversite Türüne Göre Ç.Ç.T. Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{X}$	ss	Sh	t Testi		
						t	sd	p
Duygusal istismar	Devlet	304	7,53	3,719	,213	,951	503	,342
	Vakıf	201	7,22	3,138	,221			
Fiziksel istismar	Devlet	304	6,48	3,259	,187	-,448	503	,654
	Vakıf	201	6,62	3,294	,232			
Fiziksel ihmal	Devlet	304	7,88	3,450	,198	3,528	503	,000
	Vakıf	201	6,82	3,064	,216			
Duygusal ihmal	Devlet	304	9,63	4,490	,258	2,148	503	,032
	Vakıf	201	8,74	4,722	,333			
Cinsel istismar	Devlet	304	6,92	4,161	,239	1,371	503	,171
	Vakıf	201	6,46	2,881	,203			
Toplam travma	Devlet	304	38,44	15,597	,895	1,867	503	,062
	Vakıf	201	35,86	14,654	1,034			

Tablo 8 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin üniversite türüne göre çocukluk çağı travmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve toplam travmada anlamlı bir farklılık bulunurken diğerlerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Devlet üniversitelerinde okuyan öğrencilerin vakıf üniversitelerinde okuyanlara göre travma puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

4.3 B.D.D. Ölçeği Sonuçları

Çizelge 4.9: B.D.D. Ölçeğinin Toplam Puanlar ve Tüm Alt Boyutların Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri

Boyut	N	$\bar{X}$	Ss
Kendini suçlama	505	11,42	3,088
Kabul etme	505	12,48	3,279
Düşünceye odaklanma	505	14,17	3,581
Pozitif tekrar odaklanma	505	12,51	3,189
Plana tekrar odaklanma	505	15,43	3,235
Pozitif yeniden gözden geçirme	505	14,82	3,372
Bakış açısına yerleştirmek	505	13,18	3,288
Yıkım	505	9,40	3,500
Diğerlerini suçlama	505	10,28	3,555
Toplam Duygu Düzenlemeleri	505	113,70	18,215

Tablo 9 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin duygu düzenlemeleri ölçeğinde kendini suçlama alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 11,42, standart sapması, 3,088 olduğu belirlenmiştir. Kabul etme alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 12,48, standart sapması, 3,279 olduğu belirlenmiştir. Düşünceye odaklanma alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 14,17, standart sapması, 3,581 olduğu belirlenmiştir. Pozitif tekrar odaklanma alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 15,43, standart sapması, 3,235 olduğu belirlenmiştir. Pozitif yeniden gözden geçirme alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 14,82, standart sapması, 3,372 olduğu belirlenmiştir. Bakış açısına yerleştirmek alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 13,18, standart sapması, 3,288 olduğu belirlenmiştir. Yıkım alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 9,40, standart sapması, 3,500 olduğu belirlenmiştir. Diğerlerini suçlama alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 10,28, standart sapması, 3,555 olduğu belirlenmiştir. Toplam Duygu

Düzenlemeleri puanlarının aritmetik ortalaması 113,70, standart sapması, 18,215 olduğu belirlenmiştir.

Çizelge 4.10: Cinsiyetlerine Göre B.D.D. Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	Sh	t Testi		
						t	sd	p
Kendini suçlama	Kadın	215	11,00	2,773	,189	-2,642	503	,009
	Erkek	290	11,73	3,272	,192			
Kabul etme	Kadın	215	12,69	3,315	,226	1,211	503	,226
	Erkek	290	12,33	3,250	,191			
Düşünceye odaklanma	Kadın	215	14,52	3,544	,242	1,910	503	,057
	Erkek	290	13,91	3,593	,211			
Pozitif tekrar odaklanma	Kadın	215	12,82	2,935	,200	1,925	503	,055
	Erkek	290	12,27	3,350	,197			
Plana tekrar odaklanma	Kadın	215	15,34	3,288	,224	-,551	503	,582
	Erkek	290	15,50	3,200	,188			
Pozitif yeniden gözden geçirme	Kadın	215	14,86	3,318	,226	,210	503	,833
	Erkek	290	14,80	3,416	,201			
Bakış açısına yerleştirmek	Kadın	215	13,60	3,010	,205	2,535	503	,012
	Erkek	290	12,86	3,451	,203			
Yıkım	Kadın	215	8,73	3,408	,232	-3,800	503	,000
	Erkek	290	9,91	3,488	,205			
Diğerlerini suçlama	Kadın	215	9,74	3,108	,212	-2,956	503	,003
	Erkek	290	10,68	3,809	,224			
Toplam düzenlemeleri	Kadın	215	113,31	16,655	1,136	-,413	503	,680
	Erkek	290	113,99	19,313	1,134			

Tablo 10 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre duygu düzenlemeleri puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Kendini suçlama, bakış açısına yerleştirmek, yıkım, diğerlerini suçlama alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda ve toplam duygu düzenlemelerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Kendini suçlama, yıkım, diğerlerini suçlama puanlarında erkeklerin duygu düzenleme puanları kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Bakış açısına yerleştirmek alt boyutunda ise kadınların puanları daha yüksek bulunmuştur.

Çizelge 4.11: Yaşlarına Göre B.D.D.Ölçeği Sonuçları

<i>f, x ve ss Değerleri</i>					ANOVA Sonuçları					
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	Var.K.	KT	Sd	KO	F	P
kendini suçlama	18-19 yaşında	43	12,26	3,935	G.Arası	35,136	2	17,568	1,849	,158
	20-21 yaşında	163	11,45	3,354	G.İçi	4770,178	502	9,502		
	22 yaş ve üzeri	299	11,29	2,777	Toplam	4805,315	504			
	Toplam	505	11,42	3,088						
kabuletleme	18-19 yaşında	43	13,49	3,990	G.Arası	76,685	2	38,342	3,602	,028
	20-21 yaşında	163	12,73	3,521	G.İçi	5343,422	502	10,644		
	22 yaş ve üzeri	299	12,20	2,991	Toplam	5420,107	504			
	Toplam	505	12,48	3,279						
düşünceye odaklanma	18-19 yaşında	43	14,67	4,028	G.Arası	12,139	2	6,069	,472	,624

Çizelge 4.11: (Devamı) Yaşlarına Göre B.D.D. Ölçeği Sonuçları

	20-21 yaşında	163	14,14	3,372	G.İçi	6452,554	502	12,854		
	22 yaş ve üzeri	299	14,11	3,631	Toplam	6464,693	504			
	Toplam	505	14,17	3,581						
Pozitif tekrar	18-19 yaşında	43	10,81	3,034	G.Arası	135,140	2	67,570	6,799	,001
	20-21 yaşında	163	12,71	3,241	G.İçi	4989,086	502	9,938		
	22 yaş ve üzeri	299	12,64	3,120	Toplam	5124,226	504			
	Toplam	505	12,51	3,189						
planatekrar	18-19 yaşında	43	14,70	3,196	G.Arası	29,705	2	14,853	1,421	,242
	20-21 yaşında	163	15,37	3,434	G.İçi	5246,188	502	10,451		
	22 yaş ve üzeri	299	15,57	3,123	Toplam	5275,893	504			
	Toplam	505	15,43	3,235						
pozitifyeniden	18-19 yaşında	43	13,93	2,473	G.Arası	40,321	2	20,161	1,779	,170

Çizelge 4.11: (Devamı) Yaşlarına Göre B.D.D.Ölçeği Sonuçları

	20-21 yaşında	163	15,01	3,462	G.İçi	5688,994	502	11,333		
	22 yaş ve üzeri	299	14,85	3,422	Toplam	5729,315	504			
	Toplam	505	14,82	3,372						
bakış açısına	18-19 yaşında	43	12,12	4,037	G.Arası	84,909	2	42,454	3,973	,019
	20-21 yaşında	163	13,63	3,397	G.İçi	5364,406	502	10,686		
	22 yaş ve üzeri	299	13,08	3,071	Toplam	5449,315	504			
	Toplam	505	13,18	3,288						
yıkım	18-19 yaşında	43	10,58	2,938	G.Arası	70,630	2	35,315	2,905	,056
	20-21 yaşında	163	9,44	3,571	G.İçi	6102,962	502	12,157		
	22 yaş ve üzeri	299	9,21	3,511	Toplam	6173,592	504			
	Toplam	505	9,40	3,500						
diğerlerini suçlama	18-19 yaşında	43	10,42	3,325	G.Arası	84,441	2	42,221	3,373	,035

Çizelge 4.11: (Devamı) Yaşlarına Göre B.D.D.Ölçeği Sonuçları

	20-21 yaşında	163	10,85	3,743	G.İçi	6284,066	502	12,518		
	22 yaş ve üzeri	299	9,96	3,452	Toplam	6368,507	504			
	Toplam	505	10,28	3,555						
toplamduygu	18-19 yaşında	43	112,98	14,502	G.Arası	635,032	2	317,516	,957	,385
	20-21 yaşında	163	115,33	21,182	G.İçi	166578,817	502	331,830		
	22 yaş ve üzeri	299	112,92	16,895	Toplam	167213,850	504			
	Toplam	505	113,70	18,215						

Tablo 11 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre duygu düzenlemeleri puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Kabul etme, pozitif tekrar, bakış açısına yerleştirmek, diğerlerini suçlama alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda ve toplam duygu düzenlemelerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Hangi gruplar arasında anlamlı farklılığın olduğunu belirlemek için Scheffe testi yapılmıştır.

Çizelge 4.12: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	yaş (i)	yaş (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
kabuletme	18-19 yaşında	20-21 yaşında	,758	,559	,400
		22 yaş ve üzeri	1,284	,532	,045
	20-21 yaşında	18-19 yaşında	-,758	,559	,400
		22 yaş ve üzeri	,526	,318	,255
	22 yaş ve üzeri	18-19 yaşında	-1,284	,532	,045
		20-21 yaşında	-,526	,318	,255
pozitiftekrar	18-19 yaşında	20-21 yaşında	-1,892*	,540	,002
		22 yaş ve üzeri	-1,828*	,514	,002
	20-21 yaşında	18-19 yaşında	1,892*	,540	,002
		22 yaş ve üzeri	,063	,307	,979
	22 yaş ve üzeri	18-19 yaşında	1,828*	,514	,002
		20-21 yaşında	-,063	,307	,979
Bakış açısına yerleştirmek	18-19 yaşında	20-21 yaşında	-1,516*	,560	,027
		22 yaş ve üzeri	-,964	,533	,196
	20-21 yaşında	18-19 yaşında	1,516*	,560	,027
		22 yaş ve üzeri	,552	,318	,224
	22 yaş ve üzeri	18-19 yaşında	,964	,533	,196
		20-21 yaşında	-,552	,318	,224
Diğerlerini suçlama	18-19 yaşında	20-21 yaşında	-,428	,607	,780
		22 yaş ve üzeri	,462	,577	,726
	20-21 yaşında	18-19 yaşında	,428	,607	,780
		22 yaş ve üzeri	,890*	,344	,036
	22 yaş ve üzeri	18-19 yaşında	-,462	,577	,726
		20-21 yaşında	-,890*	,344	,036

Tablo 12 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre duygu düzenlemeleri paunlarında kabul etme alt boyutunda yaşları 18-19 olanlar ile 22 yaş ve üzeri olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu 18-19 yaşındakilerin kabul etme puanlarının daha yüksek olduğu, pozitif tekrar, bakış açısına

yerleřtirmek alt boyutunda ise 18-19 yař grubundakilerin en dūřuk puana sahip olduęu, dięerlerini suęlama alt boyutunda ise 22 yař ve űzeri olan grupla 20-21 yař grubu arasında farklılık olduęu 20-21 yař grubunun dięerlerini suęlama puanlarının daha yűksek olduęu gűrűlműřtűr.

Çizelge 4.13: İliřki Durumuna Gűre B.D.D.Ŗlęęi Sonuęları

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	Sh	t Testi		
						t	sd	P
Kendini suçlama	İlişkisi Yok	377	11,66	3,228	,166	2,980	503	,003
	İlişkisi var	128	10,73	2,515	,222			
Kabul etme	İlişkisi Yok	377	12,72	3,328	,171	2,854	503	,004
	İlişkisi var	128	11,77	3,036	,268			
Dűřűnceye odaklanma	İlişkisi Yok	377	14,20	3,378	,174	,301	503	,764
	İlişkisi var	128	14,09	4,137	,366			
Pozitif tekrar	İlişkisi Yok	377	12,66	3,321	,171	1,894	503	,059
	İlişkisi var	128	12,05	2,723	,241			
Plana tekrar	İlişkisi Yok	377	15,52	3,268	,168	1,020	503	,308
	İlişkisi var	128	15,18	3,136	,277			
Pozitif yeniden	İlişkisi Yok	377	15,05	3,422	,176	2,545	503	,011
	İlişkisi var	128	14,17	3,140	,278			
Bakış açısına yerleştirmek	İlişkisi Yok	377	13,23	3,419	,176	,639	503	,523
	İlişkisi var	128	13,02	2,875	,254			
yıkım	İlişkisi Yok	377	9,48	3,547	,183	,810	503	,419
	İlişkisi var	128	9,19	3,362	,297			
Diğerlerini suçlama	İlişkisi Yok	377	10,20	3,552	,183	-,943	503	,346
	İlişkisi var	128	10,54	3,565	,315			
toplamduygu	İlişkisi Yok	377	114,71	18,417	,949	2,146	503	,032
	İlişkisi var	128	110,73	17,335	1,532			

Tablo 13 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin ilişki durumlarına göre duygu düzenlemeleri puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Toplam duygu düzenlemeleri ile kendini suçlama, kabul etme, pozitif yeniden gözden geçirme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. İlişkisi olmayanların ilişkisi olanlara kıyasla duygu düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu kendini suçlama, kabul etme, pozitif yeniden gözden geçirme alt boyutlarında daha yüksek puana sahip olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.14: Gelir Durumuna Göre B.D.D.Ölçeği Sonuçları

<i>f</i> , <i>x</i> ve <i>ss</i> Değerleri	Gruplar	N	$\bar{x}$	<i>ss</i>	ANOVA Sonuçları					
Puan					Var.K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	F	<i>P</i>
kendinisuçlama	4000 TL ve altı	173	11,52	2,769	G.Arası	67,814	3	22,605	2,390	,068
	4001-6000 TL	153	11,67	3,456	G.İçi	4737,501	501	9,456		
	6001-8000 TL	71	10,54	2,666	Toplam	4805,315	504			
	8001 TL ve üzeri	108	11,50	3,214						
	Toplam	505	11,42	3,088						
kabuleetme	4000 TL ve altı	173	12,17	2,878	G.Arası	169,678	3	56,559	5,397	,001
	4001-6000 TL	153	13,32	3,238	G.İçi	5250,429	501	10,480		
	6001-8000 TL	71	12,42	3,624	Toplam	5420,107	504			
	8001 TL ve üzeri	108	11,83	3,503						
	Toplam	505	12,48	3,279						
düşünceyeodaklanma	4000 TL ve altı	173	14,50	3,541	G.Arası	134,517	3	44,839	3,549	,014
	4001-6000 TL	153	14,57	3,693	G.İçi	6330,176	501	12,635		
	6001-8000 TL	71	13,85	3,276	Toplam	6464,693	504			
	8001 TL ve üzeri	108	13,29	3,550						
	Toplam	505	14,17	3,581						
pozitiftekrar	4000 TL ve altı	173	12,43	3,280	G.Arası	32,025	3	10,675	1,050	,370
	4001-6000 TL	153	12,79	3,252	G.İçi	5092,200	501	10,164		
	6001-8000 TL	71	12,00	2,883	Toplam	5124,226	504			
	8001 TL ve üzeri	108	12,56	3,136						
	Toplam	505	12,51	3,189						
planatekrar	4000 TL ve altı	173	15,54	3,174	G.Arası	117,278	3	39,093	3,797	,010

Çizelge 4.14: (Devamı) Gelir Durumuna Göre B.D.D.Ölçeği Sonuçları

	4001- 6000 TL	153	16,01	3,047	G.İçi	5158,615	501	10,297		
	6001- 8000 TL	71	14,72	3,313	Toplam	5275,893	504			
	8001 TL ve üzeri	108	14,92	3,413						
pozitifyeniden	Toplam	505	15,43	3,235						
	4000	173	14,80	3,394	G.Arası	137,278	3	45,759	4,100	,00 7
	TL ve altı									
	4001- 6000 TL	153	15,49	3,158	G.İçi	5592,037	501	11,162		
	6001- 8000 TL	71	13,92	2,802	Toplam	5729,315	504			
	8001 TL ve üzeri	108	14,51	3,800						
bakışaısına	Toplam	505	14,82	3,372						
	4000	173	13,16	3,032	G.Arası	28,243	3	9,414	,870	,45 6
	TL ve altı									
	4001- 6000 TL	153	13,41	3,523	G.İçi	5421,072	501	10,821		
	6001- 8000 TL	71	13,35	3,163	Toplam	5449,315	504			
	8001 TL ve üzeri	108	12,77	3,422						
yıkım	Toplam	505	13,18	3,288						
	4000	173	9,38	3,789	G.Arası	6,345	3	2,115	,172	,91 5
	TL ve altı									
	4001- 6000 TL	153	9,31	3,664	G.İçi	6167,247	501	12,310		
	6001- 8000 TL	71	9,35	3,038	Toplam	6173,592	504			
	8001 TL ve üzeri	108	9,61	3,075						
diğerlerini	Toplam	505	9,40	3,500						
suçlama	4000	173	10,40	3,737	G.Arası	47,038	3	15,679	1,243	,29 4
	TL ve altı									
	4001- 6000 TL	153	10,17	3,567	G.İçi	6321,469	501	12,618		
	6001- 8000 TL	71	9,66	3,130	Toplam	6368,507	504			
	8001 TL ve üzeri	108	10,66	3,486						
toplamduygu	Toplam	505	10,28	3,555						
	4000	173	113,90	16,707	G.Arası	2946,638	3	982,213	2,996	,03 0
	TL ve altı									

Çizelge 4.14: (Devamı) Gelir Durumuna Göre B.D.D.Ölçeği Sonuçları

4001-6000 TL	153	116,73	16,839	G.İçİ	164267,212	501	327,879
6001-8000 TL	71	109,80	16,929	Toplam	167213,850	504	
8001 TL ve üzeri	108	111,65	22,275				
Toplam	505	113,70	18,215				

Tablo 14 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin gelir durumlarına göre duygu düzenlemeleri puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Toplam duygu düzenlemeleri ile kabul etme, düşünceye odaklanma, plana tekrar odaklanma, pozitif yeniden gözden geçirme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Hangi gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğunu belirlemek için scheffe testi yapılmıştır.

Çizelge 4.15: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	gelir (i)	gelir (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
kabuletme	4000 TL ve altı	4001-6000 TL	-1,147*	,359	,018
		6001-8000 TL	-,249	,456	,960
		8001 TL ve üzeri	,340	,397	,865
	4001-6000 TL	4000 TL ve altı	1,147*	,359	,018
		6001-8000 TL	,898	,465	,293
		8001 TL ve üzeri	1,487*	,407	,004
	6001-8000 TL	4000 TL ve altı	,249	,456	,960
		4001-6000 TL	-,898	,465	,293
		8001 TL ve üzeri	,589	,495	,701

Çizelge 4.15: (Devamı) Scheffe Testi Sonuçları

	8001 TL ve üzeri	4000 TL ve altı	-,340	,397	,865
		4001-6000 TL	-1,487*	,407	,004
		6001-8000 TL	-,589	,495	,701
Düşünceye odaklanma	4000 TL ve altı	4001-6000 TL	-,072	,394	,998
		6001-8000 TL	,652	,501	,639
		8001 TL ve üzeri	1,210	,436	,054
	4001-6000 TL	4000 TL ve altı	,072	,394	,998
		6001-8000 TL	,724	,510	,571
		8001 TL ve üzeri	1,282*	,447	,043
	6001-8000 TL	4000 TL ve altı	-,652	,501	,639
		4001-6000 TL	-,724	,510	,571
		8001 TL ve üzeri	,558	,543	,788
	8001 TL ve üzeri	4000 TL ve altı	-1,210	,436	,054
		4001-6000 TL	-1,282*	,447	,043
		6001-8000 TL	-,558	,543	,788
Plana tekrar odaklanma	4000 TL ve altı	4001-6000 TL	-,469	,356	,630
		6001-8000 TL	,819	,452	,351
		8001 TL ve üzeri	,621	,394	,478
	4001-6000 TL	4000 TL ve altı	,469	,356	,630
		6001-8000 TL	1,288	,461	,051
		8001 TL ve üzeri	1,090	,403	,064
	6001-8000 TL	4000 TL ve altı	-,819	,452	,351
		4001-6000 TL	-1,288	,461	,051
		8001 TL ve üzeri	-,198	,490	,983

Çizelge 4.15: Scheffe Testi Sonuçları

	8001 TL ve üzeri	4000 TL ve altı	-,621	,394	,478
		4001-6000 TL	-1,090	,403	,064
		6001-8000 TL	,198	,490	,983
pozitifiden	4000 TL ve altı	4001-6000 TL	-,687	,371	,331
		6001-8000 TL	,888	,471	,315
		8001 TL ve üzeri	,294	,410	,915
	4001-6000 TL	4000 TL ve altı	,687	,371	,331
		6001-8000 TL	1,575*	,480	,014
		8001 TL ve üzeri	,981	,420	,143
	6001-8000 TL	4000 TL ve altı	-,888	,471	,315
		4001-6000 TL	-1,575*	,480	,014
		8001 TL ve üzeri	-,594	,510	,717
	8001 TL ve üzeri	4000 TL ve altı	-,294	,410	,915
		4001-6000 TL	-,981	,420	,143
		6001-8000 TL	,594	,510	,717
toplamduygu	4000 TL ve altı	4001-6000 TL	-2,830	2,010	,576
		6001-8000 TL	4,099	2,552	,462
		8001 TL ve üzeri	2,254	2,221	,794
	4001-6000 TL	4000 TL ve altı	2,830	2,010	,576
		6001-8000 TL	6,929	2,600	,040
		8001 TL ve üzeri	5,084	2,276	,174
	6001-8000 TL	4000 TL ve altı	-4,099	2,552	,462
		4001-6000 TL	-6,929	2,600	,040
		8001 TL ve üzeri	-1,845	2,767	,931
	8001 TL ve üzeri	4000 TL ve altı	-2,254	2,221	,794
		4001-6000 TL	-5,084	2,276	,174
		6001-8000 TL	1,845	2,767	,931

Tablo 15 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin gelirlerine göre duygu düzenlemeleri puanlarında kabul etme alt boyutunda 4001-6000 TL geliri olanlar ile diğer gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu ve 4001-6000 TL geliri olanların daha yüksek puana sahip oldukları belirlenmiştir. Düşünceye odaklanma alt boyutunda 4001-6000 TL geliri olanlar ile 8001 TL ve üzeri geliri olan grup arasında anlamlı farklılık olduğu 4001-6000 TL geliri olanların daha yüksek puana sahip oldukları belirlenmiştir. Toplam ölçek ile plana tekrar odaklanma alt boyutunda 4001-6000 TL geliri olanlar ile 6001-8000 TL geliri olan grup arasında anlamlı farklılık olduğu 4001-6000 TL geliri olanların daha yüksek puana sahip oldukları belirlenmiştir.

Çizelge 4.16: Üniversite Türüne Göre B.D.D.Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	N	$\bar{X}$	ss	Sh	t Testi		
						t	sd	P
kendinisiuçlama	Devlet	304	11,17	2,703	,155	-2,301	503	,022
	Vakıf	201	11,81	3,564	,251			
kabuletme	Devlet	304	12,22	3,224	,185	-2,223	503	,027
	Vakıf	201	12,88	3,330	,235			
düşünceyeodaklanma	Devlet	304	13,83	3,749	,215	-2,608	503	,009
	Vakıf	201	14,68	3,256	,230			
pozitiftekrar	Devlet	304	12,62	3,096	,178	,995	503	,320
	Vakıf	201	12,33	3,325	,235			
Planatekrar odaklanma	Devlet	304	14,98	3,267	,187	-3,940	503	,000
	Vakıf	201	16,12	3,068	,216			
Pozitifyeniden	Devlet	304	14,69	3,137	,180	-1,090	503	,276
	Vakıf	201	15,02	3,698	,261			
bakışaçısına	Devlet	304	13,11	3,122	,179	-,596	503	,551
	Vakıf	201	13,28	3,530	,249			
yıkım	Devlet	304	9,29	3,403	,195	-,904	503	,366
	Vakıf	201	9,58	3,644	,257			
diğerlerinisiuçlama	Devlet	304	10,24	3,255	,187	-,360	503	,719
	Vakıf	201	10,35	3,972	,280			
toplamduygu	Devlet	304	112,14	16,293	,934	-2,377	503	,018
	Vakıf	201	116,06	20,606	1,453			

Tablo 16 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin üniversite türüne göre duygu düzenlemeleri puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Toplam ölçek ile Kendini suçlama, Kabul etme, düşünceye odaklanma, plana tekrar odaklanma alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Vakıf üniversitesinde okuyan öğrencilerin devlet üniversitesinde okuyanlara kıyasla daha yüksek puana sahip olduğu, Kendini suçlama, Kabul etme, düşünceye odaklanma, plana tekrar odaklanma alt boyutlarındaki puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

4.4 Saldırganlık Ölçeği Sonuçları

Çizelge 4.17: Saldırganlık Ölçeği Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Değerleri

Boyut	N	$\bar{X}$	Ss
Toplamsaldırganlık	505	83,59	19,928

Tablo 17 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin saldırganlık ölçeği puanlarının aritmetik ortalaması 83,59, standart sapması, 19,928 olduğu belirlenmiştir.

Çizelge 4.18: Cinsiyetlerine Göre Saldırganlık Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{X}$	Ss	Sh	t Testi		
						t	sd	p
Toplam saldırganlık	Kadın	215	79,26	18,201	1,241	-4,271	503	,000
	Erkek	290	86,79	20,568	1,208			

Tablo 18 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Erkeklerin saldırganlık puanları kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Çizelge 4.19: Yaşlarına Göre Saldırganlık Ölçeği Sonuçları

<i>f</i> , <i>x</i> ve <i>ss</i> Değerleri			ANOVA Sonuçları							
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	<i>Ss</i>	Var.K.	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	F	<i>P</i>
toplamsaldırganlık	18-19 yaşında	43	93,53	21,630	G.Arası	6375,617	2	3187,808	8,258	,000
	20-21 yaşında	163	85,28	19,978	G.İçi	193782,886	502	386,022		
	22 yaş ve üzeri	299	81,23	19,167	Toplam	200158,503	504			
	Toplam	505	83,59	19,928						

Tablo 19 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Hangi gruplar arasında anlamlı farklılık olduğunu belirlemek için scheffe testi yapılmıştır.

Çizelge 4.20: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	yaş (i)	yaş (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	<i>p</i>
Toplam saldırganlık	18-19 yaşında	20-21 yaşında	8,259	3,368	,050
		22 yaş ve üzeri	12,301*	3,204	,001
	20-21 yaşında	18-19 yaşında	-8,259	3,368	,050
		22 yaş ve üzeri	4,042	1,913	,108
	22 yaş ve üzeri	18-19 yaşında	-12,301*	3,204	,001
		20-21 yaşında	-4,042	1,913	,108

Tablo 20 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre saldırganlık puanlarında 18-19 yaşında olanlar ile diğer gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu, 18-19 yaşındakilerin daha yüksek saldırganlık puanına sahip olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.21: İlişkilerine Göre Saldırganlık Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}$	Ss	Sh	t Testi		
						t	sd	p
Toplam saldırganlık	İlişkisi Yok	377	82,56	19,569	1,008	-1,982	503	,048
	İlişkisi Var	128	86,59	20,739	1,833			

Tablo 21 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin ilişki durumlarına göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. İlişkisi olanların saldırganlık puanları ilişkisi olmayanlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Çizelge 4.22: Gelirlerine Göre Saldırganlık Ölçeği Sonuçları

f, x ve ss Değerleri						ANOVA Sonuçları				
Puan	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	Var.K.	KT	Sd	KO	F	P
Toplam saldırganlık	4000 ve altı TL	173	85,86	20,980	G.Arası	3392,025	3	1130,675	2,879	,036
	4001-6000 TL	153	81,36	18,075	G.İçi	196766,478	501	392,747		
	6001-8000 TL	71	79,46	15,608	Toplam	200158,503	504			
	8001 TL ve üzeri	108	85,81	22,537						
	Toplam	505	83,59	19,928						

Tablo 22 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin gelir durumlarına göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Hangi gruplar arasında anlamlı farklılık olduğunu belirlemek için scheffe testi yapılmıştır.

Çizelge 4.23: Scheffe Testi Sonuçları

Boyut	Gelir (i)	Gelir (j)	$\bar{x}_i - \bar{x}_j$	$Sh_{\bar{x}}$	p
Toplam saldırganlık	4000 TL ve altı	4001-6000 TL	4,502	2,199	,243
		6001-8000 TL	6,396	2,793	,046
		8001 TL ve üzeri	,056	2,430	1,000
	4001-6000 TL	4000 TL ve altı	-4,502	2,199	,243
		6001-8000 TL	1,895	2,846	,931
		8001 TL ve üzeri	-4,446	2,491	,365
	6001-8000 TL	4000 TL ve altı	-6,396	2,793	,046
		4001-6000 TL	-1,895	2,846	,931
		8001 TL ve üzeri	-6,341	3,028	,224
	8001 TL ve üzeri	4000 TL ve altı	-,056	2,430	1,000
		4001-6000 TL	4,446	2,491	,365
		6001-8000 TL	6,341	3,028	,224

Tablo 23 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin gelirlerine göre saldırganlık puanlarında 4000 TL ve altı geliri olanlar ile 6001-8000 TL geliri olanlar arasında olduğu 4000 TL ve altı geliri olanların daha yüksek saldırganlık puanına sahip olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.24: Üniversite Türüne Göre Saldırganlık Ölçeği Sonuçları

Puan	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	Sh	t Testi		
						t	sd	p
Toplam saldırganlık	Devlet	304	83,47	19,750	1,133	-,165	503	,869
	Vakıf	201	83,77	20,244	1,428			

Tablo 24 incelendiğinde örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin üniversite türüne göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

4.5 Ölçekler Arasında Korelasyon Sonuçları

Çizelge 4.25: Korelasyon Analizi Sonuçları

		Toplam travma	Toplam duygu	Toplam saldırganlık
Toplam travma	r	1	-,158**	,231**
	p		,000	,000
	n		505	505
Toplam duygu	r		1	,363**
	p			,000
	n			505
Toplam saldırganlık	r			1
	p			
	n			505

Tablo 25 incelendiğinde çocukluk çağı travma ölçeği ile B.D.D. ölçeği arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu, saldırganlık ölçeği ile ise pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. B.D.D.ve saldırganlık arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Travma puanları arttıkça duygu düzenleme puanları azalmakta saldırganlık puanları artmaktadır.

4.6 Saldırganlık Üzerinde Ç.Ç.T. Etkisi

Çizelge 4.26: Saldırganlık Üzerinde Ç.Ç.T. Etkisi

Değişkenler	B	Standart Hata	B	t	p
(Sabit)	72,656	2,217		32,778	,000
duygusalistismar	2,376	,374	,417	6,356	,000
fizikselistismar	,705	,446	,116	1,581	,115
fizikselihmal	-1,154	,402	-,193	-2,874	,004
duygusalihmal	-,080	,258	-,018	-,309	,757
cinselistismar	-,286	,307	-,053	-,931	,352
		R=,373	R ² =,139	F= 16,095	P=,000

Tablo 26 incelendiğinde duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, saldırganlığı yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır ($R = ,373$, $R^2 = ,139$, $p < .01$). Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin saldırganlık üzerindeki göreceli önem sırası; duygusal istismar, fiziksel ihmal, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal duygusudur. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde duygusal istismar ve fiziksel ihmal alt boyutlarının saldırganlık üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Duygusal istismar ile pozitif yönde fiziksel ihmal ile negatif yönde bir ilişki vardır.

4.7 B.D. D. Üzerinde Ç.Ç.T. Etkisi

Çizelge 4.27: B.D. D. Üzerinde Ç.Ç.T Etkisi

Değişkenler	B	Standart Hata	B	t	p
(Sabit)	121,907	2,057		59,278	,000
duygusalistismar	,633	,347	,122	1,825	,069
fizikselistismar	1,744	,413	,313	4,218	,000
fizikselihmal	-1,684	,373	-,309	-4,519	,000
duygusalihmal	-,469	,239	-,118	-1,960	,051
cinselistismar	-1,096	,285	-,223	-3,849	,000
		R=,336	R ² =,113	F= 12,674	P=,000

Tablo 27 incelendiğinde duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, duygu düzenlemelerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır ($R = ,336$, $R^2 = ,113$, $p < ,01$). Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin saldırganlık üzerindeki görece önem sırası; fiziksel istismar, fiziksel ihmal, cinsel istismar, duygusal istismar, duygusal ihmal duygusudur. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal cinsel istismar alt boyutlarının duygu düzenleme üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Tüm değişkenlerin pozitif yönde bir ilişkisi vardır.



5. SONUÇ TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1 Sonuç

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin Çocukluk Çağı Travmalarının, saldırganlık düzeyleri ile bilişsel duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Çocukluk çağı travma ölçeği ile duygu düzenleme ölçeği arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu, saldırganlık ölçeği ile ise pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. B.D.D. ile saldırganlık düzeyleri arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Travma puanları arttıkça duygu düzenleme puanları azalmakta saldırganlık puanları artmaktadır.

- 1. Toplam Çocukluk Çağı Travma aritmetik ortalaması 37,41 standart sapması, 15,266 olduğu belirlenmiştir. Örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin duygusal istismar alt boyutunda aritmetik ortalama 7,41 standart sapma, 3,499 olduğu belirlenmiştir. Fiziksel istismar alt boyutunda aritmetik ortalama 6,54 standart sapma, 3,270 olduğu belirlenmiştir. Fiziksel ihmal alt boyutunda aritmetik ortalama 7,45 standart sapma, 3,340 olduğu belirlenmiştir. Duygusal ihmal alt boyutunda aritmetik ortalama 9,28 standart sapma, 4,600 olduğu belirlenmiştir. Cinsel istismar alt boyutunda aritmetik ortalama 6,74 standart sapma, 3,708 olduğu belirlenmiştir.
- 2. Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin B.D.D. ölçeğinde kendini suçlama alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 11,42, standart sapması, 3,088 olduğu belirlenmiştir. Kabul etme alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 12,48, standart sapması, 3,279 olduğu belirlenmiştir. Düşünceye odaklanma alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 14,17, standart sapması, 3,581 olduğu belirlenmiştir. Pozitif tekrar odaklanma alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 15,43, standart sapması, 3,235 olduğu belirlenmiştir. Pozitif yeniden gözden geçirme alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 14,82, standart

sapması, 3,372 olduğu belirlenmiştir. Bakış açısına yerleştirmek alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 13,18, standart sapması, 3,288 olduğu belirlenmiştir. Yıkım alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 9,40, standart sapması, 3,500 olduğu belirlenmiştir. Diğerlerini suçlama alt boyutu puanlarının aritmetik ortalaması 10,28, standart sapması, 3,555 olduğu belirlenmiştir. Toplam B.D.D. puanlarının aritmetik ortalaması 113,70, standart sapması, 18,215 olduğu belirlenmiştir.

- 3. Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin saldırganlık ölçeği puanlarının aritmetik ortalaması 83,59, standart sapması, 19,928 olduğu belirlenmiştir.

Örneklem grubunu oluşturan 505 üniversite öğrencisinin;

- 4. 215'i (%42,6) kadın, 290'ı (%57,4) erkektir.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre çocukluk çağı travmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Duygusal istismar fiziksel istismar fiziksel ihmal duygusal ihmal Toplam travma da erkeklerin travma puanlarının kadınlardan yüksek olduğu görülmüştür. Cinsel istismar ve minimizasyonda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

215'i (%42,6) kadın, 290'ı (%57,4) erkek toplam 505 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem grubunun cinsiyetlerine göre B.D.D. puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Kendini suçlama, bakış açısına yerleştirmek, yıkım, diğerlerini suçlama alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda ve toplam duygu düzenlemelerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Kendini suçlama, yıkım, diğerlerini suçlama puanlarında erkeklerin duygu düzenleme puanları kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Bakış açısına yerleştirmek alt boyutunda ise kadınların puanları daha yüksek bulunmuştur.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Erkeklerin saldırganlık puanları kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur.

- 5. 43'ü (%8,5) 18-19 yaşında, 163'ü (%32,3) 20-21 yaşında, 299'u (%59,2) 22 yaş ve üzeridir. Toplam ölçek ve diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

505 üniversite öğrencisinden oluşan örneklem grubunun yaşlarına göre B.D.D. puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Kabul etme, pozitif tekrar, bakış açısına yerleştirmek, diğerlerini suçlama alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda ve toplam duygu düzenlemelerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre duygu düzenlemeleri paunlarında kabul etme alt boyutunda yaşları 18-19 olanlar ile 22 yaş ve üzeri olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu 18-19 yaşındakilerin kabul etme puanlarının daha yüksek olduğu, pozitif tekrar, bakış açısına yerleştirmek alt boyutunda ise 18-19 yaş grubundakilerin en düşük puana sahip olduğu, diğerlerini suçlama alt boyutunda ise 22 yaş ve üzeri olan grupla 20-21 yaş grubu arasında farklılık olduğu 20-21 yaş grubunun diğerlerini suçlama puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre saldırganlık puanlarında 18-19 yaşında olanlar ile diğer gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu, 18-19 yaşındakilerin daha yüksek saldırganlık puanına sahip olduğu görülmüştür.

- 6. 377'si (%74,7) ilişkisi yok, 128'i (%25,3) ilişkisi vardır. Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin ilişki durumuna göre çocukluk çağı travmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Duygusal istismar, fiziksel istismar, toplam travmada anlamlı bir farklılık bulunurken diğerlerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Anlamlı bir farklılık bulunan toplam ölçek, duygusal istismar ve fiziksel istismar alt boyutlarında ilişkisi olmayanların travmatik puanları daha yüksek bulunmuştur.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin ilişki durumlarına göre B.D.D. puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Toplam B.D.D.ile kendini suçlama, kabul etme, pozitif yeniden gözden geçirme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda anlamlı bir

farklılık görülmemiştir. İlişkisi olmayanların ilişkisi olanlara kıyasla duygu düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu kendini suçlama, kabul etme, pozitif yeniden gözden geçirme alt boyutlarında daha yüksek puana sahip olduğu görülmüştür.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin ilişki durumlarına göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. İlişkisi olanların saldırganlık puanları ilişkisi olmayanlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur.

- 7. Çocukluk çağı travması, B.D.D.ve Saldırganlık aile türü, ailedeki kişi sayısı, kaçınıcı çocuk olduğu, kimle yaşadığı değişkenleri açısından incelendiğinde bir farklılık gözlenmemiştir. Literatürde benzer araştırmalarda bu değişkenlerede rastlanmamıştır.
- 8. 173'ü (%34,3) 4000 TL ve altı, 153'ü (%30,3) 4001-6000 TL, 71'i (%14,1) 6001-8000 TL, 108'i (%21,4) 8001 TL ve üzeri gelire sahiptir. Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin gelir durumuna göre çocukluk çağı travmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve toplam travmada anlamlı bir farklılık bulunurken diğerlerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Gelir durumuna göre Ç.Ç.T.4000 tl ve alt ile 4001-6000 Tl arası gelire sahip olanlar arasında olduğu gelirleri 4000 TL ve altı olanların daha yüksek travma puanına sahip olduğu görülmüştür.

Örneklem grubunun gelir durumlarına göre B.D.D. puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Toplam duygu düzenlemeleri ile kabul etme, düşünceye odaklanma, plana tekrar odaklanma, pozitif yeniden gözden geçirme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Üniversite öğrencilerinin gelirlerine göre duygu düzenlemeleri puanlarında kabul etme alt boyutunda 4001-6000 TL geliri olanlar ile diğer gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu ve 4001-6000 TL geliri olanların daha yüksek puana sahip oldukları belirlenmiştir. Düşünceye odaklanma alt boyutunda 4001-6000 TL geliri olanlar ile 8001 TL ve üzeri geliri olan grup arasında anlamlı farklılık olduğu 4001-6000 TL geliri olanların daha yüksek puana sahip oldukları belirlenmiştir. Toplam ölçek ile plana tekrar

odaklanma alt boyutunda 4001-6000 TL geliri olanlar ile 6001-8000 TL geliri olan grup arasında anlamlı farklılık olduğu 4001-6000 TL geliri olanların daha yüksek puana sahip oldukları belirlenmiştir.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin gelir durumlarına göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin gelirlerine göre saldırganlık puanlarında 4000 TL ve altı geliri olanlar ile 6001-8000 TL geliri olanlar arasında olduğu 4000 TL ve altı geliri olanların daha yüksek saldırganlık puanına sahip olduğu görülmüştür.

- 9. 304'ü (%60,2) devlet üniversitesinde okumakta, 201'i (%39,8) vakıf üniversitesinde okumaktadır. Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin üniversite türüne göre çocukluk çağı travmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve toplam travmada anlamlı bir farklılık bulunurken diğerlerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Devlet üniversitelerinde okuyanların vakıf üniversitesinde okuyanlara göre travma puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

505 üniversite öğrencisinin, üniversite türüne göre B.D.D. puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Toplam ölçek ile Kendini suçlama, Kabul etme, düşünceye odaklanma, plana tekrar odaklanma alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Vakıf üniversitesinde okuyan öğrencilerin devlet üniversitesinde okuyanlara kıyasla daha yüksek puana sahip olduğu, Kendini suçlama, Kabul etme, düşünceye odaklanma, plana tekrar odaklanma alt boyutlarındaki puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin üniversite türüne göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

- 10. Çocukluk çağı travma ölçeği ile B.D.D. ölçeği arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu, saldırganlık ölçeği ile ise pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. B.D.D.ve saldırganlık puanları arasında da

pozitif bir ilişki söz konusudur. Travma puanları arttıkça duygu düzenleme puanları azalmakta saldırganlık puanları artmaktadır.

- 11. Çocukluk Çağı travmalarının alt boyutlarından duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, saldırganlığı yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır ($R = ,373$, $R^2 = ,139$, $p < ,01$). Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin saldırganlık üzerindeki göreceli önem sırası; duygusal istismar, fiziksel ihmal, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal duygusudur. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde duygusal istismar ve fiziksel ihmal alt boyutlarının saldırganlık üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Duygusal istismar ile pozitif yönde fiziksel ihmal ile negatif yönde bir ilişki vardır.
- 12. Çocukluk Çağı travmalarının alt boyutlarından duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, duygu düzenlemelerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır ($R = ,336$, $R^2 = ,113$, $p < ,01$). Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin saldırganlık üzerindeki göreceli önem sırası; fiziksel istismar, fiziksel ihmal, cinsel istismar, duygusal istismar, duygusal ihmal duygusudur. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal cinsel istismar alt boyutlarının duygu düzenleme üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Tüm değişkenlerin pozitif yönde bir ilişkisi vardır.

5.2 Tartışma

Bu bölümde 18-30 yaş arası üniversite öğrencilerinin Çocukluk Çağı Travmalarının, saldırganlık düzeyleri ile bilişsel duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkilerin sonuçları tartışılacaktır.

Çocukluk çağı travma ölçeği ile duygu düzenleme ölçeği arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu, saldırganlık ölçeği ile ise pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. B.D.D.ile saldırganlık düzeyleri arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Travma puanları arttıkça duygu düzenleme puanları azalmakta saldırganlık puanları artmaktadır.

5.2.1 Sosyodemografik değişkenler ile Ç.Ç.T. sonuçlarının tartışması

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre çocukluk çağı travmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Toplam Ç.Ç.T. ortalaması 37,41 bulunmuştur. Bu ortalama Hollanda için 33,5, Kuzey Amerika'da ki üniversite öğrencileri için kadınlarda 36,8-37,8, erkeklerde 35,4-37,9 arasında bulunmuştur. Araştırma sonucunda Ç.Ç.T. değerleri kadınlarda 34,73, erkeklerde ise 39,40'dır. Şar ve ark. (2012), aralarında anlamlı fark olan kadınlarda 32,1, erkeklerde 34,5 değerlerini bulmuşlardır. Araştırmadaki değerler Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin Ç.Ç.T. ortalama puanlarından daha yüksektir. Duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, toplam travmada erkeklerin travma puanlarının kadınların travma puanlarından yüksek olduğu görülmüştür (Bkz. Tablo 3). Cinsel istismar puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulguya benzer şekilde Bedirhanbeyoğlu (2018) erkek katılımcıların fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal alt boyutlarından ve toplam travma puanından kadın katılımcılara göre anlamlı bir şekilde daha yüksek puanlar aldıkları görülmüştür. Duygusal istismar ve cinsel istismar açısından ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Bu çalışmada fiziksel istismarın erkeklerde daha çok görüldüğü bulgusu, Afifi vd (2014), Kaya (2015) ve Zeren vd. (2012) araştırma bulguları ile benzerken; Çeçen-Eroğul ve Türk'ün (2013) yaptıkları araştırmada fiziksel istismarın cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür. Mevcut araştırmada cinsel istismara göre cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu çalışmadan farklı olarak kadınların erkeklere göre daha fazla cinsel istismara maruz kaldığını bulgulayan araştırmalar bulunmaktadır (Ayraller-Taner, Çetin, Işık ve İşeri, 2015; Iffland vd., 2013; Sun vd., 2008; WHO, 2014). Bu bulguya benzer şekilde duygusal istismarın erkeklerde daha fazla görüldüğü bulgusu, Bedirhanbeyoğlu (2018) Zoroğlu vd (2001) ile Kaya'nın (2015) çalışma bulgularıyla benzerlik

göstermektedir. “Kol kırılır, yel içinde kalır.”, “Kadın kuyruk sallamasa, erkek peşinden gitmez” söylemlerinin varolduğu Türk toplumunda, çocukluktan itibaren yaşanan her türlü ihmal ve istismar, kadınlar için elbette bir kabullenme, kendine saklama belki de zamanla kendinden bile saklama olarak düşünülebilir. Çalışmada ki bulguya göre erkeklerin kadınlara göre ihmal ve istismar konularını daha rahat bir şekilde ifade edebildiğini söyleyebiliriz. Çalışmada katılımcıların yaş gruplarına göre çocukluk çağı travma puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Bkz. Tablo 4). Adıgüzel (2018), bipolar bozukluk tanısı olan hastalarla yaptığı çalışmasında da yaş değişkeninin anlamlı farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin ilişki durumuna göre çocukluk çağı travmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. İlişkisi olmayan gençlerin Duygusal istismar, fiziksel istismar, toplam travma puanlarında pozitif yönlü anlamlı bir farklılık bulunurken diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Bkz. Tablo 5). Bağlanma teorisine göre ebeveynlerine yaklaşımda korku yaşayan çocuklar, ebeveynleri ve başkalarıyla olan ilişkilerinde birbirlerinden ayrı kalma eğilimi göstermektedirler. Bebek ebeveyni duygusal olarak ulaşılabilir bulmadığında, onla yakın olmayı tehlikeli bulacak ve ilişkide olmak tehdit edici bir nitelik kazanacaktır. Ainsworth (1951) çocuklukta edinilmiş bu temsillerin içsel çalışma modellerinde “tehlikeli öteki”, “değersiz ben” biçiminin yerleşmesine sebep olabileceğini belirtmiştir. Çocukluk çağı travmaya maruz kalma bireylerde, yakınlık kuracağı birey tarafından tehlike göreceğine dair bilinçdışı hazır oluşu, onun ilişkiden uzak kalması ve böylelikle kendisini güvende hissetmesi sonucunu doğurabilir. Araştırmada ilişkisi olmayan gençlerin çocukluk travma ve B.D.D. puanları yüksek olmasına karşı, saldırganlık puanları daha düşük çıkmıştır.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin gelir durumuna göre çocukluk çağı travmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve toplam travmada anlamlı bir farklılık bulunurken diğerlerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Bkz. Tablo 7). Gelir durumuna göre Ç.Ç.T.4000 tl ve altı ile 4001-6000 TL arası gelire sahip olanlar arasında olduğu, gelirleri 4000 TL ve altı olanların daha yüksek travma puanına sahip olduğu görülmüştür. Literatürde yer alan

araştırmalara bakıldığında da düşük sosyoekonomik durum ve ekonomik problemlerin çocukluk çağı travmalarıyla ilişkisi yaygın bir şekilde görülmektedir. Aydın ve İşmen (2003)'in ve Yılmaz ve Irmak (2008)'in bulguları bulduğumuz sonucu destekler niteliktedir. İstismar ve ihmal için düşük gelir düzeyi bir risk faktörüdür diyebiliriz.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin üniversite türüne göre çocukluk çağı travmalarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür (Bkz. Tablo 8). Fiziksel ihmal, duygusal ihmal ve toplam travmada anlamlı bir farklılık bulunurken diğerlerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Devlet üniversitelerinde okuyanların vakıf üniversitesinde okuyanlara göre travma puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Karakuyu ve Yöndem (2013), üniversite öğrencilerinin sosyokültürel özelliklerini analiz etmek için İstanbul'da vakıf ve devlet toplam 11 üniversitede yaptıkları araştırmada, devlet üniversitesi öğrencilerinin konaklama, iye ve ulaşım harcamaları vakıf üniversitesi öğrencilerine göre daha azdır. Araştırmamızda istismar ve ihmal için düşük gelir düzeyinin bir risk faktörü olduğunu bir önceki demografik değişkende belirtmiştik.

5.2.2 Sosyodemografik değişkenler ile B.D.D. becerileri sonuçlarının tartışması

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre B.D.D. becerileri puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Kendini suçlama, bakış açısına yerleştirmek, yıkım, diğerlerini suçlama alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda ve toplam duygu düzenlemelerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Kendini suçlama, yıkım, diğerlerini suçlama puanlarında erkeklerin duygu düzenleme puanları kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Bakış açısına yerleştirmek alt boyutunda ise kadınların puanları daha yüksek bulunmuştur. Toplam Duygu Düzenleme puanlarının aritmetik ortalaması 113,70'dir (Bkz. Tablo 9).

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre duygu düzenlemeleri puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür (Bkz. Tablo 9). Kabul etme, pozitif tekrar, bakış açısına yerleştirmek, diğerlerini suçlama alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda ve toplam duygu düzenlemelerinde anlamlı bir

farklılık görülmemiştir. Üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre duygu düzenlemeleri paunlarında kabul etme alt boyutunda yaşları 18-19 olanlar ile 22 yaş ve üzeri olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu 18-19 yaşındakilerin kabul etme puanlarının daha yüksek olduğu, pozitif tekrar, bakış açısına yerleştirmek alt boyutunda ise 18-19 yaş grubundakilerin en düşük puana sahip olduğu görülmüştür. Kayhan (2017)'nin ergenlikte saldırganlık ve duygu düzenleme güçlükleri üzerine yaptığı çalışmalarda benzer sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmacılar yaş ve B.D.D. arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki tespit etmiştir. Yeni bir sosyal çevre oluşturmaya çalışan gençler, sosyal beğenilme kaygısı ile kabul etmeyi bir tür boyun eğiş olarak kullanabilirler. Consedine (2011)'de araştırmasında kişilerin, fiziksel ve zihinsel kaynakların artışıyla paralel olarak, farklı duygu düzenleme stratejileri kullanmayı öğrenebileceklerini açıklamıştır. Buradan hareketle her yaş seviyesinde farklı bir gelişim gösteren bireylerin üniversite öğrenimi esnasında edindikleri bilgi ve deneyimlerin duygu düzenleme becerilerini etkileyebileceği düşünülebilir.

Örnekleme grubundaki üniversite öğrencilerinin ilişki durumlarına göre duygu düzenlemeleri puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Toplam duygu düzenlemeleri ile kendini suçlama, kabul etme, pozitif yeniden gözden geçirme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. İlişkisi olmayanların ilişkisi olanlara kıyasla duygu düzenleme puanlarının daha yüksek olduğu kendini suçlama, kabul etme, pozitif yeniden gözden geçirme alt boyutlarında daha yüksek puana sahip olduğu görülmüştür. Bozgeyikli (2018) araştırmasında ilişkisi olmayanların bakış açısına yerleştirme alt boyutu puanlarını ilişkisi olanlara göre daha düşük bulduğunu, toplam B.D.D.ve diğer alt boyut puanlarında anlamlı bir farklılık bulamadığını belirtmiştir. Yapılan araştırmanın örneklem grubu sadece bir meslek grubu ve daha geniş yaş aralığını kapsamaktadır ve araştırma sonuçlarının farklılığı için sadece ilişki durumuna sahip olmanın B.D.D. için tek başına bir değişken olamayacağı bundan sonraki yapılacak araştırmalar için önerilebilir. Literatürdeki araştırmalara bakıldığında sınıf öğretmenliği, futbolcular tek bir meslek grubunu kapsayan çalışmalardır. Soyaslan (2003) araştırmasında evli olan bireylerin duygusal ve biyolojik açıdan bir desteğe sahip olduklarını, yaşanan problemler karşısında maddi manevi bir

desteğe sahip olduklarını, buna karşı evli olmayan bireylerin yarım olduğunu vurgulamıştır. Bu olaya başka bir açıdan bakarsak yaşanan problemlere karşı tek başına olmak, olayları bütün boyutları ile düşünmeye, B.D.D. aktif bir şekilde, daha çok kullanmaya sevk eden bir durumdur diyebiliriz.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin gelir durumlarına göre duygu düzenlemeleri puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Toplam duygu düzenlemeleri ile kabul etme, düşünceye odaklanma, plana tekrar odaklanma, pozitif yeniden gözden geçirme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülürken diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Üniversite öğrencilerinin gelirlerine göre duygu düzenlemeleri puanlarında kabul etme alt boyutunda 4001-6000 TL geliri olanlar ile diğer gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu ve 4001-6000 TL geliri olanların daha yüksek puana sahip oldukları belirlenmiştir. Düşünceye odaklanma alt boyutunda 4001-6000 TL geliri olanlar ile 8001 TL ve üzeri geliri olan grup arasında anlamlı farklılık olduğu 4001-6000 TL geliri olanların daha yüksek puana sahip oldukları belirlenmiştir. Toplam ölçek ile plana tekrar odaklanma alt boyutunda 4001-6000 TL geliri olanlar ile 6001-8000 TL geliri olan grup arasında anlamlı farklılık olduğu 4001-6000 TL geliri olanların daha yüksek puana sahip oldukları belirlenmiştir.

5.2.3 Sosyodemografik değişkenler ile saldırganlık sonuçlarının tartışması

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Erkeklerin saldırganlık puanları kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulguya benzer şekilde Karakuzulu (2018) erkeklerin daha saldırgan olduğu bulgusu ve Bedirhanbeyoğlu (2018) erkek katılımcıların, anti-sosyal davranışlar, alkol kullanımı, sigara kullanımı, okul terki ve madde kullanımı alt boyutlarından kadın katılımcılara göre daha yüksek puanlar aldıklarını belirlemiştir. Babacan-Gümüş vd. (2015), Eroğlu (2009), Evren, Tokuç ve Ekuklu (2010) ve Gündoğdu'nun (2010) Türkiye'de yürüttüğü diğer araştırma bulgularıyla benzerlik göstermektedir. Buna karşı Şimşek (2017) yetişkinlerde yaptığı çalışmada saldırganlık açısından cinsiyete göre anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Scharf (2000), araştırmasında sözel saldırganlık cinsiyete

göre bir farklılık göstermezken, fiziksel saldırganlığın erkeklerde daha fazla görüldüğünü belirtmiştir. Gönültaş (2013), ergenlerle yaptığı çalışmasında cinsiyet değişkeni açısından erkeklerin saldırganlık düzeylerini daha fazla bulmuştur. Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde bu farklılıklar örneklem grubunun sayısı, yaş grubu gibi değişkenlerle ilişkilendirilebilir. Farklı toplumlar üzerinde yapılan araştırmalara bakıldığında saldırgan davranımlar daha çok erkeklerin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin perspektifte açıklanmaktadır. Genel beklentiler irdelendiğinde kadınların daha pasif, çekingen ve bağımlı olma özelliklerine sahip olmaları beklenirken, erkeklere ise daha baskın ve güçlü bir kimlik yüklenerek saldırgan, bağımsız, mantıklı, hırslı gibi nitelikler elde etmeleri rolünün atfedildiği görülmektedir (Bem, 1974, 1984; Ickes, 1993; Prentice ve Carranza, 2002'den aktaran Çelik ve Kocabıyık, 2014). Hasta (2013), kadınların erkeklere oranla daha yüksek seviyede empatik eğilim, açık ilişki tarzı, saygılı ilişki tarzı ve atılganlık özelliğine sahip olduğunu; erkeklerin ise benmerkezci ilişki tarzı, küçümseyici ilişki tarzı, yıkıcı saldırganlık ve edilgen saldırganlık düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmesi araştırma bulgumuz ile paralellik göstermektedir.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre saldırganlık puanlarında 18-19 yaşında olanlar ile diğer gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu, 18-19 yaşındakilerin daha yüksek saldırganlık puanına sahip olduğu görülmüştür. Bu bulguya benzer şekilde Karakuzulu (2018) 15-18 yaş aralığının ortalama değerinin daha büyük yaş gruplarına göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Oproiu (2013), çalışmasında 15-19 yaş grubundaki sporcuların saldırganlık seviyelerini, 15 yaş altı sporculardan daha yüksek bulmuştur. Şimşek (2017), 30 yaş altı katılımcıların saldırganlık alt boyutlarından öfke, fiziksel saldırganlık ve dolaylı saldırganlık seviyelerinin 30 yaş üstü gruptan daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Bu bulgudan farklı olarak Dilekmen vd. (2011) ilköğretim ikinci kademe öğrencileri ile yaptığı çalışmasında, yaş, cinsiyet, eğitim şekli, annenin hayatta olması, babanın hayatta olması, yaşanan yerleşim merkezi, değişkenleri açısından öğrencilerinin saldırganlık puanları arasında anlamlı farklılık olmadığını belirtmişlerdir.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin ilişki durumlarına göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. İlişkisi olanların saldırganlık puanları ilişkisi olmayanlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kılınç vd. (2017), çalışmasında medeni duruma göre bekarların toplam saldırganlık puanlarını evlilere göre daha yüksek bulmuştur. Şimşek (2017), yaptığı araştırmada Kılınç vd. (2017) ile aynı bulgulara ulaşmıştır. Araştırmada katılımcılara ilişki durumlarını sorup evli, bekar, boşanmış ve ilişki içinde seçeneklerini belirttik. Literatürdeki araştırmalarda bu fark çok gözetilmemiştir. Evli çiftlerle yapılan pek çok çalışmada, evlilik ilişkisinde eşlerin birbirlerine saldırgan davranışlar sergilediklerini ortaya koyan bulgular göze çarpmaktadır. Evlilik ilişkisindeki şiddeti ve bu şiddetin evliliğin seyrine etkisini inceleyen O'Leary ve arkadaşları yaptıkları çalışmada, saldırganlığın evlilik ahengini bozduğunu ve ilişkideki istikrarı zedelediğini ortaya koymuştur (Erbek ve diğerleri,2005). Yücel ve Koydemir (2015), çiftler üzerinde yaptıkları araştırmada, fiziksel ve sözel saldırganlığın evlilik doyumunu negatif etkilediğini belirtmiştir.

Örneklem grubundaki üniversite öğrencilerinin gelir durumlarına göre saldırganlık ölçeği puanlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin gelirlerine göre saldırganlık puanlarında 4000 TL ve altı geliri olanlar ile 6001-8000 TL geliri olanlar arasında olduğu 4000 TL ve altı geliri olanların daha yüksek saldırganlık puanına sahip olduğu görülmüştür. Vold (1989) bireylerin maddi güçlükler nedeniyle, ekonomik bakımdan kendilerinden daha iyi koşullara sahip bireylere yönelik kin ve düşmanlık duygular geliştirdiğini, bu negatif duyguların ise onları daha saldırgan yapabileceğini belirtmiştir (Aktaran, Çakmak,2015). Fakir insanların yaşam koşullarındaki zorluklar onlarda daha yüksek gerilime sebep olabilir ve gerilimle mücadele edememeleri de onları daha agresif davranışlara yöneltebilir.

5.2.4 Ölçekler arasında korelasyon sonuçlarının tartışması

5.2.4.1 Ç.Ç.T.ve B.D.D. sonuçlarının tartışması

Çocukluk Çağı travmalarının alt boyutlarından duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, bilişsel duygu düzenlemelerini yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları

incelendiğinde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır ($R= ,336$, $R^2= ,113$, $p<,01$). Çocukluk çağı travma ölçeği ile B.D.D. ölçeği arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu, travma puanları arttıkça, B.D.D. becerisi azalmaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal cinsel istismar alt boyutlarının duygu düzenleme üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Daud (2008), çocukluk döneminde travmaya maruz kalmanın duygu düzenleme yeteneğini azaltabileceğini ve psikolojik gelişimi olumsuz etkileyeceğini belirtmiştir. Bu bulguya benzer şekilde Bedirhanbeyoğlu (2018) adaptif olmayan B.D.D. stratejileri ve Ç.Ç.T. arasındaki ilişkiyi anlamlı bulmuştur. Duygu düzenlemede görülen güçlüklerin Ç.Ç.T.ile ilişkili olduğunu belirten çalışmaların (Burns, Jackson ve Harding, 2010; Dutcher, Vujanovic, Paulus ve Bartlett, 2017; John, Cisler ve Sigel, 2017) çalışmamızla paralel olduğu düşünülebilir. Huh, Kim, Lee ve Chae'nin (2017)' nin çalışmasında çocukluk çağı travma yaşantısına sahip bireylerin uyumsuz duygu düzenleme becerileri geliştirdiği bulunmuştur. Ataman-Temizel ve Dağ (2014) tarafından yürütülen araştırma sonuçlarında farklı şiddet türlerine maruz kalan kişilerin duygu düzenlemelerinin bundan negatif yönde etkilendiğini belirtilmiştir.

5.2.4.2 Ç.Ç.T.ve saldırganlık sonuçlarının tartışması

Çocukluk çağı travma ölçeği ile saldırganlık ölçeği ile ise pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Travma puanları arttıkça saldırganlık puanları da artmaktadır. Duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismarın, saldırganlığı yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu ortaya çıkmıştır ($R= ,373$, $R^2= ,139$, $p<,01$). Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin saldırganlık üzerindeki göreceli önem sırası; duygusal istismar, fiziksel ihmal, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal duygusudur. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde duygusal istismar ve fiziksel ihmal alt boyutlarının saldırganlık üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Duygusal istismar ile pozitif yönde fiziksel ihmal ile negatif yönde bir ilişki vardır. Lansford ve arkadaşları (2009) duygusal istismarın ilerleyen gelişim dönemlerinde kişilerde saldırganlık gibi problemleri doğuracağını belirtmişlerdir. Herman (1992)' a

göre çocukluk travmalarına maruz kalmış bireylerin, psikolojik açıdan yetişkinlik dönemlerinde psikiyatrik destek almalarını gerektirecek sorunlar geliştirebileceği belirtilmiştir. Saldırganlık da bu sorunlardan biri olabilir ve bireyin hayatını olumsuz yönde etkileyebilir. Çocuklukta istismar ve ihmal, riskli akran gruplarıyla arkadaşlık, ileriki dönemlerde alkol kullanımına ve uyumsuz davranışlar sergilemeye sebep olabilir (Ellis ve Wolfe, 2009). Bu sonuca benzer şekilde Şahin (2018) şiddete maruz kalmanın kadınların duygu düzenlemelerini olumsuz etkilediğini tespit etmiştir.

5.2.4.3 B.D.D. ve saldırganlık sonuçlarının tartışması

B.D.D. ve saldırganlık arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Kayhan (2017) çalışmasında bu durum için saldırganlık düzeyleri yüksek olan bireylerin ya B.D.D. becerilerini yanlış bir şekilde kullandığı, duygu düzenleme güçlüğü yaşadığı ya da adaptif olmayan duygu düzenleme becerilerini daha çok kullandığını belirtmiştir. Bilişsel duygu düzenlemede yaşanan zorluklara ve şiddet içeren davranışlara sebep olarak adaptif olmayan stratejilerin kullanımını ya da adaptif stratejilerin yanlış kullanımını gösterebiliriz. Kendini ya da diğerlerini suçlama, felaketleştirme, ruminasyon gibi olumsuz duygu düzenleme stratejileri, olumsuz yaşantılara odaklanıp, abartarak şiddet içeren davranışların sergilenmesine yol açmaktadır (Bao, Jing, Yang, Li ve Cai, 2016).

5.3 Sınırlılıklar ve Öneriler

Araştırmanın bu bölümünde sınırlılıklara ve bundan sonra bu konularda yapılacak olan çalışmalar için önerilere yer verilecektir.

Ç.Ç.T. toplumda bireylerin utanma, ayıplanma, suçlama ve suçlanma kaygıları bakımından çok konuşmak istemeyeceği bir konudur. Katılımcıların soruları cevaplarken doğru bir şekilde cevaplamayabilecekleri bir varsayımdır. Ayrıca Ç.Ç.T.ve Saldırganlık konuları izin konusu itibariyle eğitim yaşındaki katılımcılara ulaşılması açısından zordur ve bu nedenle literatürde bu yaş gruplarında, bu konuları inceleyen çalışmaların azlığı çalışmaya sınırlılık getirmiştir. Ç.Ç.T'nin B.D.D. becerileri düzeylerini olumsuz etkilediği görülmüş ve travma yaşayan bireylerin uzun dönem bu etki altında kalabileceği varsayımıyla, bu bireylere ve ailelere konu hakkında gerekli eğitimin verilip,

psikoterapik desteklerin geliştirilmesi ile ilgili toplumsal bir bilincin geliştirilmesi gerektiği önerilmektedir. Avrupada ailede kayıp, yangın, yeni bir şehire taşınan öğrenciler ya da zihinsel veya fiziksel yetersizliğe sahip öğrenciler için uygulanan özel eğitim programı, ülkemizde sadece fiziksel ya da zihinsel yetersizliğe sahip öğrencinin öğretmenle birebir çalışması olarak algılanmaktadır. Çocukluk Çağı Travmalarının etkisi ve önemi farkedilip, literatürdeki araştırmalarda bu konuya daha fazla yer verilmesi sağlanmalıdır. Literatürde B.D.D. Stratejilerinin başka psikopatolojilerle ilişkisinin araştırıldığı çalışmalara daha geniş yer verilmesi önerilmektedir.



KAYNAKLAR

- Afi, T.O., MacMillan, H.L., Boyle, M., Taillieu, T., Cheung, K. & Sareen, J.** (2014). Child abuse and mental disorders in Canada. *CMAJ*, 186(9). 324-332.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S. ve Schweizer, S.** (2010). Emotion regulation strategies across psychopathology: a meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 30, 217– 237.
- Allan, S., & Gilbert, P.** (1995). A social comparison scale: psychometric properties and relationship to psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 293-299.
- American Psychiatric Association** (2000). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (IV-edition, Text Revised). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Ames, D. L., & Fiske, S. T.** (2013). Intentional harms are worse, even when they're not. *Psychological Science*, 24(9), 1755-1762.
- Anderson, C. A., & DeLisi, M.** (2011). Implications of global climate change for violence in developed and developing countries. In J. Forgas, A. Kruglanski, & K. Williams (Eds.), *Social conflict and aggression*. New York, NY: Psychology Press.
- Anderson, C. A. & Bushman, B. J.** (2001). Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: A meta-analytic review of the scientific literature. *Psychological Science*, 12, 353-359.
- Aral, N. Baran, G. Bulut, Ş. Çimen, S.** (2000). Çocuk gelişimi. *Ya-Pa Yayın Pazarlama San. Ve Tic. A.Ş.*, S:50-52.
- Arıkan, R.** (2004). Araştırma teknikleri ve rapor hazırlama. Ankara: Asil Yayın.
- Aronson, E., Wilson, T.D. & Akert, R.B.** (2005). *Social psychology*. Pearson Education International. Fifth Edition.
- Arslan, G. ve Balkıs, M.** (2016). Ergenlerde duygusal istismar, problem davranışlar, öz-yeterlik ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 8-22.
- Artun, Ü** (1996) "Genişletilmiş Bir Şiddet Tipolojisi", *Cogito*, S. 6-., Kış-Bahar,
- Ataman-Temizel, E. & Dağ, İ.** (2014). Stres veren yaşam olayları, B.D.D. stratejileri, depresif belirtiler ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkiler. *Klinik Psikiyatri*, 17:7-17.
- Atay, M.** (2005). Çocukluk döneminde gelişim. Ankara: Kök Yay.
- Ayraller Taner, H., Çetin, F. H., Iğık, Y. ve Ğgeri, E.** (2015). Cinsel istismara uğrayan çocuk ve ergenlerde psikopatoloji ve ilişkili risk etkenleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(4), 294-300.
- Babacan Gümüş, A., ğıpkın, S., Tuna A. ve Keskin, G.** (2015). Üniversite öğrencilerinde problemleri internet kullanımı, Şiddet eğilimi ve bazı demografik değişkenler arasındaki ilişki. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 14(6), 460- 467.

- Bartley, M., Blane, D., & Smith, G.D. (1998).** *The Sociology of Health Inequalities*. Oxford: Blackwell Publishers.
- Baron, R. A., & Richardson, D. R. (1994).** *Human aggression*. New York: Plenum Press.
- Bandura, A. (1986).** *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Barrera, T. L., Zeno, D., Bush, A. L., Barber, C. R., & Stanley, M. A. (2012).** Integrating religion and spirituality into treatment for late-life anxiety: Three case studies. *Cognitive and Behavioral Practice*, 19(2), 346-358
- Başar, F. (1996).** Üvey ebeveyne sahip olan ve olmayan 10-11 yaş grubundaki çocukların saldırganlık eğilimleri ve kendilerini algılama biçimlerinin incelenmesi. Doktora tezi. Ankara Üniversitesi.
- Barrios, L. Ve Sleet, D. (2004)** *International Encyclopedia of the Social and Behavioral Sciences*,
- Bayrak, Ç. (2012).** “Çatışma Yönetiminde Öfke Kontrolü” Çatışma ve Stres Yönetimi-1 (Ed. Ceyhan, E) Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını No: 2547 Açıköğretim Fakültesi Yayını No: 1517
- Bedirhanbeyoğlu, H. (2018)** Çocukluk çağı travmaları, B.D.D. stratejileri ve riskli davranışlar arasındaki ilişkiler (Yüksek Lisans Tezi) Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Programı, İstanbul.
- Berkowitz, L. (1989).** Frustration-aggression hypothesis: Examination and reformulation. *Psychological Bulletin*, 106(1), 59–73.
- Berkowitz, L. (1993).** Pain and aggression: Some findings and implications. *Motivation and Emotion*, 17(3), 277–293.
- Berkowitz, L., & Heimer, K. (1989).** On the construction of the anger experience: Aversive events and negative priming in the formation of feelings. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 22, pp. 1–37). San Diego, CA: Academic Press.
- Berman, M. G., Peltier, S., Nee, D. E., Kross, E., Deldin, P. J., Jonides, J. (2011).** Depression, rumination and the default network. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 6(5), 548-555.
- Bolger, E.K. & Patterson J.C. (2003).** Sequelae of Child Maltreatment. In S.S. Luthar (Ed.), *Resilience and Vulnerability Adaption in the Context of Childhood Adversities*. Cambridge, NY: Cambridge University Press.
- Börsbo, B., Peolsson, M., Gerdle, B. (2008).** Catastrophizing, depression, and pain: Correlation with and Influence on Quality of Life and Health – A Study of Chronic Whiplash -Associated disorders. *J Rehabil Med*, 40, 562-569.
- Bradbury, L. L. & Shaffer, A. (2012).** Emotion dysregulation mediates the link between childhood emotional maltreatment and young adult romantic relationship satisfaction. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 21, 497-515.
- Brattberg, G. (2006).** PTSD and ADHD: underlying factors in many cases of burnout. *Stress and Health*, 22: 305-313. Published online in Wiley InterScience DOI: 10.1002/smi.1112
- Bowlby, J. (1973).** *Attachment and loss, Vol 2: Separation Anxiety and anger*. London: Hogarth Press and Institute of Psycho-Analysis.
- Bowlby, J. (1979).** *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock.
- Budak, S. (2003).** *Psikoloji Sözlüğü*, Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

- Burns, E. E., Jackson, J. L. & Harding, H. G.** (2010). Child maltreatment, emotion regulation, and posttraumatic stress: The impact of emotional abuse. *Journal of Agression, Maltreatment & Trauma*, 19, 801-819.
- Buss, D. M., & Duntley, J. D. (Eds.).** (2006). The evolution of aggression. Madison, CT: Psychosocial Press.
- Can, S.** (2002). Saldırganlık ölçeğinin Türk popülasyonunda geçerlilik ve güvenirlik çalışması. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, İstanbul: Gata Haydarpaşa Eğitim Hastanesi.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K.** (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 267-283.
- Cemalcılar, Z.** (2012) Psikoloji içinde “psikolojinin doğası” (Ed. Cemalcılar Z.) Eskişehir: Anadolu Üniversitesi 2-27
- Cashdan, E.** (2003). Hormones and competitive aggression in women. *Aggressive Behavior*, 29(2), 107–115.
- Ceylan, M.** (2012). Çatışma ve Stres Yönetimi-1 (Ed. Ceyhan, E) Anadolu Üniversitesi Yayını No: 2547 Açıköğretim Fakültesi Yayını No: 1517
- Cook, K. E., Earles-Vollrath, T., & Ganz, J. B.** (2006). “Bibliotherapy”. Intervention In School And Clinic. C. 42, S.2, s.91-100. doi:10.1177/10534512060420020801.
- Cook, A., Henderson, M. & Jentoft, K.** (2003). Out of the Office and into the community. Presented at The Boston Trauma Conference, Boston, MA.
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K.** (1995). Relational aggression, gender, and social-psychological adjustment. *Child Development*, 66(3), 710–722.
- Crow, T., Cross, D., Powers, A. & Bradley, B.** (2014). Emotion dysregulation as a mediator between childhood emotional abuse and current depression in a low income African-American sample. *Child Abuse & Neglect*, 38, 1590-1598.
- Çakmak, C.** (2015). Suçun Belirleyicileri Olarak Başlıca Ekonomik Risk Faktörleri. *Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(4), 125-184.
- Çeçen Eroğul, A.R. ve Türk, B.** (2013). Ergenlerde çocukluk örselenme yaşantıları ve öfke ifade tarzları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 10(1), 1421-1439.
- Çelik, H., Kocabıyık, O. O.** (2014). Genç Yetişkinlerin Saldırganlık İfade Biçimlerinin Cinsiyet ve B.D.D. Tarzları Bağlamında İncelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 139-155.
- Çelik, H., & Kocabıyık, O. O.** (2014). Genç yetişkinlerin saldırganlık ifade biçimlerinin cinsiyet ve B.D.D. tarzları bağlamında incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 139-155.
- Dabbs, J. M., Jr., Hargrove, M. F., & Heusel, C.** (1996). Testosterone differences among college fraternities: Well-behaved vs. rambunctious. *Personality and Individual Differences*, 20(2), 157–161.
- Daud A. T. İ.** (2008). Post-Traumatic Stress Disorder and Resilience in Children of Traumatized Parents: a Transgenerational Perspective Karolinska Institutet Department of Woman and Child Health Child and Adolescent Psychiatric Unit Stockholm, Sweden

- Davis, R. E.** (1995). Kişisel Fayda ve Ruhsal Büyüme İçin Kolay Meditasyon Rehbericsa Yayınları, Ruhsal Farkındalık İçin Yayın Merkezi Lakemont, Georgia 30552
- Davies, W.** (2000). Overcoming Anger and Irritability. New York: New York Universty Press.
- Davidson, R. J., Putman, K.M. & Larson, C.L.** (2000). Dsyfunction in the neural circuitry of emotion regulation- A possible prelude to violence. *Science*, 289, 591-594
- DeBellis, M.D., Keshavan, M.S. & Shifflett, H.** (2002). Brain structures in paediatric maltreatment-related posttraumatic stress disorder: A sociodemographically matched study. *Biological Psychiatry*, 52: 1066-1078.
- Deffenbacher, J.L., Oetting, E.R., Lynch, R.S. & Morris, C.D.** (1996). The Expression of Anger and Its Consequences. *Behavior Research and Therapy*, 34 (7), 575 – 590.
- Dempsey, M., T.** (1996). Coping and emotional regulation strategies in early adolescence: relationship to behavioral functioning. Unpublihed Doctor Dissertation. Texas University.
- Demir Çelebi, Ç.** (2014) “Farkındalık ve Kabullenme Temelli Terapiler” Terapide Yeni Ufuklar Modern, Postmodern ve Kısa Terapiler I (ed. Canel, A.Z.) İstanbul: Pinhan Yayıncılık
- Dilekmen M, Ada Ş, Alver B.** (2011). İlköğretim II. kademe öğrencilerinin saldırganlık özellikleri. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(2), 927-944.
- Doğan, M.** (2017). Dindarlık, Sabır ve Psikolojik iyi Oluş Arasındaki ilişkiler Üzerine Bir Araştırma, H. Hökelekli (Ed.), *Din, Değerler ve Sağlık içinde* (s. 265-306). İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.
- Dollard, J., Miller, N., & Doob, L.** (1939). Frustration and aggression. New Haven, CT: Yale University Press.
- Dube, S.R., Anda, R.F., Felitti, V.J., Chapman, D.P., Williamson, D.F. & Giles, W.H.** (2001). Childhood abuse, household dysfunction, and the risk of attempted suicide throughout the life span: Findings from the adverse childhood experiences study. *JAMA: Journal of the American Medical Association*, 286: 3089-3096.
- Dutcher, C. D., Vujanovic, A. A., Paulus, D. J. & Bartlett, B. A.** (2017). Childhood maltreatment severity and alcohol use in adult psychiatric inpatients: The mediating role of emotion regulation difficulties. *General Hospital Psychiatry*, 48, 42-50.
- Efilti, E.** (2008). Orta Öğretim Kurumlarında Okuyan Öğrencilerin Saldırganlık ve Denetim Odağı'nın Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19. 213-230.
- Eisenberg, N. & Fabes, R. A.** (1992). Emotion and its regulation in early development: New directions for child development. San Francisco: Jossey-Bass.
- Ellis, W. E. & Wolfe, D. A.** (2009). Understanding the association between maltreatment history and adolescent risk behavior by examining popularity motivations and peer group control. *J Youth Adolescence*, 38, 1253-1263.
- Endler, N. S., & Parker, J. D.** (1990). Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 844-854.
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., & Alpan, R. L.** (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.

- Erden, M. ve Akman, Y.** (1995). Eğitim psikolojisi, gelişim, öğrenme, öğretme. Ankara: Arkadaş Yayınevi
- Erel, Ö. ve Gölge, Z. B.** (2015). Üniversite öğrencilerinde riskli davranışlar ile çocukluk çağı istismar, dürtüsellik ve riskli davranışlar arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16, 189-197.
- Erkuş, A.** (2001) Psikoloji Terimleri Sözlüğü, Ankara, Doruk Yayınları,
- Eroğlu, S.E.** (2009). Saldırganlık davranışının boyutları ve ilişkili olduğu faktörler: Lise ve üniversite öğrencileri üzerine karşılaştırmalı bir çalışma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 205-221.
- Evans, C. B. R. & Burton, D. L.** (2013). Five types of child maltreatment and subsequent delinquency: Physical neglect as the most significant predictor. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 6, 231-245.
- Evren, H., Tokuç, B. ve Ekuklu, G.** (2010). Trakya üniversitesi öğrencilerinde şiddet davranışları ve algılanan sağlık ilişkisi. *Balkan Medical Journal*, 28, 380-384.
- Fonagy, P., Moran, G. & Target, M.** (1993). Aggression and the Psychological self. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 74: 471-485.
- Flaxman, P.** (2010). An Introductory Guide to Mindfulness Skills. Promoting the Psychological Well-Being of NHS Staff (Rapor), Svvinodon: Economic and Social Research Council (ESRC).
- Folkman, S., Moskowitz, J. T.** (2003). Positive Psychology from a Coping Perspective. *Psychological Inquiry*, 14(2), 121-125.
- Garnefski, N. & Kraaij, V.** (2006). Relationship between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*, 40, 1659-1669.
- Garnefski, N., Kraaij, V. ve Spinhoven, P.** (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, (1311-1327).
- Garnefski, N., Kraaij, V. ve Spinhoven, P.** (2002). CERQ: Manual for the use of the cognitive emotion regulation questionnaire, DATEC. Leiden University: The Netherlands.
- Geçtan, E.** (1984). Çağdaş Yaşam ve Normal Dışı Davranışlar. 3. Basım. İstanbul: Maya Yayınları.
- Gibson, K. R.** (2002). Evolution of human intelligence: The roles of brain size and mental construction. *Brain Behavior and Evolution*, 59, 10-20.
- Gladding, S. T.** (2013). Psikolojik danışma (Çev. Nilüfer Voltan Acar). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Gladue B. A.,** (1994). Measures for clinical practice: A sourcebook: Vol. 2 Adults (4th ed.). Fischer, J., & Corcoran, K. (Ed) New York: Oxford University Press.
- Goodenough, F.L.** (1926). Measurements of intelligence by drawings. New York: World Book.
- Goleman, D.** (2000). Duygusal Zeka Neden IQ'dan Daha Önemlidir? 17. Baskı, Banu Seçkin Yüksel (çev.) İstanbul: Varlık/Bilim Yay.
- Goleman, D.** (1998). İş Başında Duygusal Zeka, Çev: Banu Seçkin YÜKSEL, İstanbul, Varlık Yayınları
- Gordon, H.W.** (2002). Early environmental stress and biological vulnerability to drug abuse. *Psychoneuroendocrinology*, 27(1-2): 115-126, Special Issue: Stress and drug abuse.
- Gökçe, B.** (1988). Toplumsal bilimlerde araştırma. Ankara: Savaş Yayınları.

- Gross, J. J.** (1998). The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299
- Gross, J. J.** (2001). Emotion Regulation in Adulthood: Timing is Everything. *Research Article*, 10(6), 214-219.
- Gross J. J., Sheppes G., Urry H. L.** (2011). Cognition and emotion lecture at the 2010 SPSP emotion preconference. *Cogn. Emot.* 25, 765–781. 10.1080/02699931.2011.555753
- Gross, H. J. & Thompson, R. A.** (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. J. J. Gross, (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (1. basım) içinde (3-24). New York: Guilford Press.
- Gross, J. J.** (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition & Emotion*, 13(5), 551-573.
- Gündoğdu, R.** (2010). 9. Sınıf öğrencilerinin çatışma çözme, öfke ve saldırganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Ç. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(3), 257-276.
- Gürsel, C.** (1997) 13-19 Yaş Grubunda Suça Eğilimin Araştırılması, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Adli Psikoloji Ana Bilim Dalı,
- Hahm, H.C., Lee, Y., Ozonof, A., & Van Wert, M.J.** (2010). The impact of multiple types of child maltreatment on subsequent risk behaviors among women during the transition from adolescence to young adulthood. *J Youth Adolescence*, 39, 528-540.
- Han, Z. R., ve Shaffer, A.** (2013). The relation of parental emotion dysregulation to children's psychopathology symptoms: The moderating role of child emotion dysregulation. *Child Psychiatry ve Human Development*, 44(5): 591-601.
- Hasta, D.** (2017). Salırganlık: Kişilerarası ilişki tarzları ve empati açısından bir inceleme. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(1).
- Hourigan, S. E., Goodman, K. L. ve Southam-Gerow, M. A.** (2011). Discrepancies in parents' and children's reports of child emotion regulation. *Journal of Experimental Child Psychology*, 110(2), 198-212.
- Hökelekli, H.** (2001) Din Psikolojisi, T.D.V. Yay., Ankara.
- Huber, R. Ve Brennan P. A.** (2011) in *Advances in Genetics*.
- Iffland, B., Brähler, E., Neuner, F., Häuser, W. & Glaesmer, H.** (2013). Frequency of child maltreatment in a representative sample of the German population. *BMC Public Health*, 13(980), 1-7.
- Işık, E., Akbaş, T., Kırdök, O., Avcı, R. ve Çakır, İ.** (2012). Use of the genogram technique in counseling with Turkish families. *Journal of Family Psychotherapy*, 23(2), 131-137.
- İşmen, E.** (2001). Duygusal Zeka ve Problem Çözme, M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi, *Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1,13.
- John, S. G., Cisler, J. M. & Sigel, B. A.** (2017). Emotion regulation mediates the relationship between a history of child abuse and current ptsd/depression severity in adolescent females. *J Fam Viol*, 32, 565-575.
- Jordan, P.J. & Troth C.A.** (2004). Managing emotions during team problem solving: emotional intelligence and conflict resolution. *Human Performance*, 17 (2), 195-218.
- Kaptan, S.** (1998). Bilimsel araştırma teknikleri ve istatistik yöntemleri. 11. Basım, Ankara: Tekışık Web Ofset.

- Karakuzu, E.** (2018). Savunma ve dövüş sporları yapan sporcular ile değer bireysel sporları yapan sporcuların saldırganlık düzeylerinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi) Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
- Karasar, N.** (2006). Bilimsel araştırma yöntemi. Ankara: Nobel.
- Karakuyu M. ve Yöndem S.G.** (2013). Marmara Coğrafya Dergisi Sayı: 27, Ocak-2013, S. 172 192 İstanbul – ISSN:1303-2429 Copyright ©2013
- Kaya, İ.** (2015). Ergenlerin çocukluk dönemi istismar yaşantıları ile davranış problemleri ve psikolojik sağlamlıkları arasında ilişkinin incelenmesinde otomatik düşünceler ve B.D.D. stratejilerinin aracı rolü. Yayımlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kayhan, H.** (2017) Ergenlikte saldırganlık ve duygu düzenleme güçlükleri, arasındaki ilişkinin incelenmesi, (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bilim Dalı. İstanbul.
- Keskinöglü, M.Ş.** (2006) Kıvılcım, İstanbul: Akdemi yayınları
- Kobulsky, J. M.** (2017). Gender differences in pathways from physical and sexual abuse to early substance use. *Children and Youth Services Review*, 83, 25-32.
- Kobulsky, J. M., Holmes, M. R., Yoon, S. & Perzynski, A. T.** (2016). Physical abuse after child protective services investigation and adolescent substance use. *Children and Youth Services Review*, 71, 36-44.
- Kring, A. M. ve Sloan, D. M. (Ed.).** (2010). Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment. New York: Guilford Press.
- Kring, A.M., Johnson, S. L., Davison, G., Neale, J.** (2015). Anormal Psikoloji. (M. Şahin, Çev.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Koppitz, E.M.** (1968). Psychological Evaluations of Children's Human Figure Drawings. London: Grune & Stratton
- Köknel, Ö.** (1995). Kaygıdan Mutluluğa Kişilik, İstanbul, Altın Kitaplar Yayınevi,
- Köknel, Ö.** (2000) Bireysel ve Toplumsal Şiddet, İstanbul Altın Kitaplar Yayınevi,
- Köknel, Ö.** (2000). Bireysel ve Toplumsal Şiddet. 2. Basım. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Köse, Ali; Ayten, Ali.** (2012) Din Psikolojisi, İstanbul Timaş Yayınları.
- Lazarus, R. S.** (1999). Stress and emotion: A new synthesis. New York: Springer Publishing Company.
- Lazarus, R. S.** (1991). Emotion and adaptation. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Lilly, M. M., & Lim, B. H.** (2013). Shared Pathogeneses of Posttrauma Pathologies: Attachment, Emotion Regulation, and Cognitions. *Journal of Clinical Psychology*, 737-748.
- Lykins, Emily Lauren Brown,** (2009) "Effects Of Mindfulness And Meditation Experience On Cognitive And Emotional Functioning And Ego Depletion" University of Kentucky Doctoral Dissertations. 713.
- Loeber, R. & Hay, D.** (1997). Key issues in the development of aggression and violence from childhood to early adulthood, *Annual Review of Psychology*, 48, 371-410
- Machover, K.** (1949) Personality projection in the drawing of the human figure Springfield, Illinois: Thomas.
- Malkoç, G.** (2012) Psikoloji içinde "bilişsel psikoloji" (Ed. Cemalcılar Z.) Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, 96-130.

- Marcus-Newhall, A., Pedersen, W. C., Carlson, M., & Miller, N.** (2000). Displaced aggression is alive and well: A meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 670–689.
- Mathews, B. L., Koehn, A. J., Abtahi, M. M., ve Kerns, K. A.** (2016). Emotional competence and anxiety in childhood and adolescence: A meta-analytic review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 19(2): 162-184.
- Maunder, R.G. & Hunter, J.J.** (2001). Attachment and psychosomatic medicine: Developmental contributions to stress and disease. *Psychosomatic Medicine*, 63: 556-567.
- McElwain, N. Halberstadt, A. ve Volling, B** (2007) Mother- and father-reported reactions to children's negative emotions: Relations to young children's emotional understanding and friendship quality. *Child Development*, 78 (5): 1407– 1425.
- Mckenna, E.** (2000) Business Psychology and Organizational Behaviour. *Psychology Press*. p. 418-419
- Mihalca, A. M. & Tarnavska, Y.** (2013). Cognitive emotion regulation strategies and social functioning in adolescents. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 82, 574-579.
- Miller, N., Pedersen, W. C., Earleywine, M., & Pollock, V. E.** (2003). A theoretical model of triggered displaced aggression. *Personality and Social Psychology Review*, 7(1), 75–97.
- Moberg, D. O.** (2012). Aging and spirituality: Spiritual dimensions of aging theory, research, practice, and policy. Routledge, New York & London.
- Moos, R. H., & Billings, A. G.** (1982). Conceptualizing and measuring coping resources and processes. In L. Goldberger & S. Breznitz (Eds.), *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects* (pp. 212-230). New York: Free Press.
- Montgomery, E., Krogh, Y., Jacobsen, A. & Lukman, B.** (1992). Children of torture victims: Reactions and coping. *Journal of Child Abuse & Neglect*, 16: 797-805.
- Morris, J. S., Frith, C. D., Perrett, D. I., & Rowland, D.** (1996). A differential neural response in the human amygdala to fearful and happy facial expressions. *Nature*, 383(6603), 812–815.
- Morris, G.C.** (2002). Psikolojiyi anlamak, (çeviren: Belgin Ayvaşık, Melike Sayıl). Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.
- Nolen-Hoeksema, S., Parker, L. E., & Larson, J.** (1994). Ruminative coping with depressed mood following loss. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92-104.
- Numan, M.** (2015) in *Neurobiology of Social Behavior*.
- Ochsner, K. N. & Gross, J. J.** (2005). The cognitive control of emotion. *Trends in Cognitive Science*, 9(5), 242-249.
- Onat, O. ve Otrar, M.** (2010). B.D.D. Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışmaları, M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi Yıl: 2010, Sayı: 31, Sayfa: 123 – 143
- Osofsky, J.D., Cohen, G. & Drell, M.** (1995). The effects of Trauma on Young Children: A Case of 2-Year-Old Twins. *The International Journal of Psycho-analysis*, 76: 595-607.
- Özdemir, A. A.** (2012). Çatışmanın Doğası, Çatışma ve Stres Yönetimi-1 (Ed. Ceyhan, E). Anadolu Üniversitesi Yayını No: 2547 Açıköğretim Fakültesi Yayını No: 1517

- Parrott, W.G.** (2001). Emotions in social psychology: Volume Overview. In W.G. Parrott (Ed.), *Emotions in social psychology* (pp.1-19). PA: Psychology Press.
- Pehlivan, İ.** (2000). İş Yaşamında Stres. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Peker, H.** (2010) "Dua, İbadet ve Dinî Törenler" Din Psikolojisi (Ed. Hökelekli, H.). Eskişehir: T.C. Anadolu Üniversitesi Yayını No: 2051 *Açık öğretim fakültesi Yayını* No: 1085 192-213.
- Phelps, E. A., O'Connor, K. J., Cunningham, W. A., Funayama, E. S., Gatenby, J. C., Gore, J. C., & Banaji, M. R.** (2000). Performance on indirect measures of race evaluation predicts amygdala activation. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 12(5), 729-738.
- Rydelius P.-A.** (1994). Children of alcoholic parents: at risk to experience violence and to develop violent behaviour. In: C. Chiland & J.G. Young (Eds.). *Children and Violence* (pp.72-90). London: Jason Aronson Inc.
- Sabuncuoglu, Z., Tüz, M.** (1996). Örgütsel Psikoloji. Bursa: Alfa Basım Yayım Dağıtım,
- Schiraldi, G.R. & Kerr, H.M.** (2002). The Anger Management Sourcebook. United States of America: McGraw Hill Companies.
- Senemoğlu, N.** (1989). Öğrenci giriş nitelikleri ve öğretme-öğrenme süreci özelliklerinin matematik dersindeki öğrenme düzeyini yordama gücü. Ankara: Yayınlanmamış Araştırma Raporu.
- Schultz, D. P. Ve Schultz, S. E.** (2004) Modern psikoloji tarihi (Çev. Aslan Y.) İstanbul Kaknüs Yayıncılık.
- Scheeringa, M.S, Zeanah, C.H., Drell, M.J. & Laurieu, J.A.** (1995). Two approaches to the diagnosis of post-traumatic stress disorder in infancy and early childhood. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 34: 191-200.
- Shapiro, L. E.** (2004) Yüksek EQ'lu Bir Çocuk Yetiştirmek, (Çev: Kartal, Ü.) İstanbul. Varlık Yayınları,
- Soyaslan, D.** (2003) Kriminoloji, Ankara, Yetkin Yayınları,
- Sroufe, L., Carlson, E., Levy, A. & Egeland, B.** (1999). Implications of attachment theory for developmental psychopathology. *Development & Psychopathology*, 11(1): 1-13.
- Stevens, SE, Sonuga-Barke, E.J., Kreppner, J.M., Beckett, C., Castle, J., Colvert, E., Groothues, C., Hawkins, A. & Rutter, M.** (2008). Inattention/Overactivity following early severe institutional deprivation: presentation and associations in early adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36(3): 385-398.
- Sullivan, M. J., Bishop, S. R., & Pivik, J.** (1995). The pain catastrophizing scale: development and validation. *Psychological Assessment*, 524-532.
- Şar, V.** (2014) Çocuk ve Travma
- Sun, Y., Zhang, B., Dong, Z., Yi, M. Sun, D. & Shi, S.** (2008). Psychiatric state of college students with a history of childhood sexual abuse. *World J Pediatr*, 4(4), 289-294.
- Şahin, Z.** (2018) Aile İçi Şiddet Mağduru Olan Kadınlarda Kendilik Algısı, Psikopatoloji ve B.D.D. Stratejileri (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji, İstanbul.
- Şar V, Öztürk E, İkikardeş E.** Çocukluk çağı ruhsal travma ölçeğinin türkçe uyarlamasının geçerlilik ve güvenilirliği. *Türkiye Klinikleri J Med Sci.* 2012; 32 (4): 1054-1063.

- Şar V.** Çocukluk ve Travma: Psikotarihsel Bir Bakış. Alyanak B, editör. Çocuk ve Ergenlerde Travma ve Travmatik Durumların Etkileri ve Çözümleyici Yaklaşımlar. 1. Baskı. Ankara: *Türkiye Klinikleri*; 2018. p.12-
- Şimşek, S. ve Cenkseven Önder, F.** (2011). Ergenlerde davranış problemlerinin, anne-babadan ve öğretmenlerden algılanan duygusal istismar açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 10(3), 1124-1137.
- Tarhan, N.** (2012) Psikolojik Savaş, İstanbul: Timaş Yayınları
- Tekarslan, E., Kılınç, T., Şencan H. ve Baysal, A.C.** (2000). Davranışın Sosyal Psikolojisi. İstanbul: İ.U. İşletme Fakültesi Yayın No:278.
- Tennen, H., & Affleck, G.** (1990). Blaming others for threatening events. *Psychological Bulletin*, 209-232.
- Thera, N.** (2001). The power of mindfulness, Penang: Wheel Publication.
- Thomassin, K., Suveg, C., Davis, M., Lavner, J. A. ve Beach, S. R.** (2015). Coparental affect, children's emotion dysregulation, and parent and child depressive symptoms. *Family process*, 56 (1), 126-140.
- Tınaz, P.** (2011) İşyerinde Psikolojik Taciz (Mobbing), İstanbul: Beta Yayın
- Turner, R.J., Blair, W. & Lloyd, D.** (1995). The Epidemiology of Social Stress. *American Sociological Review*, 60: 104-125.
- Tuzcuoğlu, S.** (2005). Gelişimin doğası. (ED.B. Aydın). Gelişim ve öğrenme (27-64). Ankara: Nobel Yay.
- Wolgast, M., Lundh, L., Viborg, G.** (2011). Cognitive reappraisal and acceptance: An experimental comparison of two emotion regulation strategies. *Behaviour Research and Therapy*, 49, 858-866.
- World Health Organization.** (2014). Global status report on violence prevention.
- Yamada, R. E.A. McGraw,** (2010) in Encyclopedia of Animal Behavior.
- Yavuzer, H.** (2000). Eğitim ve gelişim özellikleriyle okul çağı çocuğu. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Yavuzer, H.** (1993) Çocuk Psikolojisi İstanbul: Remzi
- Yazıcıoğlu, Y. ve Erdoğan, S.** (2004). Spss uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yener, Ö.** (2017) Psikolojik Travmanın İnsanlık Kadar Eski Tarihi, The Journal of Social Science
- Yeşilyaprak, B.** (2002). Gelişim ve öğrenme psikolojisi. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Yucel, D., & Koydemir, S.** (2015). Predictors of marital satisfaction in North Cyprus: exploring the gender effects. *Journal of Family Studies*, 21(2), 120-143.
- Zembat, R. ve Unutkan Ö.** (2005). Problem çözme becerilerinin gelişimi. Sevinç (Der.), *Erken Çocuklukta Gelişim Ev Eğitiminde Yeni Yaklaşımlar* 1(s.221-229). İstanbul: Morpa Yay.
- Zeren, C., Yengil, E., Çelikel, A., Arık, A. ve Arslan, M.** (2012). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı istismarı sıklığı. *Dicle Tıp Dergisi*, 39(4), 536-541.
- Zoroğlu, S. S., Tüzün, Ü., Şar, V., Öztürk, M., Eröcal Kora, M. ve Alyanak, B.** (2001). Çocukluk dönemi istismar ve ihmalinin olası sonuçları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2(2), 69-78.

EKLER

Ek. 1 : Kişisel Bilgi Formu

Ek. 2 : Saldırganlık Ölçeği

Ek. 3 : B.D.D.Ölçeği

Ek. 4 : Ç.Ç.T.Ölçeği

Ek. 5: Saldırganlık Ölçeği İzin Talebi

Ek. 6: Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği İzin Talebi

Ek. 7: Çocukluk Çağı Travma Ölçeği İzin Talebi

Ek. 8: Etik Kurul Raporu



Ek. 1 : Kişisel Bilgi Formu

Sevgili Arkadaşlar,

Akademik amaçla hazırlanmış olan bu çalışmaya katkıda bulunmayı kabul ettiğiniz ve zaman ayırdığınız için teşekkür ederim Ankette iki bölüm bulunmaktadır. Bölüm I'de kişisel durumunuzla ilgili bilgiler bulunmaktadır. Diğer bölümlerin başında gerekli açıklamalar bulunmaktadır. Soruların, samimi ve objektif, tarafsız olarak cevap vermeniz araştırma bulgularının geçerli olması için gereklidir. Lütfen hiçbir soruyu cevapsız bırakmayınız. Sonuçlar toplu olarak değerlendirileceğinden isim yazmanıza da gerek yoktur.

Ahmet Güvenç DEDE
Aydın Ün. Sosyal Bilimler Enstitüsü
Yüksek Lisans Öğrencisi

GENEL BİLGİ FORMU

1. Cinsiyetiniz: ☐ Kadın ☐ Erkek

2. Yaşınız:

3. Medeni durumunuz nedir? ☐ Bekar ☐ Evli ☐ Boşanmış ☐ İlişki içinde

4. Ailenizle birlikte yaşadığınız evde kaç kişisiniz?.....

☐ Çekirdek aile (anne-baba, çocuklar)

☐ Geniş aile (anne-baba, çocuklar, teyze-dayı-hala-amca, büyük anne-baba)

☐ Parçalanmış/Boşanmış aile

5. Sizkaçıncı çocuksunuz?.....

6. (Şuanda) Kiminle, nerede yaşıyorsunuz?

☐ Yalnız ☐ Ebeveyn/Ailesi ile ☐ Arkadaş ile ☐ Yurtta ☐ Diğer.....

7. (Ailenizde) Evinize giren aylık gelir ne kadardır?

☐ 2000– 4000 TL arası ☐ 4001– 6000 TL arası ☐ 6001 – 8000 TL arası ☐ 8001 TL ve üzeri

8. Kronik bir hastalığınız (en az 3 ay ve daha uzun süren, tekrarlayan hastalık) var mı ?

☐ Evet ise Hastalığınız nedir ?

☐ Hayır

9. Eğer kronik bir hastalığınız varsa bununla ilgili bir tedavi görüyor musunuz?

☐ Evet ☐ Hayır

10. Bugüne kadar psikolojik bir rahatsızlık geçirdiniz mi?

☐ Evet ise belirtiniz.....

☐ Hayır

11. Şuan psikiyatrik bir ilaç kullanıyor musunuz?

☐ Evet ise belirtiniz.....

☐ Hayır

BÖLÜM II

Ek. 2 : Saldırganlık Ölçeği

SALDIRGANLIK ÖLÇEĞİ						
KARAKTERİNİZE EN UYGUN OLAN YANITI (X) ŞEKLİNDE İŞARETLEYİNİZ.		Hiç uygun değil	Çok az uygun	Biraz uygun	Çok uygun	Tamamen uygun
1.	Arkadaşlarım çok münakaşacı olduğumu söylerler.					
2.	Şans hep başkalarına gülüyor, onlardan yana oluyor.					
3.	Bîrden parlarım, ama çabuk sakinleşirim.					1
4.	Kendimi sık sık diğer insanlarla tartışırken bulurum.					
5.	Bazen hayatın bana adaletli davranmadığını? düşünürüm.					
6.	İnsanlarla aynı fikirde olmazsam, onlarla tartışmaktan kendimi alıkoyamam.					
7.	Bazen ortada hiçbir neden yokken parlarım.					
8.	Kız ya da erkek birisi beni kıskırtırsa ona vurabilirim.					
9.	Bazen niye bu kadar katı olduğumu merak ediyorum.					1
10.	Tanıdığım insanları tehdit ettiğim olmuştur.					
11.	Biri çok üzerime geldiğinde, sıkıştırdığında ona vurabilirim.					
12.	Öfkemi kontrol etmekte zorluk çekerim.					
13.	Eğer çok kızarsam o kişinin yaptığı işleri berbat edebilirim.					
14.	Kapıyı arkadan gelenin yüzüne çarpacak kadar çıldırabilirim.					
15.	İnsanlar bana patronluk tasladıklarında, onların inadına, işi ağırdan					
16.	İnsanlar bana nazik davrandıklarında, ne isteyeceklerini merak ederim.					
17.	Her şeyi dağıtacak kadar çılgınlaştırabilirim.					
18.	Bazen sevmediklerim hakkında dedikodu yayar, çamur atarım.					
19.	Ben sakin biriyim.					
20.	İnsanlar beni kızdıırırlarsa, onlarla gerçek düşüncelerimi söyleyebilirim.					
21.	Bazen insanların arkamdan bana güldüklerim hissederim.					
22.	İstediğimi elde edemediğim zaman*, kızgınlığımı gösteririm.					
23.	Bazen birine vurma isteğimi kontrol edemem.					
24.	Pek çok insandan daha sık kavga ederim.					
25.	Eğer biri bana vurursa ben de ona vururum.					
26.	Arkadaşlarımla aynı fikirde olmadıgımda açıkça söylerim.					
27.	Haklarımı korumak için şiddete başvurmam gerekirse, hiç çekinmem.					
28.	Fazla dostça davranan yabancılara güvenmem.					
29.	Bazen kendimi patlamaya hazır bir bomba gibi hissederim.					
30.	Beni gerçekten rahatsız edenlere susarak; ilgilenmeyerek tepki veririm.					
31.	Arkadaşlarımla, arkamdan, benim hakkımda konuştuklarını bilirim.					
32.	Bazı arkadaşlarım, benim düşünmeden hareket ettiğimi düşünürler.					
33.	Bazen hiçbir şey düşünemeyecek kadar kıskanç olurum.					
34.	El şakası yapmaktan hoşlanırım.					

Ek. 3 : B.D.D.Ölçeği

OLAYLARLA NASIL BAŞA ÇIKARSINIZ?	Hemen Hemen Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sık Sık	Hemen Hemen Her Zaman
Herkes zaman zaman tatlı acı olaylarla karşılaşmakta ve kendine özgü tepkiler vermektedir. Aşağıdaki sorular, olumsuz durumlarla karşılaştığınızda genelde neler düşündüğünüzü belirlemeyi amaçlamaktadır.					
1. Genelde kendimi suçlu hissederim.	1	2	3	4	5
2. Olanları kabul etmek zorunda olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5
3. Yaşadıklarım hakkında neler hissettiğimi sık sık düşünürüm.	1	2	3	4	5
4. Yaşadıklarımı düşünmekten ziyade daha iyi şeyler düşünmeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5
5. Elimden gelenin en iyisinin ne olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
6. İçinde bulunduğum durumdan bir şeyler öğrenebileceğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5
7. Herşey daha da kötü olabilirdi diye düşünürüm.	1	2	3	4	5
8. Yaşadıklarımın, diğerlerinin yaşadıklarından çok daha kötü olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
9. Olaylarda diğerlerinin suçlu olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
10. Olaylardan sorumlu olan kişinin ben olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5
11. Durumu (olanları) kabullenmek zorunda olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5
12. Yaşadıklarım hakkında ne düşündüğüme ve ne hissettiğime takılırım.	1	2	3	4	5
13. Yaşadığım olumlu olaylarla ilgili yapacak bir şeyimin olmadığını düşünürüm.	1	2	3	4	5
14. Durumla en iyi şekilde nasıl başa çıkabileceğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5
15. Olaylardan sonra daha güçlü bir kişi haline geldiğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5
16. Diğerlerinin daha kötü olaylarla karşılaştıklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
17. Sürekli olarak, yaşadıklarımın ne denli kötü şeyler olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
18. Olanlardan diğerlerinin sorumlu olduğunu hissederim.	1	2	3	4	5
19. Bu olayda yaptığım hataları düşünürüm.	1	2	3	4	5
20. Olayla ilgili olarak birşeyleri değiştiremeyeceğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5
21. Yaşadıklarımdan dolayı hissettiklerimin sebebini anlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
22. Olanlardan ziyade iyi şeyler düşünmeyi yeğlerim.	1	2	3	4	5
23. Durumu nasıl değiştirebileceğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5
24. Kötü olayların iyi yönlerinin de olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
25. Son yaşadığımın, diğer yaşadıklarım kadar kötü olmadığını düşünürüm.	1	2	3	4	5
26. Başıma gelenlerin, bir kişinin başına gelebilecek en kötü şeyler olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
27. Bu sorunda, diğerlerinin yaptıkları hataları düşünürüm.	1	2	3	4	5
28. Asıl sorunun benden kaynaklandığını düşünürüm.	1	2	3	4	5
29. Olumsuz durumlarla yaşamayı öğrenmek zorunda olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5

30. Olayın bende uyandırdığı hisleri derinlemesine irdelerim.	1	2	3	4	5
31. Yaşadığım güzel olayları düşünürüm.	1	2	3	4	5
32. Yapabileceğim en iyi planın ne olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
33. Sorunun olumlu yanlarını bulmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
34. Hayatta daha kötü şeylerin de olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
35. Devamlı olarak, sorunun ne denli kötü olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
36. Sebebin, temelde diğerlerinden kaynaklandığını düşünürüm.	1	2	3	4	5



Ek. 4 : Ç.Ç.T.Ölçeği

Ç.Ç.T.ÖLÇEĞİ Bu sorular çocukluğunuzda ve ilk gençliğinizde (20 yaşından önce) başınıza gelmiş olabilecek bazı olaylar hakkındadır. Her bir soru için sizin durumunuza uyan rakamı cevap kağıdına işaretleyiniz. Lütfen elinizden geldiğince sorulara gerçeğe uygun bir biçimde yanıt veriniz. Yanıtlarınız gizli tutulacaktır.	Hemen Hemen Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sık Sık	Hemen Hemen Her Zaman
1. Evde yeterli yemek olmadığından ac kalırdım.	1	2	3	4	5
2. Benim bakımımı ve güvenliğimi üstlenen birinin olduğunu biliyordum.	1	2	3	4	5
3. Ailemdelikler bana “salak”, “beceriksiz” ya da “tıpsız” gibi sıfatlarla seslenirlerdi.	1	2	3	4	5
4. Anne ve babam ailelerine bakamayacak kadar sıklıkla sarhoş olur ya da uyuşturucu alırlardı.	1	2	3	4	5
5. Ailemde önemli ve özel biri olduğum duygusunu hissetmeme yardımcı olan biri vardı.	1	2	3	4	5
6. Yırtık, sokuk ya da kirli giysiler içerisinde dolaşmak zorunda kalırdım.	1	2	3	4	5
7. Sevdiğimi hissediyordum.	1	2	3	4	5
8. Anne ve babamın benim doğmuş olmamı istemediklerini düşünüyordum.	1	2	3	4	5
9. Ailemden birisi bana oyle kötü vurmuştu ki doktora ya da hastaneye gitmem gerekmişti.	1	2	3	4	5
10. Ailemde başka türlü olmasını istediğim bir şey yoktu.	1	2	3	4	5
11. Ailemdelikler bana o kadar şiddetle vuruyorlardı ki vücudumda morartı ya da sıyrıklar oluyordu.	1	2	3	4	5
12. Kayış, sopa, kordon ya da başka sert bir cisimle vurularak cezalandırılıyordum.	1	2	3	4	5
13. Ailemdelikler birbirlerine ilgi gösterirlerdi.	1	2	3	4	5
14. Ailemdelikler bana kırıcı ya da saldırganca sözler söylerlerdi.	1	2	3	4	5
15. Vucutca kotuye kullanılmış olduğuma (dovulme, itilip kakılma vb.) inanıyorum.	1	2	3	4	5
16. Çocukluğum mukemmeldi.	1	2	3	4	5
17. Bana o kadar kötü vuruluyor ya da dovuluyordum ki öğretmen, komşu ya da bir doktorun bunu farketmediği oluyordu.	1	2	3	4	5
18. Ailemde birisi benden nefret ederdi.	1	2	3	4	5
19. Ailemdelikler kendilerini birbirlerine yakın hissederlerdi.	1	2	3	4	5
20. Birisi bana cinsel amaçla dokundu ya da kendisine dokunmamı istedi.	1	2	3	4	5
21. Kendisi ile cinsel temas kurmadığım takdirde beni yaralamakla ya da benim hakkımda yalanlar söylemekle tehdit eden birisi vardı.	1	2	3	4	5
22. Benim ailem dünyanın en iyisiydi.	1	2	3	4	5
23. Birisi beni cinsel şeyler yapmaya ya da cinsel şeylere bakmaya zorladı.	1	2	3	4	5
24. Birisi bana cinsel tacizde bulundu.	1	2	3	4	5
25. Duygusal bakımdan kotuye kullanılmış olduğuma (hakaret, aşağılama vb.) inanıyorum.	1	2	3	4	5
26. İhtiyacım olduğunda beni doktora götürecek birisi vardı.	1	2	3	4	5
27. Cinsel bakımdan kotuye kullanılmış olduğuma inanıyorum.	1	2	3	4	5
28. Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi	1	2	3	4	5

Ek. 5: Saldırganlık Ölçeği İzin Talebi

The screenshot displays an Outlook email client interface. The top navigation bar includes options like 'Yeni ileti', 'Yanıtla', 'Sil', 'Arşivle', 'Gereksiz', 'Taşı', and 'Kategorilere Ayır'. The left sidebar shows the 'Gelen Kutusu' (Inbox) with 3 items, 'Gereksiz E-posta' (Unread) with 33, 'Taslaklar' (Drafts) with 31, 'Gönderilmiş Öğeler' (Sent Items), 'Scheduled', 'Silinmiş Öğeler' (Deleted Items) with 115, 'Arşiv', 'Conversation Hist...', 'Çöp' (Trash), 'Gönderilen' (Outbox), 'Spambox', and 'Şununla Office 365'e yükseltin: premium Outlook özellikleri' (Upgrade to Office 365: premium Outlook features).

The main email window shows an email titled 'agresyon olcegi' (aggression scale) from 'sibel can <iyikesici_can@yahoo.com>' dated '15.05.2018 Sal 07:33'. The email content includes three screenshots of a document, a Word document attachment named 'agresyon.doc' (2 KB), and a text block stating: 'sn güvenç dede çalışmanızda başarılar dilerim, ekte istediğiniz dokümanlar mevcuttur. dr. sibel can tlf 505 792 30 02'.

The bottom screenshot shows the 'Ölçek İzin ve Yönerge' (Scale Permission and Guide) email from 'guvenç dede' dated '14.05.2018 Pzt 19:54'. The email content states: 'İsmim Ahmet Güvenç DEDE, İstanbul Aydın Üniversitesi Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisiyim aynı zamanda MEB de İngilizce Öğretmeniyim. Tez çalışmamda Bilişsel esneklik ve saldırganlık ilişkisine bakmak için Saldırganlık Ölçeği izninizi ve yönergelerini rica ediyorum. Şimdiden Teşekkürler. Ahmet Güvenç DEDE'.

Ek. 6: Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği İzin Talebi

The screenshot shows an Outlook email interface. The left sidebar contains a list of folders: Gelen Kutusu (3), Gerekless E-posta (33), Taslaklar (31), Gönderilmiş Öğeler, Scheduled, Silinmiş Öğeler (115), Arşiv, Conversation Hist..., Çöp, Gönderilen, and Spambbox. The main pane displays an email from 'guvenc dede' (3.10.2018 Çar 17:17) to 'otrar@marmara.edu.tr'. The subject is 'Bilişsel duygu düzenleme Ölçeği izin'. The email body contains the following text: 'Sayın OTRAR, İstanbul Aydın Üniversitesi Psikoloji yüksek lisans öğrencisiyim. İzmirde ingilizce öğretmenliği yapmaktayım. Araştırmamda ölçeğinizi kullanmak için izin ve gerekli dokümanları istiyorum....şimdiden çok teşekkür ederim. Ahmet Güvenç DEDE'.

The screenshot shows a reply email in Outlook. The left sidebar is the same as the previous screenshot. The main pane displays a reply from 'Siz' to 'otrar' with the subject 'RE: Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçek izni'. The email body contains the following text: 'Merhabalar, Ölçek ve ilgili dokümanlar ekte. Kolaylıklar diliyorum.' Below the text, there are two attachments: 'oya_otrar_2010.pdf' (1 MB) and 'oya_otrar_bilisel_duygu_duz...' (76 KB). The email is signed by 'Dr. Mustafa OTRAR' (T.C. Millî Eğitim Bakanlığı, Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı, Kurul Üyesi, Serhat Mah. 1290. Sokak No.1, 06374 Yenimahalle - Ankara, Tel: 0312 413 43 00 / 4479, Faks: 0312 413 45 19, e-posta (1): mustafaotrar@meb.gov.tr, e-posta (2): motrar@marmara.edu.tr, URL: www.mustafaotrar.net).

Ek. 7: Çocukluk Çağı Travma Ölçeği İzin Talebi

Outlook Ara

Yeni ileti Yanıtla Sil Arşivle Gereksiz Süpür Taşı Kategorilere Ayır

Gelen Kutusu 2

Gereksiz E-posta 2

Taslaqlar 31

Gönderilmiş Öğeler

Scheduled

Silinmiş Öğeler 139

Arşiv

Conversation Hist...

Çöp

Gönderilen

İsl

Spambox

tez

Re: Ölçek İzin Talebi

EÖ Erdiç Öztürk <erdincerdinc@hotmail.com>
24.03.2019 Paz 13:39
Siz

Sımlr
Ölçeği kullanabilirsiniz Türkiye Klinikleri Dergisinden ulaşabilirsiniz

[iOS için Outlook](#) uygulamasını edinin

Kimden: guvenc dede <guvencdede@hotmail.com>
Gönderme tarihi: Pazar, Mart 24, 2019 4:31 ÖS
Kime: erdincerdinc@hotmail.com
Konu: Ölçek İzin Talebi

Sayın Hocam

İstanbul Aydın Üniversitesi Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisiyim,İzmirde İngilizce Öğretmenliği yapmaktayım.Sayın Prof.Dr. Vedat ŞAR hocamdan da izin talebinde bulundum.Sizin de izninizle tez çalışmamda Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeğinizi kullanmak istiyorum.Gerekli izin ile ölçek ve değerlendirme anahtarını gönderebilir misiniz?Şimdiden teşekkür ederim.

Ahmet Güvenç DEDE

Ek. 8: Etik Kurul Raporu

Evrak Tarih ve Sayısı: 16/05/2019-2772



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 88083623-044
Konu : Ahmet Güvenç DEDE Etik Onay Hk.

Sayın Ahmet Güvenç DEDE

Tez çalışmanızda kullanmak üzere yapmayı talep ettiğiniz anketiniz İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Komisyonu'nun 07.05.2019 tarihli ve 2019/07 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur.
Bilgilerinize rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Ragıp Kutay KARACA
Müdür

14/05/2019 Enstitü Sekreteri

Büke KENDER

Evrak Doğrulamak İçin : <https://evrakdogrula.aydin.edu.tr/en/Vision.Dogrula/BelgeDogrulama.aspx?V=BENN33739>

Adres:Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Küçükçekmece / İSTANBUL
Telefon:444 1 428
Elektronik Ağ:http://www.aydin.edu.tr/

Bilgi için: Büke KENDER
Unvanı: Enstitü Sekreteri





ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler:

Ad-Soyad: Ahmet Güvenç DEDE

Doğum Tarihi: 28.05.1980

E-Posta: guvencdede@hotmail.com

Adres: Mustafa Kemal Cad. Kazım Dirik Mah. Mutlu apt. No:141 Kat:7 Daire:22
Bornova/İZMİR

Eğitim Bilgileri:

Lisans:2004, Selçuk Üniversitesi, İngilizce Öğretmenliği

Yüksek Lisans: İstanbul Aydın Üniversitesi, Psikoloji ABD, Psikoloji Bilim Dalı

