

Lise Öğrencilerinin Sürekli Öfkeleri ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Buğra ÖZTÜRK¹, Özlem ŞENER², İbrahim DERİN³

ÖZET

Bu araştırmanın amacı lise öğrencilerinin sürekli öfke düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ek olarak lise öğrencilerinin sürekli öfke ve empatik eğilim düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini İstanbul'un Küçükçekmece ilçesinde devlet okullarında lise öğrenimine devam eden 207'si kadın, 254'ü erkek olmak üzere toplam 461 11. Sınıf öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında, öğrencilerin sürekli öfke düzeylerini belirlemek için Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeği ile empatik eğilim düzeylerini belirlemek için KA-Sİ Empatik Eğilim Ölçeği kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi açıklamak için ilişki sel tarama modeli kullanılmıştır. Elde edilen bulgular, lise öğrencilerinin sürekli öfke düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunduğunu göstermiştir. Ek olarak, ergenlerde sürekli öfke düzeyinin cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Buna karşın ergenlerin empatik eğilim düzeylerinin cinsiyete göre farklılaştığı, kadın öğrencilerin empatik eğilim düzeyinin erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen sonuçların, ergenlerin sürekli öfke düzeyleri için hazırlanacak müdahale programlarına fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: *Öfke, sürekli öfke, empati, empatik eğilim, ergenlik.*

¹ Yüksek Lisans Öğrencisi, Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, bozturk163@pau.edu.tr, ORCID: 0000-0003-1296-5654.

²Dr. Öğr. Üyesi, Bartın Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, osener@bartin.edu.tr, ORCID: 0000-0002-0081-7374.

³Öğretmen, MEB Küçükçekmece Rehberlik ve Araştırma Merkezi, derin04@hotmail.com, ORCID: 0000-0003-3816-3326.

Study of Relationship Between Trait Anger and Empathic Tendency Levels of High School Students

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the relationship between high school students' trait anger and empathic tendency level. In addition, the aim was to examine whether the trait of anger and empathic tendency levels of high school students differ according to gender. The sample of the research consists of 461 11th-grade students, 207 female and 254 males, attending public schools in the Küçükçekmece district of Istanbul. Within the scope of the research, Trait Anger-Anger Expression Style Scale was used to determine students' trait anger level and KA-SI Empathic Tendency Scale was used to measure empathic tendency. The relational screening model was used for explaining the relationship between variables. Acquired findings showed that there was a negative and low-level significant relationship between trait anger levels and empathic tendency levels of high school students. In addition, it was noted that trait anger level in adolescents doesn't differ significantly by gender. On the other hand, it was perceived that the empathic tendency level of adolescents differs according to gender, female students' empathic tendency levels are higher than that of male expectations. It is thought that the results obtained will benefit the intervention programs to be prepared for the trait anger levels of adolescents.

Keywords: *Anger, trait anger, empathy, empathic tendency, adolescence.*

GİRİŞ

Öfke, bireyin içinde bulunduğu koşullardan dolayı yaşadığı hayal kırıklığının ortaya çıkardığı bir uyarılma hali olarak tanımlanmaktadır (Averill, 1982; Fernandez ve Johnson, 2016). Haksızlığa uğrandığını veya küçümsendiğini hissetmek, değer verilen bir insan tarafından beklentilerin karşılanmaması ya da başkaları tarafından engellenmiş olmak, öfke duygusunu açığa çıkaran önemli unsurlar olarak görülmektedir (Geçtan, 1999; Balkaya ve Şahin, 2003). Ne şekilde ortaya çıktığı ya da ne düzeyde etkili olduğu kişiden kişiye değişmekle birlikte, öfke her insanın sahip olduğu doğal ve evrensel duygulardan biridir (Frijda, 1986). Genelde saldırganlık davranışlarıyla ilişkilendirilen ve bir nesne ya da varlığa zarar verme

içgüdüsünü harekete geçiren öfke duygusu, kontrol edilmesinin zorluğu ve doğurduğu sonuçların yıkıcılığı sebebiyle diğer duygulardan farklılaşmaktadır (Russell ve Mehrabian, 1977; Tatlıoğlu ve Karaca, 2013). Duygusal ve bilişsel kapasiteler, öfke halinin ne şekilde yaşanacağı ne kadar süreceği ya da nasıl ifade edileceği gibi konularda rol oynamaktadır. Bireyin çevresine karşı sahip olduğu duygu ve düşünceler, zamanla bireyin tutumlarına dönüşerek sürekli bir hale gelmektedir. Çevresinde öfke verici olarak değerlendirdiği uyarıcılar hakkında istikrarlı şekilde hissedilen yıkıcı duygular, sürekli öfke olarak tanımlanmaktadır (Spielberger, 1985). Sahip olunan öfkenin hangi sıklıkla yaşandığı, sürekli öfke için belirleyici bir faktördür (Özer, 1994). Etrafındaki uyarıcılara karşı sahip olduğu bu öfkeyi ne şekilde ifade edeceği ise bireyin öfke ifade tarzını belirlemektedir (Spielberger, 1988).

Öfkenin ifade edilme tarzları, öfkenin dışa vurumu, öfkenin içe vurumu ve öfkeyi kontrol etme şeklinde sınıflandırılabilir (Özer, 1994; Starner ve Peters, 2004). Sahip olunan öfkenin sözel veya fiziksel yollarla çevreye sergilenmesi öfkenin dışa vurumuna karşılık gelmektedir. Uçlarda yaşanan bu dışa vurum süreci, saldırganlık davranışlarıyla sonuçlanmaktadır. Araştırmalar, saldırgan şekilde ifade edilen öfkenin bireyde anksiyete ve depresyon yaratma ihtimalinin diğer gruplara kıyasla yüksek olduğunu göstermektedir (Deffenbacher ve Swaim, 1999). Öfkenin içe vurumu, bireyin sahip olduğu öfkeyi dışarıya yansıtmayarak içinde tutması ve yaşadığı öfke anı için çevreden değil içsel kaynaklardan yardım alması olarak tanımlanmaktadır. Öfkenin kontrolü ise bireyin sahip olduğu öfkesinin ne kadar farkında olduğu ne kadar yansıttığı ve ne kadar sakinleşebildiği ile ölçülen öfke ifade tarzıdır (Özer, 1994; Starner ve Peters, 2004).

Yıkıcı ve kontrolsüz öfke ifade tarzları, sosyal ve duygusal ilişkiler için olumsuz sonuçlar doğurmaktadır. Toplum normlarına karşı sergilenen antisosyal davranışlar, boşanma ya da geçimsizlik gibi şiddetli duygusal sorunlar, çevreye zarar vermeye yönelik saldırganlık eğilimleri gibi durumlar bu olumsuz sonuçlar için birkaç örnek olarak karşımıza çıkmaktadır (Tatlıoğlu ve Karaca, 2013; Lochman vd., 2010). Ayrıca öfkenin yıkıcı etkileri yalnızca sosyal ilişkilerle sınırlı değildir. Yapılan çalışmalar, saldırgan şekilde ifade edilen öfkenin çarpık sosyal ilişkilerin yanında kalp rahatsızlığı, hipertansiyon, kronik ağrı problemleri gibi önemli fiziksel rahatsızlıklarla da ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (McCloskey vd., 2010). Buna göre, yıkıcı şekilde ifade edilen öfke tarzları üzerine yapıla-

cak çalışmaların bireyin hem sosyal ilişkileri hem de fiziksel ve psikolojik iyi oluşu için önem ifade ettiği düşünülmektedir.

Öfkenin öğrenilen bir duygu olması, öfkeyi ifade ederken sergilenen davranışların da kültür ve çevre tarafından öğrenilmiş olduğunu göstermektedir. Aile, sosyal ilişkiler, bireyin içinde yetiştiği kültür gibi faktörlerin çeşitliliği, öfke ifade tarzının kişiden kişiye farklılaşması üzerinde rol oynamaktadır (Hankins ve Hankins, 1988). Bu durum, öfke anındaki bireye yardım etmek isteyen rehberlik paydaşlarının ve ruh sağlığı profesyonellerinin işini zorlaştırmaktadır. Ek olarak, öfkenin spontane bir duygu olması ve aniden gelişebilmesi göz önünde bulundurulduğunda, öfkesini yıkıcı davranışlarla ifade eden bireyler için önleyici müdahalelerin önemi artmaktadır. Buna göre, yıkıcı öfke ifade tarzları için iyileştirici olabilecek değişkenleri belirlemenin, koruyucu müdahale programları için yarar sağlaması beklenmektedir. Öfkenin sosyal ilişkilerden ve çevreden etkilendiği düşünüldüğünde, kişilerarası ilişkilerde iyileştirici bir rol oynamak konusunda göz önünde bulundurulması gereken en önemli değişkenlerden biri empati kavramıdır.

Empati, bir insanı anlamaya çalışırken içinde bulunduğu şartları göz ardı etmeden, duygu ve düşüncelerine değer vererek ilişki kurmak olarak tanımlanabilir (Dökmen, 1994). Sağlıklı bir iletişim başlatmak, iyileştirici ve koruyucu müdahalelerde bulunmak için empati değişmez ve temel bir kavram olarak kabul edilmektedir (Rogers, 1975). Alanyazında birçok kez tanımlanan ve halk arasında sıklıkla farklı kavramlar yerine kullanılan empati kavramı, Dökmen'e göre (2009) üç aşamada gerçekleşmektedir. İlk aşamada empati gösterilecek bireyin perspektifi doğru şekilde anlaşılmalıdır. İkinci aşamada, bireyin sahip olduğu duygu ve düşünceler doğru şekilde yorumlanmalıdır. Üçüncü aşamada ise gösterilmek istenen empati, karşı tarafa doğru şekilde yansıtılmalıdır. Empati gösterilen birey ile aynı duygu ve düşünceleri paylaşmak, empati kavramıyla karıştırılmamalıdır (Eisenberg ve Miller, 1987). Diğer insanlarla duygudaşlık içerisinde olmak, sahip oldukları yaşam koşullarına karşı sempati beslemek empati kavramı yerine kullanılmamalıdır (Geçtan, 1990). Empati kavramını doğru şekilde anlamak, empati ile ilişkili kavramları açıklarken yarar sağlayacaktır (Duru, 2002).

Öfke ve empati kavramları toplumun hem fizyolojik hem de psikolojik sağlığı üzerinde etkisi bulunan ve insanın iki önemli yönünü şekillendiren güçlü duygular olarak tanımlanmaktadır (Blair, 2018). Sosyal ilişkilerde

karşı tarafın duygusal ihtiyaçlarını anlamak için kolaylaştırıcı bir faktör olan empati duygusu sağlıklı bir iletişim süreci başlatırken saldırgan şekilde ifade edilen öfke tarzları bu iletişim süreci için yıkıcı etkiler doğurmaktadır (Roberts vd. 2014). Bu durum, sosyal ve duygusal ilişkiler için hem yapıcı hem de yıkıcı etkiler doğuran empati ve öfke kavramları üzerinde yapılacak araştırmaların önemini artırmaktadır.

Öfke ve empati kavramlarının birlikte ele alınmasının, bireylerin iletişim süreçlerinin ve duygusal tepkilerinin bir bütün olarak değerlendirilmesine olanak sağlaması beklenmektedir. Uluslararası alanda yapılan çalışmalar incelendiğinde, öfke ve empati kavramlarının birbirleriyle ilişkilerini ortaya koyan çalışmalar dikkat çekmektedir. Strayer ve Roberts (2004) tarafından yürütülen çalışmanın sonuçları, öfke duygusunu sürekli ve yoğun şekilde deneyimleyen bireylerin empatik eğilim düzeylerinin düşük olduğunu göstermektedir. Öfke duygusunu sürekli ve yoğun şekilde deneyimleyen birey, başkalarının duygusal ihtiyaçlarını anlamakta zorlanmakta ve kendi yaşadığı yoğun duygusal sürece odaklanmaktadır (Tatlıoğlu ve Karaca, 2003; Fernandez ve Johnson, 2016). Bu durum, diğer insanların penceresinden çerçeve almaya yarayan empati duygusunun zayıflamasına yol açmaktadır (Jolliffe ve Farrington, 2004). Buna karşılık kişilerarası bağları güçlendiren ve sağlıklı bir iletişimin temeli olarak görülen empatik eğilimin sürekli öfke düzeyini azaltmak konusunda etkili olması beklenmektedir (Halperin vd., 2011).

Öfke ve empati gibi kavramlar her ne kadar evrensel olarak kabul gören duygular olsa da öfke ifade tarzları çevreden öğrenilmekte ve kültüre özgü biçimde şekillenmektedir (Geçtan, 1990). Bu durum, öfkeyi anlamak için her kültürde ayrıca araştırma yapmayı gerektirmektedir. Ülkemizde öfke ve öfke ifade tarzlarının empati ile ilişkisini inceleyen çalışmalara baktığımızda, bu çalışmaların sınırlı sayıda bulunduğu ve sonuçlar konusunda fikir birliği sağlanmadığı görülmektedir. Doğan ve diğerleri (2010) tarafından otel çalışanları ile yürütülen çalışmada, katılımcıların empatik eğilimi ve öfke düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunduğu görülmüştür. Ancak benzer şekilde çalışma hayatındaki yetişkinlerle yürütülen bir diğer çalışmada, bireylerin empati düzeylerinin artırılması ile öfke kontrolleri arasında bir ilişki bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Özdemir vd. 2019). Bu sonuçla paralel olarak, Sağlam (2020) tarafından üniversite öğrencileri ile yürütülen çalışmada empati düzeylerinin düşük ya da yüksek olmasının öğrencilerin öfke düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı

görülmüştür. Yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçların farklılıkları dışında, bu çalışmaların özellikle yetişkin bireylerle yürütüldükleri görülmektedir. Öfkeye sebep olan değişkenlerin ve öfke ifade tarzlarının yaşamın her döneminde farklılaştığı düşünüldüğünde, farklı yaş gruplarında öfke ve öfke ifade tarzlarını yorumlamak için her yaş grubunda ayrıca çalışmaların yürütülmesi gerekmektedir.

Gelişim dönemi açısından kimlik kazanmak ve sosyal ilişkiler kurmak gibi görevlerin yerine getirildiği ergenlik dönemi hem bilişsel hem de duygusal açıdan ergenler için önemli değişimleri beraberinde getirmektedir (Çelik, G., Tahiroğlu, A. ve Avcı, A., 2008). Ergenlik genellikle ikircikli ve yoğun duygulara ev sahipliği yapan, çalkantılı ve zorlu bir dönem olarak atfedilmektedir (Starnes ve Peters, 2004). Öfke ve saldırganlık davranışları, bu dönemde karşılaşılan birçok sorunun temelini oluşturmaktadır (Siyez ve Dilek, 2014). Yapılan çalışmalar öfke ve öfkenin yol açtığı yıkıcı davranışların, ergenlerin hem kimlik arayışında hem de akranları ya da ebeveynleriyle kurdukları ilişkilerde olumsuz sonuçlara yol açtığını göstermektedir (Lamb vd., 2003; Thomas, 2002). Alanyazına bakıldığında, özellikle ülkemizde lise öğrenimine devam eden ergenlerin sürekli öfke düzeyleri ve öfke ifade tarzları üzerine yürütülen çalışmalara rastlanmaktadır (Karataş, 2008; Albayrak ve Kutlu, 2009; Bozkurt ve Çam, 2010; Özmen vd., 2016). Elde edilen sonuçlara bakıldığında, ergenlerin öfke düzeyleri ile ruh sağlıkları arasında önemli düzeyde ilişki bulunduğu, ergenlerin öfke kontrol düzeylerinin diğer yaş gruplarına kıyasla daha yüksek olduğu, sahip oldukları öfke düzeylerinin ergenlerin kaygı düzeylerini artırdığı görülmektedir (Albayrak ve Kutlu, 2009; Bozkurt ve Çam, 2010; Özmen vd., 2016). Bu çalışmaların ortak özelliği, öfkenin sonuçlarını ve ortaya çıkmasının altında yatan çeşitli değişkenleri incelemek, koruyucu müdahale programları için olumsuz yaşam şartlarını tespit etmektir. Bunun yanında, sürekli öfke düzeylerini azaltmaya yarayacak olumlu duyguların araştırılmasının da ergenler için alınacak önlem ve müdahaleler açısından yarar sağlaması beklenmektedir.

Öfke ve empati üzerine yürütülen çalışmalar için bir diğer önemli faktör cinsiyet değişkenidir. Bireylerin sahip olduğu öfke ifade tarzları ile sahip oldukları demografik değişkenlerin birbirleri ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Yavuzer, 1982; Averill vd., 1982; Ghanizadeh, 2008; Ahmad vd., 2021). İlgili değişkenlerin cinsiyete göre ne şekilde farklılaştığının incelenmesinin, öğrencilerin empatik eğilim düzeyini artırmaya ve öfke

yönetimi becerisi kazandırmaya yönelik düzenlenecek programlara katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde, öfke düzeyinin erkek ve kadınlara göre farklılaştığını gösteren araştırmaların ağırlıkta olduğu görülmektedir. Kırımoğlu ve Yıldırım'ın (2010) yürüttüğü çalışmanın bulguları, erkeklerin öfke durumlarının kadınlara oranla daha yüksek olduğunu, erkeklerin öfkelerini daha açık şekilde ifade edebildiklerini göstermiştir. Bostancı ve diğerleri (2006) tarafından yapılan çalışma, erkeklerin saldırgan davranışlarının daha yüksek olduğunu, buna karşılık kadınların içe dönük pasif agresif tutumlar sergilediğini ortaya koymuştur.

Benzer şekilde, sahip olunan empati düzeyinin de cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı merak edilmektedir (Hoffman, 1977; Eisenberg, 1983). Filiz (2009) tarafından lise öğrencilerinin empati düzeylerinin incelendiği çalışma, kadın öğrencilerin empati düzeylerinin erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Küçükkaragöz ve diğerleri (2011) tarafından yürütülen bir diğer çalışma, benzer sonuçlara ulaşmış ve erkeklerin empati düzeylerinin kadınlara kıyasla daha düşük olduğunu göstermiştir.

Verilen bilgiler ışığında, bu araştırmanın amacı lise öğrencilerinin sürekli öfke düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ek olarak, sürekli öfke düzeyi ve empatik eğilim düzeyi değerlerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı sorgulanmıştır. Buna göre, araştırmanın problem cümleleri şu şekildedir:

- Lise öğrenimine devam eden öğrencilerin sürekli öfke düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Lise öğrenimine devam eden öğrencilerin sürekli öfke düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
- Lise öğrenimine devam eden öğrencilerin empatik eğilim düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırma, lise düzeyinde öğrenimine devam eden öğrencilerin sürekli öfke düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasında ilişki olup olmadığını anlamak amacıyla ilişkisel tarama modelinde yürütülmüştür. İki veya daha fazla değişken arasında ilişki olup olmadığı sorusuna cevap aramak için ilişkisel tarama modeli kullanılmaktadır (Fraenkel vd., 2012).

Araştırma Örneklemini

Araştırmanın örneklemini, İstanbul'un Küçükçekmece ilçesinde devlet okullarında lise öğrenimine devam eden 11. Sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında, 207'si kadın 254'ü erkek olmak üzere toplam 461 öğrenciden veri toplanmıştır. Araştırma verileri, Küçükçekmece ilçesindeki farklı lise türlerinde görev yapan psikolojik danışman/rehber öğretmenler aracılığıyla çevrimiçi anket yoluyla toplanmıştır. Öğrencilerin betimleyici özellikleri Tablo 1.'de gösterilmiştir.

Tablo 1

Katılımcıların Betimleyici Özellikleri İle İlgili Bilgiler

		Frekans	%
Cinsiyet	Kız	207	44,9
	Erkek	254	55,1

Veri Toplama Araçları

Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeği (Sürekli Öfke Alt Ölçeği)

Özgün hali 1980 ile 1983 yılları arasında geliştirilen Sürekli Öfke-Öfke ifade tarz ölçeği hem ergen hem de yetişkinlerde kullanılmak üzere ülkemizde geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılarak uyarlanmıştır (Spielberger vd., 1988; Özer, 1994). Sürekli Öfke alt boyutu, ölçeğin ilk on sorusundan oluşmaktadır. Öfke ifade tarzının Öfke-içte, Öfke-Dışa ve Öfke-Kontrol alt boyutları ise sekizer maddeden oluşmaktadır. 4'lü likert tipi şekilde geliştirilen Sürekli Öfke-Öfke ifade tarz ölçeği, toplam 34 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte ters kodlanmış herhangi madde bulunmamaktadır. Ölçek, toplam puan üzerinden değerlendirme imkânı vermekte ve

toplam puan ne kadar yüksek ise bireyin sürekli öfke düzeyinin o kadar yüksek olduğunu söylemektedir. Sürekli öfke alt ölçeğini oluşturan sorular, bireyin ne kadar sıklıkla ve hangi düzeyde öfkelenildiğini ölçmektedir. Sürekli öfke alt ölçeğinde, kişinin öfkelenildiği ve kızdığı durumlarda ne gibi tepkiler verdiği ve hangi davranış örüntülerine sahip olduğu sorgulanmaktadır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları için her alt ölçekte alfa değeri ayrı olarak hesaplanmış, buna göre Sürekli Öfke alt testi için alfa değeri .79 olarak saptanmıştır. Diğer alt boyutlarda Cronbach Alfa değeri öfke dışı vurumu için .78, öfke içi vurumu için .62, öfke kontrolü için ise .84 olarak hesaplanmıştır. Elde edilen değerler ölçeğin geçerli güvenilir bir ölçek olduğunu göstermekle birlikte, ölçeğin özgün haliyle de yakın değerler elde edildiğini ortaya koymaktadır (Özer, 1994). Bu araştırma kapsamında ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır.

KA-Sİ Empatik Eğilim Ölçeği (Ergen Formu)

KA-Sİ Empatik Eğilim Ölçeği, Kaya ve Siyez (2010) tarafından çocukların ve ergenlerin empatik eğilim düzeyini belirleyebilmek amacıyla ülkemizde geliştirilen kağıt kalem tipi bir ölçme aracıdır. Çocuklar ve ergenler için farklı yaş gruplarında yürütülen geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları sonucu, ölçeğin çocuk ve ergen formu olmak üzere iki ayrı formdan oluşması uygun görülmüştür. KA-Sİ Empatik Eğilim Ölçeği-Çocuk formu 4'lü likert tipi şekilde geliştirilmiş 13 maddeden oluşmaktadır. 5'li likert tipi şekilde geliştirilen KA-Sİ Empatik Eğilim Ölçeği-Ergen formu ise duygusal ve bilişsel empati olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Duygusal empati boyutu için 10, bilişsel empati boyutu için 7 olmak üzere toplam 17 maddeden oluşan ölçekte ters kodlanmış herhangi madde bulunmamaktadır. Ölçeğin geçerlik çalışmaları amacıyla doğrulayıcı faktör analizi uygulanmış, elde edilen yapının iyi bir model olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Duygusal empati boyutunu oluşturan maddelerin faktör yükü .49 ve .66 arasında değişirken, bilişsel empati alt boyutu için .56 ve .76 arasında değişmektedir. Ergen formu için yapılan güvenilirlik çalışmalarında Cronbach Alfa katsayısı bütün ölçek için .87, duygusal ve bilişsel empati alt boyutları için ise .82 olarak hesaplanmıştır. Ölçek maddelerinden alınan toplam puan ortalaması, bireyin empatik eğilim düzeyi hakkında fikir vermektedir. (Kaya ve Siyez, 2010). Bu araştırma kapsamında ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .83 olarak hesaplanmıştır.

Veri Toplama Süreci

Araştırma verileri, Küçükçekmece ilçesindeki farklı lise türlerinde görev yapan psikolojik danışman/rehber öğretmenler aracılığıyla çevrimiçi anket yoluyla Google Formlar üzerinden toplanmıştır. Araştırma verilerini toplamak konusunda İstanbul Aydın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Etik Kurulu'ndan 28.02.2023 Tarih ve 2023-02 Sayı ile etik izinler alınmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek ve problem cümlelerini test etmek amacıyla SPSS 20. paket istatistik programı kullanılmıştır. İlgili değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Değişkenlerin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için bağımsız örneklem t testi analizi yapılmıştır. İstatistiksel işlemlere başlamadan önce, sürekli öfke düzeyi ve empatik eğilim düzeyi değişkenleri için normallik değerleri incelenmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre her iki değişken için çarpıklık ve basıklık değerleri tablo 2'de gösterilmektedir.

Tablo 2

Değişkenlerin Çarpıklık ve Basıklık Değerlerine İlişkin Bilgiler

Öfke	Çarpıklık	-,800	,111
	Basıklık	,882	,221
Empati	Çarpıklık	,403	,111
	Basıklık	-,535	,221

Tablo 2' ye göre, çarpıklık ve basıklık değerleri her iki değişken için de -1.5, +1.5 arasında yer aldığı için, değişkenlerin normal dağıldığı görülmektedir (Tabachnick vd., 2013). Normallik düzeyleri göz önünde bulundurularak Sürekli Öfke düzeyi ve Empatik Eğilim düzeyi değişkenleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde Pearson Momentler Çarpım Katsayısı kullanılmıştır. Araştırmanın diğer problem cümlelerini oluşturan Sürekli Öfke düzeyi ve Empatik Eğilim düzeyinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini anlamak için ise farklı gruplar arası karşılaştırma yapılmasına olanak sağlayan bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde, katılımcılardan toplanan veriler aracılığıyla araştırmanın problem cümlelerine cevap aranmış ve bu doğrultuda elde edilen bulgular paylaşılmıştır.

Araştırmanın ilk problem cümlesi olan “lise öğrencilerinin sürekli öfke düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?” sorusuna cevap aramak için Pearson Momentler Çarpım Katsayısı kullanılmıştır. Buna göre korelasyon analizinden elde edilen bulgular tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3

Sürekli Öfke Düzeyi ile Empatik Eğilim Düzeyi Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Korelasyon Katsayısı

Sürekli Öfke Düzeyi		
Empatik Eğilim Düzeyi	Pearson Korelasyon	-.21**
	<i>p</i>	.00

**= $p < 0.01$

Sürekli öfke düzeyi ve empatik eğilim düzeyi arasındaki ilişki normallik varsayımları göz önünde bulundurularak Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı aracılığıyla incelenmiştir. Tablo 3'e göre, iki değişken

arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunduğu gözlemlenmiştir ($r = -.21$, $n = 461$, $p < 0.01$). Ek olarak, değişkenlerin birbirleri üzerinde açıkladıkları varyans hesaplandığında %4,4 olarak bulunmuştur. Buna göre lise öğrencilerinin empatik eğilim düzeyleri, sürekli öfke düzeylerindeki varyansın %4.4'ünü açıklamaya yardımcı olmaktadır.

Araştırmanın diğer problem cümleleri olan “lise öğrencilerinin sürekli öfke düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?” ve lise öğrencilerinin empatik eğilim düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?” sorularına cevap aramak için bağımsız örneklem t testi analizi kullanılmıştır. Analizden elde edilen sonuçlar tablo 4’te gösterilmiştir.

Tablo 4

Cinsiyete Göre Sürekli Öfke Düzeyi ve Empatik Eğilim Düzeyi Puan Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort	Ss	t(459)	p
Sürekli Öfke Düzeyi	Kadın	207	2,18	0,61	-1,74	0,08
	Erkek	254	2,29	0,67		
Empatik Eğilim Düzeyi	Kadın	207	3,22	0,43	2,08	0,03
	Erkek	254	3,13	0,47		

Erkekler ve kadınlarda sürekli öfke düzeyi ve empatik eğilim düzeyi puanlarını karşılaştırmak amacıyla bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. Tablo 4’e göre, sürekli öfke düzeyinde kadınlar ($M = 2,18$, $Ss = 0,61$) ve erkeklerden ($M = 2,29$, $Ss = 0,67$) elde edilen puanlar arasında anlamlı bir fark yoktur ($t(459) = -1,74$, $p = .08$). Erkekler ve kadınlardan elde edilen ortalamalar arası farkların büyüklüğü (ortalama fark = 0,11) çok küçüktür ($\eta^2 = 0.006$).

Empatik eğilim düzeyi puanları için erkekler ve kadınlar arasındaki fark incelendiğinde, kadınlar ($M = 3,22$, $Ss = 0,43$) ve erkeklerden ($M = 3,13$, $Ss = 0,47$) elde edilen puanlar arasında anlamlı bir fark bulunduğu gözlen-

mektedir ($t(459) = 2,08, p = .03$). Buna göre, kadınların empatik eğilim düzeyi puan ortalamaları, erkeklerin empatik eğilim düzeyi puan ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir (ortalama fark = 0,09).

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın amacı, lise öğrencilerinin sürekli öfke düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç, bir başkası tarafından öfkeli bireye gösterilen empatinin, bireyin öfke düzeyi üzerindeki etkisini ele almamaktadır. Bu çalışma kapsamında ele alınan konu, bireyin kendi sahip olduğu empatik eğilim düzeyi ile sürekli öfke düzeyi arasında ne yönde ve ne şekilde ilişki olduğudur. Araştırmanın bulguları, lise öğrencilerinde empatik eğilim düzeyi arttıkça sürekli öfke düzeyinin azaldığını göstermektedir. Araştırmanın sonuçlarının, alanyazında empati arttıkça öfke düzeyinin azaldığını gösteren çalışmaları destekler nitelikte olduğu görülmektedir (Strayer ve Roberts, 2004; Blair, 2018; Roberts vd., 2014). Örneğin Stranger ve diğerleri (2012) tarafından yaş ortalamaları 19 olan bir grup ergen ile yürütülen çalışma, bireyin sahip olduğu empatik eğilim aracılığıyla oluşan suçluluk duygusunun saldırganlık davranışlarını azalttığını göstermektedir. Tam tersi şekilde empatinin eksikliği, yıkıcı ve şiddet içeren davranışların öncülü olarak görülmektedir (Day vd., 2012).

Bu çalışmadan elde edilen bulgular, öfke ve empati arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını söyleyen çalışmalardan ayrılmaktadır (Özdemir vd.,2019; Sağlam, 2020). Sürekli ve yoğun şekilde hissedilen öfke düzeyi saldırgan davranışları tetiklemekte ve bireyin çevresine karşı yıkıcı tutumlar geliştirmesine sebep olmaktadır (Karataş, 2008). Hawkins (2021) tarafından yürütülen araştırma, saldırganlık davranışlarıyla empatik eğilim arasında güçlü düzeyde ve negatif yönlü bir ilişki bulunduğunu ortaya koymuştur. Empatik eğilimi yükseltmeye yönelik müdahale programlarının öfke yönetimi konusunda fayda sağladığı görülmektedir (Zirkelbach, 2005). Bu çalışmadan elde edilen sonuçların, bireylerin empatik eğilimlerini arttırarak sürekli öfke düzeylerini azaltmayı hedefleyen çalışmalara katkı sağlaması beklenmektedir.

Tartışılan alanyazından farklı olarak, örneklem açısından bu çalışmadan elde edilen sonuçların ayrıca önem ifade ettiği düşünülmektedir. Gelişimsel açıdan düşünüldüğünde ergenlik, duyguların en yoğun ve dalgalı deneyimlendiği dönem olarak gösterilmektedir (Koç, 2004). Bu dönemde saldırganlık davranışlarının sık karşılaşılan bir problem olması, ergenlerin

çevresi ve ailesiyle devamlı bir çatışma içerisinde bulunması gibi sebepler göz önünde bulundurulduğunda, ergenlerin sürekli öfke düzeylerini azaltmaya yönelik müdahalelerin diğer dönemlere kıyasla daha zorlu geçtiği görülmektedir (Siyez ve Dilek, 2014). Buna karşın lise öğrencilerinin sürekli öfkeleri ile empatik eğilim düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmasının, empatik eğilimin sürekli öfke üzerindeki etkisini ayrıca kanıtlayan bir sonuç olduğu düşünülmektedir.

Empatik eğilim ve öfke arasındaki ilişkinin kuramsal açıdan da desteklenildiği görülmektedir. Bilişsel yaklaşım, öfkeyi koşulsuz hissedilen bir duygu olarak değil, yaşanan olaya karşı geliştirilen tepki olarak tanımlamaktadır (Corey, 2008). Akılcı duygusal model, bireyin rahatsızlık hissettiği durumlara karşı yüklediği anlamlar öfkenin asıl kaynağını oluşturduğunu söylemektedir (Ellis, 1977). Şema terapiye göre öfke, bireyin erken yaşlardan itibaren çevresindeki uyarıcılara karşı geliştirmeye başladığı şemalardan kaynaklanmaktadır (Young vd., 2003). Bütün bu yaklaşımlar birlikte ele alındığında, diğer insanların sahip olduğu duygularla bağ kurarak kişilerarası ilişkileri güçlendiren ve olaylara karşı tarafın perspektifinden bakmayı kolaylaştıran empatik eğilimin, öfke duygusunun sağlıklı şekilde yaşanılması için yarar sağlayacağı düşünülmektedir (Geçtan, 1990).

Çalışmanın bir diğer problemi olan sürekli öfke düzeyinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiş, buna göre lise öğrencilerinin sürekli öfke düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Toplumsal cinsiyet rollerinin bireyler üzerindeki etkisi düşünüldüğünde, erkeklerin kadınlara göre sürekli öfke düzeylerinin daha yüksek çıkacağı düşünülmektedir (Averill, 1983; Okuda vd., 2015; Sağlam, 2020; Özmen, 2016; Karataş, 2008). Buna karşın yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmalar incelendiğinde, bu araştırmadan elde edilen bulguların da desteklediği şekilde sürekli öfke düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığını gösteren araştırmalar dikkat çekmektedir (Zahn ve Wexler, 1994; Milovchevic vd., 2001; Olmuş, 2001). Bu çalışmanın örneklemini aynı ilçede öğrenim gören ve benzer çevrelerde ikamet eden lise öğrencileri oluşturmuştur. Gelecek çalışmalarda farklı çevrelerden bireylerin araştırmaya dâhil edilmesinin ve sosyodemografik değişkenlerin göz önünde bulundurulmasının, öfke düzeyinin cinsiyete göre ne şekilde farklılaştığını açıklarken yarar sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın diğer değişkeni olan empatik eğilim düzeyinin ise cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre, kadın

öğrencilerin empatik eğilim düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Elde edilen bulgular, alanyazında kadınların empatik eğilim düzeylerinin ve prososyal davranışlarının erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu yönünde sonuçlar içeren çalışmaları desteklemektedir (Roberts vd., 2014; Hoffman, 1977; Eisenberg ve Lennon, 1983; Alver, 2004; Öztürk vd., 2004; Derman, 2013). Rehber ve Atıcı (2007) tarafından ilköğretim ikinci kademe öğrencileriyle yürütülen çalışmanın sonuçları, empatik eğilim düzeyi yüksek olan öğrencilerde saldırganlık davranışlarının daha düşük olduğunu, ek olarak bu araştırmanın bulgularına benzer şekilde kız öğrencilerin empatik eğilim düzeylerinin erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Öfke üzerine yürütülen araştırmalar, öfkenin birçok ruh sağlığı sorunuyla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Novaco, 2009; Özen vd., 2010). Alanyazın incelendiğinde, öfke düzeyi yüksek bireylerin depresyon düzeylerinin de yüksek olduğu (Busch, 2009), antisosyal davranışlara eğilimli oldukları (Granic ve Butler, 1998), stres düzeylerinin öfke düzeyleri ile ilişkili olarak yüksek olduğu (Diong vd., 2005) ve sözel ya da fiziksel açıdan saldırgan davranışlar sergiledikleri (Davey vd., 2005) görülmektedir. Bu durum, öfkenin ruh sağlığı açısından önemli bir faktör olduğunu ve öfke üzerine yapılacak çalışmaların ruh sağlığı açısından topluma fayda sağlayacağını göstermektedir.

Bu araştırma verilerine göre ergenlerde empatik eğilim düzeyi ile sürekli öfke düzeyi arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiş, yani ergenlerde empatik eğilim düzeyi arttıkça sürekli öfke düzeyinin azaldığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak akran zorbalığı, şiddet ve saldırganlık, karşıt gelme bozuklukları, depresyon ve stres gibi sorunlar ergenlik dönemimi sorunlarıdır. Bu sorunların ortak noktasına bakıldığında, bireylerin öfke düzeyleri ile ilişkili olduğunu gösteren araştırma bulgularına rastlanmaktadır (Karataş, 2008; Özgür vd., 2011; Siyez ve Dilek, 2014; Ören ve Gençdoğan, 2007). Milli eğitim bakanlığı 2023 eğitim vizyonu çerçevesinde, ergenlerin okullarda yaşadığı sorunlara öncelik vermekte ve koruyucu müdahale programlarının önemine dikkat çekmektedir (MEB, 2018). Buna göre ergenlerin öfke düzeyleri için atılacak adımların, ergenlikte karşılaşılan birçok problem için fayda sağlaması beklenmektedir. Buna göre, bu araştırmadan elde edilen sonuçlar çerçevesinde şu öneriler sunulabilir:

- Ergenlerin sürekli öfke düzeyi üzerine yapılacak çalışmaların, bu dönemde karşılaşılan problemler için iyileştirici bir etkisi bulunduğu düşünülmektedir. Ergenler için düzenlenen iyileştirici ve koruyucu müdahale programları kapsamında, ergenlerin empatik eğilim düzeylerinin artırılması sürekli öfke düzeylerinin azalması için fayda sağlayabilir. Ek olarak, yapılacak müdahale programları hazırlanırken demografik değişkenlerin göz önünde bulundurulması, bu programların ergenler üzerindeki etkililiğini artırabilir.
- Öfke ve empati değişkenleri üzerine yürütülecek gelecek çalışmalarda, empatik öfke düzeyinin karıştırıcı değişken olarak kontrol edilmesinin, öfke ve empati arasındaki ilişkileri açıklarken fayda sağlayacağı düşünülmektedir.
- Ergenlikte görülen öfke sorunları için yapılan çalışmalar incelendiğinde; psikoeğitim programları, sınıf rehberlik etkinlikleri, grupla psikolojik danışma uygulamaları gibi birçok müdahale programının etkili olduğu görülmektedir. Verilen bilgilerle birlikte ele alındığında, bu müdahale programlarına ergenlerin empatik eğilim düzeyini arttırmak amacıyla eklenecek faaliyetlerin, ergenlerin sürekli öfke düzeyini düşürmesi konusunda fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Ahmad, N. S., Aman, R. C., ve Khairani, A. Z. (2021). Gender differences in anger expressions among secondary students. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 10(3), 1100-1106.
- Albayrak, B. ve Kutlu, Y. (2009). Ergenlerde öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörler. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 2(3), 57-69.
- Alver, B. (2004). Güzel sanatlar eğitimi alan öğrencilerin empatik beceri ve karar verme stratejilerinin çeşitli değişkenlere göre inelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(2), 93-108.
- Averill, J. R. (1982). Anger and aggression: An essay on emotion. Spring-Verlag.
- Averill, J. R. (1983). Studies on anger and aggression: Implications for theories of emotion. *American Psychologist*, 38(11), 1145-1159.

- Averill, J. R., Douglas Frost, W. ve Averill, J. R. (1982). Differences between men and women in the everyday experience of anger. *Anger and aggression: An essay on emotion*, 281-316.
- Balkaya, F. ve Şahin, N. H. (2003). Çok boyutlu öfke ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 192-202.
- Batson, C. D., Sager, K., Garst, E., Kang, M., Rubchinsky, K. ve Dawson, K. (1997). Is empathy-induced helping due to self-other merging?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(3), 495.
- Batson, C. D., Shaw, L. L. ve Oleson, K. C. (1992). Differentiating affect, mood, and emotion: Toward functionally based conceptual distinctions. Sage.
- Blair, R. J. R. (2018). Traits of empathy and anger: implications for psychopathy and other disorders associated with aggression. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 373(1744), 20170155.
- Bostancı, N., Çoban, Ş., Tekin, Z. ve Özen, A. (2006). Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre öfke ifade etme biçimleri. *Kriz Dergisi*, 14(3), 9-18.
- Bozkurt, S. ve Çam, O. (2010). Çalışan ergenlerde öfke bileşenleri ile ruhsal belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Nöro-Psikiyatri Arşivi*, 47(2), 105-112.
- Busch, F. N. (2009). Anger and depression. *Advances in psychiatric treatment*, 15(4), 271-278.
- Corey, G. (2008). Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları. Mentis Yayınları.
- Çelik, G., Tahiroğlu, A., & Avcı, A. (2008). Ergenlik döneminde beynin yapısal ve nörokimyasal değişimi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 11(1), 42-47.
- Davey, L., Day, A. ve Howells, K. (2005). Anger, over-control and serious violent offending. *Aggression and Violent Behavior*, 10(5), 624-635.
- Day, A., Mohr, P., Howells, K., Gerace, A. ve Lim, L. (2012). The role of empathy in anger arousal in violent offenders and university students.

International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology, 56(4), 599-613.

- Deffenbacher, J. L. ve Swaim, R. C. (1999). Anger expression in Mexican American and White non-Hispanic adolescents. *Journal of Counseling Psychology*, 46(1), 61.
- Doğan, H., Üngüren, E. ve Algür, S. (2010). Öfke ve empati ilişkisine yönelik otel zincirinde bir araştırma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(3), 277-298.
- Dökmen, Ü. (1994). İletişim çatışmaları ve empati. Remzi Kitabevi.
- Dökmen, Ü. (2009). Sanatta ve günlük yaşamda iletişim çatışmaları ve empati. Remzi Kitabevi.
- Duru, E. (2002). Öğretmen adaylarında empatik eğilim düzeyinin bazı psikososyal değişkenler açısından incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (12), 21-35.
- Eisenberg, N. ve Lennon, R. (1983). Sex differences in empathy and related capacities. *Psychological bulletin*, 94(1), 100.
- Eisenberg, N. ve Miller, P. A. (1987). The relation of empathy to prosocial and related behaviors. *Psychological bulletin*, 101(1), 91.
- Ellis, A. (1977). Psychotherapy and the value of a human being. *Handbook of rational-emotive therapy*, 1, 99-112.
- Fernandez, E. ve Johnson, S. L. (2016). Anger in psychological disorders: Prevalence, presentation, etiology and prognostic implications. *Clinical Psychology Review*, 46, 124-135.
- Filiz, A. (2009). Farklı lise türlerindeki öğrencilerin empatik eğilimleri ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Yeditepe Üniversitesi.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E. ve Hyun, H. H. (2012). How to design and evaluate research in education (7th Ed.). McGraw-Hill.
- Frijda, N. (1986). The emotions. Cambridge University Press.

- Geçtan, E. (1990). *Varoluş ve psikiyatri*. Remzi Kitabevi.
- Geçtan, E. (1999). *İnsan olmak*. Remzi Kitabevi.
- Ghanizadeh, A. (2008). Gender difference of school anger dimensions and its prediction for suicidal behavior in adolescents. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(2), 525-535.
- Granic, I. ve Butler, S. (1998). The relation between anger and antisocial beliefs in young offenders. *Personality and Individual Differences*, 24(6), 759-765.
- Halperin, E., Russell, A. G., Dweck, C. S. ve Gross, J. J. (2011). Anger, hatred, and the quest for peace: Anger can be constructive in the absence of hatred. *Journal of Conflict Resolution*, 55(2), 274-291.
- Hankins, G. ve Hankins, C. (1988). *Prescription of anger*. Warner.
- Hawkins, T. (2021). Aggression and empathy in athletes. Celebrating Scholarship and Creativity Day, Undergraduate Research. Saint John's University.
- Hoffman, M. L. (1977). Sex differences in empathy and related behaviors. *Psychological bulletin*, 84(4), 712.
- Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2004). Empathy and offending: A systematic review and meta-analysis. *Aggression and violent behavior*, 9(5), 441-476.
- Karataş, Z. (2008). Lise öğrencilerinde öfke ve saldırganlık. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(3), 277-294.
- Kaya, A. ve Siyez, M. D. (2010) KA-Sİ çocuk ve ergenler için empatik eğilim ölçeği: Geliştirilmesi geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 35(156), 110-125.
- Kırımoğlu, H., Yıldırım, Y. ve Temiz, A. (2010). A study on trait anger–anger expression and friendship commitment levels of primary school 2nd stage students who play–do not play sports. *Journal of Human Sciences*, 7(2), 682-695.

- Küçükkaragöz, H. ve Canbulat, Y. A. T. (2011). Bir grup ilköğretim öğrencisinin bazı psiko-sosyal değişkenlere göre empatik beceri düzeyleri. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(2), 88-100.
- Lamb, J. M., Puskar, K. R., Sereika, S., Patterson, K. ve Kaufmann, J. A. (2003). Anger assessment in rural high school students. *The Journal of School Nursing*, 19(1), 30-40.
- Lochman, J. E., Barry, T., Powell, N. ve Young, L. (2010). Anger and aggression. Practitioner's guide to empirically based measures of social skills, 155-166.
- Maan Diong, S., Bishop, G. D., Enkelmann, H. C., Tong, E. M., Why, Y. P., Ang, J. C. ve Khader, M. (2005). Anger, stress, coping, social support and health: Modelling the relationships. *Psychology & Health*, 20(4), 467-495.
- McCloskey, M. S., Lee, R., Berman, M. E., Noblett, K. L. ve Coccaro, E. F. (2008). The relationship between impulsive verbal aggression and intermittent explosive disorder. *Aggressive behavior*, 34(1), 51-60.
- Millî Eğitim Bakanlığı, (2018, 23 Ekim). Eğitim Vizyonu Açıklandı. Erişim adresi. meb.gov.tr/17298/tr
- Milovchevich, D., Howells, K., Drew, N. ve Day, A. (2001). Sex and gender role differences in anger: An Australian community study. *Personality and Individual Differences*, 31(2), 117-127.
- Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(17), 231-238.
- Novaco, R. W. (2010). Anger and psychopathology. International handbook of anger: Constituent and concomitant biological, psychological, and social processes, 465-497.
- Okuda, M., Picazo, J., Olfson, M., Hasin, D. S., Liu, S. M., Bernardi, S. ve Blanco, C. (2015). Prevalence and correlates of anger in the community: results from a national survey. 20(2), 130-139.
- Olmuş, G. Ö. (2001). Ergenlerin, aile içi psikolojik örüntülere göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının incelenmesi [Yayınlanmamış Doktora Tezi], Marmara Üniversitesi, İstanbul.

- Ören, N. ve Gençdoğan, B. (2007). Lise öğrencilerinin depresyon düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(1), 85-92.
- Özdemir, K., Sevimli-Güler, D., Şahin, S., Ünsal, A. ve Kuni, F. (2019). Hemşirelerde empati ve öfke kontrolünün değerlendirilmesi. *Journal of Health Science and Profession*, 6(3), 470-478.
- Özen, S., Bez, Y., Arı, M. ve Özkan, M. (2010). Examination of anger reactions and psychiatric diagnoses in terms of gender in a group of university students having difficulty with anger control. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 319-330.
- Özer, A. K. (1994). Sürekli Öfke (SL-Öfke) ve Öfke İfade Tarzı (Öfke-Tarz) Ölçekleri Ön Çalışması, *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 26-35.
- Özgür, G., Yörükoğlu, G. ve Baysan-Arabacı, L. (2011). Lise öğrencilerinin şiddet algıları, şiddet eğilim düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(2), 53-60.
- Özmen, D., Özmen, E., Çetinkaya, A. ve Akil, I. Ö. (2016). Ergenlerde sürekli öfke ve öfke ifade tarzları. *Anatolian Journal of Psychiatry/ Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 65-73.
- Öztürk, F., Koparan, Ş., Haşıl, N., EFE, M. ve Özkaya, G. (2004). Antrenör ve hakemlerin empati durumlarının araştırılması. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 19-25.
- Rehber, E. & Atıcı, M. (2007). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerine göre çatışma çözme davranışlarının incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(1), 323-342.
- Roberts, W., Strayer, J. ve Denham, S. (2014). Empathy, anger, guilt: Emotions and prosocial behaviour. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 46(4), 465-474.
- Rogers, C. R. (1975). Empathic: An unappreciated way of being. *The Counseling Psychologist*, 5(2), 2-10.

- Russell, J. A., ve Mehrabian, A. (1977). Evidence for a three-factor theory of emotions. *Journal of research in Personality*, 11(3), 273-294.
- Sağlam, E. (2020). Üniversite öğrencilerinde sürekli öfke ve öfke ifade tarzı düzeyleri ile empati ve affedicilik düzeyleri arasındaki ilişki. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Siyez, D. M. ve Tan, D. (2016). Lise öğrencilerinin öfke kontrolü ve iletişim becerilerinde çözüm odaklı psiko-eğitim programının etkisi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(41), 12-22.
- Spielberger, C. D. (1985). The experience and expression of anger: Construction and validation of an anger expression scale. *Anger and hostility in cardiovascular and behavioral disorders*, 5-30.
- Spielberger, C. D. (1988). *Manual for the State-Trait Anger Expression Inventory*. Odessa, Psychological Assessment Resources.
- Stanger, N., Kavussanu, M. ve Ring, C. (2012). Put yourself in their boots: Effects of empathy on emotion and aggression. *Journal of sport and exercise psychology*, 34(2), 208-222.
- Starner, T. M. ve Peters, R. M. (2004). Anger expression and blood pressure in adolescents. *The Journal of School Nursing*, 20(6), 335-342.
- Strayer, J. ve Roberts, W. (2004). Empathy and observed anger and aggression in five year olds. *Social Development*, 13(1), 1-13.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. ve Ullman, J. B. (2013). *Using multivariate statistics*. Pearson.
- Taner Derman, M. (2013). Çocukların empati beceri düzeylerinin ailesel etmenlere göre belirlenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 6(1), 1365-1382.
- Tathoğlu, K. & Karaca, M. (2013). Öfke olgusu hakkında sosyal psikolojik bir değerlendirme. *International Journal of Social Science*, 6(6), 1101-1123.
- Thomas, S. P. (2002). Age differences in anger frequency, intensity, and expression. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 8(2), 44-50.

- Vitaglione, G. D. ve Barnett, M. A. (2003). Assessing a new dimension of empathy: Empathic anger as a predictor of helping and punishing desires. *Motivation and Emotion*, 27, 301-325.
- Yavuzer, H. (1982). *Çocuk ve suç*. Altın Kitabevi.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2006). *Schema therapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.
- Zahn-Waxler, C., Cole, P. M., Richardson, D. T., Friedman, R. J., Michel, M. K. ve Belouad, F. (1994). Social problem solving in disruptive preschool children: Reactions to hypothetical situations of conflict and distress. *Merrill-Palmer Quarterly* (40), 98-119.
- Zirkelbach, A. L. (2005). *Examining the role of empathy training in anger management programs for young children*. Dissertations and Theses. Univeristy of Northern Iowa.