

T.C.
KÜÇÜKÇEKMECE KAYMAKAMLIĞI
İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü
Küçükçekmece Rehberlik ve Araştırma Merkezi

**LİSE ÖĞRENCİLERİNİN ÖFKE DÜZEYLERİ İLE EMPATİK EĞİLİM
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

ÖZ

Bu çalışmanın amacı, lise düzeyindeki öğrencilerin öfke ve öfke ifade tarzları ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Araştırmanın çalışma grubunu, demografik özellikleri ayırt edilmeksizin lise öğrenimine devam eden 488 11. Sınıf öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma kapsamında katılımcıların öfke ve öfke ifade tarzlarını ölçmek için *Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği (SÖÖTÖ)* kullanılmıştır. Katılımcıların empatik eğilim düzeylerinin belirlenmesi için ise *KA-Sİ Empatik Eğilim Ölçeği* Ergen Formundan yararlanılmıştır. Sonuçlar, lise öğrenimine devam eden öğrencilerin öfke düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasında bir ilişki bulunmadığını göstermektedir ($p = ,513$), ($r = -,030$).

Anahtar Kelimeler: öfke, empati, empatik eğilim, lise öğrencileri.

ABSTRACT

The purpose of this study is to reveal the relationship between high school students anger and anger expression styles and their emphatic tendency levels. The universe of the research is 488 11th grade students continuing their high school education. *The state- Trait Anger Scale and Emphatic Dispositon Scale (Adolescent Form)* have been used for collecting data. Results show that there is no relationship between the anger evels of high school students and their emphatic tendency levels. ($p = ,513$), ($r = -,030$).

Keywords: Anger, empathy, emphatic tendency, high school students.

Giriş

Öfke, engellendiğimizde ya da isteklerimizin tersini yaşamak durumunda kaldığımızda savaş veya kaç tepkisi arasındaki duygunun neticesidir (Bakan Kıracı, 2021).

Öfkenin yansıması ve yoğunluğu duyguyu yaşayan bireyin özellikleri ve yaşanan olaya göre değişkenlik göstermektedir (Zorlu, 2017). Öfke duygusu doğal bir duygu olduğundan yaşanmasının önüne geçilemez. Bu duygu, tanık olduğumuz ve yaşadığımız olaylara yansır. Öfke genellikle olumsuz şekilde yansımaktadır. Bu yüzden öfke duygusunun kişiye zararlı ya da faydalı olabilmesini belirleyen etmen, kişinin duygusunu tanıması ve kontrol edebilmesidir (Zorlu, 2017).

Thomas Gordon (2004), öfkeyi buz dağına benzetmiştir. Bu buz dağı benzetiminde birikip ifade edilmeyen duygular, buzdağının suyun altında kalan kısmı; birikmiş öfke yansıması şeklinde davranışa dönüşen kısım da buzdağının görünen kısmıdır. Buna göre kıskanma, merak, alınma ve benzeri gibi temel duyguların ifade edilmeyip bastırıldığında duygular birikerek gelecekte kızgınlık ve öfke olarak ortaya çıkacaktır.

Bu bağlamda, bireyin öfkeyi sağlıklı bir şekilde yaşaması, doğru dışsallaştırma süreçleri ile yakından ilgilidir. Öfkeli bireyin yaşadığı duyguları bastırmak yerine, yapıcı bir şekilde dışa yansıtması gerekmektedir (Özmen, 2006). Buna göre, öfkesini dışa vuran bireyi yargılamadan, empati becerileri kullanarak yaklaşmanın önemi görülmektedir (Rogers, 1983).

Rogers'a (1983) göre empati, bireyin kendini diğer insanların yerine koyarak, onun olgusal dünyasına girerek, olaylara onun gözünden bakması, o bireyin duygu ve düşüncelerini anlaması ve bunu ona ifade etmesidir.

Dökmen'e (1994) göre empati iki yönlüdür. Bunlar empatik eğilim ve empatik beceridir. Empatik eğilim, kişinin empati yapma potansiyelidir. Empatinin duygusal boyutunu ifade etmektedir. Empatik beceri, empati kurabilme davranışıdır. Empati özünde, bireyin diğer bir bireyin duygu ve düşüncelerini fark etmesi ve anlamasıdır. Empatik beceri, kişinin kendini bir başkasının yerine koyarak o birey gibi yaşaması ve karşıya yansıtması, aktarmasıdır.

Verilen bilgiler ışığında bu araştırmanın amacı, lise düzeyindeki öğrencilerin öfke ve öfke ifade tarzları ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

Yöntem

Bu araştırma, lise düzeyinde öğrenimine devam eden öğrencilerin öfke düzeylerinin empatik eğilimleri ile arasında ilişki olup olmadığını anlamak amacıyla ilişkisel tarama modelinde betimsel bir araştırma olarak yürütülmüştür. Öfke ve empatik eğilim değişkenleri arasında çift yönlü bir ilişki aranmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın örneklemini, demografik özellikleri ayırt edilmeksizin lise öğrenimine devam eden 488 11. Sınıf öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma verileri, Küçükçekmece ilçesindeki farklı lise türlerinde görev yapan psikolojik danışman/rehber öğretmenler aracılığıyla çevrimiçi anket yoluyla toplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği (SÖÖTÖ): Özgün hali 1980 ile 1983 yılları arasında geliştirilen ölçek, hem ergen hem de yetişkinlerde kullanılmak üzere ülkemizde uyarlanmıştır (Özkan Olmuş, 2001). 34 madde ve 4 alt ölçekten oluşan ölçek, 4'lü likert tipi olarak geliştirilmiştir. Ölçeğinden alt maddelerinden olan Sürekli Öfke alt testi, ölçeğin ilk 10 maddesinden oluşmaktadır ve kişinin öfkelenmesini gerektirmeyen durumlarda gösterdiği öfke ifade düzeyini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları için her alt ölçek için alfa değeri ayrı olarak hesaplanmış, buna göre Sürekli Öfke alt testi için alfa değeri .79 olarak saptanmıştır. Elde edilen değerler ölçeğin geçerli güvenilir bir ölçek olduğunu göstermekle birlikte, ölçeğin özgün haliyle de yakın değerler elde edilmiştir.

KA-Sİ Empatik Eğilim Ölçeği (Ergen Formu): Kaya ve Siyez (2010) tarafından geliştirilen ölçek, 5'li likert tipi olmak üzere 17 maddeden oluşmaktadır. Ölçek toplamında elde edilen puan, bireyin genel empati düzeyini ölçmek amacıyla kullanılmaktadır.

Ölçeğin geçerlik çalışmaları amacıyla doğrulayıcı faktör analizi uygulanmış, elde edilen yapının iyi bir model olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Güvenirli çalışmaları kapsamında Cronbach Alfa değeri hesaplanmış ve ölçeğin toplam empati düzeyi için güvenirlik katsayısı .84 olarak bulunmuştur.

Bulgular

Katılımcıların öfke düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasında karşılıklı bir ilişki olup olmadığını anlamak için korelasyon analizi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre normallik düzeyleri Tablo 1’de gösterilmiştir.

Skewness	-,800	,111
Kurtosis	,882	,221

Skewness	,403	,111
Kurtosis	-,535	,221

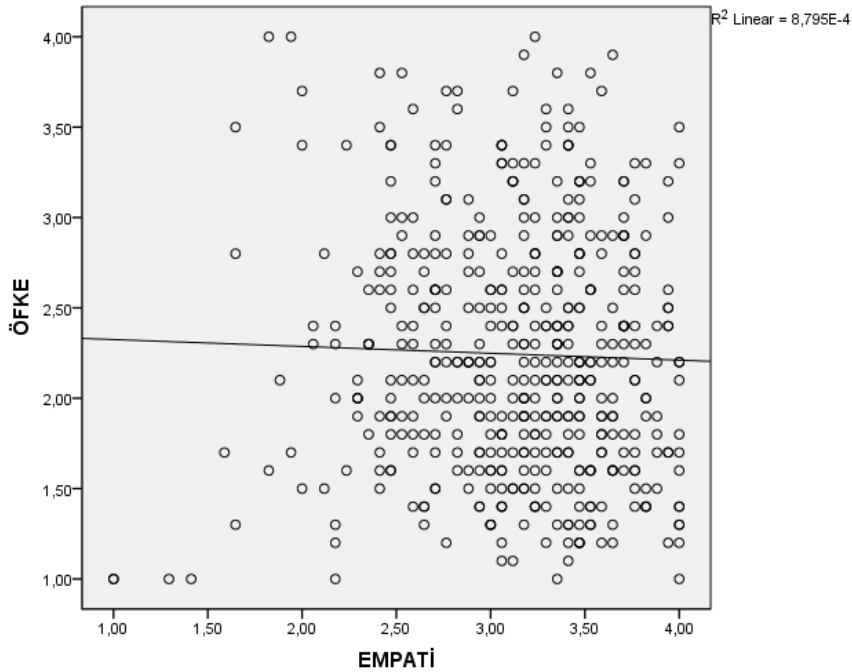
Tablo 1.

Tablo 1’ e göre, çarpıklık ve basıklık değerleri her iki değişken için de -1.5,+1.5 arasında yer aldığı için, değişkenlerin normal dağıldığı görülmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Normallik düzeyleri göz önünde bulundurularak korelasyon hesaplaması için Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 2’de gösterilmiştir.

Correlations			
		EMPATİ	ÖFKE
EMPATİ	Pearson Correlation	1	-,030
	Sig. (2-tailed)		,513
	N	488	488
ÖFKE	Pearson Correlation	-,030	1
	Sig. (2-tailed)	,513	
	N	488	488

Tablo 2.

Tablo 2' ye göre, katılımcıların öfke düzeyleri ile empatik eğilimleri arasında ($r = -,030$) anlamlı bir ilişki bulunmadığı ve p değerinin ($p = ,513$) anlamlı düzeyde ilişki ortaya koymadığı görülmüştür ($p < 0,05$).



Tablo 3.

Tablo 3'e göre, lise öğrencilerinin öfke düzeyleri ile empatik eğilimleri arasında herhangi bir ilişki olmadığı bulgusu elde edilmiştir.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma, lise öğrenimine devam eden öğrencilerin öfke duyguları ile empatik eğilim düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığını anlamlandırmak amacıyla yürütülmüştür. Çalışma sonucunda elde edilen verilere göre, bireylerin öfke düzeyleri ve öfke ifade tarzları ile empatik eğilim düzeyleri arasında karşılıklı olarak bir ilişki tespit edilememiştir.

Alanyazında yürütülen çalışmalar incelendiğinde, öfke düzeyi ve empatik eğilim arasında ilişki barındıran ve barındırmayan sonuçlara ulaşmak mümkündür. Doğan ve diğerleri (2010) tarafından otel çalışanları ile yürütülen çalışmada, katılımcıların empatik eğilimi ve öfke düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. 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).

Öğrenciler ile yürütülen çalışmalar incelendiğinde ise üniversite öğrencilerinin empati düzeylerinin düşük ya da yüksek olmasının öğrencilerin sürekli öfke düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Sağlam, 2020).

Empatik eğilim, öfke ve kızgınlık gibi duygularla negatif ilişkisi bulunan ve prososyal davranış olarak nitelendirilen bir değişken olsa da (Strayer ve Roberts, 2004) araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde, bireyin empatik eğilim düzeyinin yüksek olmasının öfke ve kızgınlık duygularını düşürdüğü anlamına gelmediği görülmektedir.

Buna göre, öfkeli bireye empati gösterilmesi ile öfke ve kızgınlık duygularına sahip bireyin empatik eğiliminin yüksek olmasının farklı sonuçlar doğurduğu görülmektedir. Yani, öfke ifade tarzlarına sahip bireyin empati düzeyini yükseltmeye çalışmak yerine, öfkeli bireye yaklaşırken empati gösterilmesinin daha doğru sonuçlar göstermesi beklenebilir.

Araştırmanın sınırlılıkları göz önünde bulundurulduğunda, katılımcıların demografik özellikleri ve cinsiyet değişkenine göre farklılıklar gösterip göstermediğini anlamak amacıyla daha detaylı çalışmaların yürütülmesi yararlı olacaktır.

KAYNAKLAR

- Bakan Kırac, İ. (2021). 12-14 yaş arasındaki ergenlerde internet bağımlılığı ile saldırganlık sürekli öfke- öfke tarzı ifade ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- 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. Sistem.
- Karaca, A. ve Açıkgöz, F. (2013). Eğitim ile empatik beceri ve empatik eğilim geliştirilebilir mi? Bir sağlık yüksekokulu örneği. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (3), 118-122.
- Kaya, A., ve Siyez, D. M. (2010). KA-Sİ Çocuk ve Ergenler İçin Empatik Eğilim Ölçeği: Geliştirilmesi geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 35(156), 110-125.
- Kuzgun, Y. (2006). İlköğretimde Rehberlik. (6. Basım). Nobel.
- 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.
- Özkan Olmuş, G. (2001). Ergenlerin aile içi psikolojik örüntülere göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının incelenmesi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özmen, A. (2006). Öfkeyle Başa Çıkma Eğitiminin ve Etkilerinin Uygulamasının İçe Yönelik Öfke Üzerindeki Etkisi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 30(2), 175-185.
- Rogers, R. (1983). Empatik olmak değeri anlaşılmamış bir varoluş şeklidir. (Çev. F. Akkoyun). *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 14, 103-124.

Sağlam, E. (2020). Üniversite đrencilerinde sürekli öfke ve öfke ifade tarzı düzeyleri ile empati ve affedicilik düzeyleri arasındaki ilişki. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Strayer, J. Ve Roberts, W. (2004) Emphaty and observed anger and agression in five year olds. *Journal of Social Developments*, 13(1), 1-13.

Zorlu, E. (2017). Öfke denetimi eğitim programının lise đrencilerinin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarına etkisi. (Yayımlanmamış Doktora tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.