

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL YETKİNLİK DÜZEYLERİ İLE SÜREKLİ ÖFKE VE ÖFKE İFADE BİÇİMLERİNİN İNCELENMESİ

Binnaz Kıran Esen* Öner Çelikkaleli**

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin sosyal yetkinlik düzeyleri ile sürekli öfke ve öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın örneklemini toplam 354 (195 kız, 159 erkek) üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Öğrencilerin sosyal yetkinlik düzeylerini belirlemek için Smith-Betz (2000) tarafından geliştirilen ve Palancı (2002) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Sosyal Öz-yeterlik Algısı Ölçeği"; sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerini belirleyebilmek için ise Spielberger ve ark. (1985) tarafından geliştirilen, Özer (1994) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği" kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, sosyal yetkinlik puanı ile sürekli öfke puanı, öfke içte puanı ve öfke kontrol puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmişken; öfke dışta puanı ile anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Diğer taraftan, sosyal yetkinlik düzeyi düşük olan öğrencilerin sürekli öfke puanı ve öfke içte puanı, sosyal yetkinlik düzeyleri orta ve yüksek olan gruplara göre daha yüksek bulunmuşken, sosyal yetkinlik düzeyleri açısından öfke dışta puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Diğer bir bulguya göre ise, sosyal yetkinlik puanı yüksek olan öğrencilerin öfke kontrol puan ortalamaları sosyal yetkinlik puanları düşük olanlara göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

ANAHTAR SÖZCÜKLER: Yetkinlik, sosyal yetkinlik, öfke, öfke ifade biçimleri, Üniversite öğrencisi

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the relationship between social self-efficacy and state-trait anger expression styles. The sample of this study was composed from 354 university students (195 female, 159 male). The data were obtained by Social Self-efficacy Scale developed by Smith-Betz (2000) and adapted Turkish by Palancı (2002), and State-Trait Anger Expression Scale developed by Spielberger, et al. (1985) and adapted to Turkish by Özer (1994). The results of the analyses indicated that, while social self-efficacy negatively correlated with trait anger, and anger-in; and it was positively correlated with anger control. Anger-out wasn't significantly correlated with social self-efficacy. Students' trait anger, anger-in, and anger control differs according to social self-efficacy levels (low, moderate, high). But, anger-out didn't differ according to social self-efficacy levels. Another words, students who scored low in social self-efficacy scale, also scored high in trait anger and anger-in than students who scored moderate and high in social self-efficacy scale. Additionally, students who scored high in social self-efficacy scale also scored in anger control than students who scored low in social self-efficacy scale.

KEY WORDS: Self-efficacy, social self-efficacy, anger, anger expression style, University students.

* Yrd. Doç. Dr. Mersin Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü binkiran2002@yahoo.com

** Arş. Gör. Mersin Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü onerckaleli@mersin.edu.tr

GİRİŞ

Toplum içerisinde bireyler, çevreleriyle sürekli iletişim ve etkileşim içerisindeyler. Sosyal çevreleri ile iletişim ve etkileşimde sağlıklı veya sorunlu olan bireylerin kendilerini birçok özellikleriyle olduğu gibi sosyal yetkinlik düzeyleriyle de farklı algıladıkları gözlenmektedir. Yetkinlik, Bandura (1997) tarafından “kişinin belirli bir davranışı başarılı bir biçimde gerçekleştirebilmek için gerekli eylemleri yapabileceğine ilişkin inançları” olarak tanımlanmıştır. Yetkinlik bir bireyin, bir davranışı yapıp yapamayacağını, davranışı başarılı bir biçimde tanımlayabilmek için ne kadar çaba harcayacağını ve karşılaştığı engeller karşısında ne kadar ısrarcı olabileceğini etkilemektedir. Bandura (1989), yetkinliğin yeterli düzeyde öğrenilmiş ve kullanımında doğallık kazanılmış günlük basit becerilerden çok, yeni becerilerin kazanılması ve düzenlenmesinde belirleyici olduğunu belirtmektedir. Ayrıca yetkinlik, bireyin başarılı ve başarısız deneyimlerini de belirleyebilmektedir (Ridgeway ve Sharpley, 1990).

Yetkinlik düzeyi kişilerin yaşamlarında önemli bazı davranışları etkilemektedir. Bunlar, seçme, karar verilen bir davranışı gerçekleştirmede çaba gösterme ve ısrar etme, düşünce kalıpları ve duygusal tepkilerle ve üretici olma ile ilgili davranışlarıdır (Bandura, 1986). Yetkinliğin en önemli alanlarından birisi olan sosyal yetkinlik, bireylerin toplumsal davranışlarını önemli ölçüde etkileyebilecek değişkenlerden birisidir. Sosyal yetkinlik Bandura (1997) tarafından “bireylerin kişilerarası etkileşim durumlarında kendi yetenekleri ile ilgili benlik inancı” olarak tanımlanmıştır.

Sosyal yetkinlik bireyin kendisini sosyal ilişkilerde başarılı olarak değerlendirmesine yardım ederek (Bandura, 1977) sosyal atılganlık, genel ilişkilerde yüksek performans, bir grup ya da faaliyete katılma, dostane tavır ve insanlardan yardım alıp verme becerileri gösterebilmelerini sağlamaktadır (Connolly, 1989). Benzer bir biçimde, Corcoran ve Mallinckrodt (2000),

sosyal yetkinlik düzeyi yüksek olan kişilerin çevrelerindeki diğer bireyler ile yaşadıkları çatışmaları çözme konusunda daha becerikli olduklarını belirtmektedirler.

Gresham (1984), kişilerin sosyal yetkinliğinin ve ya çevre üzerinde etkili olma isteğinin insan davranışlarının en önemli belirleyicilerinden biri olduğunu belirtmektedir. Ayrıca bireylerin çevreyle yaşadığı ilişki kalitesinin yüksek veya düşük olmasında da önemli bir yer tutmaktadır. Sosyal yetkinlikle ilgili yapılmış olan araştırmalarda, sosyal yetkinlik düzeyinin benlik imajı, algılanan sosyal kabulün artışı ve genel benlik değeri (Connolly, 1989); benlik saygısı (Blake ve Rust, 2000); depresyon (Jenkins, Goodness ve Buhrmester, 2002); akademik başarı (Bandura, Barbaranelli, Caprara ve Pastorelli, 2001); problem çözme becerileri (Corcoran ve Mallinckrodt, 2000) ve stres ve stresle başa çıkma becerileri (Matsushima ve Shiomi, 2003) ile ilişkili olduğu görülmektedir. Ayrıca sosyal yetkinlik beklentisinin düşük olması olumsuz otomatik düşünceleri artırmaktadır (Karahan, Sardoğan, Özkamalı ve Menteş, 2006).

Birçok psikolojik yapı ile ilişkili olduğu gözlemlenen ve birçok davranışın belirleyicisi durumunda olan yetkinlik inancının önemli boyutlarından biri olan sosyal yetkinliğin öfke ve öfke ifade biçimleri ile de ilişki göstermesi beklenmektedir (Bandura, 1986; Bandura, 1989; Bandura, Pastorelli, Barbaranelli ve Caprara 1999). Buna paralel olarak duygu, düşünce ve beklentilerini açıkça belirtme konusunda sosyal beceri yoksunluğu yaşayan bireylerin sosyal yeterliliklerinin azaldığı gözlenirken, bireylerin bu yetersizliklerinden dolayı dışarıdan gelen tahriklere yetersiz cevap verdikleri ve konuda uzun süreli düşündükleri gözlenmektedir (Alden ve Wallace, 1995). Sosyal yeterliliğin azalması, bireyin sosyal kaygısını artırmakta ve öfkesini kontrol etme yeteneklerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Weber, Wiedig, Freyer ve Gralher, 2004).

Diğer taraftan öfke normal, herkes tarafından hissedilebilen, vazgeçilemeyen, güçlü fakat kontrol edilmesi öğrenilen bir duygudur. Aynı zamanda, öfke; hem klinik hem de klinik olmayan durumlarda teşhisi kolaylaştıran bir boyut olarak görülmektedir (Parrott, Zeichner ve Evces, 2005). Kişilerin öfke yaşamasına neden olan; engellenme, haksızlığa uğrama, fiziksel incinme ve yaralanmalar, cinsel taciz, hayal kırıklığı, saldırıya uğrama ve tehdit gibi birçok faktörden söz edilebilmektedir (Kökdemir, 2004). Ayrıca, Özer (1990), büyük şehirlerdeki gürültü, trafik sıkışıklığı, mekan darlığı, ekonomik hayatın zorluklarını öfke uyandıran nedenler olarak belirtmektedir.

Araştırmalar, öfkenin fiziksel ve sözel saldırganlık (Parrott ve Zeichner, 2005), çocuklukta cinsel ve fiziksel istismara uğramış olma (Milligan ve Bernice, 2005), düşük problem çözme becerisi (Novaco, 1975; Akt: Parrott, Zeichner ve Evces, 2005), yüksek alkol kullanımı (Liebsohn, Oetting ve Deffenbacher, 1994; Demirbaş, Çelik, İlhan ve Doğan, 2003), yüksek düzeyde stres ve algılanan sosyal destek seviyesinin düşük olması (Diong ve ark., 2005) ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Sürekli öfkeli olan bireylerin, uzun süreli, çok şiddetli ve sıklıkla öfke yaşantısını geçirmiş olmalarının öfke açısından önemli bir özellik olduğu ileri sürülmektedir (Deffenbacher ve ark., 1996). Ayrıca Bilge (1997) çalışmasında demokratik baba tutumuna sahip gençlerin içe yönelik öfkelerinin otoriter, aşırı koruyucu ve kararsız baba tutumuna sahip olanlara göre daha düşük olduğunu saptamıştır.

Öfkenin ifade edilme biçimi ve kontrolü; kültürel özelliklere, bireyin beklentilerine, öğrenilmiş davranışlara, ailenin davranış biçimlerine, eğitim durumuna, yaşa ve cinsiyete göre değişmektedir (Freidman, Sears ve Carlsmiths 1993). Öfkenin fiziksel, fizyolojik, sosyal, bilişsel boyutu ve davranış/tepki boyutlarının da öfkeyi ve öfkeyi ifade etme biçimlerini etkilediğinden söz edilmektedir (Smith ve Furlong, 1998; Kısaç, 1999).

Yaşanılan öfkenin türü ve öfkenin ifade edilme biçimi beraberinde birçok değişik sonuçlar doğurabilmektedir. Öfkenin olumlu ya da olumsuz sonuçlara neden olması temel olarak, gerilim ve tahrikleri tetiklemesine ve bu tahriklerle baş edebilme yeteneğine bağlı olarak değişebilmektedir (Weber, Wiedig, Freyer ve Gralher, 2004). Öfke kontrolünde bireyler, saldırganlıktan uzak, şiddet içermeyen, kişinin kendisine ve çevresindekilere zarar vermeden, öfkesini ifade etme becerisi kazanabilmektedirler (Kökdemir, 2004). Araştırmalar, öfke kontrolünde açık iletişimin etkili olduğunu belirtmektedir (Weber ve Titzman, 2003; Akt: Weber, Wiedig, Freyer ve Gralher, 2004). Bir diğer öfke kontrol yöntemi ise bireyin “düşünme tarzını değiştirmesini” sağlayan bilişsel yeniden yapılandırma stratejisidir (Kökdemir, 2004; Weber, Wiedig, Freyer ve Gralher, 2004; Erözkan, 2006; Şahin, 2006). Bilge (1997) Danışandan Hız Alan ve Bilişsel- Davranışçı kuramları temel olarak yapılan grupla psikolojik danışmanın öfke kontrolünde etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Literatürde de görüldüğü gibi sosyal yetkinlik ile öfke arasında ilişki kurulabilmektedir. Sosyal yetkinlik düzeyi yüksek olan bireylerin, öfkeli bireylerin aksine, daha yüksek problem çözme becerisine sahip olmaları (Corcoran ve Mallinckrodt, 2000); kişilerarası stres ve stresle başa çıkma becerilerinde diğerlerine göre daha iyi olmaları (Matsushima ve Shiomi, 2003); sosyal kaçınma ve engellenme davranışı gösteren bireylerin sosyal yetkinlik düzeylerinin düşük olduğunun görülmesi (Innes ve Thomas, 1989) öfke kontrol düzeyi düşük olan bireylerin başa çıkma davranışlarından “kaçınmayı” sıklıkla kullanmaları (Diong ve ark., 2005) bu düşünceleri destekler niteliktedir.

Bu araştırmalar göz önüne alındığında sosyal yetkinlik düzeyi yüksek bireylerin sürekli öfke düzeylerinin düşük olabileceği ve öğrencilerin sosyal yetkinlik düzeylerine göre öfke-öfke ifade biçimlerinin farklılaşabileceği beklenmektedir. Bu nedenle araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin sosyal yetkinlik inanç-

ları ile sürekli öfke ve öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkiyi ve sosyal yetkinlik düzeylerine göre sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerinin farklılaşp farklılaşmadığını araştırmaktır. Bu amaç ile aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

1. Öğrencilerin sosyal yetkinlik puanları ile sürekli öfke ve öfke ifade biçimleri alt ölçekleri puanları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?
2. Öğrencilerin sosyal yetkinlik düzeylerine göre sürekli öfke ve öfke ifade biçimleri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Araştırmaya Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nin İlköğretim Bölümü (Sınıf Öğretmenliği, Fen Bilgisi Öğr., Matematik Öğretmenliği), İngilizce Öğretmenliği ve Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim dalına devam eden öğrencilerden rastgele örnekleme yoluyla belirlenen toplam 354 öğrenci katılmıştır. Araştırma grubu 195'i kız, 159'u erkekten oluşmaktadır ($\bar{X}_{(yaş)} = 23.19$; $Ss = 1.79$).

Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin elde edilmesinde "Sosyal Öz-yeterlik Algısı Ölçeği" ve "Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeği" ölçekleri kullanılmıştır.

Sosyal Öz-yeterlik Algısı Ölçeği

Smith-Betz (2000) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Palancı (2002) tarafından yapılan ölçek, üniversite öğrencileri ve ergenlerin geniş bir sosyallik tanımlaması içerisinde öz yeterlik algılarını ölçebilmeyi amaçlamaktadır. Ölçek 5'li Likert tipi bir ölçek olup, ölçekten alınan yüksek puanlar sosyal yetkinlik inancı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanma çalışmalarında bulunan iç tutarlılık katsayısı .89'dur. Test-tekrar test yöntemiyle ölçeğin güvenilirlik katsayısı ise .68 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırma kapsamında toplanan veriler ile yapılan analizde ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .92 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerlik çalışmasında Kontrol Algısı Ölçeği (Özbay-Palancı, 1999) ve Sosyal Kaygı Ölçeği (Özbay-Palancı, 2001) kullanılmıştır. Ölçeğin orijinalinde olduğu gibi Sosyal Kaygı Ölçeği ile negatif korelasyon ($r = -.59$) gösterdiği bulunmuştur. Öz-yeterlik kavramını tanımlamaya yönelik teorik tabanla uyumlu olacak şekilde Kontrol Algısı ile pozitif ($r = .40$) korelasyon gözlenmiştir.

Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeği

Spielberger (1983) tarafından geliştirilen ve Özer (1994) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarz Ölçeği'nin güvenilirlik çalışmalarında her bir alt ölçek için ayrı ayrı iç tutarlılık kat sayısı hesaplanmıştır. Buna göre; "Sürekli Öfke" boyutu için .79; "Kontrol Altına Alınmış Öfke" boyutu için .84; "Dışa Vurulmuş Öfke" boyutu için .78 ve "Bastırılmış Öfke" boyutu için ise .62'dir. Bu araştırma kapsamında toplanan veriler ile yapılan analizde iç tutarlılık katsayıları sırasıyla "Sürekli Öfke" boyutu için .79; "Kontrol Altına Alınmış Öfke" boyutu için .84; "Dışa Vurulmuş Öfke" boyutu için .72 ve "Bastırılmış Öfke" boyutu için ise .72'dir.

Yapı geçerliğini sınanan çalışmada ise araştırmaya katılan denek grupları arasındaki farklılık tek yönlü varyans analizi araştırılmıştır. Tüm alt ölçeklerde görülen farklılıklar $p < .001$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Ölçek 4'lü Likert tipi bir ölçektir. Sürekli Öfke'den alınan yüksek puanlar, öfke düzeyinin yüksek olduğunu; Kontrol Öfke ölçeğindeki yüksek puanlar öfkenin kontrol edilebildiğini; Öfke Dışta ölçeğindeki yüksek puanlar, öfkenin kolayca ifade edilebildiğini ve

Öfke içte ölçeğindeki yüksek puanlar ise öfkenin bastırılmış olduğunu göstermektedir.

Verilerin Analizi

Öğrencilerin sosyal yetkinlik ve sürekli öfke- öfke ifade tarzı puanları arasındaki ilişki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ile incelenmiştir. Ayrıca sosyal yetkinlik inanç düzeylerine göre sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerinin farklılaşıp farklılaşmadığını araştırmak için ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Sürekli bir değişken olan sosyal yetkinlik düzeyini kategorik hale getirebilmek için öğrencilerin Sosyal Öz-Yeterlik Ölçeği'nden aldıkları puanların normal dağılım gösterip göstermediklerine bakılmıştır. Daha sonra öğrencilerin aldıkları bu puanların ortalama ($\bar{X}= 87.07$) ve standart sapması ($ss=15.69$)'na göre "z puanı" saptanmak suretiyle bağlı ölçüt belirlenmiştir. Kesme puanı olarak; sosyal yetkinlik düzeyi yüksek olanlar için z puanı 1 ve üstü, düşük olanlar içinse -1 ve altı alınmıştır. Böylece sosyal yetkinlik düzeyi düşük, orta ve yüksek olarak üç gruba ayrılmıştır. Gruplar arası ortaya çıkan farkın kaynağını bulmak amacıyla Tukey HSD testi kullanılmıştır.

Bulgular

Bu bölümde araştırmada kullanılan istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Öğrencilerin Sosyal Yetkinlik Düzeyleri ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişki:

Öğrencilerin sosyal yetkinlikleri, sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarına göre n, ortalama, standart sapma, r ve p değerleri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin Sosyal Yetkinlikleri ile Sürekli Öfke ve Öfke İfade Biçimleri Arasındaki Korelasyonlar ve Anlamlılık Düzeyleri

Değişkenler	Sürekli Öfke	Öfke İçte	Öfke Dışta	Öfke Kontrol
Sosyal Yetkinlik	-.14**	-.35**	.043	.14**

n= 354, **p<.001

Tablo 1'de görüldüğü gibi, öğrencilerin sosyal yetkinlik puanları ($\bar{X}=87,07$; $ss=15,69$) ile sürekli öfke puanları ($\bar{X}=21,10$, $ss=4,91$) arasındaki korelasyon katsayısı $r= -.14$ ($p<.001$); öfke içte puanları ($\bar{X}=17,00$; $ss=3,76$) arasındaki korelasyon katsayısı $r=-.35$ ($p<.001$) ve öfke kontrol puanları ($\bar{X}=21,37$; $ss=4,49$) arasındaki korelasyon katsayısı $r= .14$ ($p<.001$) istatistiksel olarak anlamlı bulunmuşken; sosyal yetkinlik puanları ile öfke dışta puanları ($\bar{X}=16,36$; $ss=3,69$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye ($r=.043$, $p>.05$) rastlanılmamıştır. Bu bulgu, öğrencilerin sosyal yetkinlik düzeyi yükseldikçe sürekli öfke ve öfke içte düzeyinin düştüğünü, öfke kontrol düzeyinin ise yükseldiğini göstermektedir.

Öğrencilerin Sosyal Yetkinlik Düzeylerine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları:

Öğrencilerin sosyal yetkinlik düzeylerine göre sürekli öfke ve öfke ifade tarz ortalamaları üzerinde yapılan varyans analizi sonuçları Tablo. 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Sosyal Yetkinlik Düzeyleri Farklı Öğrencilerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Puanlarına İlişkin n, \bar{X} ve Ss Değerleri ve Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Öfke İfade Biçimleri	SYİD	n	\bar{X}	Ss	Öfke İfade Biçimleri	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Ortalama Kareler	F
Sürekli Öfke	Yüksek	121	20.14	4.37	Sürekli Öfke	Grup. Arası	189,16	2	94,581	3,97*
	Orta	135	21.36	4.98		Grup İçi	8343,17	351	23,770	
	Düşük	98	29.94	5.30		Toplam	8532,33	353		
Öfke İçte	Yüksek	121	15.81	3.65	Öfke İçte	Grup. Arası	363,25	2	181,628	13,72*
	Orta	135	17.05	3.33		Grup İçi	4646,74	351	13,239	
	Düşük	98	18.40	4.00		Toplam	5010,00	353		
Öfke Dışta	Yüksek	121	16.42	3.77	Öfke Dışta	Grup. Arası	1,68	2	,840	0,061
	Orta	135	16.27	3.77		Grup İçi	4822,03	351	13,738	
	Düşük	98	16.41	4.06		Toplam	4823,71	353		
Öfke Kontrol	Yüksek	121	22.29	4.48	Öfke Kontrol	Grup. Arası	224,06	2	112,033	5,70**
	Orta	135	21.36	4.38		Grup İçi	6904,71	351	19,672	
	Düşük	98	20.26	4.45		Toplam	7128,78	353		

*p<.05 **p<.001

Tablo. 2 incelendiğinde, öğrencilerin sosyal yetkinlik düzeylerine göre sürekli öfke ve öfke ifade tarz ortalamaları üzerinde yapılan varyans analizi sonucunda sosyal yetkinlik düzeyi düşük, orta ve yüksek olan öğrencilerin sürekli öfke ($F_{(2-251)} = 3.98$, $p < .05$), öfke içte ($F_{(2-251)} = 13.72$, $p < .01$) ve öfke kontrol ($F_{(2-251)} = 5.70$, $p < .01$) puan ortalamaları arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir. Diğer ifadeyle, sosyal yetkinlik düzeyi yükseldikçe öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerinden öfkeyi içe atma düşmektedir; sosyal yetkinlik düzeyi yükseldikçe öfke kontrol düzeyi de yükselmektedir. Son olarak da sosyal yetkinlik düzeylerine göre öfkeyi dışa yansıtmada farklılaşmamaktadır.

Öğrencilerin sosyal yetkinlik düzeylerine göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzları puan ortalamaları arasındaki farklılığın kaynağını bulmak için verilere Tukey HSD testi uygulanmıştır. Bulgulara göre, sürekli öfke düzeyi açısından ele alındığında, sosyal yetkinlik düzeyi düşük ve yüksek olan öğrenciler arasında sosyal yetkinlik düzeyi yüksek öğrenciler lehine anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($I-J = 1,7983$; $p < .019$). Öfke içte düzeyi açısından ele alındığında, sosyal yetkinlik düzeyi yüksek ve orta olan öğrenciler arasında sosyal yetkinlik düzeyi yüksek olan öğrenciler lehine anlamlı

bir fark olduğu ($I-J = -1,2419$; $p < .018$); ayrıca sosyal yetkinlik puanı yüksek ve düşük öğrenciler arasında aynı şekilde sosyal yetkinlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin lehine anlamlı bir fark bulunmuştur ($I-J = -2,5850$; $p < .000$). Öfke kontrol düzeyi açısından ele alındığında ise, sosyal yetkinlik düzeyi yüksek ve düşük olan öğrenciler arasında sosyal yetkinlik düzeyi yüksek olanlar lehine anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($I-J = 2,0342$; $p < .002$).

TARTIŞMA

Bulgular incelendiğinde görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin sosyal yetkinlik düzeyleri ile sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerinden öfke içte ve öfke kontrolü puanları arasında anlamlı bir ilişki vardır. Literatür incelendiğinde sürekli öfke ve öfke ifade biçimleri ile sosyal yetkinlik düzeyinin bir arada incelendiği herhangi bir çalışmaya ulaşılamamasına rağmen her iki değişkenin ayrı ayrı aynı psikolojik yapılarla incelendiği araştırmalara rastlanılmıştır.

Yukarıda belirtilen bu bulgu, Bandura'nın (1989) "Yetkinlik inancı ile stres ve kaygı arasında ilişki olduğu" bulgusuyla paralellik göstermektedir. Çünkü stres ve kaygı düzeyi öfke düzeyini ve öfke ifade biçimini

belirleyen en önemli faktörlerden biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Bunun dışında sosyal yetkinlik düzeyi ile psikolojik yapılar arasında bir ilişkinin olduğu yönündeki diğer bulgular da bu araştırmanın bulgusunu destekler niteliktedir. Bu konuda yapılmış araştırmalarda, sosyal yetkinlik düzeyinin depresyon (Muris, 2001), sosyal anksiyete bozukluğu (Gaudiano ve Herbert, 2003; Kashdan ve Roberts, 2004), ebeveyn-çocuk bağlanma biçimleri (Coleman, 2003), kişilerarası ilişkilerdeki stres (Matsuma ve Shiomi, 2003) ve iyi olma hali (well-being) (Bradley, 2001) ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Öfke ve diğer psikolojik yapılar arasındaki ilişkiye yönelik diğer çalışmalar incelendiğinde ise, öfke ile suçluluk, kaygı, üzüntü ve depresyon arasında (Hains, 1992; Seidlitz, 2000; Akt. Yılmaz, 2004) ve yüksek düzeyde stres ve algılanan sosyal desteğin düşük olması (Diong ve ark., 2005) ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu araştırma sonuçları da göstermektedir ki benzer psikolojik yapılarla ilişkili oldukları gözlenen sosyal yetkinlik ile öfke ve öfke ifade biçimleri arasında da ilişki vardır. Diğer bir deyişle bir çok davranışını diğerlerine göre daha etkili bir biçimde kontrol altında tutabileceğine inanan sosyal yetkinlik düzeyi yüksek olan bireylerin öfkelerini de kontrol altında tutabilecekleri sonucuna varılabilir. Çevreyle olumlu ilişkiler girebilme, bu ilişkilerini sürdürebilme ve yeni ilişkilere başlayabilme davranışlarında kendilerine olan güvenleri düşük olan kişilerin öfkelerini de başkalarıyla paylaşma veya yansıtma konusunda da problemler yaşamaları beklenebilir. Başarılı sosyal yaşantılar geçiren kişilerin yaşadıkları problemleri de başarılı bir biçimde çözebilmeleri onların aynı zamanda sürekli öfkelerini de azaltabilmektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu ise, öğrencilerin sürekli öfke, öfke içte ve öfke kontrolünün sosyal yetkinlik düzeylerine göre farklılaşıyor olmasıdır. Sosyal yetkinlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin sürekli öfke puanları ve öfkelerini içte atmaları sosyal yetkinlik düzeyi düşük olanlara göre azalırken; öfke kontrolünün

daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu bulgu, Bandura'nın (1986) Sosyal-Bilişsel Öğrenme Kuramı'yla paralellik göstermektedir. Çünkü, Bandura'ya göre kişilerin yetkinliğini etkileyen dört önemli kaynaktan söz etmek mümkündür. Bunlar, başarılı performanslar, dolaylı öğrenme, sözel ikna ve fiziksel/psikolojik durumdur. Buna göre, sosyal yaşantı açısından başarılı işler yapmış, çevresinde gözlemleyebileceği uygun rol modelleri olan, kendisine sözel olarak destek olan kişilere sahip ve fiziksel ya da psikolojik olarak herhangi bir engelleyici durumu söz konusu olmayan bireylerin sosyal yetkinlik düzeyleri de yüksek olacaktır. Sosyal yetkinlik düzeyi yüksek olan kişilerin diğerleriyle yaşadıkları çatışmaları çözme konusunda diğerlerinden daha becerikli oldukları (Corcoran ve Mallinckrodt, 2000), stres düzeyinin azaldığı ve başa çıkma becerilerinin arttığı (Matsuma ve Shiomi, 2003) görülmektedir. Schunk (1991) da sosyal yetkinlik düzeyi yüksek kişilerin sosyal ilişkiler ve sosyal beceriler geliştirmede diğerlerinden daha etkili olduğunu belirtmektedir. Cappara ve Stea (2005) ise kendini yetkin görme ile sosyal ilişkilerde başarılı olma ve yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki olduğunu ileri sürmektedirler (Akt: Karahan, Sardoğan, Özkamalı ve Menteş, 2006). Çevresiyle sürekli iletişime giren bireyler yaşadıkları olumsuz durumlara öfkelenmek yerine bu durumu çözmeye yönelik çabalar içine girmeleri beklenir. Böylece kendilerini ifade edebilme yeteneklerini kullanarak sorunları muhatapları ile paylaşarak rahatladıkları için bunu başaramayanlardan daha az öfke yaşadıkları düşünülebilir.

Ayrıca bu çalışmada, öğrencilerin sosyal yetkinlik düzeylerine göre öfke dışta puanının farklılaşmadığı görülmüştür. Sosyal yetkinlik puanları ile öfke dışta puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin bulunmaması da buna paralel bir bulgudur. O'Rourke ve Worzby (1996) çocukların öfkelerini bazen zararlı ve yıkıcı yollarla ifade edebildiklerini belirtmektedirler. Bu tür olumsuz davranışlar çocuğu öfkeliendiren durumla açıklanıp, davranışı onaylandığında, şiddet içeren

davranış sosyal açıdan kabul edilebilir hale gelebilmektedir (Akt: Şahin, 2006). Çocukluktan başlayan bu tür öğrenmeler daha sonraki yıllarda da öfkenin sağlıklı bir şekilde dışa vurumu olarak yorumlanıp süreklilik kazanabilir. Öğrencilerin öfkelerini dışa yansıtmaları, sosyal yetkinlik düzeylerini etkileyen farklı faktörlerin olabileceğinin de bir göstergesidir. Bireyler öfkelendikleri zaman gösterdikleri olumsuz tepkilerin sağlıklı bir dışa vurum olduğunu düşündüklerinden dolayı kendilerini sosyal yetkinlik açısından da yeterli görebirler. Ayrıca, öfkelerini olumsuz da olsa bir türlü ifade etme fırsatı buldukları için diğer bireylerle etkileşim içinde olduklarını düşünebilirler.

Sonuç olarak, sosyal yetkinlik ile sürekli öfke ve öfke ifade biçimleri arasında bir ilişki olduğu ve bireylerin sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerinin sosyal yetkinlik düzeylerine göre farklılaştığı görülmektedir. Bu nedenle yapılan deneysel çalışmalarda sosyal yetkinlik düzeyinin yükseltilebildiği bilgisinden yola çıkarak okullarda çalışan psikolog/psikolojik danışmanların grupta veya bireysel psikolojik danışma çalışmaları yaparak öğrencilerinin sosyal yetkinlik düzeylerini yükselterek onların öfkelerini kontrol altında tutmaları ve öfkelerini olumlu bir biçimde ifade etmelerini sağlayabilirler. Bu konuda çalışacak araştırmacıların, depresyon, benlik saygısı, kontrol odağı, akran baskısı, risk alma, sosyal destek ve problem çözme davranışlarının sürekli öfke ve öfke ifade biçimleri ve sosyal yetkinlik arasındaki ilişkilerin ortaya konulmasını amaçlayan araştırmalar yapmaları önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Alden, L. E. ve Wallace, S. T. (1995). Social phobia and social appraisal in successful and unsuccessful social interactions. *Behavior Research and Therapy*, 33, 497-505.

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, N. J. Prentice Hall.

Bandura, A. (1984). Recycling misconceptions of perceived self-efficacy. *Cognitive Theory and Research*. 8 (4), 231-255.

Bandura, A. (1986). *Social foundation of thought and action: A social theory*. Englewood Cliffs, Nj: Prentice Hall.

Bandura, A. (1989). Regulation of cognitive process through perceived self-efficacy. *Developmental Psychology*, 25 (5), 729-735.

Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive theory. *American Psychologist*, 44, (9), 1175-1184.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.

Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V. ve Pastorelli, C. (2001). Multifaceted impact of self-efficacy beliefs on academic functioning. *Child Development*, 76, 1206-1222.

Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G., V. ve Pastorelli, C. (1999). Self-efficacy pathways to childhood depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 1110-1119.

Bilge, F. (1997). Danışandan hız alan ve bilişsel davranışçı yaklaşımlarla yapılan grupta psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin kızgınlık düzeyleri üzerindeki etkileri, *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (8), 9-16.

Bilge, F. (1997). Eğitim Bilimleri öğrencilerinin sürekli kızgınlık düzeyleri ve kızgınlıklarını ifade biçimlerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi, *Hacettepe Üni. Eğitim Fak. Dergisi*, 13, 75-80.

- Blake, T. R. ve Rust, J. O. (2000). Self-esteem and self-efficacy of college students with disabilities. *College Student Journal*, 36 (2), 214-226.
- Bradley, R. H. (2001). Home environment and behavioral development during early adolescence: The mediating and moderating roles of self-efficacy beliefs. *Merrill-Palmer Quarterly*, 47 (2), 165-187.
- Coleman P., K. (2003). Perceptions of parents' child attachment social self-efficacy and peer relationships in middle childhood. *Infant and Child Development*, 12, 351-368.
- Connolly, J. (1989). Social Self-efficacy in adolescence: Relations with self-concept, social-adjustment and mental health. *Canadian Journal of Behavior Science Review*, 21 (3), 258-269.
- Corroran, K. O. ve Mallinckrodt, B. (2000). Adult attachment, self-efficacy, perspective taking and conflict resolution. *Journal of Counseling and Development*, 78, (4), 473.
- Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Thwaites, G. A., Lynch, R. S., Baker, D. A., Stark R. S., ve ark. (1996). State trait anger theory and the inutility of the trait anger scale. *Journal of Counseling Psychology*, 43, 131-148.
- Demirbaş, H., Çelik, S., Özgür-İlhan, İ. ve Doğan, Y. B. (2003). An examination of suicide probability in alcoholic in patients. *Alcohol and Alcoholism*, 38 (1), 67-70.
- Diong, S.M., Bishop, G.D., Enkelmann, H.C., Tong, E.M.W., Why, Y.P., Ang, J.C.H., ve ark. (2005). Anger, stress, coping, social support and health: Modelling the relationships. *Psychology & Health*, 20(4), 467-496.
- Erözkan, A. (2006). Öfke ile başa çıkma: Bilişsel Davranışçı terapilere dayalı bir program, *Milli Eğitim*, 171, 55- 66.
- Freidman, J. L., Sears, D. O., Carlsmith, J. M. (1993). *Sosyal psikoloji*. (Çev. Ali. Dönmez). Ankara: İmge.
- Gaudiano, A. B. ve Herbert, D. F. (2003). Preliminary psychometric evaluation of a new self-efficacy scale and its relationship to treatment outcome in social anxiety disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 27 (5), 537-555.
- Gresham, F. M. (1984). Social skills and self-efficacy for expectation children. *Expectation Children*, 51 (3), 158-269.
- Hains, A. A. (1992). Comparison of cognitive-behavioral stress management techniques with adolescent boys. *Journal of Counseling & Development*, 70(5), 600-606.
- Innes, J. M. ve Thomas, C. (1989). Attribution style, self-efficacy and social avoidance an inhibition among secondary school students. *Personality and Individual Differences*, 10 (7), 757-762.
- Jenkins, S. R., Goodness, K. ve Buhrmester, D. (2002). Gender differences in early adolescents' relationship qualities, self-efficacy, and depression symptoms. *Journal of Adolescence*, 22 (3), 277-33.
- Karahan, T. F., Sardoğan, M. E., Özkamalı, E. ve Menteş, Ö. (2006). Lise öğrencilerinde sosyal yetkinlik beklentisi ve otomatik düşüncelerin, yaşanan sosyal birim ve cinsiyet açısından incelenmesi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (26), 35- 45.
- Kashdan, T. B. ve Roberts, J. E. (2004). Social anxiety's impact on affect, curiosity, and social self-efficacy during a high self-focus social threat situation. *Cognitive Therapy and Research*, 28 (1), 119-141.
- Kısaç, İ. (1999). Üniversite öğrencilerinin sürekli öfke ve öfke ifade biçimi düzeyleri. *Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Dergisi*, 1 (1), 63-74.
- Kökdemir, H. (2004). Öfke ve öfke kontrolü. *Pivolka*, 3 (12), 7-10.
- Liebsohn, M. T., Oetting, E. R. ve Deffenbacher, J. L. (1994). Effects of trait anger on alcohol consumption and consequences. *Journal of Child and Adolescent Substance Abuse*, 3, 17-32.

Matsushima, R. ve Shiomi, K. (2003). Social self-efficacy and interpersonal stress in adolescence. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 31, 323-332.

Milligan R.-J. ve Bernice, A. (2005). Suicidal and other self-harming behaviors in offender women: The role of shame, anger and childhood abuse. *Legal & Criminological Psychology*, 10 (1), 13-26.

Muris, P. (2001) A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youths. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23, (3).

Özer, A. K. (1990). *Duygusal gerilimle başedebilme. "Ben" değeri tiryakiliği*. İstanbul: Varlık Yayınları A. Ş.

Özer, A. K. (1994) Sürekli öfke (SL-ÖFKE) ve öfke ifade tazı (ÖFKE-TARZ) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 31, 26-35.

Palancı, M. ve Özbay, Y. (2003) *Üniversite öğrencilerinde sosyal anksiyetenin kontrol algısı, sosyal öz-yeterlik, incinebilirlik ve başaçıkma davranışları ile yordanabilirlik* m. veTna-

INVESTIGATION OF RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SELF-EFFICACY AND STATE, AND TRAIT ANGER EXPRESSION STYLES OF UNIVERSITY STUDENTS'

Binnaz Kıran Esen* Öner Çelikkaleli**

All individuals in a society continuously communicate and interact with the environment. People being healthy or troublesome about the communication and interaction with the environment are observed that they perceive themselves different from their social self-efficacy.

According to Bandura (1977) self-efficacy is “a person’ beliefs in the ability to organize and execute a course of action required to achieve a goal”. Self-efficacy affects an individual whether display an act or not, how much effect she/he will spend in order to be able to complete a behavior, and how she/he will insist on the difficulties she/he meet.

Social self-efficacy one of the most important dimensions of self-efficacy can have a noteworthy effect on people’s behaviors in society. Bandura (1997) defines social self-efficacy as personality belief of individuals related to their abilities while interacting with others.

On the other hand, it was observed that the individuals having trouble in expressing their thought, emotions and expectations were not strong in their social abilities, too (Alden and Wallace, 1995). It was also studied that they as a result of the disabilities of those people they were inadequate answering against provocation that they exposed to and they consider on that topic for a long time. Such as situation causes the social anxiety of o person to increase and affects the

ability of controlling anger in a negative way (Weber, Wiedig, Freyer ve Grahler, 2004).

Physical hurt or injury sexual disturbance, disappointment, threat, attack or injustice can be shown as the reason of anger (Kökdemir, 2004). Also, Özer (1990) states that noise, traffic jam, financial problems, insufficiently of fields in big cities can be other reason of anger.

Individuals who have high social self-efficacy which is thought to be related to state-trait state anger expression style are more successful at problem solving (Corcoran ve Mallinckrodt, 2000) and relationship with people (Matsushima and Shiomi, 2003) in contrast to anger. However, people having social avoidance and obstructed have low social self-efficacy (Innes and Thomas, 1989), and people having low anger control level frequently obtain from controlling behaviors (Diong and et al, 2005). All of those depending on the literature support that foresight.

METHODS

Participants

Totally 254 students (195 female, 159 male) studying different departments of Faculty of Education in Mersin University joined that research.

* Yrd. Doç. Dr. Mersin Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü binkiran2002@yahoo.com

** Arş. Gör. Mersin Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü onerckaleli@mersin.edu.tr

Measures

The Social Self-Efficacy Scale developed by Smith-Betz (2000) and adapted Turkish culture by Palancı (2002) was used in order to find out the students social self-efficacy levels.

It was found out for Cronbach Alpha internal consistency co-efficient as .89 and for test-retest correlation coefficient as .68 in the adaptation studies of the scale to Turkish. Social Anxiety Scale was used for the scale dependant validity of scale as it was in the scale and the scales negatively correlated ($r = -.59$). However, the scale positively correlated with the Control Anxiety Scale ($r = .40$). According to the analyses made on the data collected present study, internal consistency co-efficient was .92.

State-Trait Anger Expression Style Scale developed by Spielberger, Johnson, Russel, Crose, Jacobs, and Warsaw (1985) and adopted Turkish culture by Özer (1994) was used in order to established state-trait anger expression styles of students.

All calculations for subscale of the scale were made in the reliability studies of the scale. Those were established for “trait anger” as .79; for “anger control” as .84; “anger-out” as .78; for “anger-in” as .62. As a result of the analysis made on collected data for that study internal consistency co-efficient was for “trait anger” as .79; for “anger-control” as .84; for “anger-out” as .72; and for “anger-in” as .72.

In validity studies of scale, however, trait anxiety, list of depressive aspect, correlations of Anger Inventory of State-Trait Anger Expression Style were calculated, and the correlations were estimated and meaningful.

Analyses of Data

The correlation between Social Self-Efficacy Scale and State-Trait Anger Expression Style Scale scores of students was examined by using Pearson Product Moment Correlations. Furthermore, in order to investigate whether or not state-trait anger expression styles differ according to social self-efficacy levels (low, moderate, and high), ANOVA was administered to the data. Tukey HSD test was conducted also, in order to find out the source of differences existing as a result of the analyses.

RESULTS

Social self-efficacy scores negatively correlated with trait anger scores ($r = -.14$; $p < .01$), and anger-in scores ($r = -.35$; $p < .01$); and it was positively correlated with anger-control scores ($r = .14$; $p < .01$). Anger-out scores weren't significantly correlated with social self-efficacy scores. Another word, social self-efficacy of students was significantly correlated with trait anger, anger-in, and anger-control. The variance analyses made in order to discover state-trait state anger expression styles whether differ or not according to social self-efficacy levels of students showed that there was a meaningful difference among the scores averages of trait anger ($F_{(2,251)} = 3.98$; $p < .05$), anger-in ($F_{(2,251)} = 13.72$; $p < .01$), and anger-control ($F_{(2,251)} = 5.7$; $p < .01$) of the students whose self-efficacy levels were low, moderate and high. Anger-out didn't differ according to social self-efficacy levels.

DISCUSSION

The findings of that study are parallel to finding of Bandura (1989) who states “the relationship between the self-efficacy belief and stress and anxiety”. Furthermore, the finding of the relationship between self-efficacy level and other psychological situation support the relationship between social self-efficacy and state-trait anger expression style. Therefore, individuals feeling themselves socially efficient are expected to be more successful at controlling their anger than others as they are many psychological problems of them.

High social self-efficacy levels means having positive relationship with environment, ability to continue these relationship and ability to being new connections. Also, improving the ability of controlling the problems they meet provides individuals’ solving problems more easily and getting less anger.

Consequently, it was observed that, there was a relationship between social self-efficacy and state-trait anger expression styles, and state-trait anger expression styles differ according to their social self-efficacy levels. As a result, it would be possible to increase the social self-efficacy level and to make positive the anger expression style that con hurt students by paying attention to those results for coming studies.