

**LİSE ÖĞRENCİLERİNDE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ İLE
İLİŞKİSEL SALDIRGANLIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE**

AFFETMENİN ARACI ROLÜ:

KARMA DESEN ÇALIŞMASI

DOKTORA TEZİ

Mehmet ŞAHAN

Eskişehir 2023

**LİSE ÖĞRENCİLERİNDE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ İLE İLİŞKİSEL
SALDIRGANLIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE AFFETMENİN ARACI ROLÜ:
KARMA DESEN ÇALIŞMASI**

Mehmet ŞAHAN

DOKTORA TEZİ

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Esra CEYHAN

Eskişehir

Anadolu Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Temmuz 2023

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Mehmet ŞAHAN'ın "Lise Öğrencilerinde Duygu Düzenleme Güçlüğü İle İlişkisel Saldırganlık Arasındaki İlişkide Affetmenin Aracı Rolü: Karma Desen Çalışması" başlıklı tezi 20/06/2023 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından değerlendirilerek "Anadolu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği"nin ilgili maddeleri uyarınca, Eğitim Bilimleri Anabilim dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programında Doktora tezi olarak kabul edilmiştir.

Unvanı Adı Soyadı

İmza

Üye

Üye

Üye

Üye

ÖZET

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ İLE İLİŞKİSEL SALDIRGANLIK ARASINDAKİ İLİŞKİDE AFFETMENİN ARACI ROLÜ: KARMA DESEN ÇALIŞMASI

Mehmet ŞAHAN

Eğitim Bilimleri (Psikolojik Danışma ve Rehberlik) Anabilim Dalı
Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Temmuz 2023
Danışman: Prof. Dr. Esra CEYHAN

Bu araştırmanın amacı, ergenlerde duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolünü içeren hipotetik modelin test edilmesidir. Bunun yanında aracılık modeline ilişkin derinlemesine bilgi elde etmek amacı ile ergenlerin ilişkisel saldırganlık ile ilgili görüşlerini belirlemek de amaçlanmaktadır. Araştırmada açıklayıcı sıralı karma yöntem çerçevesinde nicel ve nitel araştırma yöntemleri işe koşulmuştur. Araştırmanın ilk aşamasındaki nicel kısmında 1012 lise öğrencisinden veri toplanmıştır. Nitel aşama ise nicel aşamaya katılan ve nitel araştırma için gönüllü olan 15 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Nicel veriler temel aracılık modellemesi ile nitel veriler ise betimsel analiz ile incelenmiştir.

Araştırma sonuçlarına göre, duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetme ve affetmenin alt boyutları olan affetme bileşenleri, empati kurma, öfkeyi sürdürme ile intikam almanın kısmi aracı rolü olduğu sonucuna varılmıştır. Bu bulguları, destekler nitelikte katılımcılar arkadaşlarına zarar vermek ya da incitmek istediklerinde; duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutları olan duygu düzenleme stratejilerine sınırlı erişim ve olumsuz duygular karşısında yeni davranış geliştirme de zorluklar yaşadığı ve affetme çabasında olmadığı ve bu yüzden dışlama, geçiştirme, yalnızlaştırma ve dedikoduya yönelik ilişkisel saldırganlık davranışları sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak tüm bu bulgular ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü yaşamasının ilişkisel saldırganlık için risk faktörü olurken affetmenin ise koruyucu bir faktör olduğuna işaret etmektedir.

Anahtar Sözcükler: İlişkisel saldırganlık, Duygu düzenleme güçlüğü, Affetme, Lise öğrencileri

ABSTRACT

THE MEDIATING ROLE OF FORGIVENESS IN THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTION REGULATION DIFFICULTY AND RELATIONAL AGGRESSION IN HIGH SCHOOL STUDENTS: MIXED METHOD STUDY

Mehmet ŞAHAN

Department of Educational Sciences (Psychological Counseling and Guidance)
Anadolu University, Graduate School of Educational Sciences, July 2023
Supervisor: Prof. Dr. Esra CEYHAN

This study aimed to test the hypothetical model of the mediation roles of forgiveness on the relationship between emotion regulation difficulty and relational aggression of adolescents. In addition, it is also aimed to determine the views of adolescents on relational aggression in order to obtain in-depth information about the mediation model. In the research, quantitative and qualitative research methods were used within the framework of explanatory sequential mixed method. In the quantitative part of the study, data were collected from 1012 high school students. The qualitative stage was carried out with 15 participants who participated in the quantitative stage and volunteered for qualitative research. The quantitative data were analyzed via basic mediation modeling whereas the qualitative data were analyzed via the descriptive analysis.

According to the results of the research, it was concluded that forgiveness and the sub-dimensions of forgiveness, which are the components of forgiveness, empathizing, maintaining anger and revenge have a partial mediator role in the relationship between emotion regulation difficulty and relational aggression. In support of these findings, when the participants wanted to harm or hurt their friends; It has been concluded that since they have limited access to emotion regulation strategies, which are the sub-dimensions of emotion regulation difficulties, and they have difficulties in developing new behaviors in the face of negative emotions, they do not try to forgive, and thus they exhibit relational aggression behaviors towards exclusion, glossing over, isolating, and gossip. In conclusion, all these findings point out that while adolescents' having difficulty in emotion regulation is a risk factor for relational aggression, but forgiveness is a protective factor.

Keywords: Relational aggression, Emotion regulation difficulty, Forgiveness, High school students.

ÖNSÖZ

Bitti, bitecek, bitmiyor derken bu yolculuğun sonuna geldim. Rüzgârın hayatta bazen tersten estiği zamanlar oldu. Alabora olup batmakta vardı bu yolculukta. Hayata bu yüzden daha hazırlıklı olmalıyız. İyi niyetlerle başladığımız bu yolculuk düşündüğümüz kadar güzel ilerlemeyebilir. Mücadeleyi bırakmadan varmak istediğimiz yere doğru çabalamaya devam etmeliyiz. Eninde sonunda hayat bize ektiğimizi verecektir. Aslolan içinde bulunduğumuz koşullara uyum sağlayabilmek olmalı. Şartlar zor, mevsim kış olsa bile yüzünü gösterdiğinde içimizi ısıtan, yokluğu ise donduran, kış güneşinin değerini bilmek gerekiyor. Kaybetmeden önce elimizdekilerin kıymetini bilerek hayatı yaşamalıyız.

Doktora süreci boyunca hayatımda farklı zorluklar yaşadım. Yaşadığım maddi manevi kayıplar beni bugün bulunduğum bu noktaya getirdi. Düştüğüm yerlerden bir şekilde kalkıp yola devam etmek gerektiğini ve kış güneşinin değerini öğrendim. Bu süreçte en büyük destekçim ve bir tez danışmanından çok daha fazlası olan hocam, Prof. Dr. Esra CEYHAN sabrı, anlayışı, hoşgörüsü, desteği için çok teşekkür ederim. Danışman öğrenci rollerimizden önce insan olduğumuzu her zaman hatırlatarak bu zahmetli yolda beni hiç yalnız bırakmadı. Beni buraya kadar taşıdığı için kendisine şükranlarımı sunuyorum.

Tezin şekillenmesinde büyük bir emeği olan değerli hocam Dr. Öğretim Üyesi Yıldız KURTYILMAZ'a bıkmadan verdiği dönütler için sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Tez izleme sürecinde verdiği değerli katkıları için Prof. Dr. Atilla CAVKAYTAR'a teşekkür ederim. Bunun yanında tez savunma sürecinde teze yaptıkları değerli dokunuşlar için Dr. Öğretim Üyesi Muhammet Fatih YILMAZ, Dr. Öğretim Üyesi Zerrin BÖLÜKBAŞI MACİT ve Dr. Öğretim Üyesi Meral ÖREN'e teşekkür ediyorum.

Doktora sürecinin başında tanıştığımız kıymetli arkadaşım Dr. Öğretim Üyesi Asiye DURSUN BUDAK'a sadece teze değil bana olan katkıları için de teşekkür ederim. İçtenlikle sorduğum tüm sorulara cevap verdiği ve aklın yaşta değil başta olduğunu bir kez daha gösterdiği için teşekkür ediyorum. Yıllarca ismini duyduğum ama çok geç

tanıştığım tezin bitmesi konusunda beni sürekli olarak motive etmeye çalışan güzel insan Çiğdem SANDIKÇI'ya da teşekkürü bir borç bilirim.

Son olarak dünümü ve bugünümü borçlu olduğum Mehtap ŞAHAN'a teşekkür ediyorum. Vermiş olduğun destek ve varlığın benim bugün olduğum kişiye dönüşmemi sağladı. Hayatıma girdiğin günden beri düşüncelerin benim için hep öncelikli oldular. Hayata nasıl bakmam gerektiğini bana öğrettiğin ve bana kattıkların için sana teşekkür ediyorum. İyi ki vardın.

Mehmet ŞAHAN

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilemeyen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; bu çalışmamın Anadolu Üniversitesi tarafından kullanılan “bilimsel intihal tespit programı”yla tarandığını ve hiçbir şekilde “intihal içermediğini” beyan ederim. Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara razı olduğumu bildiririm.

Mehmet ŞAHAN

İÇİNDEKİLER

Sayfa

BAŞLIK SAYFASI.....	I
JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI.....	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT.....	iv
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	8
1.3. Araştırmanın Önemi	9
1.4. Sınırlılıklar	13
1.5. Tanımlar	14
2. ALANYAZIN	15
2.1. İlişkisel Saldırganlığa İlişkin Kuramsal Açıklamalar.....	15
2.1.1. Saldırganlık.....	15
2.1.2. İlişkisel saldırganlık	16
2.1.3. İlişkisel saldırganlığa ilişkin kuramsal açıklamalar	18
2.1.3.1. Sosyal bilgi işleme modeli	18
2.1.4. Ergenlik döneminde ilişkisel saldırganlık.....	20
2.2. Duygu Düzenleme Güçlüğüne İlişkin Kuramsal Açıklamalar	22
2.2.1. Duygu düzenleme	22
2.2.2. Duygu düzenleme ile ilgili kuramlar	25

2.2.2.1. <i>Psikanalitik yaklaşım</i>	25
2.2.2.2. <i>Stresle başa çıkma kuramı</i>	26
2.2.2.3. <i>Duygu düzenleme süreç modeli</i>	27
2.2.3. <i>Duygu düzenleme stratejileri</i>	28
2.2.4. <i>Duygu düzenleme gücü</i>	30
2.3. <i>Affetmeye İlişkin Kuramsal Açıklamalar</i>	32
2.3.1. <i>Affetme</i>	33
2.3.2. <i>Affetme ile ilişkili kavramlar</i>	34
2.3.3. <i>Affetmeyi kolaylaştıran ve zorlaştıran etmenler</i>	36
2.3.4. <i>Affetme modelleri</i>	38
2.3.4.1. <i>Affetmenin süreç modeli</i>	38
2.3.4.2. <i>REACH affetme modeli</i>	40
2.3.4.3. <i>Affetmenin sosyal, psikolojik belirleyicileri modeli</i>	41
2.3.4.4. <i>Bütünleştirilmiş affetme modeli</i>	41
2.4. <i>İlgili Araştırmalar</i>	43
2.4.1. <i>İlişkisel saldırganlığa yönelik araştırmalar</i>	43
2.4.2. <i>İlişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme gücü arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar</i>	46
2.4.3. <i>İlişkisel saldırganlık ile affetme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar</i>	49
2.4.4. <i>Duygu düzenleme gücü ile affetme ilişkisini inceleyen araştırmalar</i>	50
3. <i>YÖNTEM</i>	52
3.1. <i>Araştırma Modeli</i>	52
3.2. <i>Katılımcılar</i>	54
3.2.1. <i>Nicel aşamadaki katılımcılar</i>	55
3.2.2. <i>Nitel aşamadaki katılımcılar</i>	56

3.3. Veri Toplama Araçları.....	58
3.3.1. Arkadaşlık ilişkilerinde ilişkisel saldırganlık ölçeği ergen formu	58
3.3.2. Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği.....	59
3.3.3. Ergenler için affetme ölçeği.....	60
3.3.4. Yarı yapılandırılmış görüşme formu.....	60
3.3.5. Kişisel bilgi formu	61
3.3.6. Araştırmacı günlükleri	61
3.4. Verilerin Toplanması	61
3.4.1. Nicel verilerin toplanması	62
3.4.2. Nitel verilerin toplanması.....	62
3.5. Verilerin Analizi	63
3.5.1. Nicel verilerin analizi.....	64
3.5.2. Nitel verilerin analizi	65
4. BULGULAR.....	69
4.1. Araştırma Değişkenleri Arası İlişkiler ve Betimsel İstatistikler	69
4.2. Değişkenler Arası Aracılık Rolüne İlişkin Bulgular	70
4.2.1. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin aracılık rolüne ilişkin bulgular.....	70
4.2.2. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin bileşenlerinin aracılık rolüne ilişkin bulgular.....	72
4.2.3. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide öfkeyi sürdürmenin aracılık rolüne ilişkin bulgular	74
4.2.4. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide intikam almanın aracılık rolüne ilişkin bulgular	76
4.2.5. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide empati kurmanın aracılık rolüne ilişkin bulgular	78
4.3. Ergenlerin İlişkisel Saldırganlığa İlişkin Görüşleri İle İlgili Bulgular	79

4.3.1. Ergenlerin ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular	80
<i>4.3.1.1. İlişkisel saldırganlık puanı yüksek grupta yer alan katılımcıların ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular</i>	<i>80</i>
<i>4.3.1.2. İlişkisel saldırganlık puanı orta grupta yer alan katılımcıların ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular</i>	<i>83</i>
<i>4.3.1.3. İlişkisel saldırganlık puanı düşük grupta yer alan katılımcıların ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular</i>	<i>84</i>
4.3.2. Ergenlerin ilişkisel saldırganlık ve affetme arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular	86
<i>4.3.2.1. İlişkisel saldırganlık puanı yüksek grupta yer alan katılımcıların ilişkisel saldırganlık ile affetme arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular</i>	<i>86</i>
<i>4.3.2.2. İlişkisel saldırganlık puanı orta grupta yer alan katılımcıların ilişkisel saldırganlık ile affetme arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin ilgili bulgular</i>	<i>87</i>
<i>4.3.2.3. İlişkisel saldırganlık puanı düşük grupta yer alan katılımcıların ilişkisel saldırganlık ile affetme arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular</i>	<i>89</i>
4.3.3. Ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü ve affetme arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular	91
<i>4.3.3.1. İlişkisel saldırganlık puanı yüksek grupta yer alan katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü ile affetme arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular</i>	<i>91</i>
<i>4.3.3.2. İlişkisel saldırganlık puanı orta grupta yer alan katılımcıların duygu düzenleme ile affetme arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular</i>	<i>92</i>

4.3.3.3. <i>İlişkisel saldırganlık puanı düşük grupta yer alan katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü ile affetme arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular</i>	93
5. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER	95
5.1. Sonuç	95
5.2. Tartışma	96
5.2.1. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolüne ilişkin tartışma.....	96
5.2.2. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin bileşenlerinin aracılık rolüne ilişkin tartışma	99
5.2.3. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide öfkeyi sürdürmenin aracılık rolüne ilişkin tartışma.....	101
5.2.4. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide intikam almanın aracılık rolüne ilişkin tartışma	102
5.2.5. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide empati kurmanın aracılık rolüne ilişkin tartışma.....	104
5.3. Öneriler.....	105
5.3.1. Uygulayıcılara yönelik öneriler.....	105
5.3.2. Araştırmacılara yönelik öneriler	107
KAYNAKÇA	109
EKLER	
ÖZGEÇMİŞ	

TABLolar DİZİNİ

	Sayfa
Tablo 3.1. Öğrencilerin cinsiyetlerine, sınıflarına ve okullarına göre dağılımları	56
Tablo 3.2. Nitel aşamanın katılımcılarına ilişkin bilgiler	57
Tablo 3.3. Nitel aşamanın görüşmelerine ilişkin bilgiler	63
Tablo 4.1. Lise öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık, duygu düzenleme güçlüğü, affetmenin bileşenleri, öfkeyi sürdürme, intikam alma ve empati kurma arasındaki pearson korelasyon katsayıları ve betimsel istatistikler.....	69
Tablo 4.2. Affetmenin lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolüne ilişkin Bootstrapping sonuçları	72
Tablo 4.3. Affetme bileşenlerinin lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolüne ilişkin Bootstrapping sonuçları	74
Tablo 4.4. Öfkeyi sürdürmenin lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolüne ilişkin Bootstrapping sonuçları	75
Tablo 4.5. İntikam almanın lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolüne ilişkin Bootstrapping sonuçları	77
Tablo 4.6. Empati kurmanın lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolüne ilişkin Bootstrapping sonuçları	79

ŞEKİLLER DİZİNİ

	Sayfa
Şekil 1.1. Affetmenin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık rolüne ilişkin önerilen hipotetik model	9
Şekil 3.1. Açıklayıcı sıralı karma yöntem süreci	53
Şekil 3.2. Temel aracılık hipotetik modeli	64
Şekil 4.1. Affetmenin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık rolüne ilişkin model	71
Şekil 4.2. Affetmenin bileşenlerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık rolüne ilişkin model	73
Şekil 4.3. Öfkeyi sürdürmenin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık rolüne ilişkin model	74
Şekil 4.4. İntikam almanın duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık rolüne ilişkin model	76
Şekil 4.5. Empati kurmanın duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık rolüne ilişkin model	78

1. GİRİŞ

Giriş bölümünde ilk olarak araştırma probleminin ortaya konulması amaçlanmıştır. Problem durumunun ortaya koyulmasından sonra sırasıyla araştırmanın amacı, araştırma soruları, araştırmanın önemi, araştırmanın sınırlılıkları ve araştırmada yer alan değişkenlerin tanımları açıklanmıştır.

1.1. Problem Durumu

Bireyler yaşamlarında farklı gelişim dönemlerinden geçerler. Doğumdan ölüme kadar uzanan bu süreçte, her gelişim döneminin kendine has özellikleri ve baskın olan figürleri olduğu söylenebilir. Toplumsal bir varlık olan ve çevresindekilerle ilişki kurarak yaşamını sürdüren bireyler, zamanla çevrelerindeki insanlarla daha fazla karşılaşmaktadır. Bununla birlikte kişiler, sosyal çevresine yönelik daha fazla farkındalık kazanmaktadır. Bu durum sosyal gelişimin kaçınılmaz bir parçasıdır. Bebeklik ve çocukluk dönemlerinde, bireyler için ebeveynler ön plandayken ergenlikle birlikte akran ilişkileri ve akran grupları ebeveynlerin yerini almaktadır. Ergen akranları ile ilişkiler kurarak hem onlara yakınlaşmak ister hem de kendi benliğini ortaya koymak için çeşitli karşılaştırmalar yapar. Akranları ile ilişki kurma sürecindeki ergenin kişilerarası ilişki durumları, kimi zaman saldırgan unsurlar da içerebilmektedir. Çünkü çocukluk dönemi sonrasında ergenliğin ilk yıllarında; fiziksel, ruhsal, zihinsel ile hormonal değişikliklerle beraber kaygı, öfke, suçluluk, utangaçlık, depresyon, saldırganlık ve yalnızlık gibi olumsuz duygu ve durumlar daha yoğun bir biçimde yaşanmaktadır (Vernon, 1993). Ülkemizde de yapılan araştırmalar önceki dönemlerle karşılaştırıldığında, ergenlik dönemindeki öğrencilerin saldırganlık düzeylerinde artış olduğunu göstermektedir (Tuzgöl, 1998). Bununla birlikte saldırganlık düzeylerinin artması hem saldırganlıkla ilgili çok sayıda araştırma yapılmasına hem de saldırganlığın çok boyutlu bir yapı olarak ele alınıp farklı sınıflandırmalar yapılmasını sağlamıştır (Connor, 2004). Alanyazında genel saldırganlık tanımlarının yanında farklı boyutlardaki saldırganlık tanımlarının da yapıldığı görülmektedir.

En genel hali ile bir canlının başka bir varlığa zarar vermesi olan saldırganlık; eşyayı fırlatarak atmaktan herhangi bir canlıyı yaralamaya, kendine zarar vermekten bir kişiyi tehdit etmeye veya kişiyi toplum içinde küçük düşürmekten bir başkasına küfür

etmeye ya da onu görmezden gelip yok saymaya kadar uzanan geniş bir yelpazeyi içinde değerlendirilmektedir (Durak, 2006). Bunun yanında saldırganlığın özel bir türü olan ilişkisel saldırganlık ise kişinin yakın çevresinde ilişki içinde bulunduğu akraba ve arkadaşlarını gizli veya açık bir biçimde yok sayması, reddetmesi, art niyetli olarak arkasından konuşması ya da dışlamasıdır (Grotmeter ve Crick, 1996). İlişkisel saldırganlık içeren davranışlar, kişiler arası ilişkileri bozarak sosyal statüye zarar vermeye yönelik davranışlardan oluşmaktadır. Genel olarak gizli bir biçimde yapılmasına rağmen zaman zaman açık bir biçimde de gerçekleşebilmektedir. İlk çocukluk döneminde, arkadaşlık ilişkisini sonlandırmak ile tehdit etme, karşıdakinin anlattıklarını dinlememek için kulaklarını kapatma biçiminde görülen ilişkisel saldırganlık; ilerleyen yıllarında kişi ile alakalı gerçekçi olmayan söylentiler çıkarma, kişinin dedikodusunu yapma, kişiyi başkalarının yanında utandırma, kişiyi sosyal gruptan dışlama, kişinin arkasından konuşma biçimlerine varan oldukça geniş bir yelpazede ortaya çıkmaktadır (Archer ve Coyne, 2005). Farklı yaş gruplarında kullanılan ilişkisel saldırganlığın yaşla birlikte artış gösterdiği, ergenler arasında ise sık ve popüler olan bir saldırganlık biçimi olduğu gözlenmektedir (Kapçı ve Kurnaz, 2013; Marion K, 2003). Bir akran grubu içinde başatlık durumunu güçlendirme ve sosyal statü olarak grup içinde yer edinme, popüler olma isteği veya akranlar arasında saygınlığını sarsma davranışları ilişkisel saldırganlığın başlıca amacı olarak sıralanabilir (Mayeux, 2014; Turner, 2007). Bu nokta da akran ilişkilerinin ön plana çıktığı ergenlik döneminde, ergenlerin akran grubunda yer edinmek veya popüler hale gelmek için farklı biçimlerde ilişkisel saldırganlık davranışları gösterdiği söylenebilir.

İlişkisel saldırganlık; ergeni sosyal gruptan dışlama, sosyal ilişkilerine zarar verme, açık bir biçimde kişiyi utandırma, yok sayma, arkadaşlığı sonlandırma ve yahut sosyal statüsünü zedeleme ya da hakkında dedikodu yapma biçiminde görülmektedir (Steinberg, 2007; Zhang, Tian, Cao, Zhang ve Rodkin, 2016). Başka bir deyişle ilişkisel saldırganlığın, bir başkasının akran ilişkilerine zarar vermeyi ve onu incitmeyi hedeflediği söylenebilir. Bu bakımdan ergenin yakın çevresinde olan akranlarına karşı örtük veya doğrudan bir biçimde görmezden gelme, tehdit etme, arkasından dedikodu yapma, reddetme ve dışlama gibi davranışların tamamını ilişkisel saldırganlık kapsamında değerlendirilmektedir (Grotmeter ve Crick, 1996). Bu yönüyle ilişkisel saldırganlık, akranlarının sosyal ilişkilerine hasar verme ile sosyal statülerin kasıtlı bir

biçimde zedelenmesidir. Kısacası ilişkisel saldırganlık, bir kişinin sosyal ilişkiler yönünden zarara uğratılmasını amaçlamaktadır (Crick ve Grotpeter, 1995; Steinberg, 2007).

İlişkisel saldırganlık davranışları, kişiler arası ilişkilerin normal bir parçasıymış gibi kabul edildiğinden, oldukça yaygın olmasına rağmen saldırganlık olarak görülmediği için de kişilerarası ilişkilerde oldukça sık olarak kullanılmaktadır (Linder, Crick ve Collins, 2002). Bu durum ilişkisel saldırganlık davranışının fark edilmesini zorlaştırmakta ve hatta bu davranışlara maruz kalan mağdurlar bile kendilerini kurban olarak görmemektedir (Kurtyılmaz, 2011; Young, Boye ve Nelson, 2006). Bu nedenle; ilişkisel saldırganlık ancak taraflardan birinin ilişkinin gizliliğini bozduğunu anladığında ortaya çıkmaktadır (Hamlett, 2007). Bu durum, ilişkisel saldırganlığın zarar verici bir davranış olmadığını düşündürerek normal ilişkilerin bir parçası gibi değerlendirilmesine neden olsa da ilişkisel saldırganlık, en az diğer saldırgan davranışlar kadar zarar veren, yıkıcı davranışlar içermektedir (Gomes, 2007; Griffin ve Gross, 2004). Bu bağlamda ilişkisel saldırganlık davranışları ile ilgili olabilecek faktörlerin neler olduğu önem kazanmaktadır. Ergenlik dönemi özelinde düşünüldüğünde ise duygu düzenlemenin ilişkisel saldırganlık ile ilgili olabileceği düşünülmektedir.

Ergenlik dönemi, sıklıkla hızlı duygusal iniş çıkışlar ile duygusal düzensizliklerin yaşandığı bir dönem olmakla birlikte (Kulaksızoğlu, 2001), duyguları kontrol etmek ve ifade etmek konusunda kişisel yöntemlerin de geliştiği bir dönemdir (Thompson, 1994). Duygu düzenleme yöntemlerinin işlevsel bir şekilde kullanımı ergenin, doğumundan başlayarak ailesi, akranları ve çevresindeki kişilerin, hissettiklerine dair yaptığı değerlendirmelerle şekil almaktadır (Gross, 1998). Ergenlik döneminde artan bilişsel becerilerle birlikte ergenlerin yaşadığı duyguları ifade biçimleri değişmekte ve ergenler yeni duygu düzenleme yöntemleri kullanmaya başlamaktadırlar (Pataki, 2007). Duygusal yeni bir tepkinin başlatılmasını ya da devam etmekte olan duygusal tepkilerin farklılaşmasını içeren duygu düzenleme; olumlu veya olumsuz duyguları hafifletmek, devam ettirmek ya da artırmak amacıyla işe koşulan bilinçli veya bilinçsiz süreçlerin tamamını kapsamaktadır (Gross, 2001; Ochsner ve Gross, 2005). Bunun yanında duygu düzenlemeyi zorlayıcı ve geçici nitelikteki duygusal tepkileri sürdürme, değerlendirme ile dönüştürmede kullanılan içsel ve dışsal tepki süreçleri meydana getirmektedir (Thompson, 1994). Duyguların düzenlenemediği ve duygu düzenleme gücü yaşandığı

durumlarda psikolojik, bedensel ve sosyal açıdan sorun yaşanabilir. Buna ek olarak, duygular uygun zamanda ve gerekli yoğunlukta ortaya çıkmadıklarında ise kişinin yaşamında güçlükler yaşamasına neden olabilmektedir. Birçok farklı psikopatolojiyle ilişkili olan uygun olmayan duygusal tepkilerin; aynı zamanda sosyal hayatı güçleştirdiği ve hatta fiziksel rahatsızlıklara sebebiyet verdiği belirtilmektedir (Gross, 1998; Gross ve Thompson, 2007). Bu bağlamda düşüldüğünde; duygu düzenleme güçlüğü'nün, inişli, çıkışlı ve karmaşık duyguların yaşandığı ergenlik döneminde ergenler için son derece önemli ve kritik bir beceri olduğu söylenebilir.

Ergenler, duygu durumlarının karmaşık ve inişli çıkışlı olması nedeniyle duygu düzenleme becerilerinde yetersiz kalarak işlevsel olmayan yöntemleri daha fazla kullanmaktadır (Casey, Jones ve Hare, 2008). Bunun yanında duyguları ifade etmede ve duygularla başa çıkmada yaşanan güçlüklerin olması daha fazla saldırgan davranışlara neden olmaktadır (Sullivan, Helms, Kliewer ve Goodman, 2010). Ergenlik dönemindeki duygu düzenleme güçlüklerinin, saldırgan davranışların tetikleyicisi olduğu belirtilmektedir (McLaughlin, Hatzenbuehler, Mennin ve Nolen Hoeksema, 2011). Bu bağlamda günlük yaşamın rutinini devam ettirmek ve sosyal ilişkileri sürdürmek bakımından duygu düzenlemenin ergenlerin yaşamlarında kritik bir yerinin olduğu söylenebilir. Ergenlerin, birbirinden farklı koşullarda, farklı duygular hissetmeleri yaşamın olağan bir parçası olsa da; ergenler sosyal yaşamlarına uyumlu olarak ve sosyal yaşamlarını sorunsuz bir biçimde sürdürmek için, kişiler arası ilişkilerde iletişim güçlükleri yaşamamak adına duyguları düzenlemek zorundadır (Aka, 2011). Çünkü duygu düzenleme güçlüğü'nün yaşanmaması sosyal ilişkilerini olumlu şekilde etkilemektedir (Kring ve Sloan, 2009). Bu nedenle duygu düzenleme güçlüğü yaşandığı zaman, ergenlerin akranları ile olan ilişkilerine olumsuz ve zarar verici yansımaları olabilmektedir. Duygu düzenleme güçlüğü yaşandığında sosyal ilişkilerde de problemler yaşandığı ve bunun sonucunda saldırganlık davranışlarının sergilendiği görülmektedir (Adrian, Zeman, Erdley, Lisa ve Sim, 2011). Bu bakımdan duygu düzenleme güçlüğü'nün yaşanmaması pek çok yönden önem arz etmektedir (Gross, 2014). Bundan dolayı ergenlerin duygularını düzenleyebilmesinin, ilişkisel saldırganlık davranışının sergilenmesinde koruyucu bir faktör olacağı düşünülebilir.

Zaman zaman fark edilmesi güç olan ilişkisel saldırganlık davranışının ortaya çıkmasında, diğer saldırganlık türlerindeki gibi benzer faktörlerin etkili olduğu

söylenbilir. Ergenin yapmak istediği ancak yapamadığı bir engellenme durumu karşında yaşadığı hayal kırıklığı, üzüntü, incinme gibi duygularını düzenlemede güçlük yaşaması saldırganlığa neden olabilir. Bu durumun akran ilişkilerinin yoğun olduğu ergenlik döneminde yaşanması ise ilişkisel saldırganlığa neden olacağını söylemek mümkündür. Bununla birlikte işlevsel kişiler arası ilişkiler oluşturmak ve bu kurulan ilişkileri devam ettirmek ergenlik döneminin gelişimsel görevleri içinde yer almaktadır (Steinberg, 2012). Ergenlik dönemindeki duyguların derinlik ve yoğunluk kazanmasıyla beraber, kişiler arası ilişkilerde oluşabilecek herhangi bir incinme, zedelenme veya kırılma tecrübesi, ergenin yakın sosyal çevresiyle olan ilişkilerini etkilemekte ve duygularının yoğunluğunun artmasına, gerginliğe veya problemlili davranışların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Yavuzer, 2007). Yakın ilişkilerde olumsuz duygulara neden olan ve sosyal ilişkileri tahrip etme potansiyeli olan saldırganlık gibi hasar verici davranışlar olduğu zaman, affetme önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Allemand, Amberg, Zimprich ve Fincham, 2007).

Bireyin yaşamış olduğu ilişkide; kendisini derin bir biçimde inciten kişiye karşı mücadeleden vazgeçerek, haksızlığa uğradığı kişiye karşı olan intikam, kızgınlık, öfke gibi duygulardan vazgeçmesi ve onu koşulsuz kabul etmesi olarak tanımlanan affetme (Enright Gassin ve Wu, 1992) sayesinde ergenler hasara neden olabilecek eylemlerle baş edebilmektedir. Çünkü affetme düzeyinin yüksek olması, daha az stres ve depresyonla beraber; öznel ve psikolojik iyi oluşun daha yüksek olması ile ilişkilidir (Lawler-Row ve Piferi, 2006). Bundan dolayı ilişkisel saldırganlığın, ergenin kendisini incittiğini düşündüğü akranına yönelik olan olumsuz tutumları ile öfke, kızgınlık gibi duygularından ve ondan öç almaktan vazgeçerek, akranına karşı hoşgörü, sevgi, merhamet ve empati benzeri olumlu tepkiler oluşturması olarak ifade edilen affetme (McCullough, 2001) ile de ilişkili olduğu düşünülebilir. Affetmeye genel anlamda bakıldığında olumsuz olan tepkiler yerine daha kabul edilebilir olumlu tepkiler geliştirmek içerdiği söylenebilir. Buna ek olarak affetmenin, kişiler arası ilişkilere olumlu katkıları olduğu görülmektedir. Çünkü affetme olumsuz yaşam deneyimlerinden uzaklaşmayı sağlayan önemli bir başa çıkma yoludur (Thompson, Snyder ve Hoffman, 2005). Yapılan araştırmalar affetmenin kişiler arası ilişkilerdeki olumlu yaşantılarla ilişkili olduğunu ve kişilerarası ilişkilerin bozulduğu durumlarda önemli bir tamir unsuru olduğunu göstermektedir (Hargrave ve Sells, 1997, Miller ve Worthington, 2010; Orathinkal ve Vansteenwegen, 2006).

Kişinin kendisini ve çevresini hasara uğratan kişi veya olaylara karşı olan olumsuz duygulardan vazgeçmesi olarak da tanımlanan affetme (Bugay, 2010), ergenin bitirilmemiş bir işi tamamlaması olarak da düşünülebilir. Affetmeme durumunda yaşanan kızgınlık, intikam gibi duyguların affetme süreci ile birlikte hoşgörü ve empati ile düzenlenmesi söz konusudur (McCullough vd., 1998). Bu durum olumsuz duyguların yerini olumlu duygulara bırakmasını ve böylece içsel, duygusal yaraların iyileşmesini sağlamaktadır (Hargrave ve Sells, 1997). Ergenin kendisine karşı hatalı olduğunu düşündüğü akranına yönelik öfke, kızgınlık veya intikam gibi duygulardan bilinçli ve farkında olarak vazgeçmesi, bunun yerine daha olumlu duygular oluşturmaya çalışma süreci olan affetmede duyguların düzenlenmesi etkilidir (Enright ve Fitzgibbons, 2000; Küçüker, 2016). Bu bağlamda akran ilişkilerinde sorun yaşanması durumunda oluşabilecek öfke, kızgınlık gibi duygularını düzenleyerek affetme eğilimde olan ergenlerin ilişkisel saldırganlık davranışlarına yönelmeyeceği söylenebilir.

Ergenler, akran ilişkilerinde duygu düzenleme güçlüğü yaşamaları nedeniyle zaman zaman ilişkisel saldırganlık davranışları gösterebilmektedir (Kokkinos, Algiovanoglou, ve Voulgaridou, 2019). Aynı zamanda ergenler, bazen akranlarından intikam almak için de ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyebilir. Özellikle kız ergenler için duygu düzenleme güçlüğü ilişkisel saldırganlığın önemli bir yordayıcısıdır (Bowie, 2010). Ergenin yaşamış olduğu olumsuz bir yaşantının sağlıklı bir biçimde ortaya koyulmadığı bir durumda; öfke, kızgınlık gibi duyguları düzenleyemediği için bu duygulardan vazgeçemediği ve bu duygular yerine empati kurma ya da affetme bileşenleri olan merhamet, hoşgörü, anlayışlı olma, cömertliği koyamadığı durumlarda daha saldırgan bir tutum içinde olduğunu düşünülebilir.

Affetme tanımına bakıldığında, bireyin kendisini inciten kişiye yönelik hem öfke, kızgınlık, intikam gibi duygulardan vazgeçmesi hem de bu duygular yerine merhamet, cömertlik, şefkat veya empati gibi olumlu duyguları arttırması gerektiği vurgulanmaktadır. (Enright, 1996). Bu bağlamda düşünüldüğünde affetme yapısı içinde yer alan öfke ve intikam duygularının saldırganlığı arttırması; bunlar yerine konulabilecek olan empati ve affetme bileşenleri olan cömertlik hoşgörü ve anlayışlı olmanın ise saldırganlığı azaltması beklenebilir. Sevgi, saygı, merhamet ve yardımseverlik gibi affetme değerlerine sahip olan ergenler saldırgan davranışlar sergilememektedir (Avcı, 2010; Çokdolmuş, 2013; Dalgacı, 2019). Affetme bileşenleri olan merhamet, saygı,

cömertlik, hoşgörü vb. değerlere sahip ergenlerin, arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıkları arkadaşlarını affetmesinde ve duygularını düzenlemesinde bu bileşenlerin önemli olduğu söylenebilir. Benzer biçimde affetmeyi meydana getiren bir diğer yapı olan empati kurmanın da saldırgan davranışları azalttığı vurgulanmaktadır (Filiz 2009; Klimecki, 2019; Mayberry ve Espelage, 2007). Diğer yandan affetmeye ilişkin bir diğer yapı olan intikam isteğinin, saldırganlığın ortaya çıkmasında önemli olduğu ve intikam almaya yönelik duygu ile düşüncelerin saldırgan davranışlara neden olduğunu vurgulanmaktadır (Barber, Maltby ve Macaskill, 2005; Bergman, McIntyre ve James, 2007; Staub, 2005; Toptaş, 2018). Bunlara ek olarak affetmeyi oluşturan diğer bir yapı olan öfke duygusunun düzenlenmesinin saldırganlığı yordadığı da vurgulanmaktadır (Berkowitz ve Harmon-Jones, 2004; Özyaman, 2021; Peled ve Moretti, 2007; Robertson, Daffern ve Bucks, 2012). Bu nokta da hem affetme hem de affetmeyi oluşturan affetme bileşenleri, empati kurma, öfkeyi sürdürme ve intikam alma yapılarının ilişkisel saldırganlığı ile ilişkili olabileceği söylenebilir.

Bu doğrultuda da ergenin affetmemesi, tamamlanmamış bir işin bitirilmesi için saldırgan bir davranış sergilemesiyle sonuçlanabilir. Yapılan çalışmalarda affetmeyi oluşturan yapılarla birlikte genel affetmenin de saldırganlığın önemli bir yordayıcısı olduğu ortaya konulmaktadır (Naami, Asgari ve Roshani, 2014). Buna ek olarak affetme eğiliminin zayıf olması, stresle başa çıkmada olumsuz stratejilerin tercih edilmesine yol açmakta ve olumsuz başa çıkma stratejilerinin kullanılması ise saldırganlıkla sonuçlanmaktadır (Camadan, 2014). Ayrıca Eaton ve Struthers (2006), affetmenin, öfke gibi olumsuz bir duygu ile saldırgan davranışlar arasındaki ilişkiyi ortadan kaldırdığını belirterek affetmenin saldırganlığı azaltabileceğini ileri sürmektedirler. Bu bağlamda düşünüldüğünde ergenler arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları duygularını düzenlemekte güçlük yaşadıklarında ilişkisel saldırganlık gibi davranışlar gösterebilirler. Bunun yanında öfke, kızgınlık gibi duygular yaşayan ergenler bu duyguları düzenleyerek sorun yaşadıkları arkadaşlarını affedebildiklerinde saldırgan davranışlar sergilemeyecekleri düşünülebilir. Bundan dolayı ergenlerin duygu düzenleme gücüyle ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolü olduğu düşünülebilir.

Duygusal iniş çıkışların ve yakın arkadaş ilişkilerinin yoğun olarak yaşandığı bir dönem olan ergenlikte ilişkisel saldırganlık davranışının görülme sıklığı artmaktadır (Grotperter ve Crick, 1996; Lu ve arkadaşları, 2018). Diğer yandan yakın çevresindeki

akranlarına karşı hissettiği kızgınlık, öfke, kıskançlık veya hayal kırıklığı benzeri duyguları düzenlemekte güçlük yaşaması da ergenin ilişkisel saldırganlık davranışı göstermesine neden olabilir. Buna karşın kızdığı, öfkelenildiği veya kıskançlık hissettiği bir arkadaşını affetmesi, ergenin ilişkisel saldırganlık davranışının ortaya çıkma ihtimalini düşürdüğü söylenebilir. Bu bakımından ergenlerin duygularını nasıl düzenledikleri ile ilişkisel saldırganlık davranışları arasında affetmenin nasıl bir rol oynadığının araştırılması önem arz etmektedir. Ergenlikte, ilişkisel saldırganlığın doğasının anlaşılması ve ilişkisel saldırganlıkla ilgili olabilecek değişkenlerin ortaya koyulması, akran ilişkilerinin yoğunluk kazandığı bu dönemde daha da önem kazanmaktadır. Bundan dolayı bu araştırmada ergenlerin ilişkisel saldırganlık davranışının doğası ve ilişkisel saldırganlıkla ilgili olabileceği düşünülen duygu düzenleme güçlüğü ve affetme değişkenlerin incelenmesi amaçlanmıştır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada lise öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık, duygu düzenleme güçlüğü ve affetme düzeyleri arasındaki ilişkileri ortaya koymak amaçlanmıştır. Daha sonra ise bu kapsamda lise öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık ile ilgili görüşlerini ortaya koymak hedeflenmiştir. Bu çerçevede aşağıda yer alan araştırma sorularına yanıt aranmıştır:

1. Lise öğrencilerinde duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolü var mıdır?

1.1. Lise öğrencilerinde duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin bileşenlerinin aracı rolü var mıdır?

1.2. Lise öğrencilerinde duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide öfkeyi sürdürmenin aracı rolü var mıdır?

1.3. Lise öğrencilerinde duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide intikam almanın aracı rolü var mıdır?

1.4. Lise öğrencilerinde duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide empati kurmanın aracı rolü var mıdır?

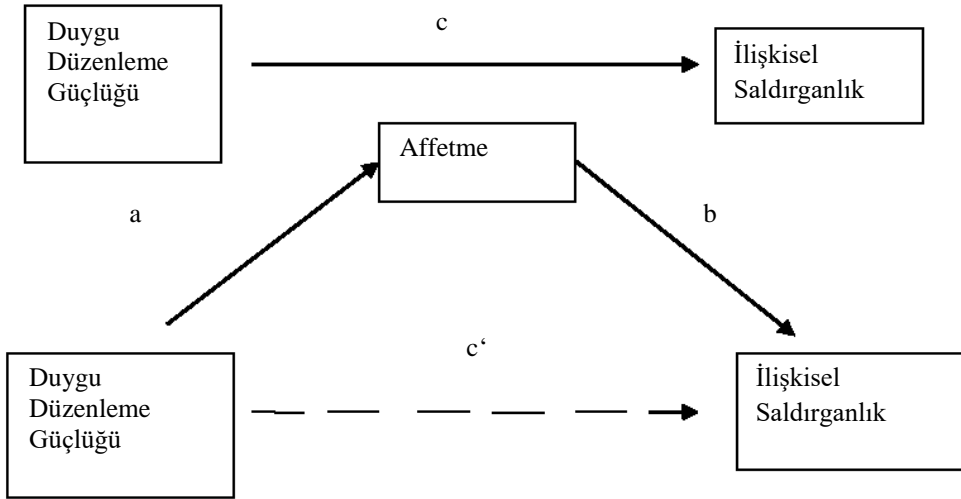
2. Lise öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık, duygu düzenleme güçlüğü ve affetme arasındaki ilişkilere yönelik görüşleri nasıldır?

2.1. Lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkiye yönelik görüşleri nasıldır?

2.2. Lise öğrencilerinin affetme ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkiye yönelik görüşleri nasıldır?

2.3. Lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ve affetme arasındaki ilişkiye yönelik görüşleri nasıldır?

Bu kapsamda kuramsal çerçeveye dayalı olarak incelemek üzere aşağıda yer alan aracı role ilişkin model ile değişkenler arasındaki ilişkiler incelenecektir. Lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ve arkadaşlık ilişkilerindeki ilişkisel saldırganlıkları ile affetme değişkenleri arasındaki ilişkilere dair önerilen aracılık modeli Şekil 1’de yer almaktadır.



Şekil 1.1. Affetmenin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık rolüne ilişkin model

1.3. Araştırmanın Önemi

Gelişimsel özellikleri düşünüldüğünde, ülkemizdeki lise öğrenim yıllarına denk gelen ergenlik, fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal alanlarda değişimleri içeren bir

dönemdir. Bu dönem; fiziksel, duygusal ve zihinsel alanlarda ortaya çıkan değişimleri kapsayan cinsel ve psikososyal olgunlaşmayla birlikte, ergenin aileden uzaklaşarak bağımsızlaşmasıyla sonuçlanan, aynı zaman da kimlik duygusunu ve sosyal üretkenliğini de kazandığı, çocukluk döneminden yetişkin hayata geçişi de ifade etmektedir (Derman, 2008; Parlaz, Tekgül, Karademirci ve Öngel, 2012). Bununla birlikte ergenlik dönemi bireylerin duygusal olarak iniş çıkışlar da yaşadıkları bir dönemdir. Buna ek olarak ergenlik dönemi kişiler arası ilişkilerin özellikle de akran ilişkilerinin yoğunluk kazandığı bir dönemdir. Akran ilişkilerinde farklı yollar deneyen ergenler kimi zaman istenmeyen yollara başvurabilir. Ergenler daha küçük yaşlara göre daha fazla saldırgan davranışlar göstermekle birlikte ilerleyen yıllarda yaşla birlikte saldırganlık davranışları azalmaktadır (Verlinden, Hersen ve Thomas, 2000). Diğer saldırganlık türleri gibi istenmeyen bir davranış olan ilişkisel saldırganlık da ergenlik döneminde artış göstermektedir (Bjorkqvist, Lagerspetz ve Kaukiainen, 1992; Pepler, Jiang, Craig ve Connolly, 2008). Aynı zamanda duygusal anlamda iniş çıkışların daha fazla yaşandığı ergenlik döneminde, buna paralel olarak ruh sağlığına yönelik problemlerin yoğunluk gösterdiği pek çok araştırmacı tarafından ifade edilmektedir (Eskin, 2000). Bunun sonucunda ise ergenler başta depresyon ve anksiyete (Ellis, Crooks ve Wolfe, 2009), olmak üzere somatik şikayetlerle (Nixon, Linkie, Coleman ve Fitch, 2011) karşılaşabilmektedirler. Bunun yanında ilişkisel saldırganlık daha erken dönemlerde görülmeye başlasa da ergenlik döneminde sosyalleşmeyle ve yakın ilişkilerin yaşanması ile artmaktadır (Yoon ve Kerber, 2003). Salırganlık biçimlerinin alt boyutlarını incelemek ve diğer saldırganlık türlerini tanımlamak, saldırganlığın anlaşılması ve önlenmesi için gereklilik arz etmektedir (Akdemir ve Gündüz, 2022; Cassidy, Stephanie ve Cory, 2022). Bundan dolayı ergenlik dönemindeki ilişkisel saldırganlığın ve ilişkisel saldırganlıkla ilgili olabilecek değişkenlerin incelenmesi önem arz etmektedir.

İlişkisel saldırganlıkla ilişkili olabileceği düşünülen değişkenlerden biri duygu düzenleme güçlüğüdür. Alanyazında duygu düzenleme güçlüğü ile saldırganlık arasındaki ilişkileri ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Ammerman, Kleiman, Uyeji, Knorr ve McCloskey, 2015; Bowie, 2010; Cohn, Jakupcak, Seibert, Hildebrandt ve Zeichner, 2010; Çelik ve Kocabıyık, 2014; Dede, 2019; Ekşi, 2021; Kabasakaloğlu, 2019; Roberton, Daffern ve Bucks, 2012; Roll, Koglin ve Peterman, 2012; Silk, Steinberg ve Morris, 2003). Bu çalışmalar incelendiğinde duygu düzenleme güçlüğüünün saldırgan

davranışlarla ilişkili olduğu görülmektedir. Bunun yanında duygu düzenleme güçlüğü yaşanmaması davranışlar üzerinde kontrol sağlamaktadır. Duygu düzenleme güçlüğü yaşayan çocuk ve ergenlerin saldırgan davranışlar sergilediği, kişiler arası ilişkilerde uyum sorunları yaşadığı görülmektedir (Üney, 2016). Bunlara ek olarak saldırgan tutumu olan ergenlerin, saldırgan tutumu olmayan ergenlere göre duygu düzenleme stratejilerini daha az kullandıkları bildirilmektedir (Silk vd., 2003). Bu bağlamda düşünüldüğünde duygu düzenleme güçlüğü, saldırganlık açısından bir risk faktörü olarak ortaya çıkmaktadır (Cole, Michel ve Teti, 1994; Demirkapı, 2013). Yurtdışı alanyazın incelendiğinde duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarının sınırlı sayıda olduğu görülmektedir (Hicks, 2018; Kokkinos, Algiovanoglou ve Voulgaridou, 2019; Cassidy, Stephanie ve Cory, 2022). Yurtiçindeki alanyazında da duygu düzenleme güçlüğü ile saldırganlık arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar mevcut olmasına rağmen saldırganlığın bir türü olan ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkileri ortaya koyan, ergenlik dönemini içeren herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda duygu düzenleme güçlüğüne ilişkin ilişkisel saldırganlık için önemli bir risk faktörü olabileceği düşünüldüğünde, iki değişken arasındaki ilişkinin daha detaylı olarak incelenmeye ihtiyacı olduğu söylenebilir.

İlişkisel saldırganlık ile ilişkili olabileceği düşünülen diğer bir değişken ise affetmedir. Alanyazında affetme ile saldırganlık arasındaki ilişkileri ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Barcaccia, Schneider, Pallini ve Baiocco, 2017; Li, Zhang, Zhao ve Yu, 2020; Mohan, 2019). Ergenlik döneminde yapılan bu çalışmalar dışında da alanyazında saldırganlık ve affetme arasındaki ilişkileri ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Camadan, 2014; Eaton ve Struthers, 2006; Fincham ve Beach, 2002; Jon, Chris ve Ken, 2012; Naami, Asgari ve Roshani, 2014). Bu çalışmalar incelendiğinde affetme eğilimi ile saldırganlığın birbiri ile ters ilişkili olduğu görülmektedir. Buna göre affetme eğiliminin düşük olmasının saldırgan davranışları artırdığı söylenebilir. İncinme durumuna ilişkin öfke gibi olumsuz duyguların azalması, inciten kişiye karşı saldırgan davranışlar sergilenme ihtimalini azaltmaktadır (Fincham ve Beach, 2002). Bu bağlamda düşünüldüğünde affetme eğiliminin de, saldırgan davranışları önlemede kritik bir öneme sahip olduğu söylenebilir. Alanyazında affetme ile saldırganlık arasındaki ilişkiye yönelik çalışmalar olmasına rağmen ilişkisel saldırganlık ile affetme arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda affetmenin ilişkisel saldırganlığın

oluşmasında önemli bir koruyucu faktör olabileceği düşünüldüğünde iki değişken arasındaki ilişkinin daha detaylı olarak incelenmeye ihtiyacı olduğu söylenebilir.

İlişkisel saldırganlık ile ilişkili olabileceği düşünülen, duygu düzenleme ve affetme arasındaki ilişkileri ortaya çalışmalar bulunmaktadır (Derincegöz, 2019; Gülüm, 2022; Gür, 2021; Hodgson ve Wertheim, 2007; Karataş, 2020; Küçüker, 2016). Bu çalışmalar incelendiğinde duygularını düzenleyebilen veya duygu düzenleme güçlüğü yaşamayan bireylerin, affetme düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Mitrofan ve Ciuluvica (2012) ise affetmemenin saldırganlıkla ilişkili olduğunu ve duygu düzenlemenin de saldırganlığı azaltmada önemli bir rolü olduğunu ileri sürmektedir. Freedman (2018), affetmenin ergenlerin duygularını doğrudan ifade etmelerine, öfkenin etkilerinden kurtulmalarına yardımcı olduğunu belirtmektedir. Benzer biçimde Eaton ve Struthers (2006), affetmenin öfke gibi olumsuz duyguların etkisini ortadan kaldırdığı için saldırganlığı azaltabileceğini vurgulamaktadır. Bu bağlamda düşünüldüğünde affetmenin önemli bir bileşeni olan öfke ve intikam gibi duyguların düzenlenmesinin önem arz ettiği söylenebilir. Bu doğrultuda ergenlerin kişilerarası ilişkilerde yaşadıkları sorunlarda duygularını düzenleyerek affetme eğiliminde olmaları saldırgan davranışların önlenmesi adına bu değişkenler arasındaki ilişkilerin daha detaylı incelenmesinin önemini ortaya koymaktadır.

İlişkisel saldırganlık yalnızca bu davranışlara maruz kalan mağdurları değil aynı zamanda, ilişkisel saldırganlık davranışlarını gösteren bireyleri de psikolojik sağlık açısından olumsuz bir biçimde etkilemektedir. Kişiler arası ilişkilerin karşılıklı ve de etkileşimsel bir süreç olduğu düşünüldüğünde, bu davranışlarını gösteren bireylerin psikolojik ve sosyal zorluklar yaşadığı görülmektedir (Grotper ve Crick, 1996). Bireylerin kıskançlık, güvensizlik gibi bir ilişkiyi zedeleyebilecek yapılardan sıyrılarak, sosyal anlamda daha sağlıklı ilişkiler geliştirebilmesi için ilişkisel saldırganlık davranış örüntüsünün ortaya koyulmasına, daha iyi anlaşılmasına ve gerekli müdahalelerin yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır. Bundan dolayı da ilişkisel saldırganlığa hangi faktörlerin neden olduğunun çalışmalarla ortaya koyulması gerekmektedir (Kurtyılmaz, 2011). Ülkemizdeki alanyazın tarandığında ilişkisel saldırganlıkla ilgili yayınların okulöncesi dönem ile sınırlı olduğu görülmektedir. Bunun yanında üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen Kurtyılmaz (2011) ve Karaaslan (2019)'ın çalışmaları ilişkisel saldırganlık ile ilgili yapılan alanyazında sınırlı sayıdaki çalışmalardır. Gelişim dönemleri

düşünüldüğünde oldukça önemli ve kritik bir dönem olan ergenlik döneminde de Ekşi (2021)'nin çalışması dışında ilişkisel saldırganlıkla ilgili bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bakımdan ruh sağlığı açısından kritik bir gelişim dönemi olan ergenlikte; ilişkisel saldırganlık kavramının dinamiklerinin anlaşılması önem arz etmektedir. Ergenlerle çalışan okul psikolojik danışmanlarının, ergenlerin ilişkisel saldırganlık davranışlarını azaltmaya yönelik çalışmalarında araştırmadan elde edilecek bulguların yararlı olacağı düşünülmektedir. Çünkü ergenlerin ilişkisel saldırganlıklarının ve bunları etkileyen değişkenlerin bilinmesinin, sağlıklı bir kişilik yapısı oluşturmaları, etkili ve verimli bir eğitim yaşantısı sürdürmeleri ile ergenlere yönelik rehberlik ve psikolojik yardım hizmetlerinin daha sistemli sunulmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bakımdan araştırmanın sonuçlarının, ergenlere psikolojik yardım hizmeti sunan profesyonellere uygun hizmetlerin sunulmasını planlama yönünden katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Son yıllarda rehberlik ve psikolojik danışma çalışmalarının özellikle koruyucu ve önleyici müdahaleler üzerine odaklandığı görülmektedir. Stresin derin ve duyguların yoğun olarak yaşandığı ergenlik döneminde, ergenlere yönelik koruyucu ve önleyici çalışmalar ile müdahaleler yapılması ve ergenlerin ilişkisel saldırganlık düzeylerinin azaltılması için duygu düzenleme güçlüğü ve affetme değişkenleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Ergenlik dönemindeki ilişkisel saldırganlık davranışlarının az olmasının, ergenin ruh sağlığı üzerinde koruyucu bir faktör olacağı düşünülmektedir. Alanyazın incelendiğinde ilişkisel saldırganlık olgusuna ilişkin çalışmaların çok sınırlı olması ve ergenlerde ilişkisel saldırganlık, duygu düzenleme güçlüğü ve affetme bir arada inceleyen bir çalışmaya rastlanmamış olması da bu çalışmanın yapılmasına yönelik ihtiyacı ortaya koyan bir neden olmaktadır. Bu kapsamda ilişkisel saldırganlık ile ilişkili olabilecek duygu düzenleme güçlüğü ve affetme değişkenlerinin ele alınması, ilerleyen yıllarda yapılacak olan koruyucu ve önleyici çalışmalar, programlar ile yapılacak olan araştırmalara katkı sunması beklenmektedir.

1.4. Sınırlılıklar

1- Bu araştırmanın çalışma grubu 2021-2022 öğretim yılında Eskişehir ilindeki liselere devam eden öğrenciler ile sınırlıdır.

2- Bu çalışmada ele alınan değişkenler, öz-bildirime dayalı ölçme araçlarının ölçümleri ile sınırlıdır.

1.5. Tanımlar

İlişkisel Saldırganlık: Bireyin sosyal çevresinde ilişki içinde olduğu akraba ve akranlarına yönelik olarak örtülü veya açık bir biçimde görmemezlikten gelme, reddetme, dışlama, onaylamama, arkasından kasıtlı bir biçimde konuşma gibi davranışların tamamını içeren saldırgan davranış türleridir (Grotper ve Crick, 1996).

Duygu Düzenleme: Bireyin, hedeflerini gerçekleştirebilmek amacıyla duygusal tepkilerini izlediği, değerlendirdiği, sürdürdüğü, kontrol altında tutma ve adapte etme sürecidir (Thompson, 1994).

Duygu Düzenleme Güçlüğü: Kişinin yaşamakta olduğu duyguları ile alakalı farkındalık geliştirememesi, duygularını kabul edemeyip bunları anlamlandıramaması ile dürtülerini kontrol etmede ve amaca yönelik yeni tepkiler geliştirmede güçlük çekmesidir (Gratz ve Roemer, 2004).

Affetme: Bireyi kendini inciten kişiye yönelik olarak öfke, kızgınlık ve intikam gibi duygular yerine bilerek ve isteyerek hoşgörü, merhamet, empati, gibi olumlu tepkiler geliştirmesidir (Enright, 1996).

Affetmenin Bileşenleri: Kişiler arası ilişkilerde, bireylerin affedici davranmasına dair kolaylıklar sağlayan merhamet, hassaslık, sevecenlik, şefkat ve iyi niyet gibi özelliklerdir (Asıcı, 2018).

Öfkeyi Sürdürme: Bireyin kişiler arası ilişkilerde incinme yaşadığı kişiye dair öfkeli olma durumunu devam ettirmesidir (Asıcı, 2018).

İntikam Alma: Bireyin kişiler arası ilişkilerde incinme yaşadığı kişiye dair intikam veya öç alma arzusunun bulunmasıdır (Asıcı, 2018).

Empati Kurma: Bireyin kişiler arası ilişkilerde incinme yaşadığı kişiye vereceği tepki öncesinde karşısındaki kişinin duygu ve düşüncelerini anlayarak empati kurmasıdır (Asıcı, 2018).

2. ALANYAZIN

Alanyazın bölümdeki bilgiler iki ana başlık altında sıralanmıştır. Birinci ana başlıkta ilişkisel saldırganlık, duygu düzenleme güçlüğü ve affetme hakkında alanyazında yer alan kuramsal açıklamalara yer verilmiştir. Daha sonrasında ikinci ana başlıkta ise çalışmada yer alan değişkenlere ilişkin araştırma bulguları paylaşılmıştır.

2.1. İlişkisel Saldırganlığa İlişkin Kuramsal Açıklamalar

Bu bölümde ilişkisel saldırganlıkla ilgili alanyazında yer alan kuramsal açıklamalara yer verilmiştir. İlişkisel saldırganlık kavramının daha anlaşılabilir olması için sırasıyla; saldırganlık, ilişkisel saldırganlık, ilişkisel saldırganlığa ilişkin kuramsal açıklamalar, ergenlik döneminde ilişkisel saldırganlık hakkında alanyazındaki kuramsal açıklamalar alt başlıklar halinde sunulmuştur.

2.1.1. Saldırganlık

İstenmeyen davranışlardan olan saldırganlık farklı biçimlerde ortaya çıkabilir. Bu doğrultuda saldırganlıkla ilgili çalışmalar incelendiğinde, saldırganlık çok faktörlü bir yapı olarak ele alınmaktadır. Bunun yanında saldırganlıkla ilgili farklı sınıflandırmaların yapıldığı da görülmektedir. Moeller (2001), sözel ve fiziksel olarak saldırganlığın iki farklı türü olduğunu belirtmektedir. Bir kişinin, hayvanın ya da nesnenin bilinçli bir biçimde fiziksel bütünlüğüne zarar vermeyi amaçlayan davranışlar fiziksel saldırganlık kapsamında yer almaktadır. Bir başkasına sözlü ifadeler kullanarak zarar vermek ise sözel saldırganlık kapsamında değerlendirilmektedir. Buss (1961)'a göre ise saldırganlık üç boyutlu bir yapıdan meydana gelmektedir. Birinci boyut fiziksel ya da sözel saldırganlık boyutudur. Bu boyutta bir kişiye vurma, kişiyi ısırma, kişiyi çekiştirme, kişiyi itme gibi davranışlar yer alırken; psikolojik anlamda karşıdaki kişiye zarar verme amaçlı söylenen sözlü ifadeler, sözel saldırganlık kapsamında değerlendirilmektedir. İkinci boyut ise aktif ya da pasif saldırganlık boyutudur. Aktif saldırganlık, belli bir hedefe yönelik olarak gerçekleştirilen ve karşıdakinin canını yakma niyeti içeren davranışlardır; pasif saldırganlık karşıdakinin hedefine ulaşmasına engellemeye yönelik davranışlardır. Saldırganlığın üçüncü boyutu ise, doğrudan ya da dolaylı saldırganlık olarak geçmektedir. Doğrudan saldırganlık, karşıdakinin öfkelenmesine sebep olacak uyaranları o kişiye

doğrudan iletilmesidir. Dolaylı saldırganlık ise karşıdakinin karmaşık yollarla zarara uğratılmaya çalışılmasıdır.

Saldırganlıkla ilgili bir başka sınıflandırmaya göre saldırganlık araçsal ve düşmanca olmak üzere iki şekilde oluşur. Düşmanca saldırganlık, fark edilen bir tehlikeye yönelik olarak ortaya koyulan bir tepkidir. Bunun yanında düşmanca saldırganlık, aynı zamanda dürtüsel bir biçimde kontrolsüz olarak karşıdakine hasar vermeyi hedefleyen bir davranış türüdür. Araçsal saldırganlık ise saldırgan davranış kalıplarının, bir amacı gerçekleştirmek için kullanılmasıdır (Anderson ve Bushman, 2002). Saldırganlığın, davranışın işlevine göre reaktif ve proaktif saldırganlık olarak ta sınıflandırıldığı görülmektedir. Proaktif saldırganlık ise, bir kışkırtma ya da tehdit durumunun gerçekliğinin var olmamasına karşın, kasten ve maksatlı olarak yapılan davranışları içermektedir. Reaktif saldırganlık; algılanmış olan veya var olan bir tehdide yönelik gösterilen beklenmedik öfke patlamalarını içeren tepkilerdir (Vitaro, Brendgen ve Barker, 2006).

2.1.2. İlişkisel saldırganlık

İlişkisel saldırganlık; bireyin sosyal çevresinde ilişki içinde bulunduğu akraba ve akranlarına karşı örtülü ya da açık bir biçimde görmezlikten gelmesi, onları reddetmesi, onların arkasından kasıtlı bir biçimde konuşması veya dışlamasıdır (Grotmeter ve Crick, 1996). Saldırganlığın bir biçimi olarak ortaya çıkan ilişkisel saldırganlık; kişinin sosyal etkileşim ve iletişiminin sınırlandırılması veya kesilmesi sonucunda, diğerleri ile kurmuş olduğu sosyal ilişkileri bozmayı amaçlamaktadır (Kurtyılmaz, Can ve Ceyhan, 2017; Turner, 2007). İlişkisel saldırganlık sosyal ilişkilerde kişinin samimi olmaması, mesafeli olması, soğuk davranması gibi yollarla da kendini göstermektedir. Bu saldırganlık biçimde temel amaç, bireyi sosyal etkileşim alanından uzaklaştırmak ve bireyin sosyal ilişkilerine zarar vermek olduğu söylenebilir. İlişkisel saldırganlık; sosyal bir grup içerisinde dedikodu yapma, diğerleri hakkında gerçekçi olmayan söylentiler çıkarma ya da birilerini dışlama gibi grup üyelerine sosyal statü anlamında zarar verme gayesi güden davranışlar olarak tanımlanır (Crick ve Grotmeter, 1995). Bu bağlamda kişiyi sosyal çevreden dışlamak, onun hakkında dedikodu yapmak ile kişiyi küçük düşürmek ve akran grubunu kişi hakkında manipüle etmek ilişkisel saldırganlığın açığa çıkma yolları olarak gözlenmektedir.

Dışlama, genel olarak sosyal grup içindeki kişiyi yok sayma veya kişi sosyal grubun sağladığı avantajlardan yoksun bırakma biçiminde görülmektedir. Dışlanma davranışlarına; bireyin sosyal grup dışına itilmesi, grubun diğer üyeleri ile etkileşimine izin verilmemesi ya da bireye sosyal grup içinde yokmuşçasına davranılması ya da bireyin görmezden gelinmesi gibi örnekler verilebilir (Abaydın, 2013). Bazen de dışlama o kişiye karşı soğuk ve mesafeli davranmaktır (Duncan ve Owen-Smith, 2006). Dışlanmaya maruz kalan bireyler, tükenmişlik, depresyon ve yalnızlık yaşayabilir. Buna ek olarak dışlanan bireylerin güvensizlik yaşadığı, kendine dair saygılarının azaldığı ve kendini kabul etmekte zorlandığı gözlenmektedir. Bu bağlamda dışlayan bireyler, hoşlanmadıkları bireylerin sosyal ilişkilerine doğrudan veremedikleri zararı dolaylı olarak vermiş ve amacına gerçekleştirmiş olmaktadır (Williams, 2009). Bunlara ek olarak dışlama davranışının yanında kişi hakkında gerçekçi olmayan söylentiler çıkarmak da ilişkisel saldırganlık içeren bir davranış olarak görülebilir.

Dedikodu, bireyler tarafından art niyetli olarak; çevredeki diğer bireyleri, olumsuz etkilemek gayesiyle yönlendirmeye çalışarak, başkalarını kötü göstermek için başvurulan davranışları içermektedir (Baumeister, Kathleen ve Vohs, 2004). Kişiler hakkında gerçekçi olmayan söylentiler çıkarma olarak tanınabilecek olan dedikodu, kişi hakkında gizli konuşmaların yapılması, kişiler ile ilgili olumlu düşünülmemesi ve gerçekçi olmayan söylemler ile karşıdaki kişinin sosyal ilişkilerine zarar verme gayesi içerdiği söylenebilir. Bu noktada dedikodu, istenmeyen kişinin sosyal ortam içinde kötü görünmesini sağlamak amacıyla başvurulan bir yoldur. Özetle; dedikodunun amacının dedikodu yapılan birey hakkında sosyal ortamda olumsuz bir algı oluşturup ve sosyal ortamdan dışlayarak kişinin sosyal ilişkilerine zarar vermek olduğu söylenebilir. Dedikodu kişinin sosyal çevresinin yönlendirilmesi veya manipüle edilmesi gibi de düşünülebilir.

Manipülasyon, kişilerin sosyal grup içinde kendi kişisel menfaatleri için olayları ve kişileri yönlendirmek veya yanıltmak amacıyla başvurulan davranışlar olarak tanımlanabilir. Bu noktada manipülatif davranışlar bireylerin kendi amaçları doğrultusunda başkalarını yönlendirmesi, yanıltıcı ve kasıtlı bir şekilde diğerlerini kendi isteği doğrultusunda davranmaya iten bir stratejisi olarak tanımlanmaktadır (Austin, Farrelly, Black ve Moore, 2007; Chapaux-Morelli ve Couderc, 2017). Bu davranışlar zaman zaman başkalarının sosyal ilişkilerine zarar vermeyi içerdiği için ilişkisel

saldırıcılık kapsamında değerlendirilmektedir. Çünkü bireyler zaman zaman karşısındaki soğuk ve mesafeli davranarak ilişkiyi ya da karşısındaki kişiyi manipüle etme gibi yöntemlerle ilişkilerde sosyal statü edinmeye çalışırlar (Duncan ve Owen-Smith, 2006). Bunun yanında ilişkiyi kesmek veya ilişkiyi bitirmekle tehdit etmek ya da ilgisiz davranmak da sosyal ilişkilerde manipülatif davranışlar olarak gözlenebilir. Kişilerin sosyal ilişkilerine ve sosyal statüsüne zarar verme amacı taşıyan dedikodu, dışlama ve manipülasyon gibi davranışların ilişkisel saldırıcılığın en yangın olarak gözlenen biçimleri olduğu söylenebilir. Bu noktada gelişimsel dönem özellikleri düşünüldüğünde ebeveyn ilişkilerinin yerinin akran ve arkadaş ilişkilerinin aldığı ergenlik döneminde ilişkisel saldırıcılık davranışının arttığı söylenebilir.

2.1.3. İlişkisel saldırıcılığa ilişkin kuramsal açıklamalar

Bu bölümde, alanyazında saldırıcılık ile ilgili çok sayıda kuramsal açıklama olmakla birlikte ilişkisel saldırıcılık özelinde kapsamlı açıklamaları olan Sosyal Bilgi İşleme Modeline dair kuramsal açıklamalar sunulmuştur.

2.1.3.1. Sosyal bilgi işleme modeli

Sosyal bilgi işleme modeli, bireyin sosyal bir durum karşısında bu sosyal süreci ne şekilde değerlendirdiğini, yorumladığını ve olumlu ya da olumsuz, ne tür bir karara vardığı hakkında ayrıntılı bir model ortaya koymaktadır (Crick ve Dodge, 1994). Buna göre sosyal davranış çeşitli sosyal bilişsel süreçleri temel almaktadır. Buna ek olarak sosyal bilgi işleme modeli, bireylerin sosyal bir durum karşısında nasıl karara vardıklarına dair bir yapı sunarak, bireylerin karşılaştıkları sosyal durumu nasıl anladıklarının ve yorumladıklarının davranışları üzerinde etkili olduğunu vurgulamaktadır (Crick ve Dodge, 1994). Özetle; sosyal bilgi işleme modelinin, kişinin sosyal çevresi ile diğer kişilere dair algılarını ve diğer kişilere yönelik ortaya koyduğu tepkileri kapsayan zihinsel aşamaları ifade ettiği söylenebilir.

Sosyal bilgi işleme modeline göre, sosyal ilişkilerde, bireyler var olan ipuçlarını yeterince işlediklerinde, bunun sosyal uyuma katkı da sağlayacağını ileri sürmektedir. Bunun tam tersi olarak da sosyal ipuçlarının uygun olmayan veya yetersiz işlenmesinin sonucunda ise saldırıcılık gibi olumsuz sosyal çıktılarının ihtimalinin artırması

beklenmektedir (Crick ve Dodge, 1994). Bu bağlamda sosyal bilgi işleme modeli bireyin saldırganlığına, önceki yaşantıları ile diğer bireyler hakkındaki düşünceleri ve çevresindeki uyaranlardan aldığı sosyal ipuçlarının aracılık ettiğini vurgulamaktadır (Goldstein ve Tisak, 2010). Örneğin, bireyin sosyal davranışları hakkındaki yargıları ya da saldırgan olan veya olmayan davranışlara dair senaryolara erişim kolaylığı sosyal davranışları üzerinde etkilidir (Arsenio ve Lemerise, 2004). Buna göre ilişkisel saldırganlığın kabul edilebilirliğine dair yargılar ilişkisel saldırganlık ile yakından ilişkilidir (Werner ve Nixon, 2005). Bu yargılar sonucunda oluşan davranış için sosyal bilgi işleme modeli, sosyal uyarıcıların nasıl işlediğine ve bunlara yanıt verilirken sonuca nasıl ulaşıldığına yönelik 6 basamaklı bir yapı sunmaktadır. Bunlar; 1. İçsel ve dışsal ipuçlarının kodlanması, 2. İpuçlarının analizi, 3. Sosyal amaçların belirlenmesi, 4. Tepkiye erişim ve tepkinin şekillendirilmesi, 5. Uygun olan tepkiye karar verilmesi ve 6. Seçilen tepkinin ortaya konmasıdır (Crick ve Dodge, 1994). Sosyal işleme modeli bu altı basamaklı aşamayı ardışık bir yapı olarak değerlendirmektedir.

6 basamaklı ardışık bu yapının her aşamasında, yeterli düzeyde sosyal başarı sergileyen gösteren bireylerin sosyal beceri yönünden gelişmiş ve sosyal olarak yeterliliğe sahip olduğu kabul edilmektedir. Bunun tersi olarak da bu aşamalarda sorun yaşayan ve sosyal durumlara uygun tepkiyi veremeyen bireyler ise sosyal olarak uyumsuz ve işlevsiz davranışlar göstermektedir (Nelson ve Crick, 1999). Yapılan araştırmalar saldırgan bireylerin, saldırgan olmayan bireylere göre sosyal bilgi işleme süreçlerinde farklılıklar olduğunu ortaya koymaktadır. Buna göre, bir bireyin maksadı ile ilgili karara varmadan önce daha az içsel veya dışsal ipuçları kodlamayan, akranının düşmanca bir şekilde davrandığını inanan bireyler, sosyal problemlere karşı daha saldırgan davranışlar göstermeye eğilimlidir. (Dodge 1980; Milich ve Dodge, 1984). Sosyal bilgi işleme yapısının başarılı bir biçimde işlemesi ise, sosyal beceri yönünden bireylerin yeterliliğine işaret etmektedir (Crick ve Dodge, 1994). Bu durumda; sosyal işleme sürecinde başarılı olan bireyler, sosyal mesajları doğru olarak yorumladıkları için bu mesajlara saldırgan tepkiler vermemektedirler. Sosyal işleme sürecinde başarılı olamayan bireyler ise, içsel ve dışsal ipuçlarına yeterli dikkat veremedikleri için, sosyal mesajları yanlış yorumlarlar veya tam olarak yorumlayamazlar. Bundan dolayı da sosyal bilgi işleme sürecindeki yetersizlik ve eksiklikler ilişkisel saldırganlığa neden olmaktadır. (Camodeca ve Goossens, 2005). Özetle; sosyal bilgi işleme modeli ilişkisel saldırganlık davranışlarını

sosyal bilgi işleme sürecinde gerçekleşen yanlışlıktan veya hatalardan kaynaklandığını belirtmektedir (Osantowski, 2001). Bundan dolayı kişilerin sosyal bilgi işleme sürecinde yapmış oldukları hataların veya yanlışlıkların düzeltilmesi ile ilişkisel saldırganlık içeren davranışlarının azaltılması ya da önlenmesi mümkün olmaktadır (Goldstein ve Tisak, 2010).

2.1.4. Ergenlik döneminde ilişkisel saldırganlık

Yaşamın hemen her döneminde görülmekle birlikte ilişkisel saldırganlık ergenlik döneminde artış gösteren yıkıcı bir davranıştır (Flack, 2017; Keenan, Coyne ve Lahey, 2008; Tackett, Kushner, Herzhoff, Smack ve Reardon, 2014). İlişkisel saldırganlık; ilk çocukluk dönemlerinde arkadaşlık ilişkisini sonlandırmakla tehdit etme, doğum günü partisine çağırılmama ya da karşıdakinin söylediklerini duymamak için kulaklarını elleri ile kapatma şeklinde ortaya çıkmaktadır. Orta çocukluk ve ergenlik döneminde ise kişi ile ilgili gerçekçi olmayan söylentiler çıkartıp kişiyi karalama, kişi hakkında dedikodu yapma, kişiyi başkalarının yanında utandırma ya da küçük düşürme, sosyal olarak gruptan dışlama veya kişinin arkasından konuşma biçimlerinde meydana gelmektedir (Archer ve Coyne, 2005). Ergenler, başkaları ile ilişkilerini geliştirmek, grup içindeki konumunu korumak veya kendini arkadaş grubunda daha güçlü göstermek için karşıdaki kişinin diğerleri ile ilişkilerini bozan ve onun sosyal konumunu değersizleştiren bazı yollara başvurabilir (Crick ve Grotpeter, 1995). Örneğin, ergenlik döneminde popülerlik kazanmak için ilişkisel saldırganlık türü davranışlar sergilenebilmektedir (Mayeux, 2014). Bundan dolayı ilişkisel saldırganlık; bir akran grubu içinde popülerliği sağlamlaştırma ve sosyal bir statüye sahip olma gayesiyle diğer akranın grup içi saygınlığını zedelemeye yönelik davranışlar olarak görülmektedir (Turner, 2007). Ergenler, sosyal statü kazanmak amacıyla, akranlarının sosyal ilişkilerine zarar vermek için farklı yöntemlere başvurabilirler. Akran grubu içinde alay etmek, aleni olarak akranını utandırmak ve onun hakkında dedikodu yaymak da ilişkisel saldırganlığın biçimlerindedir (Casas vd., 2006; Zhang vd., 2016).

Ergenler ait olduğu grup içinde popüler hale gelmek için zaman zaman ilişkisel saldırganlık davranışı göstermektedir (Lu ve arkadaşları, 2018). Bunun yanında ilişkisel saldırganlıkla ilgili ilk deneyimlerin muhtemelen altıncı ve dokuzuncu sınıflar arasında meydana geldiği bildirilmektedir (Voulgaridou ve Kokkinos, 2015). Buna ek olarak okul

ortamlarında ilişkisel saldırganlık içeren davranışlarla karşılaşılması olağandır. Yetişkinler tarafından daha kolay tespit edilen ve cezalandırılma olasılığı yüksek olan fiziksel saldırganlığa göre, ilişkisel saldırganlık daha az fark edilir. Bu nedenle çoğu zaman kurban için olumsuz sonuçlar olmadığı sürece fark edilmez (Merrell, Buchanan ve Tran, 2006; Yoon ve Kerber, 2003). İlişkisel saldırganlıkta kişinin diğer kişilerle olan ilişkilerine veya sosyal konumuna zarar verme söz konusu olduğundan ve fiziksel unsurlar içermediği için tespiti de oldukça güçtür.

Ergenler bireyselleşmeye ve ebeveynlerinden ayrı bir benlik duygusu geliştirmeye başladıkça, akran ilişkileri ve sosyal konum daha büyük önem kazanmaktadır. Bundan dolayı ergenlik dönemindeki arkadaş ilişkilerinin ergenlerin kimlik gelişiminde temel rol oynadığı söylenebilir. Ergenlik döneminde akranlarla geçen zamanda artış ve arkadaşların destekleyici etkileri yoğunlaşmaktadır (Goldstein ve Tisak, 2010). Ergenlerin akran ilişkileri, sosyal statüleri, hemcins ve karşı cins akranları tarafından kabul edilmeleri, öz kimliklerinin önemli bir parçası olmaktadır (Yoon, Barton ve Taiariol, 2004). Bundan dolayı bu dönemde ergenler sosyal başarıya ulaşmak için akran ilişkilerini kontrol etmeye ve manipüle etmeye çalışabilirler (Crick, Ostrov ve Kawabata, 2004). Ergenler akranları ile yaptıkları sosyal karşılaştırmalar aracılığıyla kendini değerlendirirler. Kendi kimliğini kazanma yolundaki ergen, akran grubu içindeki mücadelede kendisine bir yer edinmek için zaman zaman yakın çevresindeki arkadaşlarına karşı ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergileyebilir. Bunun yanında akranları tarafından kabul görmek ya da bir gruba dahil olmak ergen tarafından istenebilecek durumlardır. Buna bağlı olarak ergenler zaman zaman akranlarına uyma davranışları sergileyebilir. Böylelikle ergenlikte ortaya çıkan sosyal değişimler, ilişkisel saldırganlığın kullanımı için uygun bir zemin sağlamaktadır (Murray-Close, Ostrov ve Crick, 2007). Çünkü ilişkisel saldırganlık; dedikodu, dışlanma gibi davranışlar nedeniyle sosyal grup üyelerinin katılımını gerektirmektedir (Heilbron ve Prinstein, 2008). Bunun bir sonucu olarak bu dönem akran baskısının yoğun olduğu bir dönemdir. Zaman zaman gösterilen bu uyma davranışı bazen de olumsuz olarak değerlendirilen ilişkisel saldırganlık olabilir. Bu nedenle ergenlik döneminde ilişkisel saldırganlığın arttığı düşünülebilir.

Genellikle akranların yakın ilişkilerinde meydana gelen ilişkisel saldırganlık, genel anlamda ilişki içindeki taraflardan birinin ilişkiye dair mahremiyetinin bozulduğunu fark

ettiğinde ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla, ilişkisel saldırganlık sıradan akran ilişkilerinden daha çok yakın ve samimi arkadaşlık ilişkilerinin olduğu durumlarda meydana gelmektedir (Ülken, 2011). Akran ilişkilerinde yaşanan yanlış anlamalar, duygusal kırgınlıklar veya kıskançlık benzeri duyguların da ilişkisel saldırganlık davranışının ortaya çıkmasında etkili olduğu düşünülebilir. Ön ergenlik döneminde ilişkisel saldırganlık içeren davranışların artmasıyla beraber, yakın arkadaş ilişkilerinde de kıskançlık ve çatışma düzeylerinin arttığı gözlenmektedir (Grotperter ve Crick, 1996). Soenens, Vansteenkiste, Goossens, Duriez ve Niemiec, (2008) ilişkisel saldırganlık yakın arkadaş ilişkilerinde güvensizliğe neden olmakla birlikte buna ek olarak, kırgınlık ve yabancılaşma duygularını arttırarak arkadaşlık ilişkisine hasar vermektedir. Bu durum ilişkisel saldırganlığın, ergenlerin olumlu arkadaşlık niteliklerini sınırlandırdığını ve yalnızlık düzeylerinin artırdığını göstermektedir. Bu bağlamda ilişkisel saldırganlık ile duygusal durumların ilişkili olduğu ve duygu düzenleme güçlüğü yaşayan ergenlerin ilişkisel saldırganlık davranışları sergiledikleri düşünülebilir.

İlişkisel saldırganlık için risk faktörü olabileceği düşünülen değişkenlerden biri, duygu düzenleme güçlüğüdür. Bundan dolayı sonraki bölümde duygu düzenleme güçlüğüne ilişkin kuramsal açıklamalara yer verilecektir.

2.2. Duygu Düzenleme Güçlüğüne İlişkin Kuramsal Açıklamalar

Bu bölümde duygu düzenleme güçlüğü ile ilgili alanyazında yer alan kuramsal açıklamalara yer verilmiştir. Duygu düzenleme güçlüğü kavramının daha anlaşılabilir olması için sırasıyla; duygu düzenleme, duygu düzenleme ile ilgili kuramlar, duygu düzenleme stratejileri ve duygu düzenleme güçlüğü hakkında alanyazındaki kuramsal açıklamalar alt başlıklar halinde sunulmuştur.

2.2.1. Duygu düzenleme

Duyguların, sosyal uyum ile ilişkileri sürdürme gibi işlevlerinin yanında bireyleri tehlikelerden koruma ve hedefe yöneltme gibi işlevleri de bulunmaktadır. Bunun yanı sıra duygular, doğru zaman ve doğru yerde uygun bir biçimde ortaya koyulmadıklarında ise bireyin yaşamını güçleştirebilmektedir. Bundan dolayı bireylerin duygularını nasıl yaşadıkları ve düzenledikleri, psikolojik sağlık ve sosyal uyum açısından önemlidir.

Duygular yaşanılan durumla dengeli olarak uyumlu olmadıklarında, yoğun bir biçimde ortaya çıktıklarında veya çok uzun süre devam ettiklerinde fonksiyonlarını kaybederek bireyin sorunlar yaşamasına neden olmaktadır (Werner ve Gross; 2010). Bununla birlikte duyguların nasıl yaşandıklarının yanında önemli bir özelliği de birey tarafından kontrol edilebilir olmasıdır (Gross ve Thompson, 2007). Duyguların bireyler tarafından kontrol edilebilir olmasından dolayı duyguların düzenlenmesinin mümkün olduğu söylenebilir. Duyguların düzenlenmesinin aynı zamanda sosyal uyumu artırarak bireylerin öznel iyi oluşlarını artırdığı söylenebilir.

Bireylerin yaşamlarında önemli bir beceri olan duygu düzenlemenin özünü, yaşanılan duygunun farklı çevre şartlarına uyum sağlaması oluşturmaktadır (Durbin ve Shafir, 2008). Duygu düzenleme süreci aslında olumsuz duyguları yok etmek değil; olumlu duygulara benzer biçimde, bireyin olumsuz duygularını da kabul etmesi ve onları kontrol edilmesidir (Gratz ve Tull, 2010). İnsanlar genellikle üzüntü, endişe ve öfke gibi olumsuz duygularını sınırlandırarak duygularını düzenlemeye çabalamaktadır. Bunun yanında kişiler çevresi ile olan olumlu duygusal yaşantıları sayesinde mutluluk, ilgi, sevgi ve neşe gibi olumlu duyguları da fazlalaştırarak duygularını düzenleyebilir. Duygu düzenlemenin, genellikle duygusal tepkilerde değişimler içerdiği söylenebilir. Bu değişimler, bireylerin yaşamakta oldukları duygunun çeşidine, ne zaman ortaya çıktığı ile bu duyguyu nasıl deneyimledikleri ve ifade ettikleri konusunda kendini gösterebilir (Gross 1998; Gross 1999). Birey geçici ya da kalıcı hedefleri doğrultusunda gerçekleştirmek istediklerine bağlı olarak, olumsuz ya da olumlu duygularını (Cole, Martin ve Dennis, 2004; Gross ve Thompson, 2007), sınırlayabilir, derinleştirebilir veya sürdürebilir (Gross ve Thompson, 2007). Basit ya da karmaşık, kendiliğinden veya kontrollü, bilerek veya bilmeyerek duygu düzenleme süreci gerçekleşebilmektedir. Duygu düzenlemenin etkileri, duygunun oluşum sürecindeki bir veya birkaç noktada gerçekleşebilir (Gross, 1998; Gross ve Thompson, 2007). Bu durumda karmaşık bir yapı gibi görünen duygu düzenleme sürecinin, bireylerin yaşamlarının birçok alanında etkileri söz konusudur.

Duygu düzenleme süreci gelişimsel olarak düşünüldüğünde, bebeklikten başlayıp yaşam süresince devam eden sosyal ve duygusal bir uyum sürecidir (Cole, Martin ve Dennis, 2004). Bu kapsamda erken çocukluk döneminde oluşan duygu düzenleme becerisindeki işlevselliğin, yaşamın ilerleyen dönemlerinde daha iyi duygu kontrolü ve

kişilik gelişimi ile ilişkili olduğu birçok çalışma tarafından gösterilmiştir (Grolnick, Bridges ve Connell, 1996). Benzer şekilde, duygu düzenleme becerileri işlevsel olan ergenlerin akademik başarı, sosyal yetkinlik, problem çözme, depresyon ve kaygı ile başa çıkma becerilerinin daha gelişmiş olduğu ve stresli durumlara karşı daha fazla uyum gösterdikleri görülmüştür (Buckner, Walukevich, Zvolensky ve Gallagher, 2009). Bilindiği gibi ergenlik dönemi fiziksel değişimlerin yanında duygusal değişimlerin de yoğun görüldüğü bir dönemdir. Ergenler kendilerini yeni duygularına karşı gelen aileler ve diğer yetişkinler ile bir çatışma içinde bulabilirler. Ayrıca bazen, içe kapanarak günlerce sosyal yaşamdan kendisini izole edebilir, mutsuzluk, yalnızlık, utanma gibi depresyonla ilişkili birçok duygu yaşayabilir. Bu süreçler ergenlerin duygu düzenleme becerilerini zorlayan durumlardır (Kesek, 2010). Duygu düzenleme becerisinde yetersizlik yaşayan ergenler, psikolojik problemler geliştirmeye daha yatkındır (McLaughlin vd., 2012). Dolayısıyla duygu düzenlemenin ergenlerin yetişkin yaşamlarındaki öznel iyi oluşları ve sosyal uyumlarını artıran kritik bir beceri olduğu söylenebilir. Dahası duygu düzenleme becerilerini işlevsel olarak kullanamayan ergenlerin, sosyal ilişkiler açısından risk grubunda yer aldıklarını söylemek de mümkündür.

Bireylerin yaşamlarında kritik bir öneme sahip olduğu söylenebilecek duygu düzenleme becerisi, bireyin amaçları gerçekleştirebilmesi için bir duygunun başlamasını, devam ettirilmesini ya da yönetilmesini ifade etmektedir (Thompson, 1994). Gross (1998) ise bir döngü olduğunu belirttiği duygu düzenlemenin, bireylerin yaşadıkları duyguları, yaşanan zaman diliminde nasıl tecrübe ettiklerini ifade ederek duygularını yönlendirme süreci olduğunu belirtmektedir. Buna göre bireyin bir uyarıcı vasıtasıyla dikkatini duyguya toplaması, uyarıcıyı farkına vararak değerlendirmesi ve duygusal tepkinin ortaya çıkması olduğunu belirtmektedir. Bir başka duygu düzenleme tanımında ise duygu düzenleme, deneyimlenen duygularla yanıt verebilme ve kendi kendine meydana gelen tepkileri bekletebilme becerisi olarak tanımlanmaktadır. Dahası duygusal tepkilerin yalnızca aktif bir şekilde kontrol altına alınması ve düzenlenmesinin ötesinde görülen duygu düzenleme, duyguyu durdurmaktan ya da azaltmaktan çok daha fazlasını ifade etmektedir (Cole, Michel ve Teti, 1994). Bunun yanında Cole, Martin ve Dennis (2004), duygu düzenlemeyi; sadece kişinin yaşadığı olumsuz durumlar ile başa çıkma için değerlendirmede bulunma, harekete geçme eylemlerini tetikleme becerisi olarak

tanımlamıştır. Duygu düzenlemenin en geniş kapsamlı tanımına göre ise duyguyu tecrübe etmeye veya ifade etmeye, arttırma ya da kısıtlamaya aracılık eden bilinçli veya bilinçsiz, kendiliğinden veya bilerek oluşan davranışlar, beceriler ve stratejiler bütünüdür (Perry, Calkins, Nelson, Leerkes ve Marcovitch, 2012). Özetle; etkili bir duygu düzenleme, duyguları anlamayı ve tanımayı kapsayan, duyguların kabulünü temel alan ve olumsuz bir duygu yaşanması durumunda duygunun ayarlanmasını ve amaç yönelimli olarak davranışları sürdürme yeteneğini içinde barındırmaktadır (Gratz ve Roemer, 2004).

Sonuç olarak alanyazında duygu düzenleme becerisi üzerinde farklı tanımlar yapıldığı görülmektedir. Duygu düzenleme tanımlarında farklılıklar görülmekle birlikte, yapılan tanımlara bakıldığında, bireylerin duygu düzenleme sürecinde etkin olarak yer aldıkları ve yaşanan duyguyu değerlendirerek bu duyguyu ayarlamanın ortak noktaları olduğu söylenebilir. Duygu düzenleme kavramının tanımı üzerinde, ortak bir görüşün olmamasının bir nedeni tarihsel süreçte duygu düzenleme kavramının sistematik olarak incelenmeye 1980’li yıllardan itibaren başlanması olabilir. Bununla birlikte duygu düzenleme kavramına yönelik olarak tarihsel süreçte kuramlara ait bazı ipuçları görmekte mümkündür.

2.2.2. Duygu düzenleme ile ilgili kuramlar

Duygu düzenlemenin kuramsal temelleri savunma mekanizmalarına (Freud, 1926) ile stres ve stresle başa çıkma kuramına (Lazarus, 1966) dayanmaktadır. Bu bölümde tarihsel süreç içinde yer alan duygu düzenlemeye ilişkin görüşlere yer verilmiştir.

2.2.2.1. Psikanalitik yaklaşım

Tarihsel süreçte, duyguları düzenlemeye ilişkin ilk açıklamaların psikanalitik yaklaşımına ait olduğu görülmektedir. Psikanalitik yaklaşımda duygu düzenlemenin, öncelikle kaygının ve diğer olumsuz duyguların düzenlenmesi biçiminde işlendiği görülmektedir. Kaygının düzenlenmesi, psikanalitik kuramda önemli bir yere sahiptir. Çünkü sağlıklı bir gelişim ve ruh sağlığı sergileyen bireyler, gelişim dönemlerinde karşılaşılan kaygı verici durumlarla başa çıkabilmektedir (Nelson-Jones, 2003). Yüksek düzeyde kaygı yaşayan birey bu duygu ile baş edebilmek amacıyla savunma

mekanizmaları kullanmaya yönelir. Savunma mekanizmalarının kimi zaman gerçeği olduğundan farklı olarak yansıttığı ve davranış sorunlarına neden olduğu gibi olumsuz durumlara da neden olabileceği belirtilmektedir. Kaygının düzenlenmesi sonucunda olabilecek bu durumlar, işlevsiz savunma mekanizmaları olarak adlandırılmaktadır. Bu işlevsiz savunma mekanizmaları, bireyin fazla kaygı ile dürtüleri arasında bir bağ kurması ve kaygısıyla başa edebilmek için kendine has ve problemlili duygu düzenleme biçimlerini öğrenmesi ile gerçekleşmektedir (Gross, 1999). Özetle; psikanalitik yaklaşımda kaygının yönetilmesi ve savunma mekanizmalarının kullanımı bireyin karşılaşmış olduğu durumlara yönelik olarak duygularını düzenlemeyi öğrendiğini ifade eder. Psikanalitik kuram duygu düzenlemeye ilişkin geleneksel yaklaşım olarak kabul görürken; Lazarus tarafından ortaya koyulan stresle başa çıkma kuramı duygu düzenlemeye dair yeni bir bakış açısı getirmiştir (Gross, 1999).

2.2.2.2. *Stresle başa çıkma kuramı*

Günümüz duygu düzenleme çalışmalarının öncüsü sayılabilecek stresle başa çıkma yaklaşımı, bireyler tarafından sergilenen başa çıkmaya dair çabaların tümünün duygu düzenlemenin kapsamında yer alabileceğini vurgulamaktadır (Lazarus, 1991; Smith ve Lazarus, 1993). Buna göre Lazarus (1991) stresi, bireyin iyi oluş halini etkileyen ve bireyle çevresi arasındaki ilişki unsurlarını oluşturan bir kavram olarak görürken, başa çıkmayı ise problem içeren çevre-birey ilişkisinde bulunan unsurların kontrol altında tutulması ve anlayışla karşılanmasını sağlayan uğraşlar olarak tanımlamaktadır. Bu tanım kapsamında, esas olarak farklı iki boyutta incelenen başa çıkma yaklaşımında sorun odaklı başa çıkma, stres unsurlarının çözümünde kullanılan stratejilerken; duygu odaklı başa çıkma ise olumsuz duyguları düzeltmeye ve azaltmaya yönelik müdahaleleri içermektedir (Lazarus, 1991). Lazarus (1991), her duygunun kendine has ve eşsiz bir kapsamının olduğunu belirtmektedir. Buna göre her duyguya özgü bir tema bulunmakla birlikte, bu tema birey ile çevresi arasındaki yararları ile zararları belirlemek ve bunlarla başa çıkma konusunda bireye destek olmaktadır. Bu sayede birey kişisel ve çevresel değişkenleri bütünleştirebilmekte, durumlara, olaylara ve çevresine uyum sağlayabilmektedir.

Psikanalitik kuram ve stresle başa çıkma kuramı; duygu düzenleme çalışmalarına bir temel oluşturmakla beraber, duygu düzenleme kavramı son yıllarda bu iki

yaklaşımından bağımsız olarak farklı bir alan olarak ortaya çıkmış ve duygu düzenlemenin daha sistematik bir şekilde incelenmesi için “Duygu Düzenleme Süreç Modeli” ortaya konulmuştur (Gross, 1998).

2.2.2.3. Duygu düzenleme süreç modeli

Gross tarafından geliştirilen “Duygu Düzenleme Süreç Modeli”; duygusal tepkilerin oluşmasını sağlayan duygu, davranış ve tepki bileşenlerini artırma, devam ettirme ya da kısıtlama için kullandığımız tüm bilinçli ya da kendiliğinden ve aynı zamanda uyumlu ya da uyumsuz olabilen stratejileri kapsamaktadır (Gross, 1998). Bu modele göre duygu düzenleme süreci, içsel ya da dışsal olarak oluşan duygu ile ilgili algıların değerlendirilmesiyle başlamaktadır. Bu doğrultuda fizyolojik, davranışsal ve yaşantısal olarak gösterilecek tepkilerin oluşması ve bu tepkilerin düzenlenmesiyle sona ermektedir. Duygu düzenleme sürecinde bireylerin duygularını düzenleyebileceği beş aşama bulunmaktadır. Gross (1998), durum seçimi, durum değişikliği, dikkati düzenleme, bilişsel değişim ve tepkiyi düzenlemeden oluşan bu beş noktayı duygu düzenleme süreci olarak tanımlar.

1) Durumun seçimi; duygunun oluşma ihtimalinin olduğu bir duruma girmeyi ya da girmemeyi seçmektir. Özellikle, duyguların düzenlenmesi amacıyla bazı aktivitelerden, insanlardan ya da mekânlardan kaçınmayı veya onlara yaklaşmayı seçmektir. Örneğin, çekingen bir bireyin sosyal ortamlardan kaçınması kısa vadeli olarak kişiyi rahatlatabilir. Bununla birlikte, bu kısa vadeli rahatlama, uzun vadede yalnızlık ve asosyalliği beraberinde getirebilir (Gross ve Thompson, 2007).

2) Durumu değiştirme; çevreyi, oluşacak duygusal etkileri değiştirecek biçimde düzenlemek anlamına gelir. Örneğin bir kişi kendinin yaptığı bir gaf, mizah haline getirip bununla dalga geçebilir (John ve Gross, 2004). Diğer bir örnek ise; Ebeveyni ziyarete geldiğinde onların görmek istemediği kirlileri ya da bulaşıkları ortadan kaldırma durum değiştirmeye bir örnek olabilir (Gross, 2014).

3) Dikkati düzenleme; bireyin dikkatini içinde bulunduğu durumun farklı boyutları arasında kendi duygularını yönlendirmek için ne şekilde kullanacağını belirlemesidir. Bu durumun duygu dışındaki boyutlarına odaklanmayı ya da başka yöne dikkatin çekilip

dağıtılmasından, ruminasyona kadar uzanan çeşitli stratejileri içerir. Örneğin ilgi çekmeyen bir konuşmacıyı dinlerken, odadaki kişi sayısını saymak ya da dışarıda yürüyen insanları incelemek gibi örnekler olabilir (Gross, 1999).

4) Bilişsel değişim; bireyin, içinde bulunduğu durumun, taşıdığı duygusal önemi farklılaştıracak şekilde değerlendirmesidir. Ya durumun kendisinin ya da durumun ortaya çıkardığı zorunlulukları idare etmeye yönelik düşünce biçiminin değiştirilmesiyle olmaktadır (Gross, 1999; Kring ve Sloan, 2010). Örneğin “Erkek adam ağlamaz” düşüncesi ile olaylara yönelik bakış tamamen değişebilir.

5) Tepki düzenleme: tepki düzenleme; fizyolojik veya davranışsal tepkileri etkilemeyi kapsamaktadır (Gross ve Thompson, 2007). Diğer duygu düzenleme süreçlerinden farklı olarak tepki düzenleme, tepki başladıktan sonra gerçekleşir (Gross ve Thompson, 2007). Olaylara yönelik düşünce, olay olup gerçekleştikten sonra değiştirilir. İstenmeyen bir durumla başa çıkabilmek için alkol kullanmak buna örnektir (Gross, 2007).

Alanyazında bu beş noktada duygunun düzenlenebileceği belirtilirken, duygu düzenlemede yoğun olarak bahsedilen iki ana duygu düzenleme stratejisi bulunmaktadır.

2.2.3. Duygu düzenleme stratejileri

Duygu düzenleme stratejileri, Gross'un (1998) duygu düzenleme sürecinde belirttiği beş noktanın, hangi zamanında kullanıldığına göre öncül odaklı ve sonuç odaklı olarak karşımıza çıkmaktadır. Duygu düzenleme süreci içindeki durum seçimi, durum değişikliği, dikkati düzenleme ve bilişsel değişim öncül odaklı stratejiler iken, tepki düzenleme sonuç odaklı stratejidir (Gross, 2002). Öncül odaklı stratejiler, davranışsal ve fizyolojik tepkiler değiştirilmeden önce ve duygu oluşumundan önce kullanılır. Sonuç odaklı stratejiler ise duygular hala yaşanırken ve davranışsal ya da fizyolojik tepkiler meydana geldikten sonra yani duygu oluşuktan sonra tepkileri düzenlemek amacıyla kullanılır (Gross, 2001).

Duygu düzenleme strateji kapsamında iki önemli yöntemden bahsedilmiştir; bunlar bilişsel yeniden yapılandırma ve bastırma olarak adlandırılmıştır (Gross ve John, 2003). Bilişsel yeniden yapılandırma, öncül odaklı bir tepkidir. Bireyin yaşadığı durum ile ilgili

duygusal tepkiyi değiştirmeye yönelik olarak dūřündüęü bir yöntemdir. Bastırma ise sonuç odaklı olup bireyin yaşadığı duygusal uyarılmaya eşlik eden duygusal tepkiyi azaltmak maksadıyla kullanılmaktadır (Gross, 2014). Duygu, oluşum aşamasından önce ise yeniden değerlendirme olarak adlandırılır ve duygusal durumun etkisini kısıtlamak amacıyla o durumun yapısını değiştirmeyi amaçlamaktadır. Duygu, oluşum sürecinden sonra oluşuyor ise bastırma olarak adlandırılır ve dışa vurulacak işsel hislerin engellenmesini amaçlamaktadır. Buradan da anlaşıldığı üzere bilişsel yeniden yapılandırma, oluşan olumsuz duyguları ve bu duygulara ilişkili meydana gelen işlevsel olmayan davranışları sınırlamakta etkilidir (Gross, 2001). Aynı zamanda bilişsel yeniden yapılandırmayı daha sık olarak kullanan bireylerin, daha çok olumlu duygu deneyimledikleri gözlemlenmektedir (Gross ve John, 2003). Dięer taraftan bastırma, olumsuz duyguları ifade eden davranışları kontrol altında tutmakta etkili olmaktadır, fakat bu olumsuz duygulara karşı bir rahatlama sağlanamamaktadır (Gross, 2002). Bununla birlikte, bastırmayı kullanan bireylerin de daha çok olumsuz duygu deneyimledikleri görölmektedir (Gross ve John, 2003). Yapılan alışmalar ışığında bilişsel yeniden değerlendirmenin, bastırmadan daha etkili olduğu tespit edilmiştir. Biliřsel yeniden değerlendirmenin davranışlarımızı ve duygularımızı kısıtladığı, bunu yaparken de bilişsel, psikolojik ve kişilerarası ilişkilere zarar vermediği görölmektedir. Fakat bastırmanın hem duygularımızı hem de davranışlarımızı yeterince kısıtlamadığı görölmektedir. Bastırmanın ayrıca, duygusal tepkilerin şiddetinin de artmasına neden olduğu görölmektedir (Gross, 2002, Gross vd., 2006). Yeniden değerlendirmenin en önemli faydasının yaşanılan olumsuz duyguları en aza indirmek olduğu söylenebilir. Bu durumun bireyleri risklere karşı koruduğu ve böylelikle bireylerin daha sağlıklı bir iyilik haline kavuştuğu söylenebilir. Bunun yanında bastırma yöntemini kullanan bireylerin ise özellikle uzun dönemlerde iyilik hallerinin olumsuz etkilendiği söylenebilir.

Bireylerin kullandıkları öncül veya sonuç odaklı stratejiler, bireysel amaçları gerçekleştirebilmek için duygunun başlaması, sürdürölmesi ya da yönetilmesini sağlayarak duyguların düzenlemesine olanak sağlamaktadır. Duygu düzenleme stratejileri duyguları anlama ve tanıma, duyguları kabul etme ve işlevsel olmayan bir duygu yaşandığı zaman o duyguyu kontrol etme ve amaç yönelimli davranışları devam ettirme gibi beceriler içermektedir (Gratz ve Roemer, 2004). Bu becerilerin eksikliği

duygu düzenleme sürecinde aksamalar yaşanmasına ve duygu düzenleme güçlüğü'nün oluşmasına neden olmaktadır.

2.2.4. Duygu düzenleme güçlüğü

Bireylerin duygu düzenleme sürecinin gerçekleşebilmesi için sahip olması gereken bir takım becerilerinin olması gerekmektedir. Gratz ve Roemer (2004), duygu düzenlemenin gerçekleşebilmesi için gerekli becerileri; (a) duygunun fark edilmesi ve anlaşılması, (b) duygunun kabul edilmesi ve uygun düzenleme stratejilerinin kullanılması (c) dürtüsel davranışların kontrol edilmesi ve istenen amaç doğrultusunda davranma becerisi şeklinde sıralamışlardır. Bireylerde duygu düzenleme için gerekli olan bu becerilerden birinin veya birkaçının eksik olması durumu ise duygu düzenleme güçlüğü olarak tanımlamışlardır (Gratz ve Roemer, 2004). Gross (2013) ise, duygu düzenleme güçlüğü'nü kişinin yaşamış olduğu ve tepki verdiği duygusal duruma karşı oluşan işlevsiz yollar olarak tanımlamaktadır. Duygu düzenleme becerileri psikolojik sağlık ile doğrudan doğruya ilişkilidir. Duygu düzenleme sürecinde yaşanacak güçlükler, bireyin kişiler arası ilişkilerini etkilemektedir (Gross ve Munoz, 1995). Birey duygu düzenleme stratejilerini işlevsel olarak kullanamadığında, duygu düzenleme süreci düzgün bir biçimde oluşmayacak ve duyguları düzenlemede güçlükler yaşandığı için bireyin psikolojik sağlığı olumsuz olarak etkilenecektir.

Gratz ve Roemer (2004) duygu düzenleme güçlüğü'nü oluşturan yapıyı duyguların fark edilmesi, duyguların anlaşılması, duyguların kabul edilmesi, duruma uygun duygu düzenleme stratejilerinin kullanılması, olumsuz duygular deneyimlenirken dürtülerin kontrol edilmesi ve olumsuz duygular deneyimlenirken amaç odaklı davranışların gerçekleştirilmesi olarak altı boyutta incelemiştir. Farkındalık boyutu, bireyin duygusal bir duruma verdiği tepkilerine ilişkin farkındalığının veya dikkatinin eksik olması durumudur. Anlaşılması boyutu, bireyin deneyimlediği duygularını tam olarak anlamlandıramamasıdır. Bireyin olay veya durum karşısında hissettiği duyguları net biçimde ifade edememesi anlaşılması boyutu ile alakalıdır. Kabul etme boyutu, duygusal tepkilerin kabul edilmemesi ya da inkâr edilmesiyle ilgilidir. Özellikle olumsuz olan bir durum ya da olay yaşanması halinde kişinin hali hazırdaki durumu ya da olayı kabul etmeme veya edememe yolunu seçmesi bu boyutu oluşturmaktadır. Stratejiler boyutu, bireyin deneyimlenen olumsuz olay ya da durum karşısında çözüm bulmakta, güçlük

yaşamıyla ilgilidir. Birey kendini iyi hissetmediği olumsuz durumlardan, nasıl kurtulacağına dair stratejiler oluşturmakta zorluk yaşamaktadır. Dürtü boyutu, olumsuz duygular karşısında bireylerin dürtüsel davranışlarının kontrolünde yaşadıkları güçlüklerle ilgilidir. Çoğunlukla olumsuz duygularla ortaya çıkmaktadır. Amaçlar boyutu, olumsuz duygular yaşanırken hedefe yönelik davranışlar sergilemede zorluk yaşamayı ifade etmektedir. Genellikle olumsuz duygular yaşanırken motive bir biçimde hedefe yönelik verilen görevleri yapmak konusundaki güçlüklerle ilgilidir. Duygu düzenleme bileşenlerinin bu boyutlarından biri veya birkaçında zorluklar ve eksiklikler yaşayan bireylerin, duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkları vurgulanmaktadır (Gratz ve Roemer, 2004).

Duygu düzenleme güçlüklerinin yaşanması, kişilerin günlük hayatlarında duygularının işlevselliğinin azalmasına ve istenmeyen duyguları sürdürmesine yol açmaktadır. Duygu düzenlemenin; istenilen duygunun devam etmesi, şiddetinin artması ve istenmeyen duygunun bastırılmasını sağlarken gibi duygu düzenleme güçlüğü de bunun tersi olarak bireyin istemediği duyguları sürdürmeye devam etmesine, bu duyguların şiddetinin artmasına ya da duygularında duyarsızlaşma olması ile duyguların etkisiz hale gelmesine yol açmaktadır (Leahy, Tirch ve Napolitano, 2011). Aynı zamanda duygu düzenleme güçlüğü yaşanması durumunda, bireyler neler hissetmekte olduğunu tam olarak farkında olmaz, duygularına anlam veremez ve duygularını kabullenmez, olumsuz duyguları deneyimlerken dürtülerini kontrol edemez ve uyumlu duygu düzenleme stratejileri kullanamazlar (Gratz ve Roemer, 2004). Sonuç olarak duygu düzenleme güçlüğü, kişilerin yaşadıkları sorunlu durumla başa çıkmalarını güçleştirmekte ve kişilerin işlevsel olmayan başa çıkma yöntemlerini kullanmasına neden olmaktadır (Gratz vd., 2006). Diğer bir deyişle, başkalarıyla olan kişiler arası ilişkilerini, iş yaşamında çalışabilmelerini ve üretkenliklerini engellemektedir; bu nedenle de duygu düzenleme güçlüğüne yaşanmasının kişilerin psikolojik sağlığı açısından önemli bir sorun olduğu söylenebilir.

Duygu düzenleme becerisinin, farklı çalışmalarda farklı biçimlerde ölçüldüğü, kimi araştırmalarda duygu düzenlemeye dair güçlük veya beceri puanıyla (örn. Gratz ve Roemer, 2004), kimi çalışmalarda ise hangi duygu düzenleme stratejilerinin kullanıldığı (örn. Gross, 1998 veya Garnefski, Kraaij ve Spinhoven, 2001) şeklinde ele alındığı görülmektedir. Duygu düzenlemeye ilişkin ölçeklerin ortaya çıkması ile birlikte 1990'lı

yıllarda duygu düzenleme ile ilgili çok az sayıda araştırma mevcut iken, hızlı bir artış göstermiş olup, sadece 2013 yılında Google Scholar arşivinde 10000'den fazla sayıda araştırma yayınlandığı görülmektedir (Gross, 2015). Özellikle de son yıllarda duygu düzenleme güçlüğü ile ilgili çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Duygu düzenlemede yaşanan güçlüklerin pek çok psikopatoloji ile bağlantılı olduğu yapılan çalışmalardan anlaşılmaktadır. Bundan dolayı duygu düzenleme güçlüğü yaşanılmasının sonuçları düşünüldüğünde, duygu düzenleme becerilerinin psikolojik sağlığı korumada önemli bir unsur olduğu söylenebilir. Bireylerin gelişim dönemleri düşünüldüğünde; özellikle ergenlik gibi duygusal anlamda iniş çıkışların yaşandığı bir dönemde oluşabilecek duygu düzenleme güçlükleri, ergenlik döneminin yarattığı diğer karmaşalarla birlikte psikolojik sağlığın bozulmasında önemli risk faktörü olabilir (Thompson, 1994). Bu nedenle de ergenlerin psikolojik sağlığı için duygu düzenleme güçlüğü yaşanmasının önemli bir sorun olduğu söylenebilir. Bu durum duygu düzenleme güçlüğü, ergenlerin yaşamındaki önemini ortaya koymaktadır. Duygu düzenleme güçlüğü yaşayan bireylerin, yaşamlarının hangi gelişim döneminde olurlarsa olsunlar istenmeyen davranışlar sergileme ihtimali bulunmaktadır. Bu noktada duygu düzenleme güçlüğü yaşayan ergenlerin, bir saldırganlık türü olan ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyebilecekleri düşünülebilir.

Bu bağlamda ilişkisel saldırganlık ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiler düşünüldüğünde bu iki değişken arasında etkili olabileceği düşünülen diğer bir kavram ise affetmedir. Bundan sonraki bölümde affetmeye ilişkin kuramsal açıklamalara yer verilmiştir.

2.3. Affetmeye İlişkin Kuramsal Açıklamalar

Bu bölüm altında ilk olarak affetme kavramı ele alınmıştır. Devamında affetme ile ilişkili kavramlar açıklanmıştır. Sonrasında affetmeyi açıklayan modeller ile affetmeyi kolaylaştıran ve zorlaştıran faktörler, alanyazındaki kuramsal açıklamalar çerçevesinde alt başlıklar halinde sunulmuştur.

2.3.1. Affetme

Tarihsel süreçte affetme, başta din ve felsefenin büyük bir ilgi gösterdiği kavram olarak farklı disiplinler tarafından incelenmiştir (McCullough, Worthington, ve Rachal, 1997). Affetmeye dair ilk bilimsel araştırma 1984 yılında Lewis Smedes tarafından yayınlanan “*Forgive and Forget: Healing the Hurts We Don’t Deserve*” adlı kitaptır. Aslen bir ilahiyatçı olan Smedes, affetmenin kişinin ruhsal sağlığına katkı sağlayabileceğini ileri sürmüştür. Psikoloji alanında uzun yıllar üzerinde durulmayan bir kavram olan affetme; ancak 1980’li yıllardan sonra pozitif psikolojinin gelişimiyle birlikte bilimsel bir araştırma konusu olmuştur (McCullough, Pargament ve Thoresen, 2000; Smith, 2006). Bununla birlikte psikoloji alanında öfke, umutsuzluk, depresyon durumlarını işlevsel olarak iyileştirme konusunda affetmenin etkisi açıklanmaya çalışılmıştır (Worthington, 2005).

Affetmenin psikoloji alanyazınına girmesi ile birlikte bu kavramı açıklamaya yönelik tanımlar yapılmaya başlandığı görülmektedir. Enright Gassin ve Wu (1992) affetmeyi; bireyin yaşamış olduğu ilişkide kendisini derin bir biçimde inciten kişiye karşı mücadeleyi bırakarak haksızlığa uğradığı kişiye yönelik hissettiği kızgınlık, öfke gibi duygulardan vazgeçmesi ve onu koşulsuz kabul etmesi olarak tanımlamıştır. Bir başka tanımda ise affetme; zarar veren bireye mesafe koyarak kaçınma, zarar veren bireye karşı yaşanan öfke, kızgınlık ve intikam alma gibi duyguların yoğunluğunun azalma sürecidir. Ancak affetmenin gerçekleşmesi için, zarar veren bireye karşı olan öfke ve intikam duygularındaki azalmanın yanında zarar veren kişiye yönelik yaşanan olumlu duygularda da artış olması gerekmektedir (Worthington, 1998). Bir başka tanıma göre de affetme; kişinin kendi için değerli gördüğü bir başkası tarafından yapılan zedeleyici eyleme yönelik intikam alma veya karşılık verme hakkından istekli olarak vazgeçme kararıdır. Bu affetme kararı, zarar görülen eylemin sonuçlarını umursamama ya da zarar vericiyi görmezden gelme manasına gelmemektedir. Zarar görülen bir eylem dair affetme kararı alındığında; iki taraf içinde ilişki tekrar düzenlenmektedir. Bu durum da her iki taraf için de karşılıklı olumsuz etkileri azalmaktadır (Scobie ve Scobie, 1998). Bundan dolayı affetme, birbirlerinden uzaklaşmış kişilerin ve bozulmuş olan ilişkilerin iyileşmesi yönünde onarıcı olan oldukça kritik bir süreçtir (Hill, 2001). Enright’de (1996) affetmeyi; bireyin kendisini inciten kişiye karşı sevgi, empati, hoşgörü, cömertlik ve merhamet gibi duygularını besleyerek, kendisini inciten kişiye hissedilen olumsuz duygu ve

yargılamalar ile ilgisiz davranma gibi durumları bilinçli ve istendik olarak terk etmesi olarak ifade etmektedir. Alanyazında yaygın olarak kabul gören bu tanımlara göre affetmenin; kızgınlık, öç alma, hayal kırıklığı, öfke ve cezalandırma gibi olumsuz olan tepkilerin terk edilerek bunların yerine, merhamet, sevgi, hoşgörü ve empati gibi daha olumlu çözümlere gidebilecek tepkilerin bilinçli ve isteyerek geliştirilme süreci olduğu söylenebilir.

Alanyazında affetme kavramı tanımları arasında benzerlikler ve farklılıklar görülmektedir. Bunun yanında affetme kavramına benzer olan zaman zaman da affetme kavramının yerine kullanılan bazı kavramlar vardır. Psikoloji alanında yeni çalışılmaya başlanılan affetme, çeşitli kavramlar ile zaman zaman karıştırılmaktadır. Bu bağlamda sonraki bölümde affetme ile ilişkili olan kavramlar ele alınmıştır. Yine devamında bu kavramların affetme ile olan ilişkilerine yer verilmiştir.

2.3.2. Affetme ile ilişkili kavramlar

Affetme kavramı, uzun yıllardan beri farklı disiplinler tarafından ele alınsa da çok sayıda anlam içerdiğinden, affetmenin tanımı üzerinde henüz bir görüş birliği oluşmamıştır. Bununla birlikte alanyazında affetme ile ilgili yapılan tanımlarda affetme kavramının “unutma”, “maruz görme”, “göz yumma”, “uzlaşma” ve “haklı çıkarma” gibi kavramlarla anlam bakımından oldukça sık olarak karıştırıldığı görülmektedir (Ayten, 2012; Enright ve Kittle, 1999; Wade, Worthington ve Meyer, 2005). Bu kavramların, affetmenin yerine kullanıldığı da görülmektedir. Ancak her bir kavramın affetmeden bazı açılardan farklılık gösterdiği vurgulanmaktadır.

Unutma, affetmeyle karıştırılan ancak affetme ile aynı olmayan ve affetmeden gerçek anlamda farklı bambaşka bir kavram olarak karşımıza gelmektedir. Unutma, kişinin yaşanmış olduğu olumsuz durumun bilinçten atılması ve bundan dolayı haksızlığa maruz kaldığını düşünmeyip kendine rahatsızlık veren olumsuz durumuna dair herhangi bir çözüme kavuşturulmamasını ifade etmektedir (Fincham, Hall ve Beach, 2005; Smedes, 1984). Kişi yaşadığı olumsuz olayı unuttuğunda, olumsuz olayı çözmek için aktif bir rol içinde olmamaktadır. Affetme sürecinde ise kişi yaşadığı olumsuz olayı çözmek için aktif bir rol almaktadır (Fincham ve Beach, 2002).

Mazur görmek kavramı, suçlu kişinin, gerçekleştirdiği hatalı davranışın ve ortaya koyulmuş olan suçun sorumluluğunu üstlenmesidir. Bu durumda olay haksızlık yaşantısı içinde gerçekleşmiş olsa bile hatalı kişi olaydan sorumlu bir “suçlu” olmayacağı için buna dair affetme ya da affetmeme durumu da söz konusu olmamaktadır. Mazur görmenin aksine, affetmede yapılmış olan eylem, suçlu kişinin sorumluluğundadır (Murphy ve Hampton, 1988).

Göz yumma kavramı da affetmeden farklılıklar göstermektedir. İkili ilişkilerde zarara uğrayan kişi, olayı bazen görmezden gelerek zarar görmesine rağmen bu duruma göz yumabilmektedir. Göz yumma da affetmenin aksine zarara uğrayan birey herhangi bir haksızlığa uğramadığını düşünmektedir (Taysi, 2007). Dolayısıyla göz yummada bir zarara uğrama düşünülmediğinden affetme ya da affetmeme durumu oluşmamaktadır. Haksızlığa neden olan eylem, üstü örtülerek, reddedilerek veya bastırma yoluyla görmezlikten gelinmektedir. Herhangi bir haksızlık içeren durum kabul görmediği için öfke ve intikam gibi duygularda ortaya çıkmamakta ve dolayısıyla yanlış veya hatalı olan eylem için herhangi bir beklenti olmadan ilişki sürmektedir (Enright, 2001; Scobie ve Scobie,1998).

Uzlaşma, affetme ile karıştırılan bir diğer kavramdır. Uzlaşma iki insanın bir araya gelerek sorunu çözme girişimidir (Enright vd., 1992). Uzlaşma, çözümsüzlük yaşanan bir olayda tarafların ortak yolu bularak anlaşması ve çözüm yolunun bulunmasıdır. Ancak affetmede tarafların her zaman ortak yolu bulması ve uzlaşması mümkün olmamaktadır. Bundan dolayı uzlaşma gerçekleşmeden de affetme gerçekleşebilir (McCullough, Worthington ve Rachal, 1997).

Haklı çıkarmak kavramı da affetme ile benzerlik gösteren bir diğer kavramdır. Haklı çıkarmakta; birey öncesinde hatalı olarak nitelendirdiği, kendisine haksızlık yapıldığını düşündüğü eylemin sonrasında yaptığı değerlendirmede, söz konusu olayın bir haksızlık olmadığını görmektedir. Haklı çıkarmakta kişi, kendisine zarar veren tarafın davranışını olabilecek en doğru davranış olarak görmektedir. Yapılan hatalı davranışa dair öfke ve kızgınlık oluşturacak herhangi bir suçlama olmadığından dolayı haklı çıkarmada, affetmeyi gerektiren bir durum oluşmamaktadır (Murphy ve Hampton, 1990; Taysi, 2007).

Sonuç olarak affetme kavramının yukarıda dile getirilen “unutma”, “maruz görme”, “göz yumma”, “uzlaşma” ve “haklı çıkarma” gibi kavramlarla anlam bakımından farklılıklar gösterdiği görülmektedir. Affetme; bireysel bir biçimde, bilinçli ve istedik olarak, özgür bir şekilde olumsuzluk durumundan olumluya doğru yönelmesi ile bireyin içsel bir süreci olması gibi özelliklerle diğer kavramlardan ayrılmaktadır. Bireysel, bilinçli ve içsel bir karar süreci olan, affetmeyi kolaylaştıran veya zorlaştıran bazı etmenlerin olduğu dile getirilmektedir. Bu nokta da affetmenin gerçekleşmesinde bu süreci kolaylaştıran ve zorlaştıran unsurlardan aşağıda bahsedilmiştir.

2.3.3. Affetmeyi kolaylaştıran ve zorlaştıran etmenler

Alanyazında, bireyin kendisine verilen zarar karşısında affetmenin oluşmasına yönelik kolaylaştırıcı faktörler olduğu belirtilmektedir. Bireyin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak, karşısındaki kişinin neler hissettiğini anlaması olarak tanımlanan empati, affetmeyi kolaylaştırıcı bir faktör olarak nitelendirilmektedir (Worthington ve Wade, 1999). Empati becerisine sahip olan kişilerin daha fazla affetme eğiliminde olduklarını gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Freedman ve Enright, 1996; McCullough vd., 1997; Toussaint ve Webb, 2005). Buna ek olarak empati, affetme modellerinin önemli bir aşamasını oluşturmaktadır (Berry, Worthington, O’Connor, Parrott ve Wade, 2005; Konstam, Chernoff ve Deveney, 2001; McCullough, 2000, Toussaint ve Webb, 2005). Empati içinde barındırdığı merhamet, anlayışlı olma ve sempati gibi kavramlar (Batson ve Shaw 1991) nedeniyle affediciliğin önemli bir belirleyicisidir (Worthington, 2006). Bu bağlamda değerlendirildiğinde, kişinin kendisine karşı haksızlık yapan bireyin durumunu anlamasını sağlayan empatinin, affetmeyi kolaylaştırıcı bir faktör olduğu düşünülebilir.

Empatinin yanında haksızlığa uğrayan bireyden samimi bir biçimde özür veya af dilenmesi affetmenin oluşmasını sağlayan, kolaylaştıran diğer bir faktördür. Özür dileme, bireyin yapmış olduğu hatalı davranışını açıklamanın bir yoludur (Taysi, 2007). Yapılan bir haksızlığın ardından özrün dilenmesi, haksızlığa maruz kalan bireye olayı anladığını ve zararı konusunda haklı olduğunu, kızgınlığının da normal olduğunu bildirilmektedir. Özür dilemede, haksızlık yapan kişinin, mağdurun uğrattığı zararı kabul ettiğine, yanlışının farkında olduğuna, yaptığı davranışın sorumluluğunu üstlendiğine ve pişman olduğuna yönelik bir algı oluşmaktadır. Böylece haksızlığa maruz kalan bireyin intikam

alma isteği azalmakta ve affetme kolaylaşmaktadır (Eaton ve Struthers, 2006; Girard ve Mullt, 1997).

Affetmenin oluşmasında etkili olan bir diğer faktör de zararın boyutudur. Empati, özür dileme, affetmeyi kolaylaştıran etkenler iken zararın şiddeti/boyutu affetmeyi zorlaştırmaktadır. Zararın şiddetinin artmasının affetmeyi zorlaştırdığı görölmektedir (Çardak 2012; Karremans, Van Lange ve Holland, 2005; Taysi, 2007; Wade ve Worthington, 2003). Yaşanan olayda meydana gelen haksızlık, hem zarar gören kişiye hem de haksızlık yapan kişiye göre farklı algılansa da zarar gören bireyin haksızlığa dair algısı affetmenin oluşmasında etkili olmaktadır. Zarara uğrayan birey olaydan dolayı çok fazla zarara uğramadığını düşünüyorsa olayı ya da karşıdaki kişiye daha kolay affedebilmektedir.

Bireylerin affetmelerini kolaylaştırabileceği ileri sürölen başka bir faktör de haksızlığı yapan bireyin olayını hangi niyet ile ve de haksızlığın kasıtlı olarak gerçekleşip gerçeiklemediğidir. Kasıtlı bir biçimde haksızlık yapan ya da haksızlığın farkında olan kişiye affetmenin kolay olmadığı vurgulanmaktadır (Girard ve Mullet, 1997). Sonuç olarak, haksızlık olayından sonra, karşı tarafın bilinçli bir biçimde zarar verici eylemde bulunmadığı düşünöcesi haksızlığa uğrayan bireylerin affedebilmelerini kolaylaştırmaktadır (Satıcı, 2016).

Affetme sürecinde karşı tarafın samimi biçimde özür dilemesi ve kasıtlı bir şekilde davranması bireylerin affedebilmelerini kolaylaştırmaktadır. Bunun yanında, haksızlığı yaşayan bireyin empati yapması ve haksızlık sonrasındaki görölen zarar verici sonucun şiddetinin fazla olmaması da affedebilmeyi kolaylaştırmaktadır. Affetme süreci her ne kadar kişiler arası ilişkiler kapsamında değerlendirilse de karşılıklı olarak taraflar arasında meydana gelen iki yönlü bir süreç olarak tanımlanmamaktadır. Bunun yanında haksızlığa uğrayan kişinin, kendi içsel dünyasında olan tek yönlü bir süreç olarak kolaylaştırıcı faktörlerde bulunmaktadır. Bu bağlamda haksızlığa uğrayan bireylerin affetme süreçlerini açıklayan modellere bu bölümden sonra değinilmiştir.

2.3.4. Affetme modelleri

Psikoloji alanında affetme konusunun çalışılmaya başlanması ile birlikte bilim insanları affetmeyi anlayabilmeyi ve affetmenin nasıl gerçekleştiğini açıklamaya çalışmıştır. Affetmeyi açıklayabilmeye yönelik çabalar ise affetmeye ilişkin modellerin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bu bölümde affetmeye yönelik modeller açıklanacaktır.

2.3.4.1. Affetmenin süreç modeli

Enright, “Human Development Study Group” adında bir çalışma ekibi oluşturarak affetmeye dair çalışmalar yapmıştır ve affetme kavramını süreç modeli ile açıklamaya çalışmıştır. Bu modele göre affetme kavramı kendi içinde bir süreçtir. Affetmenin meydana gelmesinden önce ve sonra belli koşulların gerçekleşmesi gerekmektedir. Süreç modeli affetmeyi kavramsallaştırırken, kızgınlık, öfke, hayal kırıklığı ve öç alma gibi olumsuz duyguların etkilerini kısıtlamaya yardımcı olan işlevsel bir süreç olarak değerlendirmektedir. Bu doğrultuda Enright ve ekibine göre affetmenin oluşabilmesi için olumsuz düşünme, olumsuz hareket ve olumsuz duyguların; olumlu düşünme, olumlu hareket ve olumlu duygular ile yer değiştirmesi gerekmektedir (Çardak, 2012; Enright ve Human Development Study Group, 1996; Saticı, 2016). Süreç modeline göre affetme; duygu, düşünce ve davranışların karşılıklı etkileşim içerisinde olduğu “ortaya çıkarma”, “karar verme”, “çalışma” ve “derinleştirme” olarak adlandırılan dört evre ve 20 adımdan meydana gelmektedir. Bu adım ve evreler geri ve ileri gidebilen aşamalı bir süreçtir (Enright ve The Human Development Study Group, 1996).

Ortaya çıkma evresi süreç modelin ilk evresidir. Bu evre kişinin kendisine haksızlık yapan ve kendisini zarara uğratan kişi ya da durumu anlayarak başlamaktadır. Affetmenin gerçekleşmesi için öncelikli koşulu olan ortaya çıkma evresi; affetme sürecinin oluşması için kritik bir öneme sahiptir. Bireyin zarar görmesine ve haksızlık hissetmesine neden olan olayların ele alınması öfke ve benzeri olumsuz duyguları ağır bir biçimde hissetmesinde etkilidir. Bundan dolayı bu evre, bireyin duygu ve düşüncelerinin ortaya çıktığı evredir. Bireyler, haksızlık yaşanan olayı yeniden değerlendirerek, kullandıkları başa çıkma stratejilerinin etkisiyle ifade edemediği öfke, kızgınlık ve öç alma gibi duygularını fark etmektedir. Kişi yaşamakta olduğu duyguların kendisini aslında ne şekilde etkilediğinin farkına varmaktadır. Bu evrede kişilerin kullandıkları savunma

mekanizmaları değerlendirilerek öfke ve kızgınlık gibi duygularıyla yüzleşmeleri amaçlanmaktadır. Yüzleşme sonrasında olumsuz duygularının oluşumunu destekleyen öğelerden ve kızgınlıklarından vazgeçmeleri için çaba gösterilmektedir. Birey, olumsuz duyguların kendisine olan etkilerinin farkına vararak bu olumsuz duygulardan kurtulmak için affetme konusunda çaba gösterebilir (Çardak, 2012; Engriht ve Coyle, 1998; Satıcı, 2016). Bu evre affetmenin gerçekleşmesi için gerekli olan ilk aşamadır.

Süreç modelinin en kritik adımı olarak nitelendirilen karar verme evresi, bireyin affetmenin sürecinin ne olup ne olmadığı üzerine düşünerek karar verdiği bilişsel bir süreçtir. Birey bu evrede kendisine yapılan haksızlık üzerine düşünerek, affetmeye ilişkin yeni bir bakış açısı geliştirmektedir. Birey karar verme evresinde daha önce kullandığı başa çıkma stratejilerinin yeterli olup olmadığına karar vererek affetmeyi farklı bir başa çıkma yöntemi olarak değerlendirmektedir. Bu evrede bireyin affetmenin gerçekleşmesine yönelik karar alması ile bilişsel bir süreç başlatmış olmasına rağmen affetmenin gerçekleşmesi için henüz bu karar yeterli olmamaktadır (Engriht ve Coyle, 1998; Freedman ve Enright, 1996).

Süreç modelinin üçüncü evresi olan çalışma evresi, karar verme evresinin ardından gelmektedir. Çalışma evresinde birey kendisine karşı haksızlık yapan kişiyi suçunun dışında bir birey olarak görmekte ve haksızlık yapan kişiye hoşgörü ve empati duymaktadır. Kişi bu evrede haksızlık yaşanan olaya bu kez karşı tarafın penceresinden bakmaya çalışmaktadır. Bu evrede oluşan farkındalık ve duygusallık beraberinde affetmeye zemin hazırlamaktadır. Bu evre de daha çok duygusal durumların yer aldığı bir süreçtir (Enright vd., 1992; Enright ve Coyle, 1998; Enright ve Kittle, 1999).

Süreç modelinin dördüncü ve son evresi olan derinleşme evresinde, kişi kendisine haksızlık yapılan durumu değişik şekilde yorumlayarak, yeni bakış açıları fark edebilir. Bu evrede kişiler yaşadıkları haksızlıkta, kendinin ve karşıdaki kişinin konumlarının farkına vararak iç gözü oluşturmaktadır. Haksızlığa uğrayan kişi öfke, intikam ve kızgınlık gibi duyguların kendisine zarar verdiğini anlayabilir. Bu yeni bakış açıları bireyin kendisine haksızlık yapan kişiye yönelik olumsuz duygularının sınırlanmasına ve olumlu duygularının artışına neden olmaktadır. Böylelikle affetme süreci gerçekleşmekte ve bu farkındalık ile duygu dönüşümüyle beraber meydana gelen affetme daha kalıcı

olabilmektedir (Enright ve Coyle, 1998; Enright ve Fitzgibbons, 2000; Enright ve Kittle, 1999).

Özet olarak; Affetme Süreç Modelinde, kişi kendisine haksızlık yapan kişiye yönelik kızgınlık, öç alma ve öfke gibi olumsuz duygularla ilgili iç gözü kazanmaktadır. Oluşan farkındalıkla beraber haksızlık yapan kişiye farklı bir gözle bakıp empatik bir bakışla onu anlamaya çabalar. Haksızlık yapan kişiye karşı farklılaşan bakış açısını takiben bireyin yaşamakta olduğu olumlu duygularında bir artış öz konusuyken olumsuz duygularda ise azalma olduğu gözlemlenir ve affetme süreci gerçekleşmiş olur.

2.3.4.2. REACH affetme modeli

Worthington (2001) tarafından önerilen affetme modeli; affetme sürecini içeren beş adımdan oluşmaktadır. REACH olarak adlandırılan bu model, sürecin her bir basamağının baş harflerinden meydana gelmektedir. Buna göre ilk basamak; acının hatırlanması “Recall the hurt”, ikinci basamak hatalı kişi ile empati kurma “Empathize with the offender”, üçüncü basamak suçluyu ya da başkalarını düşünmek kırılan veya üzülen anı düşünmek “Altruistic gift”, dördüncü basamak inciteni affetmek için söz verme “Commit to forgiveness” ve son basamak ise affetmeyi sürdürmektir “ Hold on to forgiveness”.

Birinci aşamada, kişinin yaşamış olduğu zarar verici haksızlık olayını yeniden hatırlaması ve bu olaya dair acı veren olumsuz duygularını açıklaması önerilmektedir. Devam eden aşamada incinen kişi, inciten kişinin bakış açısını ve davranışının sebeplerini kendisine zarar veren kişinin yerine koyarak düşünmesi ve hissetmesi istenmektedir. Üçüncü aşamada, zarar gören kişiye kendisinin de başkaları tarafından daha öncede affedildiği zamanların olduğu defalarca hatırlatılır. İncinen kişi, affetmenin nasıl bir duygu olduğunu hatırlayarak, fedakârca bir davranışla hatalı kişiyi affederek bunu bir ödül olarak sunmaktadır. Dördüncü aşamada, zarar gören kişi hatalı kişiyi affetmeye yönelik söz vermektedir. Bu aşamada zarar gören kişi karşı taraf için yaşadıklarını affetmeyi açık bir biçimde taahhüt eder. Son aşamada ise incinen kişinin incindiğini unutmadan affetmeyi seçtiğini kendine hatırlatarak affetmeyi sürdürmeye çabalamasıdır (Wade ve Worthington, 2005; Worthington, 2006). Anlaşılacağı üzere REACH

modelinde incinen kişinin empati ve alçakgönüllülüğü geliştirilerek affetmenin sağlanması amaçlanmaktadır.

2.3.4.3. Affetmenin sosyal, psikolojik belirleyicileri modeli

McCullough, Exline ve Baumeister (1998), affetme sürecini motivasyonel bir sistem olarak değerlendirdikleri bir model oluşturmuşlardır. Buna göre, iki olumsuz duygu olan incinme ve öfke; bunlara karşılık gelen iki güdü olan kaçınmayı ve intikamı içermektedir. İncinme, kişiye yapılan saldırının algılanması ve kaçınma davranışı sergilemesidir. Bu noktada asıl önemli olan motivasyon, kişinin hatalı kişi ile tekrar ilişki kurmaktan kaçınmasıdır. Öfke ise hatalı kişinin zarara uğramasını arzulama ya da bireyin suçludan intikam alma yönündeki isteğini barındırmaktadır. Bu duruma karşılık gelen güdüyse intikam alma motivasyonudur. Kaçınma ve intikam alma güduları affetmenin karşısında yer alır ve affetmeyi engeller ya da geciktirir.

McCullough ve arkadaşları (1997), affetmeye giden süreçte kişide yoğunluğu azalan bir öç alma isteğinin ve kaçınma duygusunun gelişmesinin beklendiğini ileri sürmüşlerdir. Bunun gerçekleşebilmesi için dört tane belirleyici bulunmaktadır. Bu belirleyiciler 1- sosyal-bilişsel belirleyiciler, 2- suça yönelik belirleyiciler, 3- ilişkiye yönelik belirleyiciler 4- kişilikle ilgili olan belirleyicilerdir. Sosyal bilişsel belirleyiciler, zarar veren suçlu ve algılanan haksızlıkla ilgili düşünce ve duygularla ilişkili olduğu için affetmenin en önemli belirleyicileridir. Suça yönelik belirleyiciler ise zararın ciddiyeti, zarar veren kişinin özür dileyip dilememesi ve affedilmek isteyip istememesi ile ilgilidir. Affetmeye yönelik ilişkisel belirleyiciler ise suçlu ve mağdur arasındaki ilişkinin niteliği, tarafların karşılıklı birbirlerine olan yakınlığı ile bağlılığı ve aralarındaki ilişkiden duydukları memnuniyet durumunu içerir. Son olarak affetmenin kişilikle ilgili belirleyicileri ise uyumlu olma, intikam alma eğilimi ve öfke ile baş etme tarzı gibi özellikleri içermektedir. Bu gibi kişilik özellikleri, kişinin affedici davranıp davranmayacağı üzerinde etkili olmaktadır (McCullough vd., 1998).

2.3.4.4. Bütünleştirilmiş affetme modeli

Scobie ve Scobie'e (1998) göre bir olay meydana geldiğinde kişiler zarar verici olaya tepki vermeden önce, bu olayın doğasını bilmeye ve bu olay karşısında ne şekilde

tepki göstereceklerine ilişkin karar verme sürecine odaklanırlar. Maruz kalınan zarar verici olaya ilişkin bireyin değerlendirmeleri olumlu, olumsuz, nötr, belirsiz bir biçimde olabilir. Bütünleştirilmiş modelde, mağdurun yaptığı değerlendirmelerden yalnızca olumsuz olarak değerlendirilen durumlarla ilgilenilmiştir. Buna göre zarar verici olayla ilgili durum, en hafiften en şiddetliye kadar giden dört düzeyde gerçekleşmektedir.

Özür-otomatik olarak adlandırılan birinci düzeyde, zarar verici olayın, diğer bir kişinin alanına yanlışlıkla girilmesi veya yanlışlıkla yapılması olarak değerlendirilmektedir. Yanlışlıkla birine çarpmak gibi istenmeden gerçekleşen bir durumda, zarar veren kişinin özür dilemesi ve zarar gören kişinin de sunulan özrü otomatik olarak kabul etmesi durumudur. Bu tarz olaylarda iki kişi arasındaki ilişkide ciddi bir bozulma olmamaktadır. Kişilerde herhangi bir incinme yaşanmadan yaşanan durum kolaylıkla çözülmektedir.

Zarar görülen olumsuz olayların ikinci düzeyi özür-bağımlıdır. Bu düzeyin ilk düzeyden farkı, tarafların daha fazla etkileşimde bulunmalarıdır. Birbiri ile çarpışan iki kişiden birinin elindekileri yere düşürmesi bu duruma örnek verilebilir. Bu düzeyde mağdur olan kişi, zarar gördüğü kişi ve eylemi, niyetin ve olayın sonuçlarını değerlendirerek nasıl tepki vereceğinin değerlendirmesini yapmaktadır. Mağdur olan kişi olayın kazara olduğu ve zarar veren kişinin de özrünün yeterli olduğunu kanısına varırsa olay kapanmaktadır. Fakat olayın kasıtlı olarak yapıldığı algılanırsa zarar veren kişinin özrünü kabul etmemektedir. Bu durumda iki taraf arasında çatışma durumu daha üst seviyeye taşınmaktadır. Bu düzeyde zarar gören kişinin, kendisinden dilenen özrü kabul etme kararı, özrünün samimi olarak algılamasına, yapılan açıklamaların yeterli olduğunu düşünmesine ve yaşanan olayın daha önceden de yaşanmış olmasına göre değişebilmektedir (Scobie ve Scobie, 1998).

Bu modelin üçüncü düzeyinde ise taraflar arasında anlaşmazlıklar ve çatışmalar yaşanmaktadır. Affetme-1 anlaşmazlıklar olarak adlandırılan bu düzeyde mağdurun kişinin zarar verici davranışının kasıtlı yapıldığına dair inancı olmaktadır. Bunun yanında ayrıca başkaları tarafından kendine saygı gösterilmediğini düşünmektedir. Bu nedenle kendine yapılan saldırı olarak algılayarak savunma yapma zorunluluğu hissetmektedir.

Dördüncü ve son düzey ise yaşanan zarar verici olayın psikolojik zararının daha şiddetli olması bakımından üçüncü düzeyden ayrılmaktadır. Affetme-2 yaşam olayları olarak adlandırılan bu düzeyde, zarar verici olayda mağdur olan kişi kendine olan bakış açısını değiştirerek benlik saygısını zedelemektedir. Bundan dolayı zarar verici olayın mağduru olan kişi, ciddi anlamda psikolojik sorunlar yaşamakta ve tedaviye gerek duymaktadır (Scobie ve Scobie, 1998).

2.4. İlgili Araştırmalar

Bu bölüm üç alt başlık altında oluşturulmuştur. İlk alt başlıkta ilişkisel saldırganlığa yönelik araştırmalara, ikinci alt başlıkta ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalara, son alt başlık altında ise ilişkisel saldırganlık ile affetme arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalara yer verilmiştir.

2.4.1. İlişkisel saldırganlığa yönelik araştırmalar

Öncelikle bu başlık altında ilişkisel saldırganlığa yönelik gerçekleştirilen araştırmalara yer verilmiştir. Bu çalışmalar incelendiğinde ilişkisel saldırganlığın cinsiyet, sosyal destek, algılanan ebeveynlik stilleri, kişilik özellikleri, sosyal baskınlık, popülerite, sosyal yakınlık, arkadaş kıskançlığı, ekonomik zorluklar, sosyal kontrol ve özenetim gibi değişkenlerle ilişkisine yönelik olduğu görülmektedir. İlişkisel saldırganlık değişkeni yurtiçi alanyazında yeni bir değişken olduğu için yapılan çalışmaların oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Bu çalışmaların çoğunlukla üniversite öğrencileri ile gerçekleştirildiği ve cinsiyet, kardeş sayısına, okul türü, sosyal bağlılık, anne ve baba eğitim düzeyi, utanç, sınıf düzeyi, benlik saygısı, suçluluk, ahlaki çözümler, kişilik özellikleri ve sosyal kaygı gibi değişkenlerle ilişkisine yönelik olduğu görülmektedir. Ergenlerde ilişkisel saldırganlıkla ilgili sınırlı sayıda olan araştırmalardan başlayarak alanyazında ulaşılan araştırmalara aşağıda yer verilmiştir.

Kılıç (2022), ergenlerdeki antisosyal davranışlar: koruyucu faktörleri ve risk faktörlerini incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre ilişkisel saldırganlık davranışları cinsiyet, okul türü, anne ve baba eğitim düzeyi, sınıf düzeyi ile kardeş sayısına göre farklılık göstermektedir. Kız ergenlerin, erkek ergenlere göre daha fazla ilişkisel saldırganlık davranışları gösterdiği saptanmıştır. Bunun yanında, annesi lise mezunu olan

ergenler ile annesi veya babası üniversite mezunu ergenlerin, ilişkisel saldırgan davranışlarının ilkökul ve altı eğitim düzeyinde olanlara göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir. 12. Sınıfa devam eden ergenlerin ilişkisel saldırgan davranışlarının 9. Sınıfa devam edenlere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Taşan (2022), ergenlerin ilişkisel saldırganlıkları ile suçluluk duygulanımları ve utanç ile ahlaki çözülmenin arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Buna göre ergenlerin ilişkisel saldırganlık puanları anlamlı bir fark göstermemektedir. Bunun yanında ergenlerin ilişkisel saldırganlık ve alt boyutları olan; manipülasyon, dışlama ve dedikodu ile ahlaki çözülme arasında anlamlı pozitif yönlü bir ilişki vardır. Yine ilişkisel saldırganlık, utanç dışsallaştırma ile anlamlı pozitif yönlü bir ilişkiye sahipken, utanç ve suçluluk ile arasında bir ilişki bulgulanmamıştır. Son olarak, ilişkisel saldırganlığın; suçluluk, utanç, utanç dışsallaştırma ve ahlaki çözülmeyi anlamlı bir şekilde yordadığı saptanmıştır.

Kim, Rose, Hopkins, Mc Cree ve Romero (2022), ergenlerin zorbalık tutumları, algılanan sosyal statüleri ve ilişkisel saldırganlıkları arası ilişkiyi incelemiştir. Buna göre ilişkisel saldırganlıkla zorbalık tutumları arasında ilişki olduğu bulgulanmıştır. İlişkisel saldırganlık gösterenlerin kendilerini sosyal olarak baskın algıladıkları ve ilişkisel saldırganlık içinde olmadıklarını algıladıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Jiang ve Dong (2022), ekonomik zorluklar ile ergenlerin saldırganlığı arasındaki ilişki de sosyal kontrol ve özdenetim aracılık rolünün olup olmadığının incelendiği araştırmada; ekonomik zorlukların düşük düzeyde sosyal bağlarla ilişkili olduğunu ve bunun da düşük düzeyde öz denetime yol açarak ergenlerde fiziksel, sözel ve ilişkisel saldırganlığı artırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Kokkinos, Kountouraki, Vulgaridou ve Markos (2020), Yunan ergenlerin beş faktör kişilik modeli ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide sosyal baskınlık, popülerite, sosyal yakınlık ve arkadaş kıskançlığının aracılık edip etmediğini incelemiştir. Buna göre arkadaş kıskançlığı ilişkisel saldırganlık ile deneyime açıklık ve nevroklik arasında aracılık ettiğini göstermiştir. Buna ek olarak sosyal baskınlık ise uyumluluk ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkiye negatif yönde aracılık etmektedir. Yine sosyal yakınlık da, dışadönüklük ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkiye negatif yönde aracılık etmektedir.

Casper, Card ve Barlow (2020), yaptıkları meta analiz çalışmasında ergenlik dönemindeki, ilişkisel saldırganlığın popülerlik ile olumlu bir şekilde ilişkili iken mağduriyet ve akran kabulü ile negatif ilişkili olduğunu belirlemişlerdir. Bunun yanında cinsiyetin ise ilişkisel saldırganlık üzerinde etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Mukhtar ve Mahmood (2018), Hindistan’da algılanan sosyal desteğin, algılanan ebeveynlik stilleri ile ilişkisel saldırganlık arasındaki düzenleyici rolünü incelemiştir. Buna göre ergenler tarafından algılanan sosyal desteğin, algılanan ebeveynlik stilleri ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkiyi düzenlediğini göstermiştir.

Karaaslan (2019), “Karanlık Üçlü” kişilik özelliklerinin üniversite öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık düzeylerini nasıl yordadıklarını incelemiştir. Bu çalışmaya göre “Makyavelizm” ve “psikopati” kişilik özellikleri üniversite öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık düzeylerini anlamlı düzeyde yordamaktadır. İlişkisel saldırganlığın bir alt boyutu olan dışlama, “Makyavelizm” ve “psikopati” kişilik özellikleri tarafından yordamaktadır. Diğer taraftan, “makyavelizm” üniversite öğrencilerinin arkadaşlık ilişkilerindeki manipülasyonu yordarken, “psikopati” ise dedikoduyu yordamaktadır. “Narsisizm” kişilik özelliğinin ise ilişkisel saldırganlık ve tüm alt boyutlarının anlamlı bir yordayıcısı olmadığı saptanmıştır.

Voulgaridou ve Kokkinos (2015), yaptıkları meta analiz çalışmasında ilişkisel saldırganlığın kızlara özgü bir davranış olmadığını ve cinsiyetin ilişkisel saldırganlık üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığını ortaya koymuşlardır.

Kurtyılmaz (2011), üniversite öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık davranış örüntülerinin sosyal bağlılık, benlik saygısı ve sosyal kaygı ile aralarındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre benlik saygısı ve sosyal bağlılık, sosyal kaygı üzerinden doğrudan etki ile ilişkisel saldırganlık üzerinde dolaylı etkiye sahip olduğunu ortaya çıkmıştır. Bunlara ek olarak, sosyal kaygının ilişkisel saldırganlık üzerinde doğrudan etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Böylece, üniversite öğrencilerinin sosyal kaygılarının ilişkisel saldırganlığı yordadığı bulgulanmıştır.

İsveç, İtalya, Kenya, Ürdün, Tayland, Çin, Filipinler, Kolombiya ve Amerika Birleşik Devletleri’nde fiziksel ve ilişkisel saldırganlığın aralarındaki ilişkileri ve cinsiyet farklılıklarını incelenmiştir. Buna göre dokuz ülkenin hepsinde, ilişkisel ve fiziksel

saldırıcılığın önemli ölçüde ilişkili olduğu saptanmıştır. Bunun yanında dokuz ülkenin tamamında erkeklerin kızlardan fiziksel olarak daha saldırgan olduklarını bildirmekle birlikte; ilişkisel saldırganlıkta tutarlı cinsiyet farklılıkları ortaya çıkmamıştır (Lansford vd., 2012).

Verona vd., (2008), Ergenlik döneminin sonlarına doğru meydana gelen farklı saldırganlık türlerini belirlemek için yaptığı çalışmada ilişkisel saldırganlık davranışların cinsiyet açısından farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Buna ek olarak üniversite öğrencilerinin ilişkisel saldırganlıklarının ergenlere göre daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir.

2.4.2. İlişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme gücü arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar

İlişkisel saldırganlıkla ilişkisi araştırılan değişkenlerden biri duygu düzenleme gücüdür. Bu başlık altında öncelikle ilişkisel saldırganlıkla ilgili duygu düzenleme gücü arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalara yer verilmiştir. Ancak alanyazında ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme gücü arasındaki ilişkileri inceleyen sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Diğer taraftan saldırganlık türleri ile duygu düzenleme gücü arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar alanyazında mevcuttur. Bu çalışmaların çoğunlukla üniversite öğrencileri ile gerçekleştirildiği görülmektedir. Bu bölümde, öncelikle saldırganlıkla duygu düzenleme gücü arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar; sonrasında ise duygu düzenleme gücü ile ilişkisel saldırganlığı birlikte inceleyen çalışmalara yer verilmiştir.

Skripkauskaitė vd., (2015), 482 Alman ergenin yer aldığı çalışmada saldırganlık ile duygu düzenlemenin arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Buna göre duygu düzenleme stratejilerini işlevsel kullanamayan ve duygu düzenleme gücü yaşayan ergenlerin saldırganlık eğilimi gösterdiği bulgulanmıştır.

Özdoğan (2017), ergenlerle yaptığı çalışmada, ebeveyn erişilebilirliği ve proaktif-reaktif saldırganlık arasındaki ilişkide duygu düzenleme gücünün aracılığı rolünü araştırmıştır. Buna göre saldırganlık ile duygu düzenleme gücü arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ergenlerin proaktif saldırganlık düzeylerinin duygusal

tepkilerin kabul edilmemesi, dürtü kontrol güçlüğü, babaya duygusal erişim, duygu düzenleme stratejilerine erişimde sınırlılık, duygusal tepki farkındalığındaki yetersizlikler, olumsuz duygu deneyimlemelerinde güçlükle bağdaşan hedef yönelimli davranışlar alt boyutları tarafından açıklandığı sonucuna ulaşmıştır. Reaktif saldırganlık düzeyinin ise dürtü kontrol güçlüğü, duygusal tepki farkındalığındaki yetersizlikler, babaya duygusal erişim, duygusal tepkilerin kabul edilmemesi alt boyutları tarafından açıklandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Kayhan (2017), ergenlerde duygu düzenleme güçlüğü ile saldırganlık arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma bulgulara göre sözel saldırganlık ile fiziksel saldırganlık açısından cinsiyete göre farklılık gösteren sözel saldırganlığın kızlar; fiziksel saldırganlığın erkekler tarafından daha fazla kullanıldığı sonucuna ulaşılmıştır. Duygu düzenleme güçlüğü ile saldırganlık arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Akdemir (2019), psiko-eğitim programının ergenlerin duygu düzenleme becerilerine duygu düzenleme güçlüğüne ve reaktif-proaktif saldırganlıklarına etkisini incelemiştir. Araştırmaya göre ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü ile reaktif saldırganlık ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. Bunun yanında proaktif saldırganlık ön test ve son test puanları arasındaki farkın ise anlamlı olmadığı saptanmıştır. Ayrıca psiko-eğitim programının etkisinin incelenmesi için yapılan izleme testi sonuçlarına göre 2 ay sonra da programın etkisinin devam ettiği bulgulanmıştır.

Ekşi (2021), ergenlerde duygu düzenleme güçlüğü ile saldırgan davranışların ve ebeveynin psikolojik ve davranışsal kontrolü arasındaki ilişkileri incelemiştir. 320 ergen üzerinde yapmış olduğu araştırmada, duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasında pozitif ve orta düzeyde ilişkili olduğunu saptamıştır. Duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlığın alt ölçeklerinde olan dışlama arasında pozitif ve düşük, manipülasyon ile arasında pozitif ve orta bir ilişki ve dedikodu ile arasında ise pozitif ve düşük ilişki olduğu bulgulanmıştır.

Kawabata vd., (2011) duygu düzenleme güçlüğü ile düşmanca saldırganlık arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmada; düşmanca saldırganlık gerçekleştirenlerin,

tahrik etme sırasında son derece kızgınlık ve gerginlik yaşadıklarını saptamıştır. Düşmanca saldırganlık gösterenlerin, duygu düzenleme becerilerini kullanmadıkları ve saldırganca davranarak yaşadıkları stresle baş etmeye çalıştıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Roberton, Daffern ve Bucks (2012), yaptıkları bir çalışmada duygu düzenleme güçlüğü ve saldırganlık arasındaki ilişkileri araştırmışlardır. Yapılan çalışmanın sonucuna göre duyguların farkındalığı, duygusal kabul ve farklı olaylardaki duygu düzenleme güçlüğü'nün saldırgan davranışlar üzerinde anlamlı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Duygu düzenleme güçlüğü, saldırgan davranışların azaltılmasına anlamlı katkı göstermektedir.

Ören (2017), gerçekleştirdiği çalışmasında, annenin ergen üzerindeki psikolojik kontrolü ile dolaylı ve fiziksel saldırganlık arasındaki ilişkiye, ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü'nün aracılık ettiği sonucuna ulaşmıştır. Araştırmada ayrıca babadan algılanan psikolojik kontrol sadece ergen ve beliren yetişkin kadınların duygu düzenleme güçlüğü ve bu güçlüğü'nün sonucunda dolaylı ile fiziksel saldırgan davranışlarını anlamlı olarak yordadığı sonucuna ulaşmıştır.

Hicks (2018), üniversite öğrencilerinde sürekli öfke ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü'nün düzenleyici rolünü araştırmıştır. Buna göre sürekli öfkenin ilişkisel saldırganlığın önemli bir yordayıcı olduğu saptanmıştır. Buna ek olarak duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasında pozitif yönlü ilişkiler mevcuttur. Son olarak duygu düzenlemede güçlükler yaşanması, sürekli öfke ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide düzenleyici rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Caffarel (2019), üniversite öğrencilerinde narsizim ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüklerinin aracılık rolünü incelemiştir. Buna göre narsizim ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkiye duygu düzenleme güçlüğü aracılık etmektedir. Buna ek olarak duygu düzenleme güçlüğü ilişkisel saldırganlığı pozitif olarak yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Colton, Godleski ve Care (2022), beliren yetişkinlikte duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda duygu düzenleme güçlüğü'nün ilişkisel saldırganlığı doğrudan ve pozitif bir biçimde ilişkili olduğunu saptamıştır.

Röll, Kogling ve Petermann (2012), çocuklarla boylamsal bir çalışma gerçekleştirmiştir. Buna göre duygu düzenleme güçlüğü ve saldırganlık ilişkisinde, duygu düzenleme güçlüğü'nün yaşanmasının saldırganlık üzerinde etkili olduğu saptanmıştır. Saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkide cinsiyet ve akran reddi değişkenlerinin düzenleyici ve aracı rolleri olduğu tespit edilmiştir.

Eisenberg ve arkadaşları (2001), çocukluk çağındaki duygu düzenleme ile ilişkisel ve açık saldırganlık arasındaki ilişkide cinsiyet rolünün belirlenmesi için yaptıkları çalışmada; duygu düzenleme ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide cinsiyetin düzenleyici rol olduğu görülmüştür. Duygu düzenlemede güçlük yaşayan kız çocuklarının daha sonraki dönemlerde gösterdikleri ilişkisel saldırganlık davranışlarını yordadığını saptamışlardır. Ayrıca bu çalışmada cinsiyet ile birlikte sosyal bileşenlerin de duygu düzenleme güçlüğü ile saldırganlık arasındaki ilişkide önemli bir öge olduğu görülmüştür.

Bowie (2010), çocukluk çağındaki ilişkisel ve fiziksel saldırganlık, duygu düzenleme güçlüğü ile ergenlikte meydana gelen anormal dışı davranışlar arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmaya 60 kız ve 51 erkek olmak üzere toplam 111 çocuk katılmıştır. Veriler, 4 yıl boyunca yürütülen boylamsal çalışma ölçümlerinden elde edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, kız çocuklarının yaşadıkları duygu düzenleme güçlüğü, ilerleyen yaşlardaki ilişkisel saldırganlığın önemli bir yordayıcısıdır.

2.4.3. İlişkisel saldırganlık ile affetme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar

İlişkisel saldırganlıkla ilişkili olduğu düşünülen diğer bir değişken affetmedir. Bu başlık altında ilişkisel saldırganlıkla ile affetme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara yer verilmiştir. Ancak alanyazında ilişkisel saldırganlık ile affetme arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Diğer taraftan saldırganlık türleri ile affetme ile arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar alanyazında mevcuttur. Bu çalışmaların bazılarının ergenler ile gerçekleştirildiği görülmektedir. Bu bölümde öncelikle saldırganlıkla affetme arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar sonrasında ise affetme ile ilişkisel saldırganlığı birlikte inceleyen çalışmalara yer verilmiştir.

Asıcı (2018), ergenlerin affetme eğilimlerini geliştirmeye yönelik zarar verici olaylarla baş etmede kullandıkları stratejiler ve öznel iyi oluşları üzerindeki etkisini incelediği araştırmada; affetme odaklı grup rehberliği programında ergenlerin affetme eğilimlerinin saldırganlık üzerinde anlamlı düzeyde etkili olmadığı saptanmıştır.

García-Vázquez, Valdés-Cuervo ve Parra-Pérez (2020), Meksikalı ergenler ile yaptığı araştırmada; affetme ile saldırganlık arasında anlamlı olarak negatif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna ek olarak affetme ise öz kontrolün kısmi aracılığında saldırganlığı dolaylı olarak etkilemektedir.

Li, Zhang, Zhao ve Yu (2020), 378 Çinli ergen ile yaptıkları çalışmada; sürekli öfkenin dışlanma ve saldırganlık arasındaki ilişkiye aracılık edip etmediğini ve aracılık etkisinin affetme tarafından düzenlenip düzenlenmediğini incelenmiştir. Buna göre affetmenin, sürekli öfke ile saldırganlık arasındaki ilişkide düzenleyici rolü olduğu saptanmıştır.

Camadan (2014), üniversite öğrencilerinin saldırganlık eğilimlerinin, stresle başa çıkma, affetme ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkilerini incelediği araştırmasında; saldırganlık eğilimlerinin affetme tarafından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ve negatif olarak açıklandığını saptamıştır.

Aqeel, Rohail, Ahsan, Ahmed ve Saad (2017) Pakistanlı katiller örneğinde saldırganlık ile intikam alma arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolünü araştırmışlardır. Buna göre affetme ile saldırganlık ve intikam arasında anlamlı olarak negatif yönlü ilişkili olduğu saptanmıştır. Bunlara ek olarak affetmenin saldırganlık ile intikam arasındaki ilişkiye aracılık ettiği sonucuna ulaşmışlardır.

2.4.4. Duygu düzenleme güçlüğü ile affetme ilişkisini inceleyen araştırmalar

İlişkisel saldırganlıkla ilgili iki değişken olan affetme ile duygu düzenleme güçlüğü'nün de bir arada incelendiği çalışmalar bulunmaktadır. Bu bölümde duygu düzenleme güçlüğü ile affetme arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalara yer verilmiştir. Ancak alanyazında duygu düzenleme güçlüğü ile affetme arasındaki ilişkileri inceleyen sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Bu çalışmaların çoğunlukla üniversite

öğrencileri ile gerçekleştirildiği görülmektedir. Bunun yanında affetme ile duygu düzenleme stratejilerine yönelik araştırmalara da yer verilmiştir.

Hodgson ve Wertheim (2007), duygu kontrolü ile kendisini veya bir başkasını affetme arasındaki ilişkileri incelemiştir. Ayrıca duygu kontrolü ve affetme arasındaki ilişkiye empatinin aracılık edip etmediğini belirlemek için iki farklı grup ile araştırma yürütmüştür. Buna göre, duygularına ilişkin netlik yaşayan ve duygularını daha iyi bir biçimde yöneten bireylerin, başkalarını affetme eğiliminde oldukları saptanmıştır.

Küçüker (2016), üniversite öğrencilerinin kullandıkları duygu düzenleme stratejileriyle yaşam doyumları arasındaki ilişkisinde affetme, affetmeme ve bilişsel esnekliğin rollerini belirlemek için bir araştırma gerçekleştirmiştir. Buna göre duygu düzenleme stratejileri affetme, yaşam doyumunu ve bilişsel esneklik üzerinde doğrudan etkiye sahiptir. Yine araştırma sonucuna göre duygu düzenleme stratejileri affetmeme, yaşam doyumunu ve bilişsel esneklik üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Derincegöz (2019), üniversite öğrencilerinin benlik saygısı, ebeveyn kabul-red algısı, ve duygu düzenleme güçlüklerinin affetme üzerindeki yordayıcı rolünü incelemiştir. Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüklerinin affetme tarafından negatif yönde anlamlı olarak yordadığı ve duygu düzenleme güçlüğüünün affetmenin yaklaşık olarak %32'sini açıklayan anlamlı bir yordayıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Extremera ve Rey (2015), İspanya'da gerçekleştirilen bir çalışmada 55 yaş ve üstü katılımcıların duygu düzenleme stratejilerinin, hem akıl sağlığı ile affetme arasında hem de fiziksel sağlık ile affetme arasındaki ilişkiye aracılık ettiği tespit edilmiştir.

İlgili araştırmalar incelendiğinde genel olarak saldırganlığın özel olarak da ilişkisel saldırganlığın duygu düzenleme ve duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkili olduğu görülmektedir. Bunun yanında saldırganlığın bir diğer araştırma değişkeni olan affetme ile de ilişkili olduğu görülmüştür. Bunlara ek olarak affetme ve duygu düzenleme güçlüğüünün de birbiri ile ilişkili olduğu alanyazındaki araştırmaların incelenmesi sonucunda görülmektedir.

3. YÖNTEM

Bu bölümde sıra ile araştırmanın modeline, çalışma grubuna, araştırmada kullanılan veri toplama araçlarına, araştırma verilerinin toplanma sürecine ve verilerin analizine dair bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada ergenlerin ilişkisel saldırganlık, duygu düzenleme güçlüğü ve affetme düzeyleri arasındaki ilişkileri ortaya koymanın yanında, ergenlerin ilişkisel saldırganlık ile ilgili görüşlerini ortaya koyarak, test edilen modelleri açıklamak amaçlanmıştır. Bu bağlamda araştırma, nitel ve nicel araştırma yöntemlerinin birlikte kullanıldığı karma yöntem esasına dayalı olarak yürütülmüştür. Karma yöntem temel alınarak yapılan araştırmalarda, araştırma sorularına veya hipotezlere cevap bulmak amacıyla nicel ve nitel veriler kimi zaman sıralı olarak, kimi zaman eş zamanlı olarak veya bazen de her ikisi birlikte toplanmaktadır (Creswell, 2015). Bir çalışmada karma desen kullanılmasının nedenleri beş başlık altında toplanmaktadır. Bunlardan ilki veri çeşitlemesidir. Nitel ve nicel yöntemlerle ulaşılan bulguların uygunluğu ve doğrulanması amaçlanmaktadır. İkinci başlık altında tamamlayıcılık yer almaktadır. Nicel ya da nitel verilerin sonuçlarının birinin diğerini güçlendirmesi veya ayrıntılandırması amaçlanmaktadır. Geliştirme başlığı altında ise, nicel veya nitel verilerden elde edilen sonuçların diğer yöntemi geliştirmesi amaçlanmaktadır. Başlatma başlığı altında nicel ve nitel yöntemlerin beraber kullanılması ile tutarsızlıkların ortaya koyulması amaçlanmaktadır. Son başlık olan genişletme de ise, program sürecini değerlendirmek için nitel yöntemlerin kullanılıp programın sonuçlarının nicel yöntemlerle değerlendirilmesi amaçlanmaktadır (Greene, Caracelli ve Graham, 1989). Tashakkori ve Creswell'e (2007) göre karma yöntem araştırmalarının diğer yöntemlere olan üstünlüğü, araştırmacının çalışmanın ihtiyaçları doğrultusunda hem nicel hem de nitel yaklaşımlardan bir arada faydalanabilmesinden kaynaklanmaktadır. Karma yöntemde araştırmacı, nicel verilerin sonuçlarını zenginleştirmek ve düzenlemek amacıyla nitel verileri kullanmaktadır (Creswell, 2019). Bu doğrultuda karma yöntem kullanılması, araştırmacıyı tek bir yöntemle sınırlandırmamaktadır. Böylelikle araştırma soruları daha ayrıntılı olarak incelenebilmekte ve çalışmadaki bir yöntemin sınırlılıkları, diğer yöntemin güçlü yönleri ile telafi edilebilmektedir (Johnson ve Onwuegbuzie, 2004).

Bu araştırmada karma desen yöntemlerinden olan “Açıklayıcı sıralı desen” kullanılmıştır. Açıklayıcı sıralı desenin özelliği; çalışmanın ilk aşamasında nicel yöntemle verilerin toplanarak analizin gerçekleştirilmesi, daha sonra nitel yöntemle verilerin toplanıp analiz edilerek nicel yöntemi desteklemesidir. Araştırmanın ilk aşaması nicel verilerin toplanması ve bulguların analiz edilmesi ile başlamaktadır. Elde edilen nicel verileri, nitel verilerin toplanması süreci takip etmektedir. Buna göre nicel verilerden elde edilen bulgular, araştırma sorularının ve hipotezlerin genel olarak ortaya koyulmasını ve tanınmasını sağlarken, nitel veriler ise araştırmaya yoğunluk katarak nicel bölümdeki verilerin daha net bir biçimde anlaşılmasına olanak sağlamaktadır (Ivankova, Creswell ve Stick, 2006). Bu desenin temel amacı öncelikle nicel verinin toplanması ve elde edilen bulguların nitel yöntem ile ayrıntılandırılarak derinlemesine analizini sağlamaktır (Creswell, 2015; Creswell ve Plano Clark, 2015). Açıklayıcı sıralı karma yöntem sürecine ilişkin şema Şekil-3.1’de verilmiştir.



Şekil 3.1. Açıklayıcı sıralı karma yöntem süreci

Şekil-3.1’de görüldüğü üzere araştırma iki ana aşamadan oluşmaktadır. İlk aşama nicel verilerin toplanarak analiz edilmesi ve nitel aşama için hazırlıkların yapılması, ikinci aşama ise nitel verilerin toplanması ve verilerin birleştirilerek yorumlanmasıdır. Bu bağlamda, bu araştırmada incelenen ilişkisel saldırganlık kavramının, derinlemesine incelenmesi amaçlanmıştır. İlişkisel saldırganlık kavramının affetme ve duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisinin yanında, ilişkisel saldırganlığın doğasının detaylı bir biçimde ortaya koyulması için uygun olan yöntemin, hem nicel hem de nitel yöntemlerin birlikte bir arada kullanıldığı karma yöntem olduğu düşünülmüştür. Araştırma problemi nedeniyle ilişkisel saldırganlık kavramı ile ilişkili olduğu düşünülen duygu düzenleme güçlüğü ve affetme değişkenleri ile ilgili nitel ve nicel yöntemlerle toplanan verilerin, birbiri ile eşit öneme sahip olduğu varsayımından hareketle bu çalışmada açıklayıcı sıralı desen tercih edilmiştir.

Bu araştırmanın birbiri ile ilişkili olan iki ana problem cümlesi vardır.

1. Lise öğrencilerinde duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolü var mıdır?

2. Lise öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık, duygu düzenleme güçlüğü ve affetme arasındaki ilişkilere yönelik görüşleri nasıldır?

Bu noktadan hareketle araştırmanın nicel bölümü nedensel-karşılaştırmalı araştırma türü olup, ilk aşamada ilişkisel saldırganlık, duygu düzenleme güçlüğü ve affetme arasındaki ilişkiler betimlenmiştir. Sonrasında ergenlerin ilişkisel saldırganlıkla ilgili görüşleri için nitel araştırma yöntemine başvurulmuştur. Bu noktada farkında olduğumuz fakat ayrıntılı ve derinlemesine bilgiye yeteri kadar sahip olmadığımız deneyimler, yönelimler, algılar ve kavramların belirlenmesi amacıyla kullanılan olgubilim (fenomolojik) deseni tercih edilmiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Olgubilim yaklaşımında, katılımcıların yaşadıkları olgularla ilgili yorumları detaylı olarak incelenerek bu olgulara dair bireysel yaşantıları dikkate alınmaktadır (Creswell 2015). Olgubilim yaklaşımında veriler görüşme yöntemi ile toplanmaktadır. Ayrıca elde edilen bulgular görüşmeler sonucu oluşan temalar çerçevesinde açıklanmakta ve yorumlanmaktadır. Bunlara ek olarak olgubilim çalışmaları araştırılan olgu hakkında daha iyi anlamlar çıkarmaya ve bu olguyu tanımaya imkân vermektedir (Yıldırım ve Şimşek 2016). Bu bağlamda çalışmada nitel veriler olgubilim desenine uygun olarak katılımcıların ilişkisel saldırganlık deneyim, yönelim ve algılarına detaylı olarak ulaşmak için yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile toplanmıştır.

3.2. Katılımcılar

Araştırma, sıralı açıklayıcı karma desen ile yürütüldüğünden iki aşamalı olarak gerçekleştirilmiştir. Nicel ve nitel çalışmanın her bir aşamasında yer alan katılımcılara ait bilgiler ayrı başlıklar altında verilmiştir.

3.2.1. Nicel aşamadaki katılımcılar

Küme örnekleme yönteminde alt evrendeki her bir elemanın eşit seçilme olasılığı vardır. Böylelikle her bir kümede bulunan elemanlar heterojen şekilde tesadüfi olarak seçilerek veriler ekonomik ve güvenli biçimde toplanabilmektedir (Karasar, 2016).

Çalışma grubu 2021-2022 öğretim yılında Eskişehir il merkezindeki 45 farklı devlet lisesinde öğrenim gören, küme örnekleme yöntemiyle belirlenen 1289 öğrenciden oluşmaktadır. Eskişehir il merkezindeki devlet liselerinde öğrenim gören 41000 lise öğrencisinin yaklaşık %3.5'i çalışma grubunu oluşturmaktadır. Çalışma grubu oluşturulurken okul türü ile birlikte sınıf dağılımları ve cinsiyetin dengeli bir biçimde dağılmasına dikkat edilmiştir.

Ölçek uygulama çalışmaları tamamlandıktan sonra öncelikle veri setleri kontrol edilerek eksik doldurulduğu tespit edilen 172 veri seti değerlendirmeye alınmamıştır. Böylece toplam 1117 veri seti üzerinden analiz sürecine başlanmıştır. Kayıp veriler kontrol edilmiş, üç ve daha az boş bırakılan madde olan veri setlerine ortalama değer ataması yapılmıştır. Kayıp verilerin ardından tek değişkenli normallik varsayımını test etmek için Z puanları dikkate alınarak uç değer analizi gerçekleştirilmiştir. Z puanı -4 ve +4 aralığı içinde olmayan veriler çıkarılmıştır. Ardından çok değişkenli uç değer analizi için de Mahalanobis uzaklık değerleri hesaplanmış ve ki-kare değerinin üstünde olan 105 kişi daha veri setinden çıkarılmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmış ve bunun için -2 ile +2 aralığında olması koşuluna bakılmıştır (George ve Mallery, 2016). Bu değerlerin normal sınırlar içinde olduğu tespit edilmiştir. Oto korelasyon değeri için Durbin-Watson değerinin 1-3 arasında olması gerektiği ve mevcut veri setinde bu şartın (1.86) sağlandığı tespit edilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Bu işlemler sonrasında analizlere 1012 veri seti ile devam edilmiştir. Analizlere dahil edilen öğrencilerin öğrenim gördükleri okullara, sınıflara ve cinsiyetlerine göre dağılımları Tablo 3.1'de sunulmuştur.

Tablo 3.1'deki dağılımda görüldüğü üzere araştırmanın veri grubunu oluşturan 1012 öğrenci Eskişehir il merkezindeki devlet liselerinde öğrenim gören 41000 lise öğrencisinin yaklaşık %2.5'ni temsil etmektedir. Tablo 3.1'deki dağılımda görüldüğü üzere araştırmanın veri grubunu oluşturan 1012 öğrencinin 178'i (%17.6) Güzel Sanatlar Lisesi'ne, 205'i (%20,3) Merkezi Yerleştirme Puanlı Anadolu Lisesi'ne, 397'si (%24,1) Mahalli Yerleştirme Puanlı Anadolu Lisesi'ne, 124'ü (%12,2) Merkezi Yerleştirme

Puanlı Meslek Lisesi'ne, 118'i (%11,9) Mahalli Yerleştirme Puanlı Meslek Lisesi'ne devam etmektedir. Katılımcıların 469'u (%46,2) erkek ve 543'ü (%53,8) kadındır.

Tablo 3.1. Öğrencilerin öğrenim görmekte okullara, sınıflara ve cinsiyetlerine göre dağılımları

Okul	Cinsiyet	9. Sınıflar	10. Sınıflar	11. Sınıflar	12. Sınıflar	Toplam
Güzel sanatlar lisesi	Erkek	12	15	16	17	60
	Kadın	34	35	26	23	118
Merkezi yerleştirme puanlı anadolu lisesi	Erkek	26	26	26	17	95
	Kadın	30	30	20	30	110
Mahalli yerleştirme puanlı anadolu lisesi	Erkek	40	53	53	46	202
	Kadın	59	61	49	26	195
Merkezi yerleştirme puanlı meslek lisesi	Erkek	16	13	15	16	60
	Kadın	14	16	17	17	64
Mahalli yerleştirme puanlı meslek lisesi	Erkek	9	23	22	8	62
	Kadın	10	16	19	11	56
Toplam	Erkek	103	130	132	104	1012
	Kadın	147	158	131	107	

Tablo 3.1'deki dağılımda görüldüğü üzere araştırmanın veri grubunu meydana getiren 1012 öğrencinin 250'si (%24,7) 9. sınıfa, 288'i (28,6) 10. sınıfa, 263'ü (%26,0) 11.sınıfa, 212'si (20,7) ise 12.sınıfa devam etmektedir.

3.2.2. Nitel aşamadaki katılımcılar

Nitel verilerin toplanması amacıyla amaçlı örneklem yöntemlerinden biri olan "Maksimum Çeşitleme" yöntemi kullanılmıştır. Maksimum çeşitleme yönteminde amaç göreceli olarak daha küçük bir örneklem meydana getirerek araştırılan olguyu deneyimleyen katılımcıların çeşitliliğini maksimum düzeyde yansıtmaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Gönüllü katılımcılar belirlenirken nicel aşamada araştırmacı tarafından

çalışmanın nitel aşaması için bilgi verilmiştir. Nitel aşamaya katılmak isteyen gönüllülerin iletişim bilgilerini uygulama kitapçığına yazmaları istenmiştir. Nitel aşamadaki katılımcıların belirlenmesi için araştırmanın nicel aşamasına katılan ve nitel araştırma sürecine katılmaya gönüllü olan 89 katılımcı tespit edilmiştir. Buna göre katılımcılar, ilişkisel saldırganlık puanları açısından sıralanmıştır. Yapılan sıralama sonrasında veri grubu ilişkisel saldırganlık puanları yüksek; orta ve düşük olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Psikoloji alanında bir olgu ile ilgili detaylı olarak bilgi edinebilmek için 8-15 arası katılımcı ile görüşülmesi tavsiye edilmektedir (Hill vd., 2005). Çalışmanın nicel aşamasına katılarak, nitel aşama için gönüllü olan katılımcılardan 22 öğrenciye, nitel veri toplamak için ulaşılmıştır. Bu öğrencilerden 7'si görüşme için uygun olmadığını ya da görüşme yapmak istemediklerini belirtmişlerdir. Böylelikle kurulan iletişime olumlu dönüt veren nitel aşamaya katılmaya gönüllü 15 katılımcı belirlenmiştir. Bu bağlamda her gruptan beşer katılımcı ile yarı yapılandırılmış görüşme yapılarak toplam 15 katılımcı ile nitel görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Nitel aşamaya dâhil olan katılımcılara ilişkin ayrıntılı bilgiler Tablo 3.2'de verilmiştir.

Tablo 3.2. Nitel aşamaya dâhil olan katılımcılarına ilişkin bilgiler

Katılımcı	Grubu	Cinsiyet	Sınıf	Okulu
Katılımcı1	Yüksek	Erkek	11	Merkezi yerleştirme meslek
Katılımcı2	Yüksek	Kadın	12	Güzel sanatlar lisesi
Katılımcı3	Yüksek	Kadın	11	Merkezi yerleştirme anadolu
Katılımcı4	Yüksek	Kadın	10	Mahalli yerleştirme anadolu
Katılımcı5	Yüksek	Kadın	11	Merkezi yerleştirme anadolu
Katılımcı6	Orta	Kadın	11	Mahalli yerleştirme anadolu
Katılımcı7	Orta	Kadın	10	Güzel sanatlar lisesi
Katılımcı8	Orta	Kadın	10	Güzel sanatlar lisesi
Katılımcı9	Orta	Kadın	10	Merkezi yerleştirme anadolu
Katılımcı10	Orta	Erkek	11	Merkezi yerleştirme meslek
Katılımcı11	Düşük	Kadın	9	Mahalli yerleştirme meslek
Katılımcı12	Düşük	Erkek	11	Mahalli yerleştirme meslek
Katılımcı13	Düşük	Erkek	12	Mahalli yerleştirme anadolu
Katılımcı14	Düşük	Kadın	10	Mahalli yerleştirme anadolu
Katılımcı15	Düşük	Erkek	12	Mahalli yerleştirme anadolu

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın birinci aşaması olan nicel çalışma için, ergenlerin ilişkisel saldırganlık durumlarını belirlemek için “Arkadaşlık İlişkilerinde İlişkisel Saldırganlık Ölçeği Ergen Formu (Kurtyılmaz, Şahan ve Ceyhan, 2022)”, duygu düzenleme güçlüklerini tespit etmek amacıyla “Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (Sarıtay ve Gençöz, 2011)” ve affetme düzeylerini belirlemek için “Ergenler İçin Affetme Ölçeği (Asıcı ve Karaca, 2018)” kullanılmıştır. Çalışmanın nitel aşaması için araştırmacı tarafından geliştirilen “yarı yapılandırılmış görüşme formu” kullanılmış ve “araştırmacı günlüğü” de tutulmuştur. Bunlara ek olarak nicel aşamada ergenlerin demografik özelliklerini belirlemek için de “kişisel bilgi formu” kullanılmıştır. Aşağıda araştırmanın veri toplama araçlarına yönelik bilgiler sırayla sunulmuştur.

3.3.1. Arkadaşlık ilişkilerinde ilişkisel saldırganlık ölçeği ergen formu

Kurtyılmaz, Can ve Ceyhan (2011) tarafından üniversite öğrencilerinin arkadaşlık ilişkilerindeki ilişkisel saldırganlıklarını belirlemeye yönelik geliştirilen Arkadaşlık İlişkilerinde İlişkisel Saldırganlık Ölçeği'nin ergenlik dönemindeki bireylere yönelik uyarlama çalışması Kurtyılmaz, Şahan ve Ceyhan (2022) tarafından (EK-4) yapılmıştır.

Ölçeğin Ergen Formu orijinal ölçekteki gibi 5'li likert derecelendirme şeklindedir. Faktör analizi sonucunda ölçek maddelerinin toplam varyansın %53.7'sini açıklayan üç faktör altında toplanan, 16 maddelik yeni bir yapı ortaya çıkmıştır. İlk faktör 7 maddeden oluşan dışlamadır ve toplam varyansın %25.16' sını açıklamaktadır. İkinci faktör olan manipülasyon toplam varyansın %19.41'ini açıklamakta ve 6 maddeden oluşmaktadır. 3 maddeden oluşan üçüncü ve son faktör ise dedikodudur ve toplam varyansın %9.02'sini açıklamaktadır. Ölçekte maddelerin içinde tersten puanlanan herhangi bir madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 16 iken en yüksek puan 80 'dir. Ölçekten alınan puan arttıkça ilişkisel saldırganlık düzeyi de artmaktadır.

Benzer ölçek geçerlik çalışması için, Can (2002) tarafından Türk kültürüne uyarlanan saldırganlık ölçeğinin alt boyutlarından ikisi olan “sözel” ve “dolaylı” saldırganlık alt boyutları kullanılmıştır. Benzer ölçekler geçerlik çalışması için kullanılan diğer ölçek ise Ayas ve Pişkin (2015) tarafından geliştirilmiş olan Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği - Ergen Formu' dur. Bu çalışmada “zorba ölçeğinin izolasyon, söylenti

yayma ve sözel zorbalık” alt boyutları kullanılmıştır. Gerçekleştirilen benzer ölçekler geçerlik analizinde ilişkisel saldırganlık ile dolaylı saldırganlık arasında .62, sözel saldırganlık arasında .52, sözel zorbalık arasında .57, izolasyon arasında .61 ve söylenti yayma ile arasında .57 korelasyon katsayıları elde edilmiş ve hepsinin anlamlı olduğu ($p \leq 0,01$) görülmüştür.

On altı maddeden meydana gelen ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .91 olarak saptanmıştır. Bu sonuçlar, ARİLSÖ'nin ergen formunun iç tutarlılığının yüksek ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Test tekrar-test yöntemi ile 96 katılımcı ile 15 gün arayla gerçekleştirilen iki uygulama arasındaki korelasyon katsayısının ise .85 olduğu saptanmıştır (Kurtyılmaz, Şahan ve Ceyhan, 2022). Bu çalışmada ise Arkadaşlık İlişkilerinde İlişkisel Saldırganlık Ölçeği Ergen Formunun, Cronbach alfa güvenirlik kat sayısı .91 olarak bulunmuştur.

3.3.2. Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği

Gratz ve Roemer (2004) tarafından yetişkin bireylerin duygu düzenleme güçlüklerini belirlemek için geliştirilmiştir. Türk kültürüne uyarlama çalışmaları ise Rugancı ve Gençöz (2008) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Daha sonrasında Sarıtaş ve Gençöz (2011) tarafından da ölçme aracının ergenler için uyarlama çalışması gerçekleştirilmiştir (EK-5). Ölçek 1 ile 5 puan arasında puanlanan toplam 36 madde ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar; duygusal tepkilerin farkında olmama “farkındalık”, duygusal tepkileri anlamama “açıklık”, duygusal tepkileri kabul etmeme “kabul etmeme”, duygu düzenleme stratejilerine sınırlı erişim “stratejiler”, dürtü kontrolünde güçlükler yaşama “dürtü” ve olumsuz duygular karşısında davranış geliştirmede zorluk “amaçlar”dır. Ölçek 5’li likert tipi bir ölçektir ve ölçekten alınan puanın yüksek olması, duygu düzenleme güçlüğü yaşandığını göstermektedir. Ölçekte 11 madde (1, 2, 6, 7, 8, 10, 17, 20, 22, 24, 34) tersten puanlanmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .93 olurken, test tekrar-test yöntemi ile 56 katılımcı ile gerçekleştirilen iki uygulama arasındaki korelasyon ise .83 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ise Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeğinin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .96 olarak bulunmuştur.

3.3.3. Ergenler için affetme ölçeği

Asıcı ve Karaca (2018) tarafından “Ergenler İçin Affetme Ölçeği” ergenlerin kişiler arası ilişkilerdeki affetme eğilimini belirlemek amacıyla (EK-6) geliştirilmiştir. 5’li likert tipi 21 maddelik ölçek “affetmenin bileşenleri”, “intikam alma”, “öfkeyi sürdürme” ve “empati” kurma olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Affetmenin bileşenleri alt boyutu ergenlerin kişiler arası ilişkilerde affedici davranmayı kolaylaştıran öğelere sahip olma seviyesini değerlendirmektedir. İntikam alma alt boyutu, ergenin kişiler arası ilişkilerdeki incinme deneyimlerinin sonrasında ortaya çıkan intikam alma isteğinin ne düzeyde olduğunu belirlemektedir. Öfkeyi sürdürme alt boyutu bireyin kişiler arası ilişkilerdeki incinme deneyimlerinin sonrasında öfkeli olmayı devam ettirme düzeyini saptamaktadır. Empati kurma alt boyutu ise bireyin kişiler arası ilişkilerdeki incinme deneyimlerine tepki vermeden önce karşısındaki kişiyle empati kurma düzeyini değerlendirmektedir. Alt boyutlardan alınan puanların artması, bireyin o alt boyutuna ilişkin özelliği daha çok göstermekte olduğu anlamına gelmektedir. Ölçekten toplam puan da alınabilmektedir birlikte toplam puan alınırken öfkeyi sürdürme ve intikam alma alt boyutlarına ait maddelerin tersten puanlanması gerekmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 21 iken en yüksek puan 105’tir. Ölçekten alınan toplam puanın azalması bireyin affetme eğiliminin azaldığı anlamına gelmektedir.

Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları .70 ile .90 arasında, test tekrar-test güvenilirlik katsayılarının .65 ile .80 arasında değişmektedir. Ölçeğin yapı geçerliliği katsayıları da .71 ile .76 arasında değişmektedir. Bu çalışmada ise Ergenler İçin Affetme Ölçeğinin Cronbach alfa güvenilirlik kat sayısı .79 olarak bulunmuştur.

3.3.4. Yarı yapılandırılmış görüşme formu

Ergenlerin ilişkisel saldırganlık deneyim, yönelim ve algılarını derinlemesine belirlemek için açık uçlu sorulardan meydana gelen yarı yapılandırılmış görüşme formu (EK-10) hazırlanmıştır. Görüşme sorularının öğrencilerin anlayıp cevaplayabileceği biçimde anlaşılır, yansız ve tek amaçlı olmasına dikkat edilmiştir. Görüşme soruları hazırlama aşamasında ilk olarak araştırmacı tarafından saldırganlık ve ilişkisel saldırganlık alanyazını incelenmiştir. Yapılan ilk inceleme sonrasında ilişkisel saldırganlığa ilişkin görüşme soruları oluşturulmuştur. İkinci aşamada rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanında doktora düzeyinde eğitimine devam eden ve lisede görev

yapmakta olan alan uzmanlarından görüş alınmıştır. Uzman görüşlerinin ardından soruların biçim ve sıralamasında değişiklikler yapılmıştır. Sonra pilot uygulama çalışması yapılmış ve anlaşılmayan ifadeler yeniden düzenlenmiştir. Son olarak ilişkisel saldırganlık alanında çalışan bir öğretim elemanından geri bildirim alınmış ve yarı yapılandırılmış görüşme formuna son hali verilmiştir.

3.3.5. Kişisel bilgi formu

Araştırmacı tarafından katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bilgileri toplamak amacıyla kişisel bilgi formu (EK-9) oluşturulmuştur. Bu formda; cinsiyet, yaş, katılımcıların devam ettiği okul ve katılımcıların devam ettiği sınıf, anne babanın birliktelik durumu ve algılanan sosyo ekonomik durum ile ilgili maddeler bulunmaktadır.

3.3.6. Araştırmacı günlükleri

Araştırma günlükleri, araştırmacının gözlemlerini, düşüncelerini aktardığı notlar olmasının yanı sıra araştırma boyunca kendi davranışlarını, hislerini ve araştırma sürecinin neresinde olduğuna ilişkin görüşlerini yansıtan bir veri kaynağı olabilmektedir (Bogdan ve Biklen, 2007; Glesne, 2013; Yıldırım ve Şimşek, 2016). Araştırmacı çalışma kapsamında araştırmacı günlükleri tutmuştur. Araştırmacı günlükleri; çalışma sürecinde yaşanan zorlukları, sıkıntıları, araştırmacının ruh halini ve sürece ilişkin yorumlamaları içermektedir. Bu araştırmada araştırmacı tarafından yirmi üç adet araştırmacı günlüğü tutulmuştur. Araştırmacı günlüklerinin tutulmasına deneme görüşmelerinin öncesinde başlanmış ve gerçekleştirilen on beş görüşme süreci boyunca araştırmacı günlükleri tutulmuştur. Araştırmanın nitel verilerinin analiz edilmesi ve yorumlanması aşamasında da araştırma günlüklerinden de doğrudan alıntılar yapılarak araştırmadan elde edilen nitel verileri destekleyecek biçimde kullanılmıştır. Araştırmacı günlükleri Word dosyası olarak kaydedilmiştir. Araştırmacı günlüklerine dair örnekler, araştırmacı günlüğü adıyla EK-11’de verilmiştir.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın nicel ve nitel verilerinin toplanmasına ilişkin süreçler aşağıda verilmiştir.

3.4.1. Nicel verilerin toplanması

Araştırma verilerinin toplanması için uygulama öncesinde Anadolu Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan etik kurul izni (Ek-12-14/09/2021 tarih ve 142235 nolu karar) alınmıştır. Sonrasında Milli Eğitim Bakanlığı'ndan uygulama izni (Ek-13) alınmıştır. Veri toplama araçlarının ve kişisel bilgi formunun bulunduğu kitapçık hazırlanmıştır. Uygulama yapılacak kurum müdürleri ve okul rehber öğretmenleri ile ölçek uygulamasının yapılacağı sınıflar ile ölçek uygulamasının zamanı belirlenmiştir. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları 2021-2022 eğitim öğretim yılının Ekim, Kasım, Aralık aylarında uygulanmıştır. Sınıf ortamındaki uygulamalar araştırmacı tarafından bizzat gerçekleştirilmiştir. Ancak ölçeklerin uygulama zamanında pandemi nedeniyle kapalı sınıfların olması ya da sınıfta yeterli sayıda öğrenci olmaması gibi sorunlarla karşılaşmıştır. Ölçek uygulamaları araştırmacı tarafından bizzat sınıfta bulunan ve araştırmaya katılmak için gönüllü olan öğrencilere araştırmanın amacı ve önemi ile ölçme araçlarının nasıl doldurulacağı hakkında bilgiler verilerek gerçekleştirilmiştir.

Çoklu ölçme araçları ile gerçekleştirilen araştırmalarda aynı ölçme aracının devamlı olarak en sonda yer almasının, o ölçme aracının geçerliğinin azalmasına neden olduğu vurgulanmaktadır (Howitt, 2011). Bundan dolayı ölçme araçlarında sıralamadan kaynaklanan etkiyi kontrol edebilmek amacıyla, ölçme araçlarının farklı olarak sıralanması ile oluşturulan üç farklı kitapçık, sınıfta bulunan katılımcılara rastgele dağıtılmıştır. Araştırmaya olarak katılan öğrencilerin yaklaşık 25-30 dakikada ölçme araçlarını doldurdukları gözlenmiştir.

3.4.2. Nitel verilerin toplanması

Çalışmanın nicel aşamasına katılarak, nitel aşama için gönüllü olan katılımcılardan 22 öğrenciye, nitel veri toplamak için ulaşılmıştır. Bu öğrencilerden 7'si görüşme için uygun olmadığını ya da görüşme yapmak istemediklerini belirtmişlerdir. Böylelikle kurulan iletişime olumlu dönüt veren nitel aşamaya katılmaya gönüllü 15 katılımcı belirlenmiştir. Görüşme öncesinde katılımcı ile iletişim kurularak uygun gün ve zaman belirlenmiştir. Görüşme günü okul idaresi ve okul rehber öğretmeni ile de iletişim kurularak, kendilerine görüşme hakkında bilgi verilmiştir. Görüşmeler katılımcının kendi okulunda yüz yüze yapılmıştır. Her görüşme öncesinde katılımcılara onam formu

okunmuş, yazılı ve sözlü olarak onayları alınmıştır. Araştırmacı ayrıca görüşmecilerden görüşmenin kaydı için izin almış, kayıt iznini sözlü olarak da onaylamalarını istemiştir. Birinci görüşme gerçekleştirildikten sonra yapılan görüşme dinlenmiş, notlar tutulmuş ve daha sonraki katılımcılarla gerçekleştirilecek olan görüşmelere hazırlık yapılmıştır. Her görüşme sonrasında görüşmeler dinlenmiş, notlar tutulmuş ve deşifre yapılarak bir sonraki katılımcı ile yapılacak görüşmeye ilişkin hazırlık çalışması yapılmıştır. Katılımcılarla yapılan görüşmelere dair bilgiler Tablo 3.3'te verilmiştir.

Tablo 3.3. Nitel aşamanın görüşmelerine ilişkin bilgiler

Katılımcı	Görüşme süresi	Görüşme tarihi
Katılımcı1	27:01	07.04.2022
Katılımcı2	23:12	17.05.2022
Katılımcı3	24:56	26.04.2022
Katılımcı4	21:16	19.04.2022
Katılımcı5	22:33	31.05.2022
Katılımcı6	22:34	22.11.2023
Katılımcı7	21:34	10.05.2022
Katılımcı8	20:57	27.04.2022
Katılımcı9	21:34	15.11.2022
Katılımcı10	19:47	27.12.2022
Katılımcı11	19:59	03.05.2022
Katılımcı12	23:15	04.10.2022
Katılımcı13	22:52	27.09.2022
Katılımcı14	19:01	29.04.2022
Katılımcı15	20:41	12.05.2022

Tablo 3.3'te görüldüğü gibi katılımcılarla gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmeler yaklaşık 19 ile 27 dakika arasında sürmüştür. Çalışmanın nitel aşamasındaki bu veriler 2021-2022 eğitim öğretim yılı bahar döneminde ve 2022-2023 güz döneminde toplanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada nicel ve nitel verilerin analizi ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Öncelikli olarak nicel verilerin analizi gerçekleştirilmiştir. Nicel verilerin analizinden sonra nitel

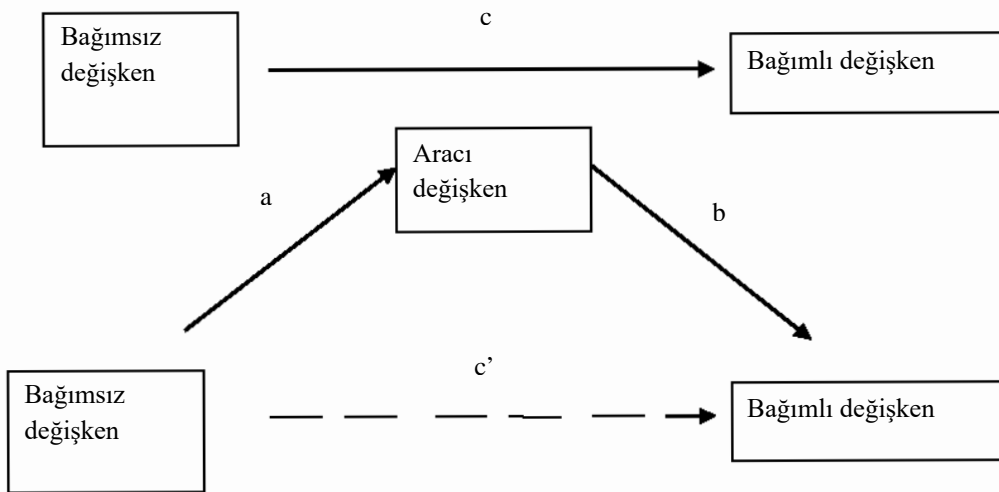
veriler toplanmış ve analiz edilmiştir. Gerçekleştirilmiş olan nicel ve nitel verilerin analiz süreçlerine ilişkin açıklamalar aşağıda verilmiştir.

3.5.1. Nicel verilerin analizi

Bilgisayar ortamına verilerin aktarılması sırasında, boş bırakılan, hatalı doldurulan ya da kullanılması araştırma sonuçlarının güvenilirliğini zedeleyeceği düşünülen 172 katılımcının verileri bilgisayar ortamına aktarılmadan önce araştırmanın veri setinden çıkartılmıştır. Sonra istatistiksel ön koşullar incelenmiş ve 105 veri seti daha çıkarılarak 1012 veri seti ile analizlere devam edilmiştir.

Araştırma çerçevesinde toplanan verilerin analizi “SPSS 22” paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Aracılık modellerini test etmek amacıyla <http://afhayes.com/spss-sas-and-mplus-macros-andcode.html> adresinden indirilen PROCESS Macro eklentisi vasıtasıyla IBM SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Araştırmada, test edilen temel aracılık modellerin etkileri bootstrap, analizi yapılmıştır

Aracı (mediator) değişken, bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişkiyi açıklayabilen değişken olarak tanımlanmaktadır. Aracı değişkenin bağımsız değişken ve bağımlı değişkenle ilişkileri kontrol altında tutulduğunda, bağımsız değişken ve bağımlı değişken arasındaki doğrudan ilişkinin düzeyinin azalması veya tamamen yok olması beklenmektedir. Bu nedenle aracı değişken bağımsız değişken ile bağımlı



Şekil 3.2. Temel aracılık hipotetik modeli

değişken arasındaki ilişkiyi oluşturan değişken olarakta değerlendirilir (Baron ve Kenny, 1986).

Şekil 3.2.'de görüldüğü gibi bağımsız değişken (X) ile bağımlı değişken (Y) arasındaki ilişkinin aracı değişken (M) aracılığıyla olduğunu gösteren temel aracılık modeline göre, "yol c", bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki toplam etkisini göstermektedir. "yol a" ise, bağımsız değişkenin aracı değişken üzerindeki etkisini vermektedir. "yol b" aracı değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisini göstermektedir. Kesik çizgilerle gösterilen "yol c" ise aracı değişken kontrol altında tutulduğunda bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasında bir ilişkinin var olup olmadığını görmemize yarayan doğrudan etkiyi vermektedir. Tam aracılık durumunda bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlılığını yitirmektedir. Aracı değişkeni tam kontrol etkisi gösteriyorsa "yol c" 0 değeri almaktadır. Kısmi aracılık durumunda ise aracı değişken modele dâhil edildiğinde bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişkinin düzeyinde azalma gerçekleşmektedir (Baron ve Kenny, 1986).

Aracılık rolünün dolaylı etkilerin anlamlılık düzeyini değerlendirmek amacıyla bootstrap yöntemi kullanılmıştır. Dolaylı etkilerin anlamlılık analizlerinde yanlılıktan arındırılmış sonuçlar için bootstrap tekniği ile 5000 örneklem seçeneği kullanılmıştır. Bootstrap analizi sonucunda dolaylı etkinin anlamlı olup olmadığına %95 güven aralığındaki değerler incelenerek karar verilmektedir. Buna göre dolaylı etki güven aralığı "0"ı içermiyorsa dolaylı etkiler anlamlı, güven aralığı "0"ı içeriyorsa anlamlı değildir. Etki büyüklüğü yorumlanırken, etki büyüklüğü .25'e yakın ise yüksek etki, .09'a yakın ise orta etki, .01'e yakın ise düşük etki biçiminde yorumlanmaktadır (Gürbüz, 2021; Preacher ve Kelly, 2011).

3.5.2. Nitel verilerin analizi

Nicel verilerin analiz çalışmalarından sonra ilişkisel saldırganlığın ergenlerdeki doğasının anlaşılması ve verilerin desteklenmesi için nitel veriler ile devam edilmiştir. Nitel verilerin analizi "Betimsel Analiz" yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Betimsel analizde önceden oluşturulan tema ve kategorilere göre, araştırmada elde edilen veriler düzenlenmekte ve yorumlanmaktadır. Betimsel analiz, özellikleri nedeniyle araştırmanın

“var olanı düzenli, sistematik ve planlı bir biçimde ortaya koyma” amacına uygun bir analiz türü olduğu için tercih edilmiştir. Betimsel analizde, katılımcıların görüşlerini etkili bir şekilde aktarmak için katılımcıların doğrudan alıntılarına sıkça yer verilmektedir. Betimsel analiz yönteminde araştırmanın nitel bulguları belirli bir düzen, sistematik ve açıklık içinde ortaya konmaktadır. Daha sonra bu betimlemelerin açıklaması ve yorumlanması yapılarak, neden-sonuç ilişkisi sorgulanarak çeşitli sonuçlara ulaşılmaktadır. Betimsel analizin temalarını, araştırmanın amaçları ve yapılandırılmış görüşme soruları, oluşturmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Bu çerçevede araştırmada test edilen model kapsamında lise öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiye dair görüşleri, ergenlerin ilişkisel saldırganlık ve affetme arasındaki ilişkiye dair görüşleri, lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ve affetme arasındaki ilişkiye dair görüşleri şeklinde alt temalar belirlenmiştir. Bunun yanında araştırmada nitel verilerin analizinde NVIVO 11 programı kullanılmıştır. Bulgular, doğrudan alıntılarla desteklenmiştir.

Nitel araştırmalar, nicel araştırmalardan geçerlik ve güvenilirlik konularında farklılık göstermektedir. Nitel araştırmalarda geçerli ve güvenilir sonuçlara ulaşmak için, inandırıcılık, aktarılabilirlik, tutarlılık ve teyit edilebilirlik kavramları kullanılmaktadır (Creswell, 2015; Yıldırım ve Şimşek, 2016).

Nitel araştırmalarda inandırıcılığın sağlanabilmesi adına araştırma konusu hakkında bilgi birikimi olan, nitel araştırma konusunda uzmanlaşmış kişilerden yardım alınmalıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Bu araştırmada inandırıcılığın artırılabilmesi için veri toplama araçlarının oluşturulmasından verilerin analizine kadar pek çok aşamada uzman görüşüne başvurulmuştur. Rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanında doktora yapan ve nitel araştırmaya yönelik ders almış uzmanlardan yardım alınarak görüşme formu oluşturulmuştur. Görüşme formunun hazırlanması ile görüşme süreci, nitel araştırma konusunda rehberlik ve psikolojik danışma alanında deneyimi olan ve nitel araştırma yöntemleri dersi veren bir öğretim üyesi tarafından detaylı bir şekilde kontrol edilmiştir. Buna ek olarak araştırmanın tüm süreçlerinin tez izleme komitesinde bulunan öğretim üyeleri tarafından titizlikle incelendiği ve takip edildiği söylenebilir.

Bunun yanında nitel araştırmalarda, inandırıcılığı artırmak için geçerli olan bir başka yol da araştırmanın yöntem bölümünde; katılımcıların sayısını, özelliklerini, nasıl

belirlendikleri, araştırmada kullanılan veri toplama yöntemlerinin ve analiz tekniklerinin ayrıntılı bir biçimde belirtilmesidir (Creswell ve Miller, 2000). Bu çalışmanın yöntem bölümünde katılımcılarla ilgili, veri toplama araçlarının hazırlanma süreci, veri toplama süreci ve verilerin analizine dair detaylı olarak bilgi sunularak, çalışmanın inandırıcılığının artırılması sağlanmaya çalışılmıştır. Bunlara ek olarak katılımcı teyidi için yapılan görüşmelerde katılımcılara, eklemek istedikleri hususlar olup olmadığı sorulmuştur. Yine katılımcı teyidi için görüşme sonlarında katılımcı yanıtları özetlenerek katılımcıların onayına sunulmuştur.

Aktarılabirliğin artırılması için nitel çalışmalarda amaçlı örnekleme ve ayrıntılı betimleme teknikleri kullanılabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Gerçekleştirilen bu çalışmada örneklem grubunu oluştururken amaçlı örnekleme tekniği kullanılmış olup, aktarılabirliğin birinci aşaması gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın aktarılabirliğin sağlanabilmesi adına detaylı betimlemeler de yapılmıştır. Detaylı betimleme, ham verilerin olduğu gibi aktarılması ve ortaya çıkan temalara ilişkin yorum getirmeden yeniden düzenlenerek okuyucuya aktarılmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Araştırmada nitel veri toplama araçlarının nasıl oluşturulduğuna, verilerin nasıl, ne zaman ve nerede toplandığına ve nasıl analiz edildiğine yönelik bilgilere, yöntem bölümünde detaylı bir şekilde yer verilmiştir. Bunun yanında bulgular bölümünde sık sık katılımcılardan doğrudan alıntılara yer verilerek aktarılabirlik sağlanmaya çalışılmıştır.

Teyit edilebilirlik, araştırma kapsamında ortaya çıkan sonuçların objektifliği yansıtmayı yansıtmadığı ile ilgili olan bir kavramdır. Araştırmada ulaşılan yargı, yorum ve önerilerin ham verilere gidilerek teyit edilmesini ifade etmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Araştırmanın nitel kısmının teyit edilebilirliğinin sağlanması amacıyla, nitel çalışma deneyimi bulunan başka araştırmacılardan yardım alınmıştır. Araştırmacının ham veriler bağlamında ulaştığı öneri, yargı ve yorumlara ilişkin kontroller, alanda deneyimli iki öğretim üyesi tarafından gerçekleştirilmiştir.

Tutarlılık, yarı yapılandırılmış görüşmelerin aynı standartla yapılması, verileri toplarken katılımcılara aynı soruların sorulması, analiz süreçlerinde aynı sistematikğin kullanılması gibi süreçleri içermektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Görüşmeler, görüşme için uygun bir ortam olan rehberlik servisleri ya da okul kütüphanelerinde benzer standartlarda gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara aynı sorular benzer sıralarla sorularak

görüşmeler tamamlanmıştır. Görüşmelerden elde edilen veriler de aynı sistematik düzen içinde kayıt altına alınmıştır. Elde edilen bu veriler, alan uzmanları tarafından analiz edilerek analizlerin tutarlılığı sağlanmıştır.

4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmada elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Bu kapsamda öncelikli olarak, araştırmanın değişkenlerine dair betimsel istatistikler ve değişkenler arasındaki korelasyon katsayılarına ilişkin bulgular sunulmuştur. Bu istatistiklerin devamında önerilen temel modeller çerçevesinde, ergenlerin ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkide affetmenin aracılık rolü belirlenmiştir. Bunun içinde sırasıyla, ilişkisel saldırganlık ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkide affetmenin alt boyutları olan affetmenin bileşenleri, öfkeyi sürdürme, intikam alma ve empati kurmanın aracılık rolüne ilişkin tekli aracılık modellerine dair bulgulara yer verilmektedir. Daha sonrasında ise duygu düzenleme güçlüğü ve affetme ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkilere dair gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilen nitel bulgulara yer verilmiştir.

4.1. Araştırma Değişkenleri Arası İlişkiler ve Betimsel İstatistikler

Araştırma sorularına dair analizlere geçilmeden önce araştırmanın değişkenleri arasındaki ilişkiler ve bu değişkenlere yönelik betimsel istatistikler belirlenmiştir. Bu doğrultuda pearson korelasyon katsayıları ve betimsel istatistiklere ilişkin bulgular Tablo-4.1’de verilmiştir.

Tablo 4.1. Lise öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık, duygu düzenleme güçlüğü, affetme, affetmenin bileşenleri, öfkeyi sürdürme, intikam alma ve empati kurma arasındaki pearson korelasyon katsayıları ve betimsel istatistikler

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7
1 İ. Saldırganlık	-						
2 D. Düzenleme güçlüğü	.48**	-					
3 Affetme	-.24**	-.29**	-				
4 Affetmenin bileşenleri	-.35**	-.44**	.83**	-			
5 Öfkeyi sürdürme	.15**	.16**	.25**	-.26**	-		
6 İntikam alma	.23**	.31**	.26**	-.29**	.64**	-	
7 Empati kurma	-.33**	-.37**	.71**	.70**	-.21**	-.22**	-
Aritmetik ortalama	35.41	89.28	58.74	23.71	14.44	11.40	9.18
Ss	12.83	32.68	13.41	10.74	4.37	4.39	3.59
Çarpıklık	1.01	.51	.03	.29	.24	.23	-.14
Basıklık	.51	-.74	-.13	-1.30	-.31	-.87	-1.10

N: 1012 **p < .01

Tablo 4.1’de görüldüğü üzere, lise öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık düzeyleri ile duygu düzenleme güçlüğü ($r = .48$, $p < .01$) arasında orta düzeyde ve pozitif yönlü

anlamli iliskiler olduğu görülmektedir. Diğer taraftan lise  ğrencilerinin affetme düzeyleri ile iliskisel saldırganlık düzeyleri ($r = -.24, p < .01$) arasında negatif yönlü ve orta düzeyde anlamli iliskiler görülürken affetme düzeyleri ile duygu düzenleme güçlüğü ($r = -.29, p < .01$) arasında da yine negatif yönlü ve orta düzeyde anlamli iliskiler olduğu görülmektedir. Bunun yanında ergenlerin iliskisel saldırganlık düzeyleri ile affetmenin bileşenleri ($r = -.35, p < .01$), ve empati kurma ($r = -.33, p < .01$) düzeyleri arasında negatif yönlü ve orta düzeyde anlamli iliskiler olduğu, öfkeyi sürdürme ($r = .15, p < .01$) düzeyleri arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde anlamli ve intikam alma ($r = .23, p < .01$) düzeyleri arasında pozitif yönlü ve orta düzeyde anlamli iliskiler olduğu anlaşılmaktadır. Lise  ğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri ile affetmenin bileşenleri ($r = -.44, p < .01$), ve empati kurma ($r = -.37, p < .01$) düzeyleri arasında negatif yönlü ve orta düzeyde anlamli iliskiler olduğu, duygu düzenleme güçlüğü ile öfkeyi sürdürme ($r = .15, p < .01$) pozitif yönlü ve düşük düzeyde anlamli, duygu düzenleme güçlüğü ile intikam alma ($r = .31, p < .01$) ise pozitif yönlü ve orta düzeyde anlamli iliskiler olduğu görülmektedir.

4.2. Değişkenler Arası Aracılık Rolüne İlişkin Bulgular

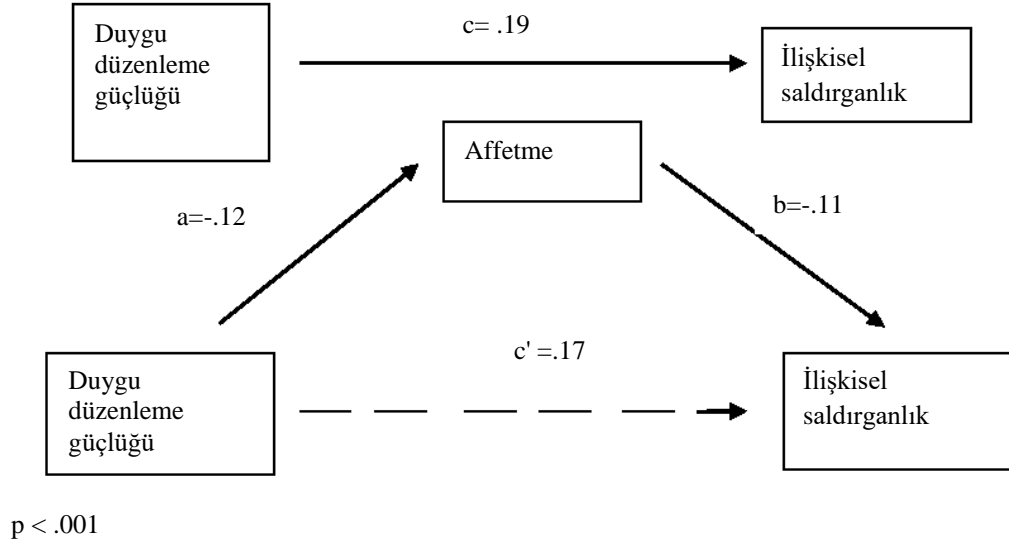
Bu bölümde araştırma kapsamında test edilen aracılık modellerine ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

4.2.1. Duygu düzenleme güçlüğü ve iliskisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin aracılık rolüne ilişkin bulgular

Lise  ğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ve iliskisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin aracılık rolüne ilişkin analizler gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen analiz neticesinde modeldeki doğrudan ve dolaylı etkilere ilişkin regresyon katsayıları Şekil 4.1'de verilmiştir.

Şekil 4.1'de görüldüğü üzere, lise  ğrencilerinin duygu düzenleme güçlükleri affetmeyi doğrudan negatif yönlü olarak yordamaktadır ($\beta = -.12, p < .001$). Benzer Őeklide affetme ise iliskisel saldırganlığı doğrudan negatif yönlü olarak yordamaktadır ($\beta = -.11, p < .001$). Duygu düzenleme güçlüğünün iliskisel saldırganlık üzerindeki toplam

etkisinin .19 olduğu ve aracı değişken olan affetme modele dâhil edildiğinde bu etkinin .17'e düştüğü ve bu değer anlamlı olduğu görülmektedir.



Şekil 4.1. Affetmenin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık rolüne ilişkin model

Sonuç olarak alanyazında da belirttiği gibi bağımsız değişken (duygu düzenleme güçlüğü) ve bağımlı değişken (ilişkisel saldırganlık) arasındaki ilişki aracı değişken (affetme) modele dâhil olduğunda, sıfırdan (0) farklı olmak koşulu ile azalma gösteriyorsa, aracılık rolünün anlamlı olduğu söylenebilir. Bu durum göz önüne alındığında, affetmenin lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi bir aracı değişken olduğuna işaret etmektedir.

Affetmenin, lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolünün dolaylı etkilerinin anlamlı olup olmadığını belirlemek için bootstrap tekniği ile 5000 örneklem seçeneği ile analiz edilmiş ve %95 güven aralığındaki değerler Tablo 4.2'de verilmiştir.

Tablo 4.2 incelendiğinde, affetmenin lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir (Bootstrap= .03, 95% CI= .016; .053). Affetmenin dolaylı etkisinin üst ve alt güven aralığının sıfır değerini kapsamaması nedeniyle, kısmi aracılık rolünün anlamlı olduğu görülmektedir. Bunun yanında tam standardize etki büyüklüğü .03'tür. Etki büyüklüğü yorumlanırken .01'e yakınsa düşük etki, .09'a yakınsa orta etki, .25'e yakınsa

yüksek etki olarak yorumlanmaktadır. Bundan dolayı, affetmenin kısmi aracılık etkisinin düşük düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.2. Affetmenin lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolüne ilişkin bootstrapping sonuçları

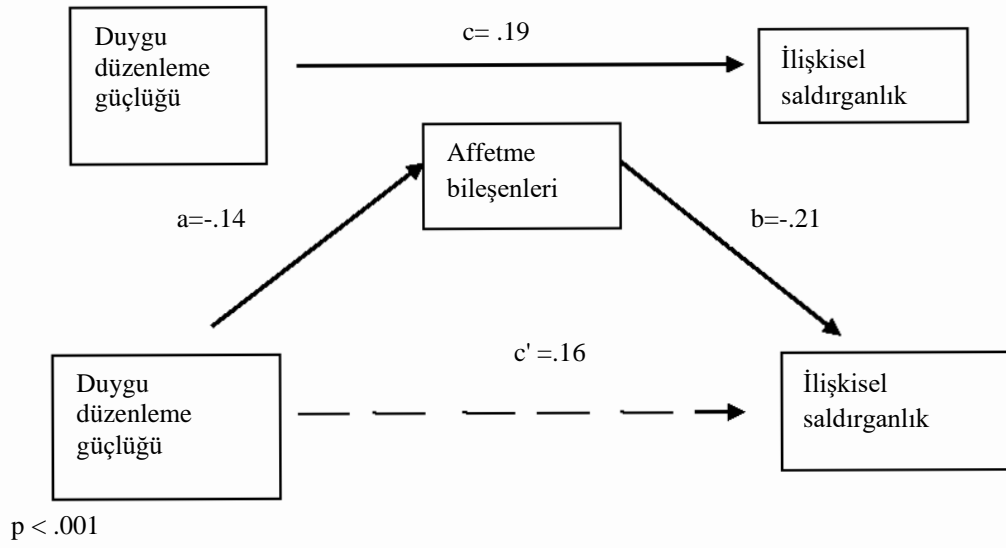
		%95 Güven aralığı			
		B	SH	BottLLCI	BootULCI
Doğrudan etki					
D. D. Güçlüğü	→ Affetme	-.29	.012	-.145	-.097
Affetme	→ İ. Saldırganlık	-.11	.028	-.163	-.055
D. D. Güçlüğü	→ İ.Saldırganlık	.44	.011	.152	.200
Toplam etki					
D.D.G.	→ Affetme → İ.Saldırganlık	.47	.011	.166	.208
Dolaylı etki					
D.D.G.	→ Affetme → İ.Saldırganlık	.03	.009	.016	.053

p<.001, 5,000 bootstrap örnekleme dayanmaktadır.

4.2.2. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin bileşenlerinin aracılık rolüne ilişkin bulgular

Lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide, affetmenin bileşenlerinin aracılık rolüne ilişkin analizler gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen analiz neticesinde modeldeki doğrudan ve dolaylı etkilere ilişkin regresyon katsayıları Şekil 4.2’de verilmiştir.

Şekil 4.2. de görüldüğü üzere, lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlükleri affetmenin bileşenlerini doğrudan negatif yönlü olarak yordamaktadır ($\beta = -.14$, $p < .001$). Diğer yandan affetmenin bileşenleri ise ilişkisel saldırganlığı doğrudan negatif yönlü olarak yordamaktadır ($\beta = -.21$, $p < .001$). Duygu düzenleme güçlüğü’nün, ilişkisel saldırganlık üzerindeki toplam etkisinin .19 olduğu ve aracı değişken olan affetmenin bileşenleri modele dâhil edildiğinde bu etkinin .16’a düştüğü ve bu değer anlamlı olduğu görülmektedir.



Şekil 4.2. *Affetme bileşenlerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık rolüne ilişkin model*

Sonuç olarak alanyazında da belirttiği gibi bağımsız değişken (duygu düzenleme güçlüğü) ve bağımlı değişken (ilişkisel saldırganlık) arasındaki ilişki aracı değişken (affetmenin bileşenleri) modele dâhil olduğunda sıfırdan (0) farklı olmak koşulu ile azalma gösteriyorsa aracılık rolünün anlamlı olduğu söylenebilir. Bu durum göz önüne alındığında, affetmenin bileşenleri lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi bir aracı değişken olduğuna işaret etmektedir.

Affetme bileşenlerinin lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolünün dolaylı etkilerinin anlamlı olup olmadığını belirlemek için bootstrap tekniği ile 5000 örneklem seçeneği ile analiz edilmiş ve %95 güven aralığındaki değerler Tablo 4.3'te verilmiştir.

Tablo 4.3 incelendiğinde, affetme bileşenlerinin lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir (Bootstrap= .08, 95% CI= .049; .105). Affetme bileşenlerinin dolaylı etkisinin üst ve alt güven aralığının sıfır değerini kapsamaması nedeniyle kısmi aracılık rolünün anlamlı olduğu görülmektedir. Bunun yanında tam standardize etki büyüklüğü .08'dir. Etki büyüklüğü yorumlanırken, etki büyüklüğü .25'e yakın ise yüksek etki, .09'a yakın ise orta etki, .01'e yakın ise düşük olarak yorumlanmaktadır. Bundan dolayı affetme bileşenlerinin kısmi aracılık etkisinin orta düzeyde olduğu saptanmıştır.

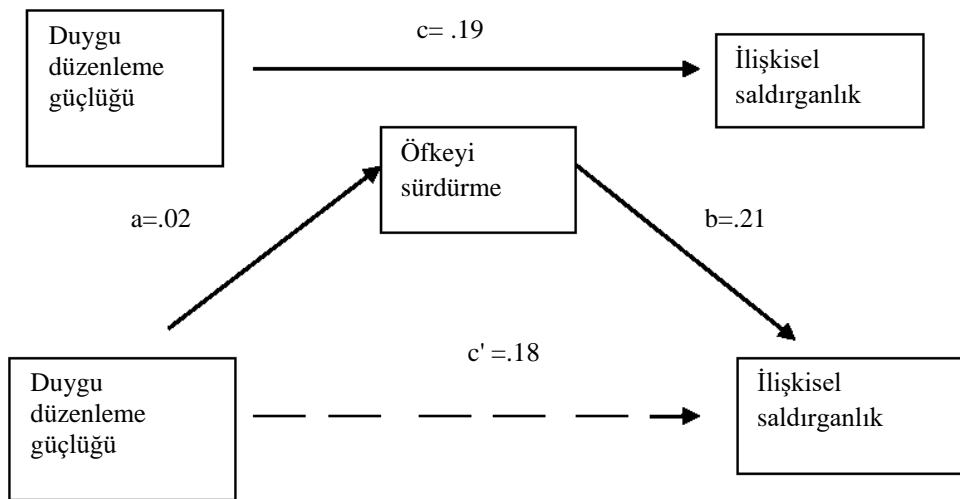
Tablo 4.3. Affetme bileşenlerinin lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolüne ilişkin bootstrapping sonuçları

	%95 Güven aralığı			
	B	SH	BottLLCI	BootULCI
Doğrudan etki				
D. D. Güçlüğü → Affetme bileşenleri	-.43	.009	-.162	-.125
Affetme bileşenleri → İ. Saldırganlık	-.21	.036	-.163	-.055
D. D. Güçlüğü → İ.Saldırganlık	.40	.012	.134	.180
Toplam etki				
D.D.G. → A.Bileşenleri → İ.Saldırganlık	.48	.011	.166	.208
Dolaylı etki				
D.D.G → A. Bileşenleri → İ.Saldırganlık	.08	.014	.049	.105

p<.001, 5,000 bootstrap örnekleme dayanmaktadır.

4.2.3. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide öfkeyi sürdürmenin aracılık rolüne ilişkin bulgular

Lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide öfkeyi sürdürmenin aracılık rolüne ilişkin analizler gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen analiz neticesinde modeldeki doğrudan ve dolaylı etkilere ilişkin regresyon katsayıları Şekil 4.3'te verilmiştir.



p < .001

Şekil 4.3. Öfkeyi sürdürmenin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık rolüne ilişkin model

Şekil 4.3'te görüldüğü üzere, lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlükleri, öfkeyi sürdürmeyi doğrudan negatif yönlü olarak yordamaktadır ($\beta = .02, p < .001$). Diğer yandan öfkeyi sürdürme ise ilişkisel saldırganlığı, doğrudan pozitif yönlü olarak yordamaktadır ($\beta = .21, p < .001$). Duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık üzerindeki toplam etkisinin .19 olduğu ve aracı değişken olan öfkeyi sürdürme modele dâhil edildiğinde bu etkinin .18'e düştüğü ve bu değer anlamlı olduğu görülmektedir. Sonuç olarak alanyazında da belirttiği gibi bağımsız değişken (duygu düzenleme güçlüğü) ve bağımlı değişken (ilişkisel saldırganlık) arasındaki ilişki aracı değişken (öfkeyi sürdürme) modele dâhil olduğunda, sıfırdan (0) farklı olmak koşulu ile azalma gösteriyorsa, aracılık rolünün anlamlı olduğu söylenebilir. Bu durum göz önüne alındığında, öfkeyi sürdürme, lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi bir aracı değişken olduğuna işaret etmektedir.

Öfkeyi sürdürmenin lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolünün dolaylı etkilerinin, anlamlı olup olmadığını belirlemek için bootstrap tekniği ile 5000 örneklem seçeneği ile analiz edilmiş ve %95 güven aralığındaki değerler Tablo 4.4'te verilmiştir.

Tablo 4.4. *Öfkeyi sürdürmenin lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolüne ilişkin bootstrapping sonuçları*

	%95 Güven aralığı			
	B	SH	BottLLCI	BootULCI
Doğrudan etki				
D. D. Güçlüğü → Öfkeyi sürdürme	.16	.004	.014	.300
Öfkeyi sürdürme → İ. Saldırganlık	.21	.083	.048	.370
D. D. Güçlüğü → İ. Saldırganlık	.46	.011	.161	.204
Toplam etki				
D.D.G → Öfkeyi sürdürme → İ. Saldırganlık	.48	.011	.166	.208
Dolaylı etki				
D.D.G → Öfkeyi sürdürme → İ. Saldırganlık	.01	.006	.002	.025

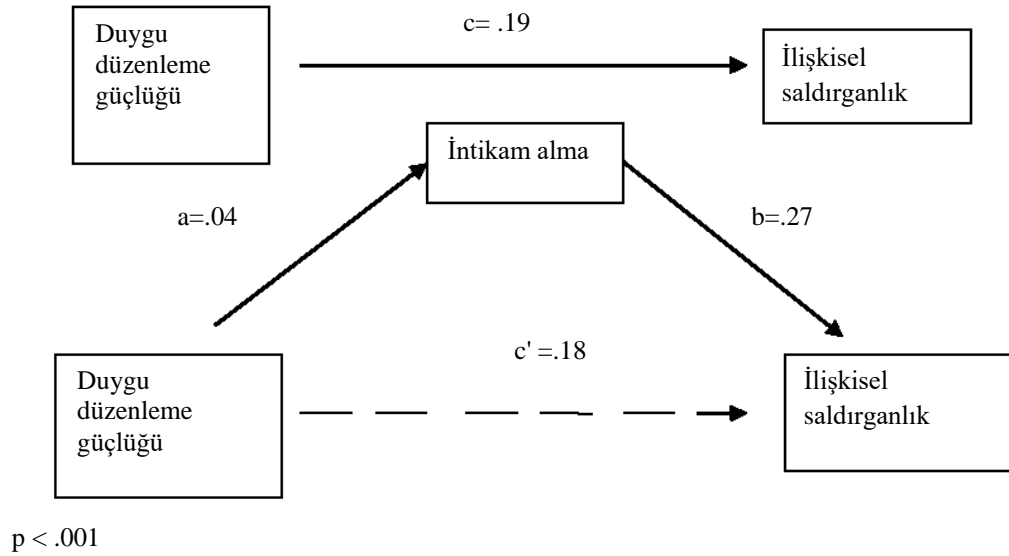
$p < .001$, 5,000 bootstrap örnekleme dayanmaktadır.

Tablo 4.4 incelendiğinde, öfkeyi sürdürmenin lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir (Bootstrap= .01, 95% CI= .002; .025). Öfkeyi sürdürmenin dolaylı etkisinin üst ve alt güven aralığının sıfır değerini kapsamaması nedeniyle kısmi aracılık rolünün anlamlı olduğu görülmektedir. Bunun yanında tam standardize etki büyüklüğü

.01'dir. Etki büyüklüğü yorumlanırken, etki büyüklüğü .25'e yakın ise yüksek etki, .09'a yakın ise orta etki, .01'e yakın ise düşük olarak yorumlanmaktadır. Bundan dolayı öfkeyi sürdürmenin kısmi aracılık etkisinin düşük düzeyde olduğu saptanmıştır.

4.2.4. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide intikam almanın aracılık rolüne ilişkin bulgular

Lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide intikam almanın aracılık rolüne ilişkin analizler gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen analiz neticesinde modeldeki doğrudan ve dolaylı etkilere ilişkin regresyon katsayıları Şekil 4.4'te verilmiştir.



$p < .001$

Şekil 4.4. İntikam almanın duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık rolüne ilişkin model

Şekil 4.4'te görüldüğü üzere, lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlükleri, intikam almayı doğrudan pozitif yönlü olarak yordamaktadır ($\beta = .04$, $p < .001$). Diğer yandan, intikam alma ise ilişkisel saldırganlığı doğrudan pozitif yönlü olarak yordamaktadır ($\beta = .27$, $p < .001$). Duygu düzenleme güçlüğü'nün ilişkisel saldırganlık üzerindeki toplam etkisinin .19 olduğu ve aracı değişken olan intikam alma modele dâhil edildiğinde bu etkinin .18'e düştüğü ve bu değer anlamlı olduğu görülmektedir. Sonuç olarak alanyazında da belirttiği gibi bağımsız değişken (duygu düzenleme güçlüğü) ve bağımlı değişken (ilişkisel saldırganlık) arasındaki ilişki aracı değişken (intikam alma) modele dâhil olduğunda sıfırdan (0) farklı olmak koşulu ile azalma gösteriyorsa aracılık

rolünün anlamlı olduğu söylenebilir. Bu durum göz önüne alındığında, intikam alma lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi bir aracı değişken olduğuna işaret etmektedir.

İntikam almanın lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolünün dolaylı etkilerinin anlamlı olup olmadığını belirlemek için bootstrap tekniği ile 5000 örneklem seçeneği ile analiz edilmiş ve %95 güven aralığındaki değerler Tablo 4.5'te verilmiştir.

Tablo 4.5. *İntikam almanın lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolüne ilişkin bootstrapping sonuçları*

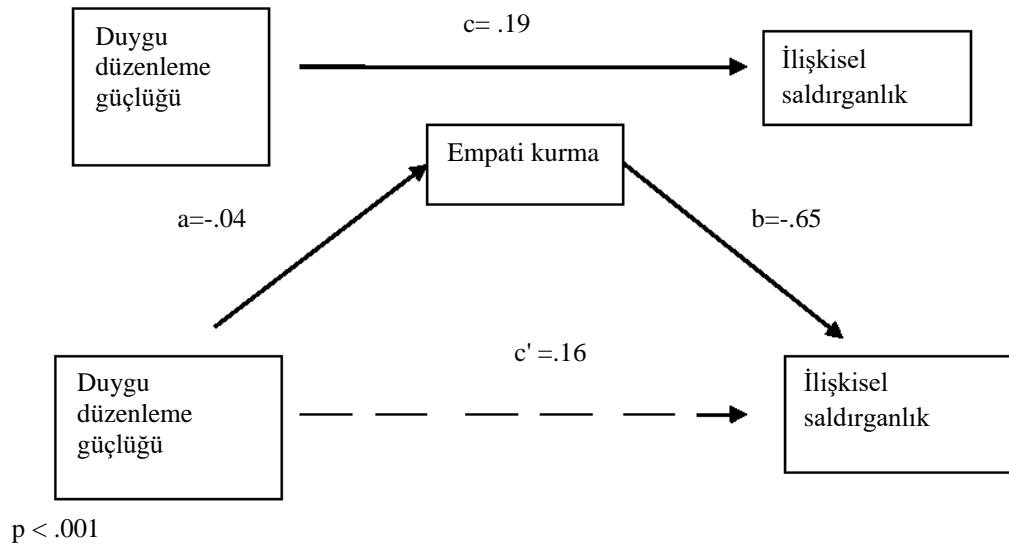
		%95 Güven aralığı			
		B	SH	BottLLCI	BootULCI
Doğrudan etki					
D. D. Güçlüğü	→ İntikam alma	.31	.004	.034	.050
İntikam alma	→ İ. Saldırganlık	.27	.085	.106	.439
D. D. Güçlüğü	→ İ.Saldırganlık	.45	.011	.153	.198
Toplam etki					
D.D.G	→ İntikam alma → İ.Saldırganlık	.48	.011	.166	.208
Dolaylı etki					
D.D.G	→ İntikam alma → İ.Saldırganlık	.03	.011	.010	.051

p<.001, 5,000 bootstrap örnekleme dayanmaktadır.

Tablo 4.5 incelendiğinde, intikam almanın lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir (Bootstrap= .01, 95% CI= .010; .051). İntikam almanın dolaylı etkisinin üst ve alt güven aralığının sıfır değerini kapsamaması nedeniyle kısmi aracılık rolünün anlamlı olduğu görülmektedir. Bunun yanında tam standardize etki büyüklüğü .01'dir. Etki büyüklüğü yorumlanırken, etki büyüklüğü .25'e yakın ise yüksek etki, .09'a yakın ise orta etki, .01'e yakın ise düşük olarak yorumlanmaktadır. Bundan dolayı intikam almanın kısmi aracılık etkisinin düşük düzeyde olduğu saptanmıştır.

4.2.5. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide empati kurmanın aracılık rolüne ilişkin bulgular

Lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide empati kurmanın aracılık rolüne ilişkin analizler gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen analiz neticesinde modeldeki doğrudan ve dolaylı etkilere ilişkin regresyon katsayıları Şekil 4.5'te verilmiştir.



Şekil 4.5. Empati kurmanın duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık rolüne ilişkin model

Şekil 4.5'te görüldüğü üzere, lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlükleri empati kurmayı doğrudan negatif yönlü olarak yordamaktadır ($\beta = -.04$, $p < .001$). Diğer yandan empati kurma ise ilişkisel saldırganlığı doğrudan negatif yönlü olarak yordamaktadır ($\beta = -.65$, $p < .001$). Duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık üzerindeki toplam etkisinin .19 olduğu ve aracı değişken olan empati kurma modele dâhil edildiğinde bu etkinin .16'a düştüğü ve bu değer anlamlı olduğu görülmektedir. Sonuç olarak alanyazında da belirttiği gibi bağımsız değişken (duygu düzenleme güçlüğü) ve bağımlı değişken (ilişkisel saldırganlık) arasındaki ilişki aracı değişken (empati kurma) modele dâhil olduğunda sıfırdan (0) farklı olmak koşulu ile azalma gösteriyorsa aracılık rolünün anlamlı olduğu söylenebilir. Bu durum göz önüne alındığında, empati kurma lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi bir aracı değişken olduğuna işaret etmektedir.

Empati kurmanın lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolünün dolaylı etkilerinin anlamlı olup olmadığını belirlemek için bootstrap tekniği ile 5000 örneklem seçeneği ile analiz edilmiş ve %95 güven aralığındaki değerler Tablo 4.6’da verilmiştir.

Tablo 4.6. Empati kurmanın lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri arasında kısmi aracılık rolüne ilişkin bootstrapping sonuçları

		%95 Güven aralığı			
		B	SH	BottLLCI	BootULCI
Doğrudan etki					
D. D. Güçlüğü	→ Empati kurma	-.38	.003	-.047	-.034
Empati kurma	→ İ. Saldırganlık	-.65	.105	-.856	-.446
D. D. Güçlüğü	→ İ. Saldırganlık	.41	.012	.138	.183
Toplam etki					
D.D.G	→ Empati kurma → İ. Saldırganlık	.48	.011	.166	.208
Dolaylı etki					
D.D.G	→ Empati kurma → İ. Saldırganlık	.07	.013	.042	.094

$p < .001$, 5,000 bootstrap örnekleme dayanmaktadır.

Tablo 4.6 incelendiğinde, empati kurmanın lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık düzeyleri üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir (Bootstrap= .07, 95% CI= .042; .094). Empati kurmanın dolaylı etkisinin üst ve alt güven aralığının sıfır değerini kapsamaması nedeniyle kısmi aracılık rolünün anlamlı olduğu görülmektedir. Bunun yanında tam standardize etki büyüklüğü .07’dir. Etki büyüklüğü yorumlanırken, etki büyüklüğü .25’e yakın ise yüksek etki, .09’a yakın ise orta etki, .01’e yakın ise düşük olarak yorumlanmaktadır. Bundan dolayı empati kurmanın kısmi aracılık etkisinin orta düzeyde olduğu saptanmıştır.

4.3. Lise Öğrencilerinin İlişkisel Saldırganlık, Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Affetme Arasındaki İlişkilere Dair Görüşleri İle İlgili Bulgular

Bu bölümde duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin aracılık rolüne ilişkin aracılık modellerinin ortaya koyulmasını takiben; ilişkisel saldırganlık, duygu düzenleme güçlüğü ve affetme arasındaki ilişkilere yönelik nitel bulgulara yer verilmiştir.

Öncelikle nitel aşamadaki katılımcılar belirlenmesi için araştırmanın nicel aşamasına katılan ve nitel araştırma sürecine katılmaya gönüllü olan 89 katılımcı olduğu tespit edilmiştir. Buna göre ilişkisel saldırganlık puanı yüksek olan öğrenciden başlayarak düşüğe doğru bir sıralama yapılmıştır. Yapılan sıralama sonrasında veri grubu ilişkisel saldırganlık puanı yüksek, orta ve düşük olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Katılımcı-1 ile Katılımcı-5 arasındaki katılımcılar ilişkisel saldırganlık puanı yüksek olan grubu, Katılımcı-6 ile Katılımcı-10 arasındaki katılımcılar ilişkisel saldırganlık puanı orta olan grubu, Katılımcı-11 ile Katılımcı-15 arasındaki katılımcılar ise ilişkisel saldırganlık puanı düşük olan grubu oluşturmaktadır. Buna göre, her gruptan beşer katılımcı ile görüşme yapılarak toplam 15 katılımcı ile nitel görüşmeler gerçekleştirilmiştir. İlişkisel saldırganlık düzeyleri farklı olan katılımcılarla yapılan yarı yapılandırılmış görüşmelerde, ilk olarak ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkilere yönelik betimsel analiz yapılmıştır.

4.3.1. Lise öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular

Bu bölümde, farklı düzeylerde ilişkisel saldırganlık davranışlarına başvuran katılımcılarla yapılan yarı yapılandırılmış görüşmelerde ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü (duygusal tepkilerin farkında olmama, duygusal tepkileri anlamama, duygusal tepkileri kabul etmeme, duygu düzenleme stratejilerine sınırlı erişim, dürtü kontrolünde güçlükler yaşama ve olumsuz duygular karşısında davranış geliştirmede zorluk) arasındaki ilişkilere yönelik nicel bulguları destekleyen nitel bulgulara yer verilmiştir.

4.3.1.1. İlişkisel saldırganlık puanı yüksek grupta yer alan katılımcıların ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiye destek sunan görüşlerine ilişkin bulgular

Bu bölümde, ilişkisel saldırganlık puanları yüksek grupta yer alan katılımcılar ile gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilmiş olan nitel bulgulara yer verilmiştir. Katılımcıların yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda nasıl tepki verdiklerine ilişkin paylaşımları incelendiğinde, bu grupta yer alan katılımcılar yakın

arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda; kızgınlık, öfke, üzüntü ve hayal kırıklığı gibi duyguları hissettikleri görülmektedir.

Bu grupta yer alan katılımcıların, duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutlarından olan; duygu düzenleme stratejilerine sınırlı erişim, duygulara yönelik odağı değiştirmekte de zorlanma ve olumsuz duygular karşısında yeni davranış geliştirmede zorluklar nedeniyle duygu düzenleme güçlüğü yaşadıklarından dolayı arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde; dışlamaya yönelik ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergiledikleri katılımcıların ifadelerinden çıkarsanabilir. Buna ilişkin katılımcıların ifadelerine dair bazı örnekler aşağıda verilmektedir:

Çünkü ona çok sinirliyim.....Ben yalnız değil onun yalnız kalmasını bekledim bu yüzden de genelde öfkelendiğimde ya da kızdığımda özellikle bu olayda yakın çevremdeki diğer arkadaşlarla paylaşım onun yalnız kalmasını istedim. K2

Ondan dolayı yani bu intikam dedim ya az önce evet bir intikam almak istiyorum. Ondan bu intikam belki de onun yalnız kalması olacaktır. K3

Genelde onun sevmediği insanları dolduruşa getirecek onun hakkında olumsuz şeyler konuşurum. Sorunları tek taraflı anlatıp sanırım onu suçluyorum. Evet bunun sebebi de aslında kızgınlığım ondan dolayı onun biraz daha kendini yalnız hissetmesi için. Ve kendini dışlanmış hissetmesini sağlıyor sanırım. K4

Biraz uzak kalmaya daha doğrusu onu biraz dışlamaya çalışıyorum. Çevremdeki arkadaşları biraz böyle dolduruşa getirmek mi olur yani dolduruş değil aslında yani onlar benim yanımda olmaları gerekiyor. Onu yalnız bırakmak yaşadığım olumsuz duygularım biraz azalmasını da ya da içimin soğumasını da açıkçası biraz daha etkili oluyor. K5

Örnek ifadelerden de görülebileceği üzere bu grupta yer alan katılımcıların arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde; duygu düzenleme güçlüğü'nün bir nedeni olarak kabul edilen duygu düzenleme stratejilerine yeterli erişim olmaması nedeniyle yalnızlaştırmaya ve dışlamaya yönelik ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar gösterdikleri görülmektedir. Benzer şekilde araştırmacı, günlüğüne ilişkisel saldırganlık sergileyen katılımcıların arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında, yeterli duygu düzenleme güçlüğü stratejilerine erişemediklerini düşündüğünü belirtmiştir. Ayrıca duygu düzenleme için sadece başka bir arkadaş ile sorun hakkında konuştuklarını ve bu

konuşmanın arkadaşlarını yönlendirerek, çatışma yaşanan arkadaşını yalnızlaştırmaya veya dışlamaya yönelik olduğunu düşündüğünü not etmiştir (17 nolu günlük).

Bu grupta yer alan katılımcıların, arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde hissettikleri, duygulara yönelik odağı değiştirmekte de zorlandıkları ve olumsuz duygular karşısında davranış geliştirmede zorlanmaları nedeniyle duygu düzenleme gücünü yaşadıklarında, arkadaşına kısa cevaplar vererek arkadaşları ile ilişkilerini kısıtlamak ve arkadaş hakkında dedikodu yapmak gibi yöntemleri tercih ettikleri katılımcıların ifadelerinden çıkarılabilir. Bu duruma ilişkin katılımcıların ifadelerine dair bazı örnekler aşağıdaki verilmiştir:

Daha soğuk davranmalar kısa cevap verip geçiştirmelerle oluyor arkadaşlarıma bu şekilde ...Ben çok sinirli oluyorum zaten. Sinirim pek geçmiyor. Ne yaparsam hep daha fazlası olsun istiyorum. K1

Tavır alırım kesinlikle tavrım olur onu belli ederim zaten onunla biraz uğraşırım herhalde diye düşünüyorum. Mesela uğraşmak derken işte ne olabilir hikayelerini beğenmem. Başka birileriyle konuşurum onun sevmediği insanlarla konuşur. Onun hakkında dolduruşa getirmeye çalışırım. Yani o geldiği zaman işte trip atıyorum tavır atıyorum. İşte hiç onun anlamayacağı bir şeylerden konuşmaya çalışıyorum öyle oluyor yani böyle çok mecbur kalırsam da zaten geçiştirecek evet böyle yani anlatabildim mi? Başka türlü sinirim geçmiyor. Yani böyle çok mecbur kalırsam da konuşmam yani kestirip atmak gibi geçiştirecek şeyler işte evet hayır deyip kestirip atıyorum. K2

Örnek ifadelerden de görüleceği üzere, arkadaş ilişkilerinde sorun yaşayan bu grupta yer alan katılımcıların, duygu düzenleme gücünü yaşadıkları görülmektedir. Bu grupta yer alan katılımcıların duygu düzenleme gücünü yaşadıklarında, duygu düzenleme stratejilerine sınırlı erişimi, duygulara yönelik odağı değiştirmekte de zorlandıkları ve olumsuz duygular karşısında yeni davranış geliştirmede zorlanmaları nedeniyle dışlama, geçiştirme ve dedikoduya yönelik ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergiledikleri görülmektedir. Benzer şekilde araştırmacı, günlüğüne, öfke ve kızgınlık duygusunu yönetmekte zorlanan katılımcıların yalnız bırakma ve dışlama gibi ilişkisel saldırganlık davranışları sergilediklerini not etmiştir (10 nolu günlük).

4.3.1.2. İlişkisel saldırganlık puanı orta grupta yer alan katılımcıların ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiye destek sunan görüşlerine ilişkin bulgular

Bu bölümde, ilişkisel saldırganlık puanları orta grupta yer alan katılımcılar ile gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilmiş olan nitel bulgulara yer verilmiştir. Katılımcıların yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda nasıl tepki verdiklerine ilişkin paylaşımları incelendiğinde bu grupta yer alan katılımcıların, arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde; duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutlarından olan; hissedilen duyguya dair odağı değiştirmekte yaşadığı zorluklar ve olumsuz duygular karşısında yeni davranış geliştirmede güçlükler yaşaması nedeniyle duygu düzenleme güçlüğü yaşadıklarından dışlama, soğuk davranma gibi ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergiledikleri, katılımcıların ifadelerinden çıkarsanabilir. Buna ilişkin katılımcıların ifadelerine dair bazı örnekler aşağıda verilmektedir:

Mesela E... ile bu sorunu yaşadığımızda ona biraz trip atıyorsun tavırlı oluyorsun biraz atarlı oluyorsun yani bu çok uzun sürmüyor tabii. Çünkü arkadaşım sonunda bir şekilde başka şeyler düşünüp sinirim geçmesini bekliyorum ve orta yolu buluyoruz ama ilk zamanlarda yani biraz atarlı oluyorsun tabii ki. K6

Yine başta bir ağzıma geleni söylüyorum umarsızca ondan sonra o arkadaşımın uzaklaşıyorum. Mesafeli olurum onun bulunduğu ortamdan da uzaklaşıyorum daha fazla konuşmamak içinbelki geçer şeyiyle uzaklaşıyorum.....Şimdi öfkeli olduğimde uzun süre ya kendi kendime ya da arkadaşımın karşı konuşuyorum yine ona laf sokarım ama bir süre geçmiyor. İçindekileri atmak uzun sürüyor bir süre daha sonra o kendi kendine hafifliyor....Çok öfkeli oluyorum genelde dediğim gibi yani bazen o kadar aşırı oluyor ki yani ben durdurmaya çalışıyorum kendimi ama sonra tekrar başka bir laf sokasım geliyor falan böyle uzayıp gidiyor. K8

Örnek ifadelerden de görüleceği üzere bu grupta yer alan katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü yaşadıklarında, duygulara yönelik odağı değiştirmekte zorlandıkları ve olumsuz duygular karşısında yeni davranış geliştirmediklerinden dolayı arkadaşlarını incitmek amacıyla; dışlamaya, ilişkilerini kısıtlamaya ve ilişkiyi manipüle etmeye yönelik ilişkisel saldırganlık davranışları sergiledikleri görülmektedir. Bununla birlikte duygulara yönelik odağı değiştirmekte zorlanan ve olumsuz duygular karşısında davranış geliştiremeyen bu grupta yer alan katılımcıların aynı zamanda sorun yaşadıkları arkadaşlarının sosyal ilişkilerini manipüle ettikleri de görülmektedir.

4.3.1.3. İlişkisel saldırganlık puanı düşük grupta yer alan katılımcıların ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiye destek sunan görüşlerine ilişkin bulgular

Bu bölümde, ilişkisel saldırganlık puanları düşük grupta yer alan katılımcılar ile gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilen nitel bulgulara yer verilmiştir. Katılımcıların yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda nasıl tepki verdiklerine ilişkin paylaşımları incelendiğinde bu grupta yer alan katılımcıların, arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde; duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutlarından olan; duygusal tepkileri anlamaya çalıştıkları ve duygularını başkaları ile paylaştıkları için duygu düzenleme güçlüğü yaşamadıklarından dolayı ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar göstermedikleri katılımcıların ifadelerinden çıkarsanabilir. Buna ilişkin katılımcıların ifadelerine dair bazı örnekler aşağıda verilmektedir:

Arkadaş ilişkilerinde yaşadığım sorunlarda genelde bir başka yakın arkadaşım ile bazen paylaşırım. Sorun yaşadığım kişi ile sınırlı olduğum için konuşsam daha kötü olabilirim. Arkadaşım ile ilgili acaba yanlış davranıp davranmadığımı sorarım inandığım arkadaşlarıma ama çok fazla paylaşım olmaz. Yani genelde kendi içinde kendimi bir dinlemeye çalışıyorum. Bu olaydan dolayı ne hissettiğimi anlamaya çalışırım. Çünkü ne hissettiğim benim için önemli gerçekten üzülmüş müyüm? kırılmış mıyım? ya da kızmıyorum dedim ama genelde kızmam yani kızgınlık çok fazla olmaz kendimi anlamaya çalışırım. Yani belki çok zorlanırsam başka bir arkadaşım ile paylaşabilirim..... Bu olayda kimin haklı olduğu ya da sen benim yerimde olsaydın nasıl davranırdın şeklinde sorular olur böyle yani. K13

Yaşadığımız sorunları bazen arkadaşlarımla paylaştığım oluyor. Ama bu böyle özellikle suçlama olarak değil sadece bir fikir olarak ya bu ya da rahatlamak olarak kafa dağıtmak olarak biraz. Ne hissettiğimi tam olarak anlamak için. Yani işte atıyorum Ö.... böyle böyle bir sıkıntı yaşadık gibi yani onu suçlama olmuyor kesinlikle acaba haksız mıyım diye kendimi sorguladığım oluyor. Bu o anlık bir rahatlama için oluyor. Dediğim gibi kafam dağılıyor. Yaşadıklarımı anlamaya çalışıyorum. K15

İlişkisel saldırganlık sergilemeyen katılımcılar arkadaşları ile çatışma yaşadıklarında; hissettikleri duyguları anlamaya çabaladıkları için duygu düzenleme güçlüğü yaşamamaktadırlar ve ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergilememektedir. Bu durumu destekler nitelikte araştırmacı, günlüğüne ilişkisel saldırganlık sergilemeyen katılımcıların arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında

durumu anlamak için çözüm aradıklarına dair izlenimlerinin olduğu not etmiştir (19 nolu günlük).

Bu grupta yer alan katılımcılar arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde; duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutlarından olan hissettikleri duyguları anlamamanın dışında, bu duygulara yönelik odağı değiştirerek ve olumsuz duygular karşısında yeni davranışlar geliştirme yoluyla duygularını düzenledikleri böylelikle de ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergilemedikleri, katılımcıların ifadelerinden çıkarsanabilir. Bu duruma ilişkin katılımcıların ifadelerine dair bazı örnekler aşağıdaki verilmiştir:

Kendimi kötü hissettiğimde bunun uzun zaman devam etmeyeceğini düşünmeye çalışırım. Eğer çok sinirlendim ise de bu sefer başka şeylere yönelmeye çalışırım. Sonra başka eğer kızgınlığım varsa sinir olduğum arkadaşla sakinleşince konuşmak isterim. K11

Ben sinirimi kontrol etmeye çalışıyorum ve eninde sonunda bunun geçeceğini sinirimden yani biteceğini biliyorum. Kontrolümü kolay kolay kaybetmem ve kendimi kötü hissettiğimde başka şeyler yapmaya çalışırım. Dikkatimi dağıtmaya çalışırım. Başka şeylere odaklanınca da zaten onun bir şekilde unutturum üzerinden zaman geçmiş olur. Sinirim geçtikten sonra konuşurum zaten. Üzerinden zaman geçtikten sonra da o olaya çok fazla düşünmemeye çalışırım. Çünkü bunu düşündükçe insan daha çok intikam almaya çalışıyor. Ben intikam almanın kin gütmenin çok iyi olmadığını düşündüğüm için bu duyguların olabildiğince çok yaşanmaması adına biraz zamana bırakıp başka şeylerle başka şeyler düşünmek istiyorum. K12

Genelde başka şeylere de mesela yönelirim daha başka şeylere odaklanmaya çalışırım üzgün olduğum zaman çok kendimi kötü hissettiğimde başka şeyler düşünmeye çalışırım. Öncelikle üzüntüm bir şekilde kontrol etmeye çalışırım çünkü çok fazla yani bu diğer duygular için de aynı eğer kontrolünü kaybedersen yani sonuçları iyi olmayabilir. Uzun süre böyle devam etmeyeceğini bilirim bir şekilde bu duygunun içerisinden çıkmaya çalışırım... Zihnim başka şeylerle meşgul edip o üzüntünün yerine başka şeyler koymaya çalışırım daha sonrasında da karşıdaki kişiyle onu incitmeden konuşmaya çalışırım. K13

Genelde kafamı dağıtırım. Müzik dinlerim, yemek yaparım ya da temizlik yaparım ya da annemle konuşup tartışır bu olayın üzerinden geçeriz. Biraz daha yatıştırırım öyle... Kafamı dağıtmaya çalışırım biraz daha bu olaylardan uzaklaşmaya çalışırım. Zaten bir süre sonra yumuşar ve olay ile ilgili gidip bu kişiyle konuşurum. K14

Örnek ifadelerden de görüleceği üzere bu grupta yer alan katılımcıların, arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde; duygu düzenleme güçlüğünün alt boyutlarından olan; hissettikleri duyguları anlama çabasının yanında, bu duygulara yönelik odağı değiştirerek ve olumsuz duygular karşısında yeni davranışlar geliştirme yoluyla duygularını düzenlediklerinden dolayı ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergilemedikleri görülmektedir.

4.3.2. Lise öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık ve affetme arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular

Bu bölümde ilişkisel saldırganlık ile affetme arasındaki ilişkiye dair gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilmiş nitel bulgulara yer verilmiştir. Bu bağlamda ilişkisel saldırganlık düzeyleri farklı olan katılımcılarla yapılan yarı yapılandırılmış görüşmelerde, ilişkisel saldırganlık ile affetme (affetmenin bileşenleri, öfkeyi sürdürme, intikam alma ve empati kurma) arasındaki ilişkilere yönelik nicel bulguları destekleyen nitel bulgulara yer verilmiştir.

4.3.2.1. İlişkisel saldırganlık puanı yüksek grupta yer alan katılımcıların ilişkisel saldırganlık ile affetme arasındaki ilişkiye destek sunan görüşlerine ilişkin bulgular

Bu bölümde, ilişkisel saldırganlık puanı yüksek grupta yer alan katılımcılar ile gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilmiş olan nitel bulgulara yer verilmiştir. Katılımcıların yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda nasıl tepki verdiklerine ilişkin paylaşımları incelendiğinde, affetme çabasından olmayan katılımcıların, ilişkisel saldırganlık sergileyen katılımcılar olduğu görülmektedir. Buna göre, yapılan görüşmelerde ilişkisel saldırganlık sergileyen katılımcıların arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde; affetmenin alt boyutlarından olan affetme bileşenlerinin ilişki niteliği, yaşantı derinliği, anlaşılmayı bekleme, özür dileme ve anlayışlı olma gibi başlıklarının öne çıktığı görülmektedir. Bu grupta yer alan katılımcıların affetme bileşenlerine sahip olmamaları nedeniyle arkadaşını affetme çabası içinde olmak yerine; karşı tarafın özür dilemesini ya da karşı tarafın daha anlayışlı hareket etmesini beklediği için affetmek yerine mesafeli davranarak, ilişkiyi kısıtlayarak arkadaşını yalnız bırakmaya veya dışlamaya yönelik ilişkisel saldırganlık içeren

davranışlar gösterdikleri katılımcıların ifadelerinden çıkarsanabilir. Buna ilişkin katılımcıların ifadelerine dair örnekler aşağıda verilmektedir:

Aslında arkadaşlığımı devam ettirmek için çok da fazla bir şey yapmam özellikle bu konuda yani bu konuda ben taviz veremem onun hatasını anlamasını gerekiyor. K2

Bazen arkadaşlarım hani kavga ettiğimizde beni yalnız bırakıyor bende uzak durumum. Bir süre hiç yaklaşmazlar sinirim yatıncaya kadar çok sinirleniyorum. Bazen ama çok hızlı da şey olurum mesela özür dilendiğinde ne kadar büyük bir şey olsa bile affetme eğilimindeyim. K3

Dediğim gibi ben uzaklaşıyorum.....Bunun dışında aslında onun anlamasını bekliyorum. Onun bir adım atmasını bekliyorum. K4

Örnek ifadelerden de görüleceği üzere arkadaş ilişkilerinde sorun yaşayan Bu grupta yer alan katılımcıların affetmenin alt boyutlarından olan affetme bileşenlerinin ilişki niteliği, yaşantı derinliği, anlaşılmayı bekleme, özür dileme ve anlayışlı olma gibi özelliklere sahip olmamaları nedeniyle affetme çabası içinde olmadıkları görülmektedir. İlişkisel saldırganlık sergileyen affetme çabası yerine, karşı tarafın daha anlayışlı olması, özür dilemesi gibi beklentilere girdiğinden dolayı dışlamaya yönelik ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergiledikleri görülmektedir. Bu bulgu, affetme bileşenlerinin duygu düzenleme gücüyle ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık modelindeki kısmi aracılık rolü ile paralellik göstermektedir. Buna göre bu grupta yer alan katılımcıların affetme bileşenleri yoluyla affetmeye çaba sarf etmek yerine ilişkisel saldırganlık davranışları gösterdiği söylenebilir. Benzer şekilde araştırmacı, günlüğüne ilişkisel saldırganlık sergileyen affetmek için çaba göstermekten daha çok karşı taraftan anlaşılmayı beklediği yönünde beklentileri olduğunu not etmiştir (16 nolu günlük).

4.3.2.2. İlişkisel saldırganlık puanı orta grupta yer alan katılımcıların ilişkisel saldırganlık ile affetme arasındaki ilişkiye destek sunan görüşlerine ilişkin ilgili bulgular

Bu bölümde, ilişkisel saldırganlık puanları orta olan grupta yer alan katılımcılar ile gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilmiş nitel bulgulara yer verilmiştir. Katılımcıların yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda nasıl tepki verdiklerine ilişkin paylaşımları incelendiğinde bu grupta yer alan katılımcıların,

arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde; affetmenin alt boyutlarından olan affetme bileşenleri ve empati kuma boyutları öne çıkmaktadır. Bu grupta yer alan katılımcıların affetme bileşenlerinin anlayışlı olma, arkadaşlığı verilen değer ile empati kurmaya yoluyla affetme çabası içinde olmasına rağmen arkadaşına soğuk davranarak ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar gösterdikleri, katılımcıların ifadelerinden çıkarsanabilir. Buna ilişkin katılımcıların ifadelerine dair örnekler aşağıda verilmektedir:

Soğuk davransam bile aslında dediğim gibi konuşmak istiyorum zaten ister istemez. Sinirli sinirli iken bilinç altında empati de yapıyorum. Bu arkadaşım böyle böyle yaptı ama şöyle nedenleri de vardı aslında. Sabah ailesiyle kavga etmişti şöyle olmuştu o da haklı olabilir dediğim gibi bana da aynı şey oluyor. Böyle birden aniden ama aslında empati yapıyorum. Hiç de o kadar önemli bir olay değil sinirlenmem gereken kadar ama sabah ne bileyim kahvaltı yapmamışım o gün karnım aç bunlar çok etken. K6

Birisi arkadaşım ile yaşadığım sorunlardan sonra mesela küsmem kolay kolay evet biraz soğuk yaparım ama onun hiçbir zaman için kötü olmasını düşünmem çünkü o yine de benim bir şekilde arkadaşım bazen kestirme ya da baştan savunma cevaplar veririm ama yine de onun böyle üzülmesini kırılmasını istemem yani eninde sonunda o benim arkadaşım işte onunla empati de yapmaya çalışırım herhalde yani onun neden böyle davrandığını neden işte anlamaya çalışırım neden böyle davrandığında onun anlamaya çalışırım ona da bazen hak vermeye çalışırım. K7

Evet yani yıllardan beri devam eden bir arkadaşlığımız var diyelim ne yapmak istediğim konusunda bazen emin olamıyorum. Yani kızıp bağırap bunu mu söylesem yoksa gidip normal bir şekilde konuşsam ona. Konuda bazen kararsızlık yaşıyorum. İşte o kararsızlık yaşadığımda da dediğin gibi bazen sorduğu sorular işte kısacık geçiştiriyorsun. Yani baştan savma cevaplar veriyorsun zaten öylelikle de anlıyor herhalde. K8

Örnek ifadelerden de görüleceği üzere, ilişkisel saldırganlık puanları orta düzeyde olan grupta yer alan katılımcıların; empati kurmayı, anlayışlı olmayı veya yaşantı derinliğini kullanarak affetmeye dair çabalarının olmasına rağmen yine de soğuk davranarak ilişkiyi manipüle etmeye yönelik davranışlar sergiledikleri, katılımcı ifadelerinden anlaşılmaktadır. Bu bulgu, empati kurmanın ve affetme bileşenlerinin, duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık modelindeki kısmi aracılık rolü ile örtüşmektedir. Buna göre katılımcılar empati kurma veya affetme bileşenleri yoluyla affetmeye çabalasa bile ilişkisel saldırganlık davranışları sergiledikleri

empati kurmanın tam aracılık değil ama kısmi olarak aracılık ettiği bulgusu ile paralellik gösterdiği söylenebilir.

4.3.2.3. İlişkisel saldırganlık puanı düşük grupta yer alan katılımcıların ilişkisel saldırganlık ile affetme arasındaki ilişkiye destek sunan görüşlerine ilişkin bulgular

Bu bölümde, ilişkisel saldırganlık puanları düşük grupta yer alan katılımcılar ile gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilen nitel bulgulara yer verilmiştir. Buna göre affetme çabasındaki katılımcıların, ilişkisel saldırganlık sergilemeyen katılımcılar olduğu görülmektedir. Katılımcıların yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda nasıl tepki verdiklerine ilişkin paylaşımları incelendiğinde bu grupta yer alan katılımcıların affetmenin bileşenlerine sahip oldukları için daha kolay affettikleri ve ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar göstermedikleri katılımcı ifadelerinden çıkarılabilir. Bu grupta yer alan katılımcıların yaşanan sorun durumunda orta yolu bulmaya çabaladığı ve yaşanan sorun sonrasında ilişkiye dair derinlikle ilgili düşünerek, hoşgörülü davranarak daha uzlaşmacı bir tavır takındığı görülmektedir. Buna ilişkin katılımcıların ifadelerine dair bazı örnekler aşağıda verilmektedir:

Her zaman orta yolu bulmaya çalışıyorum. Arkadaşımla dediğim gibi yine empati kurarak gerçekten bunu neden yaptığımı düşünürüm. Belki de o anlık bir sıkıntısı olduğu için bu şekilde davranmıştır ya da o da kafasına belki başka bir şey takmıştır ya da başka bir şey taktığı için ya da. Bu bizim arkadaşlığımızı yansıtmış olabilir ya da ruh haline yansıyıp hani bizim aramızdaki bir sorun olmuş olabilir. Yani daha sonra yine onunla konuşup neden bu şekilde olduğunu sorarım ona her zaman ve orta yolu bulmaya çalışırım. Onu düşünürüm işte neden bu şekilde yaptığımı. K11

Sevdiğim birisi ise bir şekilde orta yolu bulmaya çalışırım. Olayı hem kendi açımdan hem onun açısından görmeye çalışırım. Onun neden böyle davrandığını ya da böyle davranırken ne düşündüğünü anlamaya çalışırım. Onun da haklı olabileceği yerler var mı diye bunun üzerinde düşünüyorum. K12

Genelde değer verdiğim bir arkadaşımın anlayışlı olmaya hoşgörülü olmaya çalışırım. Orta yolu bulmaya çalışırım yani dediğim gibi zaten çok öfkeli çok her şeye kızan bir insan değilim. Çok fazla kızgınlık ya da sinir olan bir insan değilim. Ondan dolayı arkadaşlığımızı devam ettirmek için neden böyle davrandığı ile ilgili düşünürüm ve bir şekilde ona hak

vermeye çalışırım. Yani çok kolay bir şekilde karşı taraftaki kişinin de duygularını anlayıp kolay bir şekilde onu bağışlayıp yanlış yaptıysa bile devam ederim. K13

Bunda da arkadaşımın geçmişte yaşadığımız olaylara bakar ve geçirdiğimiz güzel günleri düşünerek biraz daha böyle yumuşarım. Merhamet duyarım birazcık öyle. K14

Karşı taraftaki arkadaşımı da düşünürüm yani bunca yıllık birlikteliğimiz var her şeyi bir anda bırakıp gitmek istemem. Sonra karşı tarafı anlamaya da çalışırım yani diğer arkadaşım neden böyle bir davranış yaptı ve bazen ona da hak veririm. Yani ben aslında çok şükür anlayışlı bir insanım hoşgörülü ve anlayışlı olduğum için karşı tarafın işte ne hissettin neden böyle yaptığını anlamaya da çalışırım. K15

Örnek ifadelerden de görüleceği üzere, arkadaş ilişkilerinde çatışma yaşayan bu grupta yer alan katılımcıların, sorun yaşadıkları arkadaşları ile olan ilişkilerine yükledikleri anlamları ve verdikleri değeri dikkate alarak ayrıca merhametli ve uzlaşmacı davranarak ilişkisel saldırganlık içeren davranışlara başvurmadıkları görülmektedir. Özellikle affetmenin; hoşgörülü olma, uzlaşmacı bir tavır sergileme, anlayışlı olma, ilişki derinliği gibi bileşenlerine sahip olan ilişkisel saldırganlık sergilemeyen katılımcıların arkadaşlarını daha kolay affettikleri ve ilişkiye dair yüklediği anlamlar nedeniyle ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar göstermedikleri katılımcı ifadelerinden anlaşılmaktadır. Bu nedenle bu grupta yer alan katılımcıların, arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmaları daha fazla çaba harcayarak affetme eğilimde oldukları görülmektedir. Bu bulgunun, affetme bileşenlerinin, duygu düzenleme gücüyle ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık modelindeki kısmi aracılık rolünü desteklediği söylenebilir. Buna göre katılımcıların affetme bileşenleri yoluyla affetme çabası içinde olduklarından, ilişkisel saldırganlık davranışları sergilemedikleri söylenebilir. Benzer şekilde araştırmacı, günlüğüne affetme bileşenleri olan hoşgörülü olma veya anlayışlı olma gibi kavramları dile getiren katılımcıların ilişkisel saldırganlık puanlarının düşük olduğunu not etmiştir (19 nolu günlük). Araştırmacı da bir diğer günlüğünde bunlara paralel olarak ilişkisel saldırganlık sergilemeyen katılımcıların, arkadaşları ile sorun yaşadıklarında uzlaşmacı ve merhametli olduklarını dile getirerek arkadaşlarını affetme yolunu seçtikleri izlenimi edildiğini not etmiştir (13 nolu günlük).

4.3.3. Lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ve affetme arasındaki ilişkiye dair görüşlerine ilişkin bulgular

Bu bölümde, duygu düzenleme güçlüğü ile affetme arasındaki ilişkilere yönelik gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilmiş nitel bulgulara yer verilmiştir. Bu bağlamda ilişkisel saldırganlık düzeyleri farklı olan katılımcılarla yapılan yarı yapılandırılmış görüşmelerde; affetme (affetmenin bileşenleri, öfkeyi sürdürme, intikam alma ve empati kurma) ile duygu düzenleme güçlüğü (duygusal tepkilerin farkında olmama, duygusal tepkileri anlamama, duygusal tepkileri kabul etmeme, duygu düzenleme stratejilerine sınırlı erişim, dürtü kontrolünde güçlükler yaşama ve olumsuz duygular karşısında davranış geliştirmede zorluk) arasındaki ilişkilere yönelik nicel bulguları destekleyen nitel bulgulara yer verilmiştir.

4.3.3.1. İlişkisel saldırganlık puanı yüksek grupta yer alan katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü ile affetme arasındaki ilişkiye destek sunan görüşlerine ilişkin bulgular

Bu bölümde, ilişkisel saldırganlık puanları yüksek grupta yer alan katılımcılar ile gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilmiş olan nitel bulgulara yer verilmiştir. Katılımcıların yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda nasıl tepki verdiklerine ilişkin paylaşımları incelendiğinde, affetme çabasında olmayan katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü yaşayanlar olduğu görülmektedir. Buna göre bu grupta yer alan katılımcıların arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde duyguyu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutları olan, duygu düzenleme stratejilerine sınırlı erişim ve olumsuz duygular karşısında yeni davranış geliştirmede zorluklar yaşamaları nedeniyle ve affetmenin alt boyutları olan intikam alma ile öfkeyi sürdürmeye yönelik eğilimleri olmasından dolayı arkadaşlarını yalnızlaştırma geçiştirme ve dışlama gibi ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergiledikleri katılımcıların ifadelerinden çıkarılabilir. Buna ilişkin katılımcıların ifadelerine dair bazı örnekler aşağıdaki verilmiştir:

Yani başka zaman olsa belki zamana bırakabilirsin ama bir şey yapmak istemiyorum. Sadece kendimi rahatlatmak için işte az önce konuştuğumuz gibi belki onun zarar görebileceği gibi ya da işte onun dışlanmaya çalışıyorum. Yani bu sorunun üstesinden gelmek istemiyorum yani benim yaşadığımı o da yaşasın istiyorum bu durum böyle. K2

Artık yani öyle olmalı çünkü yaptığı hata çok fazla affedilebilir bir hata değil ve çok kızgınım bu kızgınlığımla nasıl başa çıkarım işte zamanla zaman dışında başka söyleyebileceğim bir şey yok. Yani zamana bırakmak zorunda yani şu anda bu kadar kızgınım o kadar öfkeliyim ki onu aslında sinir oldum..... Bana uzak olsun. K5

Ama işte yani bir şekilde intikam almak istiyorum yani baş edemiyorum. Yani kafamda sadece düşünceler var olumsuz düşünceler var. Genelde ama işte bu olumsuz düşüncelerin yerine ne koyacağımı da çok fazla bilemiyorum. Yani nasıl olur bilmiyorum belki zamanla olabilir. Zaten şu anda kendisine oldukça öyle dediğim gibi çok yüzeysel çok üstün körü ama bunu unutmayacağım ben yani mutlaka bunun bir sonu olacak. K5

Örnek ifadelerden anlaşılacağı üzere bu grupta yer alan katılımcılar arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediğinde; hissettiği intikam, öfke, gibi duygulara yönelik duygu düzenleme stratejilerine sınırlı erişim olması ve olumsuz duygular karşısında yeni davranış geliştirmede güçlükler yaşaması nedeniyle affetmenin alt boyutlarından olan öfkeyi sürdürme ile intikam almayı kullandıkları için de yalnızlaştırma, dışlama ve geçiştirmeye yönelik ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergiledikleri görülmektedir.

4.3.3.2. İlişkisel saldırganlık puanı orta grupta yer alan katılımcıların duygu

düzenleme ile affetme arasındaki ilişkiye destek sunan görüşlerine ilişkin bulgular

Bu bölümde, ilişkisel saldırganlık puanları orta grupta yer alan katılımcılar ile gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilmiş olan nitel bulgulara yer verilmiştir. Katılımcıların yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda nasıl tepki verdiklerine ilişkin paylaşımları incelendiğinde bu grupta yer alan katılımcıların, arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde; duygu düzenleme güçlüğünün alt boyutu olan hissedilen duyguya dair odağı değiştirmekte zorlandıkları görülmektedir. Bundan dolayı duygu düzenleme güçlüğü yaşadıklarından ve affetmenin alt boyutu olan intikam almaya yönelik çabalarının olmamasına rağmen yine de uzak durma, soğuk davranma gibi ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergiledikleri katılımcıların ifadelerinden çıkarsanabilir. Buna ilişkin katılımcıların ifadelerine dair bazı örnekler aşağıda verilmektedir:

Kısa bir süre bu tabii ki biraz uzak dururum ondan. Bir gün falan çok değil tabii ki üzülürsem bu kadar uzun süre uzak durmam eğer üzgünsen zaten üzüntün bir şekilde

geçiyor. Sorunun benden kaynaklandığını düşünüyorsan da az önce belirttiğim gibi gider özür dilerim yani böyle sakince oturup konu hakkında olay hakkında o an ne yaşadysam üzüldüysem neden üzüldüğümle ilgili olarak onunla paylaşırım konuyu. K6

Evet kızarım en başta biraz soğuk yaparım ama daha sonrasında işte kızgınlığının biraz zamanla azalmasını beklerim. Eninde sonunda da konuşurum arkadaşım ile çünkü eğer anlamadıysa tabii ki yani biraz soğuk yaptım diyelim işte biraz geçiştirdim dedim eğer arkadaşım anlamadıysa beni bu sefer bir süre sonra ya bak böyle böyle olmuştu. Ben sana kırılmışım tarzında gidip genelde kendim konuşmayı beklerim yani o işte sinir olduğum zamanın geçmesini beklerim. K7

Bu grupta yer alan katılımcıların, arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde; yaşadıkları duyguları düzenleyebilmek için odağı değiştirerek bir süre duygu ve düşünceye ara vermektedir. Bu grupta yer alan katılımcıların yaşanan intikam alma duygusunu düzenlemek için duyguya ara verse bile yine de uzak durma, soğuk davranma gibi ilişkisel saldırganlık içeren davranışlara, başvurdukları görülmektedir. Buna göre katılımcılar intikam almaya yönelik duyguyu düzenlemediğinden dolayı affetme çabası içinde olmadığı için ilişkisel saldırganlık davranışları sergiledikleri söylenebilir. Araştırmanın nicel verileri düşünüldüğünde, ilişkisel saldırganlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasında affetmenin kısmi aracılık rolü olduğunu sonucuna varılmıştır. Bu bulgunun, intikam almanın, duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık modelindeki kısmi aracılık rolünü desteklediği söylenebilir. Nitekim araştırmacı, günlüğüne duygu düzenleme güçlüğü yaşayan katılımcıları yaşanan ve bundan dolayı daha çok intikam alma ve sorun yaşanan kişiyi suçlama eğiliminde olduklarını izlenimi edinildiğini not etmiştir (10 nolu günlük).

4.3.3.3. İlişkisel saldırganlık puanı düşük grupta yer alan katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü ile affetme arasındaki ilişkiye destek sunan görüşlerine ilişkin bulgular

Bu bölümde, ilişkisel saldırganlık puanları düşük grupta yer alan katılımcılar ile gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilen nitel bulgulara yer verilmiştir. Katılımcıların yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda nasıl tepki verdiklerine ilişkin paylaşımları incelendiğinde affetme çabasında olan katılımcıların, duygu düzenleme güçlüğü yaşamayan katılımcılar olduğu görülmektedir. Duygu düzenleme güçlüğü ile affetme arasındaki ilişkiye dair katılımcıların görüşleri

incelendiğinde, affetme çabasında olmayan katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü yaşayanlar olduğu görülmektedir. Bu grupta yer alan katılımcıların arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde; duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutu olan duyguyu zaman bırakmaları nedeniyle ve affetmenin alt boyutu olan empati kurmaya yönelik çabalarından olmasından dolayı ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergilemedikleri, katılımcıların ifadelerinden çıkarsanabilir. Buna ilişkin katılımcıların ifadelerine dair bazı örnekler aşağıdaki verilmiştir:

Yaptığı yanlış hoş görmem için üzerinden biraz zaman geçmesini bekliyorum. Bu zaman da onu da anlamaya çalışırım....Üzerinden zaman geçtikten sonra hem o da sakinleşmiş olacak hem ben de sakinleşmiş olacağım. Aramız biraz durulmuş olacak olayın üzerinden biraz zaman geçmesi ikimiz için de iyi olacağını daha kolay olacağını, düşünerek biraz zaman geçmesini bekliyorum. K11

Bağışlamak için yani genelde kızdığım zaman bir süre bekliyorum çünkü kızgın bir şekilde konuşmak kırıcı olabileceğini düşünüyorum. O yüzden genelde işte karşı tarafla konuşmayı tercih ederim uzun uzun böyle kızgınlıklarında olmaz. Zaten arkadaşının böyle davranmasının bir nedeni olduğunu düşünürüm....Bir şekilde kafam biraz dağılınca olay biraz geçince onunla gerçek anlamda oturup konuşabilmeyi beklerim. K15

Örnek ifadelerden de görüleceği üzere, bu grupta yer alan katılımcıların arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde; arkadaşlarına ilişkin duygu ve düşünceleri zamana bırakarak duygularını düzenlemeye çabaladıkları görülmektedir. Duygularını zamana yayarak mola veren katılımcıların, affetme eğilimleri daha yüksek katılımcılar olduğu görülmektedir. Böylelikle arkadaşına karşı daha anlayışlı olduklarından dolayı arkadaşlarına zarar vermek veya incitmek istediklerinde ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergilememektedir. Bu bulgunun, empatinin, duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki aracılık modelindeki kısmi aracılık rolünü desteklediği söylenebilir. Buna göre katılımcılar empati yapma yoluyla affetme çabası içinde olduklarından ilişkisel saldırganlık davranışları sergilemedikleri söylenebilir. Benzer şekilde araştırmacı, günlüğüne duygu düzenleme güçlüğü yaşamayan katılımcıların arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında daha hoşgörülü ve anlayışlı davranarak daha fazla affedici olduklarını gözlemlediğini belirtmiştir (15 nolu günlük).

5. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde, lise öğrencileri için test edilen hipotetik modellerden ve nitel görüşmelerden elde edilen sonuçlara birlikte verilmiştir. Devamında araştırmanın sonuçları doğrultusunda ergenler için test edilen hipotetik modellerden ve nitel görüşmelerden elde edilen bulgular bütünleştirilerek tartışılmıştır. Son olarak araştırmacılara ve uygulamacılara öneriler sunulmuştur.

5.1. Sonuç

Bu araştırma lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide, affetmenin aracılık rolüne ilişkin modelleri ortaya koymak amaçlanmıştır. Daha sonrasında ise test edilen modelin doğrulanmasına yönelik görüşmeler yapılarak ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü, ilişkisel saldırganlık ve affetmeye ilişkin yapılarının neler olduğu ortaya incelenmiştir. Lise öğrencilerinin, arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda arkadaşlarına zarar vermek veya arkadaşını incitmek istediğinde; hissettikleri duyguları düzenleme güçlüğü sonrasında, ilişkisel saldırganlığa dair hangi davranışları sergiledikleri ya da ilişkisel saldırganlığa dair davranışları sergileme konusunda, koruyucu olabilecek affetmeye yönelik hangi yapılara sahip olduklarını ortaya koyulmuştur. Bu bağlamda da test edilen aracılık ilişkilerinin kısmen doğrulanmış olduğu sonucuna varılmıştır. Buna göre ergenlerin, duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlıkları arasındaki ilişkide affetmenin kısmi aracılık rolü olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu durum lise öğrencilerinin duygu düzenleme güçlükleri ile ilişkisel saldırganlıkları arasındaki ilişkide affetme yapılarının yanında başka değişkenlerin de etkili olduğu söylenebilir. Lise öğrencilerinin yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda arkadaşlarına zarar vermek ya da incitmek istediklerinde; hissettikleri duyguları düzenleme güçlüğü yaşadıklarında affetme yapılarının ergenlere kısmi olarak yardımcı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Duygu düzenleme güçlüğü yaşandığı durumlarda, ergenlerin affetme yapılarını işe koşma çabası içinde olmak yerine ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergiledikleri bulgusuna erişilmiştir.

Çalışmanın bulgularına göre lise öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar göstermesinde; öfke, kızgınlık ve intikam alma gibi duyguların düzenlenmesinin önemli olduğu anlaşılmaktadır. Buna göre Lise öğrencileri yakın

arkadaşlarını incitmek veya zarar vermek istediklerinde, hissettikleri intikam alma ve öfke duygusunu düzenlemekte güçlük yaşadıklarında, affetme yapılarını koruyucu bir faktör olarak işe koşamadıklarından dolayı ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergiledikleri bulgusuna ulaşılmıştır. İlişkisel saldırgan ergenlerin duygu düzenleme stratejilerine sınırlı ulaşımının olduğu ayrıca olumsuz duygu yaşanması durumunda yeni davranış geliştirmede güçlükler yaşadıkları bulgusuna erişilmiştir. Ergenler zaman zaman yakın arkadaş ilişkilerinde incinmeler de yaşamaktadır. Yaşanılan incinmelere dair duyguları düzenleme güçlüğü yaşayan ergenlerin, ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergiledikleri bulgusu elde edilmiştir.

Lise öğrencilerinin ilişkisel saldırganlığın üç biçimi olan manipülasyon, dışlama ve dedikoduyu kullandıkları görülmektedir. Buna göre ilişkisel saldırgan olan ergenler yakın arkadaşlarını incitmek veya zarar vermek istediklerinde daha çok başkaları üzerinden ilişkileri kullanarak arkadaşları hakkında dedikodu yapmayı ve sosyal ilişkilerini manipüle etmeyi seçtikleri bulgusuna ulaşılmıştır. Bunun yanında ilişkisel saldırgan olmayan ergenler ise yakın arkadaşlarını incitmek veya zarar vermek istediklerinde arkadaşı ile olan ilişkisini kısıtlama yoluna giderek kendi ilişkisi üzerinden arkadaşının sosyal statüsüne zarar vermeye çalıştığı bulgusu elde edilmiştir.

5.2. Tartışma

Bu bölümde araştırmadan elde edilen nicel ve nitel sonuçlar harmanlanarak tartışılmıştır.

5.2.1. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolüne ilişkin tartışma

Çalışma kapsamında ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetme eğiliminin aracılık rolü sınıanmıştır. Duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu ve affetme ile ilişkisel saldırganlık arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Ayrıca duygu düzenleme güçlüğü ile affetme arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna göre araştırmada sınıanan modelde ergenlerin ilişkisel saldırganlıklarının, affetme eğilimi yolu ile duygu düzenleme güçlüğü

tarafından yordandığı tespit edilmiştir. Diğer bir deyişle affetme eğilimi ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide kısmi aracı rolü oynamaktadır. Bu bulgu araştırmaya katılan ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkça affetme eğilimlerinin azaldığını ve ilişkisel saldırganlık düzeylerinin arttığını göstermektedir. Bu bulguların nitel bulgular tarafından da desteklendiği görülmektedir.

Ergenlerde duygu düzenleme ve ilişkisel saldırganlık arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu bulgusunu destekler nitelikte ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen ergenlerin arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında, arkadaşlarına karşı kızgınlık veya öfke duyup bu duyguları düzenlemekte güçlük yaşadıkları bunun da arkadaşlarını dışlamalarına ya da arkadaşları hakkında dedikodu yapmalarına neden olduğu görülmektedir. Duygu düzenleme güçlüğüne yaşanmasının saldırganlıkla ilişkili olduğu bulgusu alanyazındaki diğer çalışma bulguları ile tutarlılık göstermektedir (Akdemir, 2019; Caffarel, 2019; Dane ve Marini, 2014; Skripkauskaite vd., 2015; Ekşi, 2021; Hicks, 2018; Kayhan, 2017; Özdoğan, 2017; Robertson, Daffern ve Bucks, 2012; Röhl, Kogling ve Petermann, 2012). Benzer şekilde Kawabata vd., (2011), duygu düzenleme becerilerinin etkin bir şekilde kullanılmadığında, saldırganlığa sebep olacağını öne sürmüşlerdir. Bunların yanında duygu düzenleme güçlüğü yaşanmamasının davranışlar üzerinde kontrol sağladığı düşünüldüğünde, duygu düzenlemenin bu bağlamda saldırganlığı önleyici bir faktör olduğu da öne sürülmüştür (Cole, Michel ve Teti, 1994; Demirkapı, 2013). Chen, Cocco ve Jacobson (2012) ise duygu düzenleme güçlüğü yaşanmasına neden olabilecek olan dürtü kontrolünün olmamasının saldırganlıkla ilişki olabileceğini ileri sürmüşlerdir. Arkadaş ilişkilerinde yaşanan sorunlarda oluşabilecek öfke kızgınlık veya üzüntü gibi duygularla baş etme konusunda sorun yaşayan ergenlerin ilişkisel saldırganlık davranışlarının daha fazla olduğu görülmektedir. Bu ergenlerin olumlu olarak yeni davranışlar geliştirmede zorlandıkları bunun yanında yaşanan duygunun etkisinden kurtulmakta da zorlandıkları görülmektedir. Yaşanılan yoğun duygu ile birlikte düşünce odağını değiştirme konusunda zorluklar yaşanmasının dürtü kontrolünü zorlaştırdığı ve ilişkisel saldırganlık içeren davranışların ortaya çıkmasına neden olduğu söylenebilir. Bunlara ek olarak katılımcıların yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda nasıl tepki verdiklerine ilişkin paylaşımları incelendiğinde dışlama, geçiştirme gibi ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen katılımcıların aynı zaman duygu düzenleme güçlüğüne alt boyutları olan, hissedilen duyguya dair odağı

değiştirmekte, hissettikleri duyguları anlamakta ve olumsuz duygular karşısında yeni davranışlar geliştirmekte zorluklar yaşadıkları görüldüğünden test edilen modelin nitel bulgularla da desteklendiği söylenebilir.

Araştırmada elde edilen diğer bir bulgu da affetmenin ilişkisel saldırganlığı negatif yönde yordadığı bulgusudur. Alanyazın incelendiğinde araştırma sonuçlarının diğer çalışmalarla tutarlılık gösterdiği görülmektedir (Camadan, 2014; Eaton ve Struthers, 2006; Fincham ve Beach, 2002; Jon, Chris ve Ken, 2012; Naami, Asgari ve Roshani, 2014). Bunlara ek olarak bulgular ilişkisel saldırganlığı düşük olan ergenlerin arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında, arkadaşlarına karşı hissettikleri kızgınlık veya öfkeyi, odak değiştirerek veya zamana yayarak duygularını düzenleme yoluna gittikleri ve affetme eğilimde olduklarını göstermektedir. Bu bağlamda araştırmada test edilen modelin, nitel verilerle de desteklendiği söylenebilir. Bunlara ek olarak Eaton ve Struthers (2006), affetmenin, öfke gibi duyguları düzenleyerek saldırgan davranışları ortadan kaldırdığını belirterek, affetmenin saldırganlığı azaltabileceğini ileri sürmüşlerdir. Dahası Camadan (2014), affetme eğiliminin düşük olmasının, stresle başa çıkmada olumsuz stratejilerinin kullanılmasına ve saldırganlığa neden olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda yakın ilişkilerde olumsuz duygulara neden olan saldırganlık gibi davranışlar ortaya çıktığında, affetmenin önemli olduğunu vurgulanmaktadır (Allemand, Amberg, Zimprich ve Fincham, 2007). Yakın arkadaş ilişkilerinde yaşanan sorunlarla birlikte ergenlerde incinmeler yaşanabilmektedir. Yaşanılan incinmeye dair affetme ile ilgili empati, merhamet, hoşgörü, ilişki derinliği gibi bileşenler incinme duygusunun tamirinde önemli bir rol oynadığı söylenebilir. Ergenlerle yapılan görüşmelerde empati, hoşgörü, merhamet gibi bileşenlere sahip olan ergenlerin affetme eğilimlerinin yüksek olduğu, ilişkisel saldırganlık düzeylerinin ise düşük olduğu söylenebilir. Bunlara ek olarak katılımcıların yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda nasıl tepki verdiklerine ilişkin paylaşımları incelendiğinde dışlama, geçiştirme gibi ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen katılımcıların empati kurma, anlayış gösterme ve intikam duygusundan vazgeçme gibi affetme yapılarını işe koşamadıkları görüldüğünden test edilen modelin nitel bulgularla da desteklendiği söylenebilir.

Bu araştırmada ulaşılan bulgulardan biri de duygu düzenleme güçlüğüne affetmeyi negatif yönde yordadığı bulgusudur. Alanyazında duygu düzenleme

güçlüğünün affetmeyi negatif yönde yordadığını gösteren araştırma sonuçları bulunmaktadır (Derincegöz, 20019; Extremera ve Rey, 2015; Hodgson ve Wertheim, 2007; Küçüker, 2016). Diğer bir deyişle duygu düzenleme güçlüğü yaşamayan bireylerin, affetme düzeyinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Bireyler duygu düzenleme güçlüğü yaşadıklarında affetme çabası içinde olmak yerine ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergileyebilir. Çünkü affetmenin oluşması için gerekli olan duyguları düzenlemede güçlükler yaşanmasının, ilişkisel saldırganlık içeren davranışların oluşmasına neden olduğunu söylenebilir. Hodgson ve Wertheim (2007), duyguları hakkında net olan ve duygularını daha iyi yöneten bireylerin, affetme eğiliminde olduklarını vurgulamaktadır. Dursun (2015), affetmenin, ergenlerin olumlu duygularını artırırken, olumsuz duygularını azalttığını belirtmektedir. Yine benzer biçimde Mitrofan ve Ciuluvica (2012) ise affetmemenin saldırganlıkla ilişkili olduğunu ve duygu düzenlemenin de saldırganlığı azaltmada kritik bir öneme sahip olduğunu ileri sürmektedir. Bu bağlamda düşünüldüğünde incinme ve kırgınlık sonucunda oluşan duyguların düzenlenmesinde yaşanan güçlüklerin, ilişkisel saldırganlığa yönelik davranışlara neden olabileceği söylenebilir. Bunlara ek olarak katılımcıların yakın arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları çatışmalarda nasıl tepki verdiklerine ilişkin paylaşımları incelendiğinde dışlama, geçiştirme gibi ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen katılımcıların duygu düzenleme güçlüğünün alt boyutları olan, hissedilen duyguya dair odağı değiştirmekte, hissettikleri duyguları anlamakta ve olumsuz duygular karşısında yeni davranışlar geliştirmekte zorluklar yaşadıkları aynı zaman empati kurma, anlayış gösterme ve öfke ile intikam duygusundan vazgeçme gibi affetme yapılarını işe koşamadıkları görüldüğünden test edilen modelin nitel bulgularla da desteklendiği söylenebilir.

5.2.2. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin bileşenlerinin aracılık rolüne ilişkin tartışma

Çalışma kapsamında ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide, affetme bileşenlerinin aracılık rollü sınanmıştır. Duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu ve affetme bileşenleri ile ilişkisel saldırganlık arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca duygu düzenleme güçlüğü ile affetme bileşenleri arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna göre araştırmada sınanan

modelde ergenlerin ilişkisel saldırganlıklarının affetme bileşenleri yolu ile duygu düzenleme güçlüğü tarafından yordandığı tespit edilmiştir. Diğer bir deyişle affetme bileşenleri ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide kısmi aracı rolü oynamaktadır. Bu bulgu, araştırmaya katılan ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkça affetme bileşenlerinin azaldığını ve ilişkisel saldırganlıklarının arttığını göstermektedir. Aynı zamanda ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü yaşayan ve affetme bileşenleri daha düşük olan ergenler olduğu görülmektedir. Affetme bileşenlerine sahip olmayan ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü yaşadıklarından dolayı ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergilemeleri, affetme bileşenlerinin duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide kısmi aracı rolünü desteklediği söylenebilir.

Affetme bileşenleri; yaşantı derinliği, anlayış gösterme, merhamet etme, pişmanlık ve özür dileme gibi başlıkları kapsamaktadır. İlişkisel saldırganlık sergileyen ergenlerin belirttiği gibi arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında, karşı tarafın özür dilemesini ya da karşı tarafın anlayışlı olmasını beklediği görülmektedir. İlişkisel saldırganlık davranışları sergileyen ve affetme bileşenlerine daha az sahip olan katılımcılar geçiştirme, soğuk davranma vb ilişkisel saldırganlık davranışları gösterdiklerini ifade etmektedir. Bunun aksine ilişkisel saldırganlığı düşük ergenlerin ise arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında, ilişkiye verdikleri değer ve geçmiş yaşantıları düşünerek daha anlayışlı davranma yolunu seçtikleri görülmektedir.

Alayazında affetme bileşenleri ile saldırganlığın ilişkili olduğunu gösteren araştırma sonuçları (Avcı, 2010; Çokdolu, 2013; Dalgacı, 2019), araştırmadan elde edilen bulgular ile tutarlılık göstermektedir. Avcı (2010), ergenler üzerinde yürüttüğü araştırmada, sevgi, saygı ve yardımseverlik gibi affetme değerlerine sahip öğrencilerin, saldırganlıktan uzak durduğunu belirtmektedir. Çokdolu (2013), saygı ve yardımseverlik gibi olumlu değerleri içeren karakter eğitimi programının öğrencilerin saldırganlık düzeyini azalttığını belirtmektedir. Dalgacı (2019), merhamet temelli eğitim programlarının öfke ve saldırganlık eğilimi azalttığını belirtmektedir. Affetme sürecinin önemli bileşenleri olan merhamet, saygı, duyarlılık, hoşgörü vb. kavramlar ergenlerin arkadaş ilişkilerinde yaşadıkları sorunlarda bu kişileri affetmesinde ve duygularını düzenlemesinde önemli olduğu söylenebilir. Sorun yaşadığı arkadaşına saygı duyan, ona

karşı hoşgörölü olan ya da arkadaşlarına karşı daha merhametli davranan ergenlerin, ilişkisel saldırganlık davranışları sergilemedikleri düşünölebilir. Sonuç olarak, ilişkisel saldırganlık davranışlarının azaltılmasında affetme bileşenlerinin önemli olduğu söylenebilir.

5.2.3. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide öfkeyi sürdürmenin aracılık rolüne ilişkin tartışma

Çalışma kapsamında ergenlerin, duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide öfkeyi sürdürme düzeylerinin aracılık rolü sınanmıştır. Duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu ve öfkeyi sürdürme düzeyleri ile ilişkisel saldırganlık arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca duygu düzenleme güçlüğü ile öfkeyi sürdürme düzeyleri arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna göre araştırmada sınanan modelde, ergenlerin ilişkisel saldırganlıklarının öfkeyi sürdürme düzeyleri yolu ile duygu düzenleme güçlüğü tarafından yordandığı tespit edilmiştir. Diğer bir deyişle öfkeyi sürdürme düzeyleri, ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide kısmi aracı rolü oynamaktadır. Bu bulgu araştırmaya katılan ergenlerin, duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkça öfkeyi sürdürme düzeylerinin arttığını ve aynı zamanda ilişkisel saldırganlıklarının da arttığını göstermektedir.

Çalışmada ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen katılımcıların, duygu düzenleme güçlüğü yaşayan ve öfkeyi sürdürme düzeyleri yüksek katılımcılar olduğu görölmektedir. İlişkisel saldırganlık davranışları sergileyen ergenlerin, belirttiği gibi arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında, katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkları ve öfke ile kızgınlık gibi duyguların etkilerinden kurtulamadıkları görölmektedir. İlişkisel saldırganlık ile öfkeyi sürdürme düzeylerine yüksek katılımcıların, arkadaşlarına soğuk davranma ya da arkadaşları hakkında dedikodu yapma gibi ilişkisel saldırganlık davranışları gösterdiklerini ifade etmektedirler. Bunun aksine ilişkisel saldırganlıkları düşük ergenlerin ise arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında, öfke ve kızgınlıklarının geçmesi için ortamdan uzak kalmayı veya farklı konular düşünerek duygularını düzenlemeye çalıştıkları görölmektedir. Öfkeyi sürdürmek yerine affetme yolunu seçmeyen ergenlerin, duygu düzenleme güçlüğü yaşadıklarından dolayı ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergilemeleri, öfkeyi sürdürmenin duygu

düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide kısmi aracı rolünü desteklediği söylenebilir.

Alayazında öfke ile saldırganlığın ilişkili olduğunu gösteren araştırma sonuçları (Robertson, Daffern ve Bucks, 2012; Kabasakaloğlu, 2019; Özyaman, 2021), araştırmadan elde edilen bulguları ile tutarlılık göstermektedir. Berkowitz ve Harmon-Jones (2004), öfke duygusunun kontrol edilememesinin saldırganlığa neden olduğunu belirtmektedir. Özyaman (2021) ise ergenlik döneminde öfkenin yüksek olmasının saldırganlığı yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer biçimde Peled ve Moretti (2007), ergenlik döneminde yönetilemeyen öfkenin, saldırganlığa neden olduğunu ileri sürmüşlerdir. Karataş (2008) da, bilişsel duygu düzenlemenin öfke kontrolünü sağlamasına destek sağladığını ve saldırganlığı azalttığını vurgulamaktadır. Kabasakaloğlu (2019), bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin ergenlerin öfke ifade biçimlerini ve saldırganlıklarını anlamlı olarak yordadığı bulgusuna ulaşmıştır. Avcı ve Kelleci (2015), lise öğrencilerinin öfke kontrolü ile saldırganlıkları arasında negatif yönlü ilişki olduğu belirlenmiştir. Duygu düzenleme güçlüğü yaşayan katılımcıların, öfke duygusunu düzenlemekte güçlük yaşadığı için bu öfkeyi ilişkisel saldırganlık olarak sorun yaşadığı arkadaşlarına yönelttiği söylenebilir. Benzer biçimde Robertson, Daffern ve Bucks (2012) da, öfkenin düzenlenmesinde güçlük yaşanması durumunda saldırganlıkta artış olduğuna dikkat çekmektedir. Cui, Morris, Criss, Houlberg ve Silk (2014) öfke duygusunun düzenlenmesinde güçlük yaşayan ergenlerde, saldırganlığın daha fazla olduğu belirtilmiştir. Sonuç olarak, ilişkisel saldırganlık davranışlarının azaltılmasında, öfke duygusunun düzenlenmesinin önemli olduğu söylenebilir.

5.2.4. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide intikam alma aracılık rolüne ilişkin tartışma

Çalışma kapsamında ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide intikam alma düzeylerinin aracılık rolü sınanmıştır. Duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu ve intikam alma düzeyleri ile ilişkisel saldırganlık arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca duygu düzenleme güçlüğü ile intikam alma düzeyleri arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna göre araştırmada sınanan modelde ergenlerin ilişkisel saldırganlıklarının, intikam alma düzeyleri yolu ile duygu

düzenleme güçlüğü tarafından yordandığı tespit edilmiştir. Diğer bir deyişle intikam alma düzeyleri ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide kısmi aracı rolü oynamaktadır. Bu bulgu, araştırmaya katılan ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkça intikam alma düzeylerinin arttığını ve aynı zamanda ilişkisel saldırganlıklarının arttığını göstermektedir.

Çalışmada ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü yaşayan ve intikam alma düzeyleri de yüksek katılımcılar olduğu görülmektedir. İlişkisel saldırganlık davranışları sergileyen ergenlerin belirttiği gibi arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında, katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkları ve intikam almak istedikleri görülmektedir. İlişkisel saldırganlıkları ile intikam alma düzeyleri yüksek katılımcıların arkadaşlarını yalnızlaştırmak ya da arkadaşları hakkında dedikodu yapma gibi ilişkisel saldırganlık davranışları gösterdiklerini ifade etmektedirler. Bunun aksine ilişkisel saldırganlıkları düşük ergenlerin ise arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında, intikam alma düşüncesinin olmadığı görülmektedir. İntikam alma yerine affetme yolunu seçmeyen ergenlerin, duygu düzenleme güçlüğü yaşadıklarından dolayı ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergilemeleri, intikam almanın duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide, kısmi aracı rolünü desteklediği söylenebilir.

Alayazında intikam alma ile saldırganlığın ilişkili olduğunu gösteren araştırma sonuçları (Barber, Maltby ve Macaskill, 2005; Bergman, McIntyre ve James, 2007; Staub, 2005; Toptaş, 2018), araştırmadan elde edilen bulgular ile tutarlılık göstermektedir. Toptaş (2018), intikam düşüncesinin saldırganlığın ortaya çıkmasında güçlü bir etki yarattığını vurgulamaktadır. Staub (2005) ise intikam alma isteğinin saldırganlığı içerdiği ve kişiler arası ilişkilere olumsuz bir biçimde yansıdığını öne sürmektedir. Benzer biçimde Bergman, McIntyre ve James (2007), saldırgan kişilerin intikam almaya da yatkın olduklarını vurgulamaktadırlar. Araştırmanın yapılan görüşmelerdeki ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen ve duygu düzenleme güçlükleri yaşayan katılımcıların intikam alma düzeylerinin de yüksek olması araştırma modelini desteklemektedir. Duygu düzenleme güçlüğü yaşayan katılımcıların intikam almaya yönelik duyguları düzenlemekte güçlük yaşadığı için bu durumun ilişkisel saldırganlık davranışlarının ortaya çıkmasına neden olduğu söylenebilir. Bunlara paralel olarak Barber, Maltby ve Macaskill (2005) de intikam almaya yönelik duygu ve düşüncelerin

saldırgan davranışlara neden olduğunu vurgulamaktadırlar. Sonuç olarak, ilişkisel saldırganlık davranışlarının azaltılmasında intikam almaya yönelik duygu ve düşüncelerin düzenlenmesinin önemli olduğu söylenebilir.

5.2.5. Duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide empati kurmanın aracılık rolüne ilişkin tartışma

Çalışma kapsamında ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide empati kurma düzeylerinin aracılık rolü sınanmıştır. Duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu ve empati kurma düzeyleri ile ilişkisel saldırganlık arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca duygu düzenleme güçlüğü ile empati kurma düzeyleri arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna göre araştırmada sınanan modelde, ergenlerin ilişkisel saldırganlıklarının empati kurma düzeyleri yolu ile duygu düzenleme güçlüğü tarafından yordandığı tespit edilmiştir. Diğer bir deyişle empati kurma düzeyleri, ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide kısmi aracı rolü oynamaktadır. Bu bulgu, araştırmaya katılan ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkça empati kurma düzeylerinin azaldığını ve bu durumda da ilişkisel saldırganlıklarının arttığını göstermektedir.

Çalışmada ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü yaşayan ve empati kurma düzeyleri düşük olan katılımcılar olduğu görülmektedir. İlişkisel saldırganlık davranışları sergileyen ergenlerin arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında, katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkları ve empati kurmadıkları sorunlarda karşı tarafın kendilerini anlamaları gerektiğini belirttikleri görülmektedir. İlişkisel saldırganlıkları yüksek olup empati kurma düzeyleri düşük olan katılımcıların arkadaşlarını yalnızlaştırmak ya da geçiştirmek gibi ilişkisel saldırganlık davranışları gösterdiklerini ifade etmektedirler. Bunların aksine ilişkisel saldırganlıkları düşük olan ergenler ise arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında, empati kurmaya çalıştıkları görülmektedir. Empati kurma yoluyla affetme çabasında olmayan ergenlerin, duygu düzenleme güçlüğü yaşadıklarından dolayı ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergilemeleri, empati kurmanın duygu düzenleme güçlüğü ve ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide kısmi aracı rolünü desteklediği söylenebilir.

Alayazında intikam alma ile saldırganlığın ilişkili olduğunu gösteren araştırma sonuçları (Bayraktar, Sayıl ve Kumru, 2009; Filiz, 2009; İlgül, 2022; Klimecki, 2019; Mayberry ve Espelage, 2007; Pouw, Rieffe, Oosterveld, Huskens ve Stockmann, 2013; Rehber, 2007; Soydan, 2019; Yurttaş-Özcan, 2021) araştırmadan elde edilen bulgular ile tutarlılık göstermektedir. Mayberry ve Espelage (2007), empatinin saldırgan davranışları azalttığı belirtmektedir. Benzer biçimde Filiz'de (2009), lise öğrencilerinin saldırganlık düzeyinin yükseldikçe, empatik eğilimlerinin düştüğünü bulgulamıştır. Klimecki (2019) ise empatinin daha az saldırganlığa neden olduğunu vurgulamıştır. Araştırmanın gerçekleştirilen görüşmelerinde ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen ve duygu düzenleme güçlüğü yaşayan katılımcıların, empati kurma düzeylerinin düşük olması araştırma modelini desteklemektedir. Duygu düzenleme güçlüğü yaşayan katılımcıların empati kurmakta zorluklar yaşadığı için bu durumun ilişkisel saldırganlık içeren davranışların ortaya çıkmasına neden olduğu söylenebilir. Bunlara ek olarak İlgül (2022), empatik eğilim düzeyinin yüksek olması, öğrencilerin saldırganlık eğilimden uzak olması ile açıklamıştır. Pouw, Rieffe, Oosterveld, Huskens ve Stockmann (2013) ise empatinin saldırgan davranışı azalttığını vurgulamaktadırlar. Arkadaş ilişkilerinde sorun yaşandığında sorun yaşanan kişinin durumu veya soruna ilişkin neden böyle davrandığına ilişkin kurulan empatinin, saldırganlığı azalttığı söylenebilir. Sonuç olarak, ilişkisel saldırganlık davranışlarının azaltılmasında empati kurmanın önemli olduğu söylenebilir.

5.3. Öneriler

Bu bölümde, araştırma kapsamında ulaşılan bulgulardan yola çıkarak ilişkisel saldırganlıkla ilgili yürütülecek yeni araştırmalar, önleme ve müdahale çalışmaları için uygulayıcılara ve araştırmacılara aşağıdaki öneriler sunulmuştur.

5.3.1. Uygulayıcılara yönelik öneriler

- Ergenler yakın arkadaş ilişkilerinde çatışma yaşadıklarında öfke, kırgınlık, üzüntü gibi duyguları yaşadıklarından dolayı arkadaşlarını incitmek veya zarar vermek istediklerinde, bu duygularını düzenlemekte güçlük yaşadıkları için ergenlerin, ilişkisel saldırganlık içeren davranışlar sergiledikleri tespit edilmiştir. Buna göre

okullarda rehberlik ve psikolojik danışma servislerinin ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen öğrencileri tespit etmesinin ve ilişkisel saldırganlık davranışlarının yoğunluğuna göre bu öğrencilere yönelik psiko-eğitim ile grup rehberliği veya bireysel görüşmeler yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

- Ergenlerin ilişkisel saldırganlık düzeyleri, duygu düzenleme güçlükleri ve affetme tarafından yordandığı belirlenmiştir. Bundan dolayı okul ve sınıf rehberlik programlarında saldırgan davranışlar genelinde ve ilişkisel saldırganlık özelinde önleyici çalışmalara ağırlık verilirken; duygu düzenleme güçlükleri ve affetme eğilimlerine yönelik etkinliklerin dikkate alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

- Ergenlerin öfkeyi sürdürmeye, kızgınlık ve intikam almaya yönelik olarak duygularını düzenlemekte güçlükler yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu doğrultuda ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen ergenlerin tespiti sonrasında planlanacak psiko-eğitim programlarının içeriğinin, duygu düzenleme güçlüklerine özellikle de öfkeyi sürdürme, kızgınlık ve intikam alma duygularının düzenlemesine yönelik olarak hazırlanmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

- Ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü olarak daha çok stratejilere erişimini ve olumsuz duygular karşısında yeni amaçlar geliştirmeyi kullandıkları ortaya çıkmıştır. Bundan dolayı okullarda yapılacak ilişkisel saldırganlığı önlemeye yönelik çalışmalarda duygu düzenleme güçlüğünün giderilmesi için duygu düzenleme stratejilerine erişimi ve olumsuz duygular karşısında yeni davranışlar geliştirme konusuna öncelik verilmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir.

- Ergenlerin merhamet, hoşgörü, empati gibi affetmeye yönelik olarak kullandıkları yapıların ilişkisel saldırganlığın ortaya çıkmasını engellediği sonucuna varılmıştır. Bu kapsamda ilişkisel saldırganlık davranışları sergileyen öğrencilerin tespiti sonrasında planlanacak psiko-eğitim programlarının içeriğinin affetme eğilimlerinin arttırılmasının amaçlanmasının özellikle de empati, merhamet, hoşgörü gibi yapılara ağırlık verilerek hazırlanmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

- Ergenlerin ilişkisel saldırganlık içeren davranışlardan dışlamayı yoğun olarak kullandıkları görülmektedir. Bu nedenle fark edilmesinin zor olmakla birlikte ilişkisel saldırganlık davranışının dışlama ve diğer boyutlarının, sınıf rehber etkinliklerinin hazırlanması aşamasında ilişkisel saldırganlık davranışının daha

kolay fark edilmesine ve ilişkisel saldırganlığa maruz kalma ile baş etmeye yönelik olarak etkinliklerin planlanmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

- İlişkisel saldırganlık davranışının olumsuz etkilerini en aza indirmek için öğrenciler dışındaki veli ve öğretmen gruplarının da ilişkisel saldırganlığı tanımaya ve önlemeye yönelik olarak çalışmalara dâhil edilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

5.3.2. Araştırmacılara yönelik öneriler

- Araştırmada duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkiler incelenmiştir. İlişkisel saldırganlık yurtiçi alanyazını için yeni bir kavram olduğundan dolayı duygu düzenleme güçlüğü dışında risk faktörü olabilecek farklı değişkenlerin ilişkisel saldırganlık ile ilişkilerinin ortaya koyulması açısından yeni çalışmaların yapılması önerilebilir.

- Araştırmada affetme ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Aynı şekilde ilişkisel saldırganlık için koruyucu bir faktör olduğu düşünülen affetme değişkeni dışındaki farklı değişkenler ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkilerin ortaya koyulmasını açısından yeni çalışmaların yapılması önerilebilir. Çünkü araştırma bulgularına göre duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetme kısmi aracılık rolü oynamaktadır. Bu bakımdan kısmi ya da tam aracılık rolü oynayabilecek diğer değişkenler ile ilişkilerinin yeni çalışmalarda ele alınması önerilebilir.

- Araştırmada duygu düzenleme güçlüğü ile ilişkisel saldırganlık arasındaki ilişkide affetmenin rolü incelenmiştir. İlişkisel saldırganlık yurtiçi alanyazını için yeni bir kavram olduğundan dolayı bu kavramın daha detaylı olarak anlaşılabilmesi için farklı örneklerde nitel çalışmaların yapılması önerilebilir.

- İlişkisel saldırganlıkla ilgili teknolojik ve dijital boyutlarının da tespitine yönelik yeni çalışmaların yapılması önerilebilir.

- Deneysel desenlerle araştırmaların planlanıp; uygulanacak psiko-eğitim veya grupla psikolojik danışma uygulamalarının, ergenlerin ilişkisel saldırganlık düzeyleri üzerinde etkili olup olmadığının incelenmesi için yeni çalışmaların yapılması önerilebilir.

- Araştırmada ergenlerin özellikle öfke duygusunu düzenlemekte güçlük yaşadığı görüldüğünden, genel olarak saldırganlık ve özel olarak ta ilişkisel saldırganlık düşünüldüğünde öfke duygusunun ergenler için odak değiştirerek, dürtü kontrolü sağlayarak veya duygunun zamana yayılmasını sağlayarak düzenlemesini amaçlayan psiko-eğitim programlarının hazırlanmasının alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
- Araştırma bulgularına göre ergenler empati, merhamet, hoşgörü gibi affetme bileşenlerinin olması ilişkisel saldırganlık davranışının görülme ihtimali azaltmaktadır. Bundan dolayı içeriğinde affetme bileşenlerinin yer aldığı psiko-eğitim programlarının hazırlanmasının alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
- Bu çalışma, Eskişehir ilindeki liselerdeki katılımcılarla gerçekleştirilmiştir. Türkiye'nin farklı bölgelerinde bulunan illerdeki öğrenciler ile yeni çalışmaların yapılması önerilebilir.
- Araştırmanın verileri katılımcıların kendi öz bildirimlerine dayalıdır. Daha sonraki araştırmalarda ilişkisel saldırganlık davranışlarını gözlemler sonucu bildirecek öğretmen veya ebeveynlerin örneklem olduğu yeni çalışmaların yapılması önerilebilir.

KAYNAKÇA

- Abaydın, Y. (2013). *Sosyal etki kuramı bağlamında psikolojik dışlanma*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Adrian, M., Zeman, J., Erdley, C., Lisa, L., & Sim, L. (2011). Emotional dysregulation and interpersonal difficulties as risk factors for nonsuicidal self-injury in adolescent girls. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 39(3), 389-400.
- Akdemir, H. (2019). *Duygu düzenleme becerileri psikoeğitim programının ergenlerin duygu düzenleme güçlüğü ve reaktif- proaktif saldırganlıklarına etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Akdemir, A., ve Gündüz, B. (2022). Duygu Düzenleme Becerileri Psikoeğitim Programının Ergenlerin Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Reaktif-Proaktif Saldırganlıklarına Etkisi. *Eğitim ve Bilim*, 47(209).
- Ammerman, B. A., Kleiman, E. M., Uyeji, L. L., Knorr, A. C. & McCloskey, M. S. (2015). Suicidal and violent behavior: The role of anger, emotion dysregulation, and impulsivity. *Personality and Individual Differences*, 79, 57-62. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.01.044>
- Anderson, C. A. & Bushman, B. J. (2002). Human Aggression. *Psychology*. 53(1), 27-51.
- Archer, J., & Coyne, S. M. (2005). An integrated review of indirect, relational, and social aggression. *Personality and Social Psychology Review*, 9(3), 212-230.
- Arsenio, W.F. & Lemerise, E.A. (2004). Aggression and moral development: Integrating social information processing and moral domain models. *Child Development*, 75, 987-1002.
- Rohail, I., Ahsan, S., Ahmed, A. & Saad, M. B. (2017). Moderating Role of the Forgiveness between Vengeance and Aggression in Pakistani Murderers. *Wulfenia Journal*. 24 (3), 269-283.
- Asırcı, E. (2018). *Affetme odaklı grup rehberliğinin ergenlerin saldırganlık ve öznel iyi oluşları üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Asırcı, E., & Karaca, R. (2018). Ergenler İçin Affetme Ölçeği (Eaö): Bir Ölçek Geliştirme Çalışması. *Electronic Turkish Studies*, 13(11).
- Austin, E. J., Farrelly, D., Black, C., & Moore, H. (2007). Emotional intelligence, Machiavellianism and emotional manipulation: Does EI have a dark side? *Personality and Individual Differences*, 43(1), 179-189. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.11.019>

- Ayten, A. (2012). How Religion Promotes Forgiveness: The Case of Turkish Muslims. *Archive for the Psychology of Religion*, 34(3), 411–425. doi:10.1163/15736121-12341243
- Avcı, D. ve Kelleci, M. (2015). Lise Öğrencilerinde Öfke, Saldırganlık ve Ruhsal Belirtiler Arasındaki İlişkiler. *Literatür Sempozyum*. 1(5), 34-42.
- Barber L, Maltby J. & Macaskill A. (2005). Angry memories and thoughts of revenge: The relationship between forgiveness and anger rumination. *Personality and Individual Differences* 39 (2), 253-262.
- Barcaccia, B., Schneider, B. H., Pallini, S., & Baiocco, R. (2017). Bullying and the detrimental role of un-forgiveness in adolescents' wellbeing. *Psicothema*,. 29(2), 217-222. doi: 10.7334/psicothema2016.251
- Batson, C. D., & Shaw, L. L. (1991). Encouraging words concerning the evidence for altruism. *Psychological Inquiry*, 2(2), 159-168
- Baumeister, R. F., Kathleen, L. & Vohs, D. (2004). Gossip as cultural learning. *Review of General Psychology*, 8(2), 111-121.
- Bayraktar, F., Sayıl, M., ve Kumru, A. (2009). Liseli Ergenlerde ve Üniversiteli Gençlerde Benlik Saygısı: Ebeveyne ve Akarana Bağlanma, Empati ve Psikolojik Uyum Değişkenlerinin Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*. 24 (63), 48-63
- Bergman, S. M., McIntyre, M. D., & James, L. R. (2007). Identifying the aggressive personality. *Journal of Emotional Abuse*, 4, 81-93. doi:10.1300/J135v04n03_06
- Berkowitz, L., & Harmon-Jones, E. (2004). Toward An Understanding Of The Determinants Of Anger. *Emotion*, 4(2): 107-130
- Berry, J. W., Worthington, E. L., O'Connor, L. E., Parrott, L., & Wade, N. G. (2005). Forgiveness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of Personality*, 73(1), 183-226
- Bowie, B. H. (2010). Understanding the Gender Differences in Pathways to Social Deviancy: Relational Aggression and Emotion Regulation. *Archives of Psychiatric Nursing*, 24, (1), 27–37.
- Buckner, J. D., Walukevich, K. A., Zvolensky, M. J., & Gallagher, M. W. (2017). Emotion regulation and coping motives serially affect cannabis cessation problems among dually diagnosed outpatients. *Psychology of Addictive Behaviors*, 31(7), 839.
- Buss, A. (1961). *The psychology of aggression*. New York: John Wiley.
- Caffarel, S. E., (2019). Vulnerable Narcissism, Difficulties in Emotion Regulation, and Relational Aggression in College Students. *Honors Theses*. Mississippi: University of Southern Mississippi. 673. https://aquila.usm.edu/honors_theses/673

- Card, N. A., Stucky, B. D., Sawalani, G. M., & Little, T. D. (2008). Direct and indirect aggression during childhood and adolescence: A meta-analytic review of gender differences, intercorrelations, and relations to maladjustment. *Child Development*, 79(5), 1185-1229.
- Casey, B. J., Jones, R. M. & Hare, T. A. (2008). *The adolescent brain*. Annals of the New York Academy of Sciences, 1124, 111-126. <https://doi.org/10.1196/annals.1440.010>
- Casas, J. F., Weigel, S. M., Crick, N. R., Ostrov, J. M., Woods, K. E., Yeh, E. A. J., & Huddleston-Casas, C. A. (2006). Early parenting and children's relational and physical aggression in the preschool and home contexts. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 27(3), 209-227.
- Camodeca, M. & Goossens, F. A. (2005). Aggression, social cognitions, anger and sadness in bullies and victims. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46(2), 186-197
- Casper, D. M., Card, N. A., & Barlow, C. (2020). Relational aggression and victimization during adolescence: A meta-analytic review of unique associations with popularity, peer acceptance, rejection, and friendship characteristics. *Journal of Adolescence*, 80, 41-52
- Chapaux-Morelli, P. ve Couderc, P. (2017). *İkili İlişkilerde Duygusal Manipülasyon: Narsist Bir Partnerle Yüzleşmek*. (9. Baskı) (Çev: I. Ergüden). İstanbul: İletişim Yayınları. ISBN-13: 978-975-05-0888-2,
- Chen, P., Coccaro, E. F., & Jacobson, K. C. (2012). Hostile attributional bias, negative emotional responding, and aggression in adults: Moderating effects of gender and impulsivity. *Aggressive Behavior*, 38 (1), 47-63.
- Cohn, A. M., Jakupcak, M., Seibert, L. A., Hildebrandt, T. B. & Zeichner, A. (2010). The role of emotion dysregulation in the association between men's restrictive emotionality and use of physical aggression. *Psychology of Men & Masculinity*, 11 (/1) 53-64. <https://doi.org/10.1037/a0018090>
- Çokdolu, N. (2013). *Karakter eğitimi programının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin çatışma çözme ve saldırganlık düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317-333.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. D. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59 (2-3), 73-100.

- Colton, K. C., Godleski, S. A., & Crane, C. A. (2022). Applying a bifactor model to the functions of relational aggression: Associations with hostile attribution biases and difficulties with emotion regulation. *Aggressive Behavior*, 49 (1), 58-67. <https://doi.org/10.1002/ab.22053>
- Connor, D. F. (2004). *Aggression and Antisocial Behavior in Children and Adolescents: Research and Treatment*. Guilford Press.
- Crick, N. R., & Dodge, K. A. (1994). A review and reformulation of social information processing mechanisms in children's social adjustment. *Psychological Bulletin*, 115(1), 74–101. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.115.1.74>
- Crick, N. R. & Grotpeter, J. K. (1995). Relational Aggression, Gender, and Social Psychological Adjustment. *Child Development*, 66, 710-722.
- Creswell, W. J. (2015). Nitel araştırma yöntemleri: *Beş Yaklaşım Göre Nitel Araştırma ve Araştırma Deseni*. (Ed: M. Bütün ve S. B. Demir). Ankara: Siyasal Kitapevi.
- Creswell, W. J. (2019). *Eğitim araştırmaları*. İstanbul: Edam
- Creswell, J. W. ve Plano Clark. (2015). *Karma Yöntem Araştırmaları Tasarım ve Yürütülmesi*. (Çev. Y. Dede ve S. B. Demir). Ankara: Anı Yayınevi.
- Cui, L., Morris, A. S., Criss, M. M., Houlberg, B. J., ve Silk, J. S. (2014). Parental psychological control and adolescent adjustment: The role of adolescent emotion regulation. *Parenting: Science and Practice* 14(1), 47-67.
- Çardak, M. (2012). *Affedicilik yönelimli psiko-eğitim programının affetme eğilimi, belirsizliğe tahammülsüzlük, psikolojik iyi oluş, sürekli kaygı ve öfke üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Çelik, H., ve Kocabıyık, O. O. (2014). Genç yetişkinlerin saldırganlık ifade biçimlerinin cinsiyet ve bilişsel duygu düzenleme tarzları bağlamında incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 139-155.
- Dalgacı B. (2019). *Merhamet Odaklı terapi yaklaşımı ve uygulamaları üzerine bir değerlendirme*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bursa: Bursa Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dane, A. V., & Marini, Z. A. (2014). Overt and relational forms of reactive aggression in adolescents: Relations with temperamental reactivity and self-regulation. *Personality and Individual Differences*, 60, 60–66.
- Dede, A.G. (2019). *Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmaları ile bilişsel duygu düzenleme becerileri ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Aydın Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Derincegöz, N. (2019). Üniversite öğrencilerinin ebeveyn kabul red algısı, benlik saygısı ve duygu düzenleme güçlüklerinin affetme düzeylerini yordamadaki rolü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Duncan, L., & Owen-Smith, A. (2006). Powerlessness and the use of indirect aggression in friendships. *Sex Roles*, 55(7), 493-502.
- Durak, N. (2006). *Son Çocukluk Dönemi Öğrencilerinin Saldırganlıklarını Belirlemeye Yönelik Sosyal Uyum Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Niğde: Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Durbin, C. E., & Shafir, D. M. (2008). Emotion regulation and risk for depression. In J. R. Z. Abela & B. L. Hankin (Eds.), *Handbook of depression in children and adolescents* (pp. 149–176). The Guilford Press.
- Dursun, A. (2015). *Anne babası boşanmış ergenlerin öznel iyi oluşunu artırma programının etkililiğinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir: Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ekşi, H. (2021). *Lise öğrencilerinde ebeveyn ilişkileri, duygu düzenleme güçlüğü, psikolojik kontrol ve saldırganlık arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Eaton, J. & Struthers, C. W. (2006). The reduction of psychological aggression across varied interpersonal contexts through repentance and forgiveness. *Aggressive Behavior*, 32, 195-206.
- Enright, R. D. (1996). Counseling Within the Forgiveness Triad: On Forgiving, Receiving Forgiveness, and Self-Forgiveness. *Counseling and Values*, 40(2), 107–126. doi:10.1002/j.2161-007X.1996.tb00844.x
- Enright, R. D. (2001). *Forgiveness is a Choice: A Step-By-Step Process for Resolving Anger and Restoring Hope*. Washington: American Psychological Association
- Enright, R. D., & Coyle, C. T. (1998). Researching the process model of forgiveness within psychological interventions. In E. L. Worthington (Ed.), *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives*. Philadelphia: Templeton Foundation Press.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. American Psychological Association.
- Enright, R. D., Gassin, E.A. & Wu, C. (1992). Forgiveness: A Developmental View. *Journal of Moral Education*. 21, 99-114.

- Enright, R. D. & The Human Development Study Group. (1996). Counselig within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness and self- forgiveness. *Counseling and Values*, 40, 107-126.
- Enright, R. D., & Kittle, B. A. (1999). Forgiveness in psychology and law: The meeting of moral development and restorative justice. *Fordham Urban Law Journal*, 27,(5) 1621-1631.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., Spinrad, T. L., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Reiser, M., & Guthrie, I. K. (2001). The relations of regulation and emotionality to children's externalizing and internalizing problem behavior. *Child Development*, 72(4), 1112-1134.
- Extremera, N., & Rey, L. (2015). The moderator role of emotion regulation ability in the link between stress and well-being. *Frontiers in Psychology*, 6, 1632.
- Filiz, A. (2009). *Farklı Lise Türlerindeki Öğrencilerin Empatik Eğilimleri ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi (Kartal İlçesi Örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Fincham, F. D., Hall, J., & Beach, S. R. (2006). Forgiveness in marriage: Current status and future directions. *Family Relations*, 55(4), 415-427.
- Fincham, F. D. & Beach, S. R. H. (2002). Forgiveness İn marriage: Implications for psychological aggression and constructive communication. *Personal Relationships*, 9, 239-251.
- Flack, T. (2017). Relational aggressive behaviour: The contributions of status stress and status goals. *Emotional & Behavioural Difficulties*, 22(2), 127–141. <https://doi.org/10.1080/13632752.2016.1255428>
- Freedman, S. (2018) Forgiveness as an educational goal with at-risk adolescents. *Journal of Moral Education*, 47(4), 415–431. <https://doi.org/10.1080/03057240.2017.1399869>
- Freedman, S. R., & Enright, R. D. (1996). Forgiveness as an intervention goal with incest survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(5), 983-992
- García-Vázquez, F. I., Valdés-Cuervo, A. A., & Parra-Pérez, L. G. (2020). The effects of forgiveness, gratitude, and self-control on reactive and proactive aggression in bullying. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 5760.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
- George, D., & Mallery, P. (2016). Frequencies. In *IBM SPSS statistics 23 step by step* (pp. 115-125). Routledge.

- Girard, M., & Mullet, E. (1997). Forgiveness in adolescents, young, middle-aged, and older adults. *Journal of Adult Development, 4*(4), 209-220.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 26*(1), 41- 54.
- Gratz, K. L., Rosenthal, M. Z., Tull, M. T., Lejuez, C. W., & Gunderson, J. G. (2006). An experimental investigation of emotion dysregulation in borderline personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology, 115*(4), 850.
- Gratz, K. L., & Tull, M. T. (2010). Emotion regulation as a mechanism of change in acceptance- and mindfulness-based treatments. In R. A. Baer (Ed.), *Assessing mindfulness and acceptance processes in clients: Illuminating the theory and practice of change* (pp. 107–133). Context Press/New Harbinger Publications.
- Goldstein, S. E. & Tisak, M. S. (2010). Adolescents' social reasoning about relational aggression. *Journal of Child and Family Studies, 19*, 471– 482.
- Gomes MM. A. (2007). Concept Analysis of Relational Aggression. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 14* (5), 510-515. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2850.2007.01120.x>
- Griffin, R.S., ve Gross, A.M. (2004). Childhood bullying: Current empirical findings and future directions for research. *Aggression and Violent Behavior. (9)*, 4, 379-400.
- Grolnick, W. S., Bridges, L. J., & Connell, J. P. (1996). Emotion regulation in two-year-olds: Strategies and emotional expression in four contexts. *Child Development, 67*(3), 928-941.
- Gross, J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 224–237.
- Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition & Emotion, 13*(5), 551-573.
- Gross, J. J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current Directions in Psychological Science, 10*(6), 214-21.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology, 39* (3), 281-291.
- Gross, J. J. (2013). Emotion regulation: Taking stock and moving forward. *Emotion, 13*, 359–365.
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–20). The Guilford Press.

- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348.
- Gross, J. J., & Muñoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical psychology: Science and Practice*, 2(2), 151-164.
- Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006). Emotion regulation in everyday life. In D. K. Snyder, J. A. Simpson, & J. N. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health* (pp. 13–35). Washington, DC: American Psychological Association.
- Gross, J.J. ve Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. J.Gross, (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp.3-24). New York: The : Guilford Press
- Grotpeter, J. K. ve Crick, N. R. (1996). “Relational Aggression, Overt Aggression And Friendship. *Child Development*, 67, 2328-2338.
- Gülüm, B. (2022). *Üniversite öğrencilerinde duygu düzenleme, affetme ve kişilerarası problem çözme arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gürbüz, S. (2021). *Sosyal Bilimlerde Aracı, Düzenleyici ve Durumsal Etki Analizleri* (2. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Hamlett, T. A. (2007). Content Analysis of Aggression in Television Programs for Preschoolers. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Texas: Texas Woman's University.
- Hicks, S., (2018). *The Role of Emotion Regulation in the Relationship between Trait Anger and Relational Aggression*. Master's Theses. Mississippi: University of Southern Mississippi
- Hill, E. W. (2001). Understanding Forgiveness as Discovery: Implications for Marital and Family Therapy. *Contemporary Family Therapy*. 23 (4) , 363- 384.
- Hill, C. E., Knox, S., Thompson, B. J., Williams, E. N., Hess, S. A., & Ladany, N. (2005). Consensual qualitative research: An update. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 196.
- Hodgson, L. K., & Wertheim, E. H. (2007). Does good emotion management aid forgiving? Multiple dimensions of empathy, emotion management, and forgiveness of self and others. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24, 931–949.
- Ivankova, N. V., Creswell, J. W., & Stick, S. L. (2006). Using mixed-methods sequential explanatory design: From theory to practice. *Field Methods*, 18(1), 3-20.

- İlgül, B. (2022). *Akran zorbalığı ile empatik eğilim, olumlu sosyal davranışlar ve saldırgan davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Jiang, S., & Dong, L. (2022). Social control and self-control: a serial mediation model from economic hardship to juvenile aggression. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(5-6), <https://doi.org/10.1177/0886260520948>.
- Johnson, R. B., & Onwuegbuzie, A. J. (2004). Mixed methods research: A research paradigm whose time has come. *Educational Researcher*, 33(7), 14-26.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality*, 72(6), 1301-1334.
- Jon R.W., Chris S. D., & Ken B. (2012). Forgiveness and Aggression Among College Students. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 14 (1), 38-58.
- Kabasakaloğlu , A. (2019). *Lise öğrencilerinin bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin saldırganlık ve öfke ifade biçimlerini yordaması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi. Eğitim Bilimler Enstitüsü.
- Kapçı, E. G., Kurnaz, A. (2013). Akran saldırganlığı ve mağduriyetinin psiko-sosyal değişkenler açısından incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 46 (1), 317-342.
- Karaaslan, N. (2019). *Üniversite öğrencilerinde ilişkisel saldırganlık: Karanlık üçlü kişilik özelliklerinin rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin:Mersin Üniversitesi / Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Karasar, N. (2015). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (28. baskı). Ankara:Nobel Yayınları.
- Karataş, Z. (2008). *Bilişsel davranışsal teknikler ile psikodrama teknikleri kullanılarak yapılan grupla psikolojik danışma uygulamalarının ergenlerde saldırganlığı azaltmadaki etkilerinin karşılaştırılması olarak incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karataş, U. Y. (2020). *Affetmemenin yordayıcıları olarak çocukluk çağı travmaları ve bilişsel duygu düzenlemenin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Denizli: Pamukkale Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Karremans, J. C., Van Lange, P. A., & Holland, R. W. (2005). Forgiveness and its associations with prosocial thinking, feeling, and doing beyond the relationship with the offender. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(10), 1315-1326
- Kassidy C. C., Stephanie A. G. & Cory A. C. (2022). Applying a bifactor model to the functions of relational aggression: Associations with hostile attribution biases and difficulties with emotion regulation. *Aggressive Behavior*. 49, (1) 58-67. <https://doi.org/10.1002/ab.22053>

- Kayhan, H. (2017). *Ergenlikte saldırganlık ve duygu düzenleme güçlükleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü,
- Kawabata, Y., Alink, L.R.A., Tseng, W., Van IJzendoorn, M.H. & Crick, N.R., (2011). Maternal and Paternal Parenting Styles Associated With Relational Aggression In Children and Adolescents: A Conceptual Analysis and Meta-Analytic Review. *Developmental Review*, 31(4), 240-78.
- Keenan, K., Coyne, C., & Lahey, B. B. (2008). Should relational aggression be included in the DSM-V nosology of disruptive behavior disorders? *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 47, (8), 86–93
- Kesek, A. C. (2010). *Direct and indirect approaches to emotion regulation in children*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Minnesota: A Dissertation Submitted To The Faculty Of The Graduate School Of The University Of Minnesota <https://hdl.handle.net/11299/98741>.
- Klimecki, O. (2019). The role of empathy and compassion in conflict resolution. *Emotion Review*, 11 (4), 310-325. doi:10.1177/1754073919838609.
- Kim, A. Y., Rose, C. A., Hopkins, S., Mc Cree, N., & Romero, M. (2022). Survey of secondary youth on relational aggression: impact of bullying, social status, and attitudes. *Preventing School Failure: Alternative Education for Children and Youth*, 66(3), 285-295.
- Kılıç, C. (2022). *Ergenlerde antisosyal davranışlar: Koruyucu faktörler ve risk faktörleri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kring, A. M., & Sloan, D. S. (2010). *Emotion Regulation and Psychopathology*. New York: Guilford Press.
- Kokkinos, C.M., Algiovanoglou, I. & Voulgaridou, I. (2019). Emotion Regulation and Relational Aggression in Adolescents: Parental Attachment as Moderator. *Journal of Child and Family Studies* 28, 3146–3160 <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01491-9>
- Kokkinos, C. M., Kountouraki, M., Voulgaridou, I., & Markos, A. (2020). Understanding the association between Big Five and relational aggression: The mediating role of social goals and friendship jealousy. *Personality and Individual Differences*, 160, 109946. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109946>
- Konstam, V., Chernoff, M., & Deveney, S. (2001). Toward forgiveness: The role of shame, guilt anger, and empathy. *Counseling and Values*, 46(1), 26-39.
- Kulaksızoğlu, A. (2001). *Ergenlik psikolojisi*. (4. baskı) İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Kurtyılmaz, Y. (2011). *Üniversite öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık ile benlik saygısı, sosyal bağlılık ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kurtyılmaz, Y., Can, G. ve Ceyhan, A. A. (2017). Üniversite öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık ile benlik saygısı, sosyal bağlılık ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(47), 33- 52.
- Kurtyılmaz Y, Şahan M, Ceyhan E. (2022). Arkadaşlık İlişkilerinde İlişkisel Saldırganlık Ölçeğinin Ergenlerde Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 29(2),116-124. DOI: 10.4274/tjcamh.galenos.2022.77699
- Küçüker, D. (2016). *Affetme, affetmeme, bilişsel esneklik, duygu düzenleme ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Denizli: Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Lansford, J. E., Skinner, A. T., Emma Sorbring, Laura Di Giunta, Kirby Deater-Deckard, Kenneth A. Dodge, Patrick S. Malone, Paul Oburu, Concetta Pastorelli, Sombat Tapanya, Liliana Maria Uribe Tirado, Arnaldo Zelli, Suha M. Al-Hassan, Liane Peña Alampay, Dario Bacchini, Anna Silvia Bombi, Marc H. Bornstein, & Lei Chang (2012). Boys' and girls' relational and physical aggression in nine countries. *Aggressive Behavior*, 38(4), 298-308.
- Lazarus, R.S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.
- Leahy, R. L., Tirch, D., & Napolitano, L. A. (2011). *Emotion regulation in psychotherapy: A practitioner's guide*. Guilford press.
- Li, S., Zhang, D., Zhao, F., & Yu, G. (2020). Ostracism and Aggression among Chinese Adolescents: A Moderated Mediation Model of Trait Anger and Forgiveness. *Child Indicators Research* 13, 1703–1715 <https://doi.org/10.1007/s12187-019-09710-x>
- Linder, J. R., Crick, N. R. & Collins, W. A. (2002). Relational aggression and victimization in young adults' romantic relationships: Associations with perceptions of parent, peer, and romantic relationship quality *Social Development*, 11, 69–86
- Lu, T., Jin, S., Li, L., Niu, L., Chen, X., & French, D. C. (2018). Longitudinal associations between popularity and aggression in Chinese middle and high school adolescents. *Developmental Psychology*, 54(12), 2291.
- Mukhtar, S., & Mahmood, Z. (2018). Moderating role of perceived social support between perceived parenting styles and relational aggression in adolescents. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 27(8), 831-845.

- Macaskill, A., Maltby, J., & Day, L. (2002). Forgiveness of self and others and emotional empathy. *The Journal of Social Psychology, 142*(5), 663-665.
- Mayberry, M. L. & Espelage, D. L. (2007). Associations among empathy, social competence, & reactive/proactive aggression subtypes. *Journal of Youth Adolescence, 36*, 787-798.
- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*(1), 43-55.
- McCullough, M. E., Exline, J. J., & Baumeister, R. F. (1998). An annotated bibliography of research on forgiveness and related concepts. *Dimensions of Forgiveness: Psychological Research and Theological Perspectives, 1*, 193-317.
- McLaughlin, K. A., Hatzenbuehler, M. L., Mennin, D. S., & Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. *Behaviour Research and Therapy, 49*(9), 544-554. doi:[10.1016/j.brat.2011.06.003](https://doi.org/10.1016/j.brat.2011.06.003).
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (2000). The Psychology of Forgiveness: History, Conceptual Issues, and Overview. M. E. McCullough, K. I. Pargament, ve C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, Research, and Practice* (pp. 1-14). New York: The Guilford Press.
- McCullough, M. E., Worthington Jr, E. L., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*(2), 321-336.
- Marion K. Underwood (2003). *Social Aggression Among Girls*. New York: Guilford Press. ISBN 1-57230-865-
- Mayeux, L. (2014). Understanding Popularity and Relational Aggression in Adolescence: The Role of Social Dominance Orientation. *Social Development, 23*(3), 502-517.
- Merrell, K. W., Buchanan, R., & Tran, O. K. (2006). Relational aggression in children and adolescents: A review with implications for school settings. *Psychology in the Schools, 43*(3), 345-360.
- Milich, R. & Dodge, K. A. (1984). Social information processing in child psychiatric populations. *Journal of Abnormal Child Psychology, 12*(3), 471-489.
- Mitrofan, N., & Ciulovică, C. (2012). Anger and hostility as indicators of emotion regulation and of the life satisfaction at the beginning and the ending period of the adolescence. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 33*, 65-69.
- Moeller, T. G. (2001). *Youth Aggression and Violence: A Psychological Approach*. New York and London: Taylor & Francis Group: Psychology Press.

- Mohan, V. (2019). A comparative study on aggression and forgiveness in adolescent boys and girls. *IAHRW International Journal of Social Sciences Review*, 7(5), 1045-1047.
- Mukhtar, S., & Mahmood, Z. (2018). Moderating role of perceived social support between perceived parenting styles and relational aggression in adolescents. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 27(8), 831-845.
- Murphy, J. G., & Hampton, J. (1988). *Mercy and Forgiveness*. New York: Cambridge University
- Naami, A., Asgari, P. ve Roshani, K. (2014). Predicting Collegiate Students' Aggression Based on the Amount of Forgiveness and Their Belief in A Just/Unjust World. *Journal of Life Science and Biomedicine*. 4 (1), 4-8.
- Nelson, D. & Crick, N. R. (1999). Rose-coloured glasses: Examining the social information processing of prosocial young adolescents. *Journal of Early Adolescence*, 19, 17–38.
- Nelson-Jones, R. (2003). *Danışma psikolojisi kuramları*. (Çev. Akkoyun, F.). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Ochsner, K. N. & Gross, J. J. (2005). The cognitive control of emotion. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(5), 242-249.
- Osantowski, J. D. (2001). *The social cognitions associated with relational aggression and depression in preadolescent girls*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. California: California School of Professional Psychology.
- Ören, M. (2017). *Duygu düzenleme becerilerinin ergenlik ve beliren yetişkinlikte görülen saldırgan davranışlardaki rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özdoğan, A. Ç. (2017). *Ergenlerde reaktif-proaktif saldırganlık ile ebeveyn duygusal erişilebilirliği: Duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özyaman, S. (2021). *Ergenlik dönemindeki çocukların sürekli öfke düzeyleri, öfke ifade stilleri ve saldırganlık seviyeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Pataki, C. S. (2007). Normal Ergenlik. Aydın, H. ve Bozkurt, A. (Eds.) *Kaplan & Sadock Comprehensive Textbook of Psychiatry*. (pp. 3035-3043). Ankara, Güneş Kitabevi.
- Peled, M., & Moretti, M. M. (2007). Rumination on anger and sadness in adolescence: Fueling of fury and deepening of despair. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 36(1), 66-75. <https://doi.org/10.1080/15374410709336569>

- Perry, N. B., Calkins, S. D., Nelson, J. A., Leerkes, E. M., & Marcovitch, S. (2012). Mothers' responses to children's negative emotions and child emotion regulation: The moderating role of vagal suppression. *Developmental psychobiology*, 54(5), 503-513.
- Rehber, E. (2007). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerine çatışma çözme davranışlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Robertson, T., Daffern, M. & Bucks, R. S. (2012), "Emotion regulation and aggression", *Aggression and Violent Behavior*, 17(1) 72-82. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2011.09.006>
- Pouw, L. B. C., Rieffe, C., Oosterveld, P., Huskens ve B., Stockmann, L. (2013). Reactive/proactive aggression and affective/cognitive empathy in children with AS. *Research in Developmental Disabilities*, 34, 1256-1266.
- Röll, J., Koglin, U., & Petermann, F. (2012). Emotion regulation and childhood aggression: longitudinal associations. *Child Psychiatry & Human Development*, 43, 909– 923. DOI: [10.1007/s10578-012-0303-4](https://doi.org/10.1007/s10578-012-0303-4)
- Preacher, K. J. ve Kelley, K. (2011). Effect size measures for mediation models: quantitative strategies for communicating indirect effects. *Psychological Methods*, 16(2), 93-115. <https://doi.org/10.1037/a0022658>
- Rugancı R.N. ve Gençöz T. (2010). Psychometric properties of the difficulty of emotion regulation scale in a Turkish sample. *Journal of Clinical Psychology*, 66 (4), 442-55.
- Sarıtaş, D. ve Gençöz, T. (2011). *Psychometric properties of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) in a Turkish adolescent sample*. In 12th European Congress of Psychology, İstanbul:Turkey.
- Staub E, Pearlman LA, Gubin A. & Hagengimana A. (2005). Healing, Reconciliation, Forgiving And The Prevention Of Violence After Genocide Or Mass Killing: An Intervention And Its Experimental Evaluation In Rwanda. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(3), 297-334.
- Satıcı, S. A. (2016). *Üniversite öğrencilerinin affetme, intikam, sosyal bağlılık ve öznel iyi oluşları: Farklı yapısal modellerin denenmesi üzerine bir araştırma*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Scobie, E. D. & Scobie, G. E. W. (1998). Damaging events: The perceived need for forgiveness. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 28(4), 373-402.
- Silk, J. S., Steinberg, L. & Morris, A. S. (2003). Adolescent's emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development*, 74(6), 1869-1880. doi:10.1046/j.1467-8624.2003.00643.x

- Skripkauskaitė, S., Hawk, S. T., Branje, S. J., Koot, H. M., Van Lier, P. A., & Meeus, W. (2015). Reactive and proactive aggression: Differential links with emotion regulation difficulties, maternal criticism in adolescence. *Aggressive Behavior, 41*(3), 214-226.
- Smedes, L. B. (1984). *Forgive and Forget: Healing the Hurts We don't Deserve*. New York: Harpoer & Row.
- Smetana, J. G. (2006). Social domain theory: Consistencies and variations in children's moral and social judgments. In M. Killen, & J. G. Smetana, *Handbook of moral development* (pp. 119-153). Mahwah, NJ: Erlbaum
- Smith, E. J. (2006). The Strength-Based Counseling Model. *The Counseling Psychologist, 34*(1), 13–79. doi:10.1177/0011000005277018
- Smith, C. A. & Lazarus, R. S. (1993). Appraisal components, core relational themes, and the emotions. *Cognition & Emotion, 7*(3-4), 233-269.
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., Goossens, L., Duriez, B., & Niemiec, C. P. (2008). The intervening role of relational aggression between psychological control and friendship quality. *Social Development, 17*(3), 661-681.
- Soydan, D. (2019). *Lise öğrencilerinin empatik eğilimleri ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. (Ed.. F.Çok), Ankara: İmge Yayınevi.
- Sullivan, T. N., Helms, S. W., Kliewer, W., & Goodman, K. L. (2010). Associations between sadness and anger regulation coping, emotional expression, and physical and relational aggression among urban adolescents. *Social Development, 19*(1), 30–51.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Experimental designs using ANOVA* (Vol. 724). Belmont, CA: Thomson/Brooks/Cole.
- Tackett, J. L., Kushner, S. C., Herzhoff, K., Smack, A. J., & Reardon, K. W. (2014). Viewing relational aggression through multiple lenses: Temperament, personality, and personality pathology. *Development and Psychopathology, 26*(3), 863-877.
- Tashakkori, A., & Creswell, J. W. (2007). The new era of mixed methods. *Journal of Mixed Methods Research, 1*(1), 3-7.
- Taşan, Ö. F. (2022). *Ergenlerde ilişkisel saldırganlık ile utanç ve suçluluk arasındaki ilişkide ahlaki çözülmenin aracı rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

- Taysi, E. (2007). *İkili ilişkilerde bağışlama: İlişki kalitesi ve yüklemelerin rolü*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü.
- Thompson, R. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59 (23), 25-52.
- Thompson, Y. L., Snyder, C. R., & Hoffman, L. (2005). Heartland Forgiveness Scale. *Faculty Publications, Department of Psychology*, 452.
- Toptaş, M. (2018). *Öfke duygusunun saldırgan davranışa dönüşmesinde kişilerarası ilişki boyutlarının rolünün incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Toussaint, L., & Webb, J. R. (2005). Theoretical and empirical connections between forgiveness, mental health, and well-being. E. L. Worthington (Ed.) *Handbook of Forgiveness* (pp. 349-362). New York: Routledge.
- Turiel, E. (1983). *The development of social knowledge: Morality and convention*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Turner, S. A. (2007). Reality Television and Relational Aggression. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Pennsylvania: Indiana University of Pennsylvania
- Tuzgöl, M. (1998), *Ana-baba tutumları farklı lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ülken, F. B. (2011). The Relation Between Parental Mediation In Television Viewing And The Aggressiveness Of Children. *Anadolu University Journal of Social Sciences*, 11(1), 195-216.
- Üney, T. (2016). *Ebeveyn evlilik çatışma çözüm stilleri, ergenin duygu düzenlemesi ve ergen çatışma çözme davranışları arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yoon, J. S., & Kerber, K. (2003). Bullying: Elementary teachers' attitudes and intervention strategies. *Research in Education*, 69(1), 27-35.
- Young, E. L., Boye, A. E., & Nelson, D. A. (2006). Relational aggression: Understanding, identifying, and responding in schools. *Psychology in the Schools*, 43(3), 297–312. <https://doi.org/10.1002/pits.20148>
- Yurttaş-Özcan, S. E. (2021). *Üniversite öğrencilerinde saldırganlık, empatik beceri ve algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Verlinden, S., Hersen, M. & Thomas, J. (2000). Risk factors in school shootings. *Clinical Psychology Review, 20*(1), 13-56. doi:10.1016/s0272-7358(99)00055-0
- Verona, E. Sadeh, N, Case, S. M., Reed II, A. & Bhattacharjee, A. (2008). Self- Reported Use of Different Forms of Aggression in Late Adolescence and Emerging Adulthood. *Assessment, 15*(4), 493-510
- Vernon, A. (1993). *Developmental Assessment And Intervention With Children And Adolescents*, Alexandria: American Counseling Association.
- Vitaro, F., Brendgen, M. & Barker, E. D. (2006). Subtypes of Aggressive Behaviors: A Developmental Perspective. *International Journal of Behavioral Development, 30*(1), 12-19.
- Voulgaridou, I., & Kokkinos, C. M. (2015). Relational aggression in adolescents: A Review of theoretical and empirical research. *Aggression and Violent Behavior, 23*, 87-97.
- Wade, N. G., & Worthington Jr, E. L. (2003). Overcoming interpersonal offenses: Is forgiveness the only way to deal with unforgiveness?. *Journal of Counseling and Development: JCD, 81*(3), 343-353
- Wade, N. G., Worthington Jr, E. L., & Meyer, J. E. (2005). But do they work? A meta-analysis of group interventions to promote forgiveness. E. L. Worthington (Ed.) *Handbook of Forgiveness* (pp. 423-440). New York: Routledge.
- Werner, K. & Gross, J. J. (2010). Emotion regulation and psychopathology. A. M. Kring And D. M. Sloan (Ed.). *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment*.(pp.13-37) New York: The Guilford Press.
- Werner, N.E. & Nixon, C.L. (2005). Normative beliefs and relational aggression: An investigation of the cognitive bases of adolescent aggressive behavior. *Journal of Youth and Adolescence, 34*, 229–243.
- Williams, K. D. (2009). Ostracism: A temporal need threat model. *Advances in Experimental Social Psychology, 41*, 275-314.
- Worthington, E. L. (1998). An empathy-humility-commitment model of forgiveness applied within family dyads. *Journal of Family Therapy, 20*(1), 59-76.
- Worthington, E. L. (2005). More Questions About Forgiveness: Research Agenda For 2005-2015. In Worthington, E. L. (Ed.) *Handbook of Forgiveness*, (pp. 557-573). New York: Routledge.
- Worthington, E. L. (2001). Unforgiveness, forgiveness, and reconciliation in societies. In R. G. Helmick & R. L. Petersen (Eds.), *Forgiveness and Reconciliation: Religion, Public Policy, and Conflict Transformation* (pp. 161-182). Philadelphia: Templeton Foundation Press

- Worthington, E. L. (2006). *Forgiveness and Reconciliation: Theory and Application*. New York: Routledge.
- Worthington, E. L., & Wade, N. G. (1999). The psychology of unforgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of Social and Clinical Psychology, 18*(4), 385.
- Zhang, Q., Tian, J., Cao, J., Zhang, D. & Rodkin, P. (2016). "Exposure to weapon pictures and subsequent aggression during adolescence". *Personality and Individual Differences, 90*, 113–118. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2015.09.017>.

EKLER

EK-1 Arkadaşlık İlişkilerinde İlişkisel Saldırganlık Ölçeği Ergen Formu Kullanım İzni

EK-2 Duygu Dzenleme Güçlüğü Ölçeği Kullanım İzni

EK-3 Ergenler İçin Affetme Ölçeği Kullanım İzni

EK-4 Arkadaşlık İlişkilerinde İlişkisel Saldırganlık Ölçeği Ergen Formu Örnek Maddeleri

EK-5 Duygu Dzenleme Güçlüğü Ölçeği Örnek Maddeleri

EK-6 Ergenler İçin Affetme Ölçeği Örnek Maddeleri

EK-7 Gönüllü Katılım Formu

EK-8 Veli Onam Formu

EK-9 Kişisel Bilgi Formu

EK-10 Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

EK-11 Araştırmacı Günlüğü Örnek Sayfalar

EK-12 Anadolu Üniversitesi Etik Kurul Kararı

EK-13 Milli Eğitim Bakanlığı İzin Yazısı

Ölçek Kullanım İzni Gelen Kutusu




Mehmet şahan 08.09.2021

Hocam merhabalar, Şuan Anadolu Üniversitesi rehberlik ve psikolojik danışmanlık doktora



Yıldız KURTYILMAZ 09.09.2021

Alıcılar: ben 



Merhabalar Mehmet Bey,

Çalışmanızda "Arkadaş İlişkilerinde İlişkisel Saldırganlık Ölçeği"ni kullanılmamızdan memnuniyet duyarım. Ölçeğin tarafınızca kullanılmasında bir sakınca görmüyorum, çalışmalarınızda başarılar diliyorum.

Yıldız KURTYILMAZ
ANADOLU ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM FAKÜLTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ BÖLÜMÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
ANABİLİMDALI
ESKİŞEHİR

Ölçek İzni



Gelen Kutusu



M

Mehmet şahan 23.08.2021

Hocam merhabalar, Şuan Anadolu Üniversitesi rehberlik ve psikolojik danışmanlık doktora



T

Tülin Gençöz 24.08.2021

Alıcılar: ben



Merhabalar,

Ölçeği bilimsel araştırmalarınızda kullanabilirsiniz. İlgili makaleleri, ölçeğin son halini, değerlendirilmesi için hazırladığım dokümanı ve referans bilgilerini ekte yolluyorum.

İyi çalışmalar dileklerle,

Prof. Dr. Tülin Gençöz
Orta Doğu Teknik Üniversitesi
Rektör Yardımcısı
06800 Ankara
TÜRKİYE

[Alıntılanan metni göster](#)



10:03

LTE



Esra ASICI 07.05.2019

Alıcılar: ben



Merhaba Mehmet hocam ekte ölçek formunu gönderiyorum. Çalışmanızda başarılar.

Dr. Öğr. Üyesi Esra ASICI
Kilis 7 Aralık Üniversitesi
Muallim Rifat Eğitim Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
Reh. ve Psi. Danış. ABD.
Kilis/Türkiye
Tel: +90 348 222 22 22

Esra Asici, PhD
Kilis 7 Aralık University
Muallim Rifat Education Faculty
Department of Educational Sciences
Division of Guidance and Psychological Counselling
Kilis/TURKEY
Phone: +90 348 222 22 22

----- Orijinal Mesaj -----

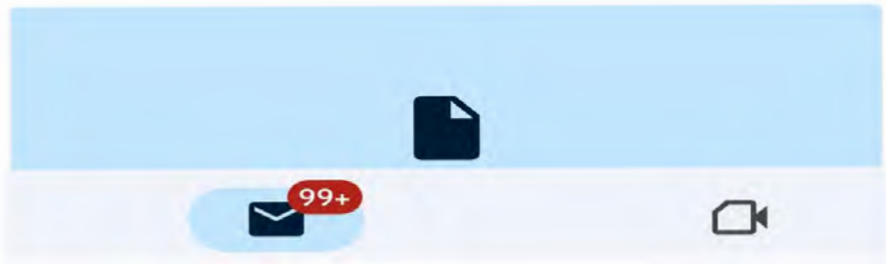
Kimden: "Mehmet şahin" <...>

Kime: <...>

Gönderilenler: 6 Mayıs Pazartesi 2019 11:17:02

Konu: Ölçek izni

[Alıntılanan metni göster](#)



EK-4

Arkadaşlık İlişkilerinde İlişkisel Saldırganlık Ölçeği Örnek Maddeler

Bu ölçme aracında arkadaşınıza kızdığınızda ya da sinirlendiğinizde ve onu incitmek, ona zarar vermek istediğinizde ne gibi yöntemler tercih ettiğiniz ele alındığından aşağıdaki her ifadeyi bu bağlamda değerlendiriniz.

Lütfen aşağıdaki her ifadeyi “Arkadaşıma zarar verecek ya da incitecek derecede kızarsam ya da sinirlenirsem,” cümleciğini ekleyerek okuduktan sonra ifadelerin size uygunluk düzeyini ilgili alandaki parantezin içine (X) işareti koyarak belirtiniz.

	Her zaman	Sık sık	Bazen	Nadiren	Hiçbir zaman
Arkadaşıma zarar verecek ya da incitecek derecede kızarsam/sinirlenirsem,					
1) ona soğuk davranırım.	()	()	()	()	()
3) arkasından konuşurum.	()	()	()	()	()
6) kendisini gruba ait hissetmemesi için grupta sadece onun anlamadığı espriler yaparım.	()	()	()	()	()
8) onu başkalarıyla çekiştiririm.	()	()	()	()	()
11) grup içinde kendisini yabancı hissetmesi için ilgisi dışındaki konulardan söz ederim.	()	()	()	()	()
14) gruptaki diğer arkadaşlarımla birlikte onun anlamayacağı espriler yapmaya gayret ederim.	()	()	()	()	()
16) küserim.	()	()	()	()	()

Katılımınız için teşekkür ederiz ☺

EK-5 Duygu Dzenleme Gçlçğü Ölçeği Örneğ Maddeleri

Aşağıda insanların duygularını kontrol etmekte kullandıkları bazı yöntemler verilmiştir. Lütfen her durumu dikkatlice okuyunuz ve her birinin sizin için ne kadar doğru olduğunu içtenlikle değerlendiriniz. Değerlendirmenizi uygun cevap önündeki yuvarlak üzerine çarpı (X) koyarak işaretleiniz.

1. Ne hissettiğim konusunda netimdir.

- Neredeyse Bazen Yaklaşık Çoğu zaman Neredeyse
Hiçbir zaman Yarı yarıya Her zaman

8. Ne hissettiğimi önemserim.

- Neredeyse Bazen Yaklaşık Çoğu zaman Neredeyse
Hiçbir zaman Yarı yarıya Her zaman

17. Kendimi kötü hissettiğimde, duygularımın yerinde ve önemli olduğuna inanırım.

- Neredeyse Bazen Yaklaşık Çoğu zaman Neredeyse
Hiçbir zaman Yarı yarıya Her zaman

21. Kendimi kötü hissettiğimde, bu duygudan dolayı kendimden utanırım.

- Neredeyse Bazen Yaklaşık Çoğu zaman Neredeyse
Hiçbir zaman Yarı yarıya Her zaman

30. Kendimi kötü hissettiğimde, kendim için çok fazla endişelenmeye başlarım.

- Neredeyse Bazen Yaklaşık Çoğu zaman Neredeyse
Hiçbir zaman Yarı yarıya Her zaman

31. Kendimi kötü hissettiğimde, kendimi bu duyguya bırakmaktan başka yapabileceğim birşey olmadığına inanırım.

- Neredeyse Bazen Yaklaşık Çoğu zaman Neredeyse
Hiçbir zaman Yarı yarıya Her zaman

EK-6 Ergenler İçin Affetme Ölçeği Örnek Maddeleri

Yönerge: Bu ölçek kişilerarası ilişkilerinizde yaşadığınız olumsuz durumlara genel olarak nasıl tepki verdiğinizi belirlemeyi amaçlamaktadır. Her bir ifadeyi dikkatle okuyarak ifadenin sizi ne kadar tanımladığını aşağıdaki 5'li derecelendirme ölçeğini kullanarak değerlendiriniz ve ilgili kutucuğa (X) işareti koyunuz.

1-----2-----3-----4-----5

Beni hiç tanımlamıyor Beni biraz tanımlıyor Beni orta derecede tanımlıyor Beni oldukça tanımlıyor Beni tamamen tanımlıyor

	1	2	3	4	5
Bana haksızlık eden kişilere karşı hoşgörülü davranırım.					
Beni inciten birine tepki vermeden önce, o kişinin içinde bulunduğu durumu değerlendiririm.					
Beni inciten insanlara karşı sevecen davranırım.					
Beni inciten insanlara karşı merhametliyimdir.					
Bana kötü davranan kişinin duygularını anlamaya çalışırım.					
Biri bana haksızlık etmiş olsa bile ondan nefret etmem.					
Birinin bana karşı hatalı davranışını değerlendirirken kendimi o kişinin yerine koyarım.					
Beni inciten bir kişiyi affetmeyi düşünürüm.					
Biri beni incitmiş olsa bile onunla ilgili olumlu düşünmeye çalışırım.					

EK-7 Gönüllü Katılım Formu

GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU (ÖLÇEK FORMU)

Sayın Katılımcımız

Katılacağınız bu çalışma, ” **Lise Öğrencilerinin İlişkisel Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi**” adıyla, Mehmet ŞAHAN tarafından 2021-2022 eğitim öğretim tarihleri arasında yapılacak bir araştırma uygulamasıdır.

Araştırmanın Hedefi: **Lise Öğrencilerinin İlişkisel Saldırganlık davranışının doğasının anlamaktır.**

Araştırmanın Nedeni: Tez çalışması

Araştırmanın Yapılacağı Yer(ler): Eskişehir il merkezindeki liseler

Araştırma Uygulaması: Ölçek – Kişisel Bilgi Formu

Araştırma T.C. Milli Eğitim Bakanlığı’nın ve okul/kurum yönetiminin izni ile gerçekleştirilmektedir. Araştırma uygulamasına katılım tamamıyla gönüllülük esasına dayalı olmaktadır. Çalışmada sizden kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplar tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir. Veriler sadece araştırmada kullanılacak ve üçüncü kişilerle paylaşılmayacaktır.

Uygulamalar, kişisel rahatsızlık verecek sorular ve durumlar içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden rahatsız hissederseniz cevaplama işini yarıda bırakabilirsiniz.

Katılımı onaylamadan önce sormak istediğiniz herhangi bir konu varsa sormaktan çekinmeyiniz. Çalışma bittikten sonra bizlere telefon veya e-posta ile ulaşarak soru sorabilir, sonuçlar hakkında bilgi isteyebilirsiniz. Saygılarımızla

Araştırmacı : Mehmet Şahan

İletişim Bilgileri : Atatürk Güzel Sanatlar Lisesi Ulu Önder Mah. Malkoçbey sok. No:2 Tepebaşı/Eskişehir

Yukarıda bilgileri bulunan araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.

...../...../.....

İsim-Soyisim İmza:

Katılımcı Adı-Soyadı :

Telefon Numarası :

EK-8 Veli Onam Formu

VELİ ONAM FORMU (ÖLÇEK-KİŞİSEL BİLGİ FORMU)

Sayın Veli;

Çocuğunuzun katılacağı bu çalışma, “Lise Öğrencilerinin İlişkisel Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi” adıyla, 2021-2022 eğitim öğretim yılında tarihleri arasında yapılacak bir araştırma uygulamasıdır.

Araştırmanın Hedefi: Lise Öğrencilerinin İlişkisel Saldırganlık davranışının doğasının anlamaktır.

Araştırma Uygulaması: Ölçek ve Kişisel Bilgi Formu

Araştırma T.C. Milli Eğitim Bakanlığı'nın ve okul yönetiminin de izni ile gerçekleştirilmektedir. Araştırma uygulamasına katılım tamamıyla gönüllülük esasına dayalı olmaktadır. Çocuğunuz çalışmaya katılıp katılmamakta özgürdür. Araştırma çocuğunuz için herhangi bir istenmeyen etki ya da risk taşımamaktadır. Çocuğunuzun katılımı **tamamen sizin isteğinize bağlıdır**, reddedebilir ya da herhangi bir aşamasında ayrılabilirsiniz. Araştırmaya katılmama veya araştırmadan ayrılma durumunda öğrencilerin akademik başarıları, okul ve öğretmenleriyle olan ilişkileri etkilemeyecektir.

Çalışmada öğrencilerden kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplar tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir.

Uygulamalar, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular ve durumlar içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden çocuğunuz kendisini rahatsız hissederse cevaplama işini yarıda bırakıp çıkmakta özgürdür. Bu durumda rahatsızlığın giderilmesi için gereken yardım sağlanacaktır. Çocuğunuz çalışmaya katıldıktan sonra istediği an vazgeçebilir. Böyle bir durumda veri toplama aracını uygulayan kişiye, çalışmayı tamamlamayacağını söylemesi yeterli olacaktır. Ölçek ve kişisel bilgi uygulamasına katılmamak ya da katıldıktan sonra vazgeçmek çocuğunuza hiçbir sorumluluk getirmeyecektir.

Onay vermeden önce sormak istediğiniz herhangi bir konu varsa sormaktan çekinmeyiniz. Çalışma bittikten sonra bizlere telefon veya e-posta ile ulaşarak soru sorabilir, sonuçlar hakkında bilgi isteyebilirsiniz. Saygılarımızla,

Araştırmacı : Mehmet Şahan

İletişim Bilgileri : Atatürk Güzel Sanatlar Lisesi Ulu Önder Mah. Malkoçbey sok. No:2 Tepebaşı/Eskişehir

Velisi bulunduğum sınıfı numaralı öğrencisi

.....'in yukarıda açıklanan araştırmaya katılmasına izin veriyorum. (Lütfen formu imzaladıktan sonra çocuğunuzla okula geri gönderiniz).*

...../...../.....

İsim-Soyisim İmza:

Veli Adı-Soyadı :

EK-9 Kişisel Bilgi Formu

Açıklama

Değerli Öğrenciler;

Sizlerin özelliklerini belirlemek amacıyla bir araştırma yürütülmektedir. Sizden istenilen anketteki her soruyu dikkatlice okuduktan sonra size uygun gelen seçeneği (X) çarpı biçiminde işaretleyerek yanıtlamanızdır. Araştırma sonuçlarının güvenilir olabilmesi için cevaplarınızın içten ve gerçeği yansıtır biçimde olması önemlidir. Vereceğiniz cevaplar sadece bilimsel amaçlı kullanılacak olup tamamen gizli kalacaktır. Bundan dolayı adınızı, soyadınızı ve numaranızı yazmanıza gerek yoktur. Lütfen her soruyu işaretleyiniz.

İlgi ve katkılarınızı için şimdiden teşekkürler.



Okudum ve kabul ettim.

1- Cinsiyetiniz: () Erkek () Kız

2- Okulunuz:

3- Sınıfınız:

4- Anne ve babanızın evlilik (birliktelik) durumu:

() Birlikte yaşıyorlar () Boşandılar () Boşanmadılar ama ayrı yaşıyorlar () Annem vefat etti. () Babam vefat etti.

5. Ailenizin sosyoekonomik durumunu nasıl algılıyorsunuz?

() Düşük () Orta () Yüksek

EK-10 Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

Bu araştırmanın amacı, sizlerin arkadaşlık ilişkilerinde yaşadığınız sorunlara (ilişkisel saldırganlık davranışlarına) ilişkin görüşlerini incelemektir. Bu görüşme daha önce sizler ile gerçekleştirdiğim çalışmadaki görüş ve deneyimlerinizi daha ayrıntılı olarak incelemek amacıyla gerçekleştirilmektedir. Sizden ricam yönelttiğim sorulara kendi durumunuzu ve yaşantılarınızı yansıtacak şekilde içten yanıtlar vermenizdir. Yanıtlamak istemediğiniz sorular olursa açıkça belirtebilirsiniz.

Görüşme sırasındaki paylaşımlarınız yalnızca bilimsel amaçlarla incelenecek, kimliğinize ilişkin bilgileriniz hiçbir şekilde hiçbir yerde yer almayacaktır. Görüşmedeki paylaşımlarınızı kaçırmamak için izin verirseniz bu görüşmeyi ses kayıt cihazı ile kaydedeceğim. Sonrasında kayıtlar araştırmacı olarak yalnızca tarafıma incelenecek, incelemem tamamlandıktan sonra da bu ses kaydını tümüyle sileceğim. Bilimsel alana önemli katkılar sağlayacak bu görüşmeye katılım ve ses kaydı alınması konusundaki görüşünüz nedir, benimle paylaşabilir misiniz?

Bu görüşmeye ve araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayandığı için görüşme sırasında ya da görüşme tamamlandıktan sonra da araştırmadan ayrılma hakkına sahipsiniz. Çalışmada yer almak istemediğinizde beni bilgilendirmeniz yeterli olup sizin paylaşımlarınız araştırma kapsamına alınmayacaktır. Araştırma hakkında herhangi bir konuda bilgiye ihtiyaç duymanız halinde iletişime (telefon veya e-posta aracılığıyla) geçebilirsiniz.

Yukarıdaki bilgiler çerçevesinde doktora tez çalışması kapsamında gerçekleştirilecek olan bu görüşmeye gönüllü olarak katılmayı kabul ettiğinizi ve görüşmelerden elde edilecek bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasına izin verdiğinizi belirtmeniz gerekmektedir. Çalışmanın amacına ulaşabilmesi için soruların içtenlikle yanıtlanması önem taşımaktadır. Ayrıca, aşağıda belirtilen bilgileri de doldurarak formu imzalayınız. Araştırmaya katılımınız ve katkılarınız için teşekkür ederim.

Araştırmaya gönüllü olarak katılıyorum.

Adı Soyadı: İmza:
Tarih:.....

Görüşme Soruları

1. Kendinizi tanıtabilir misiniz?

3. Arkadaş ilişkilerini nasıl tanımlarsın? senin için anlamı nedir?

a) Arkadaş ilişkilerinin günlük yaşamında var olan etkileri hakkında neler söylersin?

b) Arkadaş ilişkilerinin eğitim yaşamında var olan etkileri hakkında neler söylersin ?

2. Arkadaşlarıyla yaşadığın bir gün nasıl geçiyor anlatabilir misin?

Arkadaşlarınla ilişkilerinde kendini nasıl görüyorsun? Nasıl tanımlarsın?

4. Arkadaş ilişkilerinde yaşadığın sorunlar varsa genellikle nelerdir? Örnek verir misin?

a) Arkadaş ilişkilerinde sorunlar yaşadığımızda (arkadaşlarını üzmemek veya ona zarar vermek istediğinde) ne gibi tepkiler veriyorsunuz?

b) Arkadaş ilişkilerinde yaşadığımız sorunlarda hangi duyguları hissediyorsunuz? Örnek verir misiniz?

c) Arkadaş ilişkilerinde yaşadığımız sorunlar sonrasında nasıl bir yol izliyorsunuz? Aklınızdan neler geçiyor?

5. Arkadaşınla yaşadığın bir sorunda ona öfkelenildiğinde/kızdığında neler yaşıyorsun?

Arkadaşınla yaşadığın bir sorunda ona öfkelenildiğinde/kızdığında nasıl tepki veriyorsun? Bu öfke ya da kızgınlığın ile nasıl baş ediyorsun?

6. Arkadaş ilişkilerinde yaşadığın sorunlar hangi özelliklerinden kaynaklanıyor sence nedeni hakkında neler söylersin?

a) Arkadaş ilişkilerinde sorunlar yaşamana neden olan seninle ilgili olan nedenler neler olabilir?

7. Arkadaş ilişkilerinde yaşadığın sorunların üstesinden gelmek için neler yapıyorsun?

a) Arkadaşına öfkelendiğinde/kızdığında kiminle ne şekilde, nasıl paylaşıyorsun?

8. Arkadaş ilişkilerinde sorunlar yaşadığın arkadaşlığını devam ettirmek için neler yapıyorsun?

a) Arkadaş ilişkilerinde yaşadığın sorunların üstesinden gelmek için yaşadığın olumsuz duygularınla nasıl baş ediyorsun?

b) Arkadaşına duyduğun kızgınlık veya öfkenin azalarak olumlu duygulara dönmesinde neler etkili olmaktadır?

Benim soracağım sorular burada sonlanıyor. Senin eklemek veya belirtmek istediğin şeyler varsa seni dinleyebilirim. Görüşmeye katılımın için çok teşekkür ediyorum.

EK-11 Araştırmacı Gnlg rnek Sayfalar

Günlük No:10

26 Nisan 2022

Saat 11:00

Okul Rehberlik Servisi

Bugün 3 görüşmemi 3 Nolu Katılımcı ile gerçekleştireceğim. bundan önceki görüşmede ilişkisel saldırganlığa dair dışlama, manipülasyon ve dedikoduya ilişkin bazı alt temalara ulaştığımı düşünüyorum. Bunun yanında duygu düzenleme ile ilgili yeteri kadar başlığa hala ulaşabilmiş değilim. Öğrencilerin gelişim dönemi özelliklerinden dolayı duygusal tepkilerinin farkında olmadığı bunları anlamadığı ve duygusal tepkilerini kabul etmediğine yönelik başlıklara ulaşabiliyorum. Daha nceki görüşmelerde Affetme ile ilgili affetme bileşenlerine dair hoşgörü anlayış gibi kodlara ulaştığını düşünüyorum bunun yanında karşıdakini suçlama ya da intikam almaya yönelik de başlıklara görüşmelerde ulaşılmıştır.

İlişkisel saldırganlığı yüksek olan katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü çektikleri ve duygusal tepkilerin farkın olmadığı gözlenmektedir. Öfke ve kızgınlık duygusunu yönetmekte zorlanan katılımcıların yalnız bırakma gibi ilişkisel saldırganlık türü davranışları olmaktadır. Duygunun etkisinden kurtulmakta zorlanmaları nedeniyle için affetmeye dair görüşlerinin suçlama ve intikam almaya dair olduğu izlenmi edinilmiştir.

Günlük No:10

31 Mayıs 2022

Saat 09:30

Okul rehberlik servisi

31 Mayıs salı günü katılımcı 5 Nolu Katılımcı ile galiba bu dönemin son görüşmesini gerçekleştireceğim. Bu onuncu görüşmem oluyor. 9 görüşmeyi değerlendirdiğimizde genelde ilişkisel saldırganlıkla ilgili dışlama boyutuna dair çok fazla koda ulaşamamıştır.

Yine aynı şekilde ergenlik dönemini düşünüldüğünde duygu düzenleme güçlüğüne dair duygusal tepkilerin farkında olmama duygusal tepkileri anlamama duygusal tepkileri kabul etmemeye yönelik çok fazla koda ulaşamamıştır. İlişkisel saldırganlık puanları yüksek olan katılımcıların arkadaş ilişkilerinde sorun yaşadıklarında genel başka bir arkadaş ile sorun hakkında konuşmaktadır. Ancak bu konuşma ilişkilerin dedikodu ve mapilüle edilmesi şeklinde olduğunu izlenimi edinilmiştir.

Katılımcının ilişkisel saldırganlık ölçeğinden yüksek puan almış bir katılımcıdır. Bugünkü görüşmeden yine beklenti ilişkisel saldırganlığın dışlama boyutuna dair kodlarına ulaşmaktadır.

EK-12 Anadolu Üniversitesi Etik Kurul Kararı

Evrak Kayıt Tarihi: 14.09.2021

Protokol No: 142235

Tarih: 08.10.2021



ANADOLU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERÎ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU
KARAR BELGESİ

ÇALIŞMANIN TÜRÜ:	Doktora Tez Çalışması
KONU:	Eğitim Bilimleri
BAŞLIK:	Lise Öğrencilerinin İlişkisel Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi
PROJE/TEZ YÜRÜTÜCÜSÜ:	Prof. Dr. Esra CEYHAN
TEZ YAZARI:	Mehmet ŞAHAN
ALT KOMİSYON GÖRÜŞÜ:	-
KARAR:	Olumlu

EK-13 Milli Eğitim Bakanlığı İzin Yazısı

Gelen Evrak Tarih ve Sayısı: 01.11.2021-206659



T.C.
ESKİŞEHİR VALİLİĞİ
Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-88074293-605.01-35824673
Konu : Mehmet AHAN'ın Araştırma izni

01.11.2021

ANADOLU ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Genel Sekreterlik Yazınları Müdürlüğü)

- İlgi : a) Millî Eğitim Bakanlığı Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü'nün 21.01.2020 tarihli ve 1563890 (2020/2) sayılı "Araştırma Uygulama izinleri" Genelgesi.
b) 25.10.2021 tarihli ve 202540 sayılı yazınız.
c) Valilik Makamınının 29.10.2021 tarihli ve 35805877 sayılı oluru.

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Doktora Programı öğrencisi Mehmet AHAN'ın, Prof. Dr. Esra CEYHAN danışmanlığında hazırladığı "Lise Öğrencilerinin Psikolojik Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi" başlıklı doktora tezi çalışmasına ilişkin ilgi (b) yazınız ile istenilen araştırma izni talebi incelenmiş, uygun görülmüştü ve valilik makamından alınan ilgi (c) oluru ekte gönderilmiş olup, Bakanlığımızın ilgi (a) Genelgesinin 25. maddesi gereğince çalışmada ekteki imzalı ve mühürlü ölçme araçlarının kullanılması hususunda;

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Hakan CIRIT
Millî Eğitim Müdürü

Ek:

- 1- İlgi (c) Valilik Oluru (1 Sayfa)
- 2- Araştırma ve Değerlendirme Formu (2 Sayfa)
- 3- Ölçme Araçları (9 Sayfa)