

ÖFKE

Funda GÜMÜŞ¹

“

Konu Başlıkları

1. Giriş
2. Öfke Kavramı
3. Öfke Türleri
 - a. Durumsal Öfke
 - b. Sürekli Öfke
4. Öfkenin İlişkili Olduğu Kavramlar
5. Öfkenin İşlevleri
6. Yaşam Dönemlerine Göre Öfke
 - a. Süt Çocukluğu Dönemi
 - b. Okul Öncesi Dönemi
 - c. Okul Çocukluğu Dönemi
 - d. Adolesan Dönemi
 - e. Yetişkinlik Dönemi
7. Öfkenin Nedenleri
8. Öfkenin Kuramsal Temelleri
 - a. Biyolojik Kuram
 - b. Psikoanalitik Kuram
 - c. Bilişsel Davranışçı Kuram
 - d. Sosyal Öğrenme Kuramı
 - e. Varoluşçu Yaklaşım
 - f. Gestalt Yaklaşımı
9. Öfkenin Belirtileri
 - a. Fizyolojik Belirtiler
 - b. Psikolojik Belirtiler
10. Öfke İfade Tarzları
 - a. Öfkenin İçe Yöneltilmesi
 - b. Öfkenin Dışa Yöneltilmesi
11. Öfke İfadesini Etkileyen Faktörler
12. Öfke Kontrolü ve Öfke Kontrol Yöntemleri
13. Hemşirelerde Öfke ve Kontrolü
14. Öfkeli Bireylere Hemşirelik Yaklaşımı
15. Kültür ve Öfke
16. Etik ve Öfke
17. Özet Noktalar
18. Öfke ile İlgili Dergi, Film, Kitap, Deyim, Atasözü ve Şiirlerden örnekler
19. Örnek Vaka
20. Konu ile İlgili Sorular ve Cevaplar
21. Kaynaklar

”

“

Öğrenim Hedefleri

- Öfke kavramını ve öfke ile ilişkili kavramları tanımlayabilir.
- Öfke türlerini açıklayabilir.
- Öfke nedenlerini ve belirtilerini tanımlayabilir.
- Öfkenin işlevlerini öğrenebilir.
- Öfke ifade tarzlarını açıklayabilir.
- Öfke kontrol yöntemlerini öğrenir ve uygulayabilir.
- Hemşirelerde öfke ve kontrol yöntemlerini açıklayabilir.
- Öfkeli bireye yaklaşımda hemşirelik sürecini uygulayabilir

”

¹ Doç. Dr., Dicle Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, fcamuz@hotmail.com



KAYNAKLAR

1. <http://medline.superonline.com/kategori.php?sayfa=5& yazı=646>. Erişim tarihi:19.06. 2022.
2. Bilge A, Ünal G. Öfke, öfke kontrolü ve hemşirelik yaklaşımı. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi. 2005; 21(1): 189-196.
3. Şahin H. Öfke ve öfke denetiminin kuramsal temelleri. Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi. 2005; 6(10): 1-22.
4. Berkowitz L. A different view of anger: The cognitive-neoassociation conception of the relation of anger to aggression. *Agressive Behavior*. 2012; 38: 322-333.
5. Yılmaz S. Hemşirelerin öfke ifade etme ve iletişim biçimleri (Tez), Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi; 2009.
6. İlhan HK. Hemşirelerin çalışma ortamında öfke düzeyi ve öfke ifade tarzı (Tez), Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi; 2014.
7. Bilgin N. Sosyal psikolojiye giriş. İzmir: Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, 2000.
8. Lee HY, Jang MH, Jeong YM, et al. Mediating effects of anger expression in the relationship of work stress with burnout among hospital nurses depending on career experience. *The Journal of Nursing Scholarship*. 2021;53(2):227-236.
9. Yamaguchi A, Kim M, Oshio A, et al. (2017). The role of anger regulation on perceived stress status and physical health. *Personality and Individual Differences*. 2017; 116(1):240-245.
10. Thomas SP. Transforming nurses' stress and anger: Steps toward healing. 3rd ed. New York: Springer, 2008.
11. Han A, Won J, Kim O, et al. Anger expression types and interpersonal problems in nurses. *Asian Nursing Research*, 2015;9(2):146-151.
12. Han J, Kim M. The convergence study of interpersonal caring behaviors on anger, job stress, and social support in nurses. *Journal of the Korea Convergence Society*. 2016;7(3): 87-98.
13. Lee WH, Song JE, Kim JH, et al. The relationships among trait anger, anger expression, job satisfaction, job commitment, and organizational performance in clinical nurses. *Journal of Korean Academic Nursing Administration*, 2009;15(4): 539-549.
14. Tambağ H, Öz F. Aileleri ile birlikte ve yetiştirme yurtlarında yaşayan ergenlerin öfke ifade biçimleri. *Kriz Dergisi*. 2005; 13(1):11-21.
15. Bayrı F. Hemşirelerin öfke ifade biçimleri ve genel sağlık durumları ile ilişkisinin incelenmesi (Tez), Cumhuriyet Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi; 2007.
16. Türk Dil Kurumu (TDK). www.tdk.gov.tr Erişim Tarihi:08.07.2022.
17. Budak S. Psikoloji Sözlüğü. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları, 2019.
18. Yılmaz N. Öfke ile başa çıkma eğitiminin ve grupla psikolojik danışmanın ergenlerin öfke ile başa çıkabilmeleri üzerindeki etkileri (Tez), Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi; 2004.
19. Biaggio MK. Sex differences in behavioral reactions to provocation of anger. *Psychol Rep*.1989; 64:23-26.
20. Törestad B. What is anger provoking? A psychophysical study of perceived causes of anger. *Aggressive Behavior*. 1990;16(1):9-26.
21. Spielberger CD, Reheiser EC, Sydeman SJ. Measuring the experience, expression, and control of anger. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*. 1995; 18:207-232.
22. Martin R, Watson D. Style of anger expression and its relation to daily experience. *Pers Soc Psychol Bull*. 1997;23: 285-294.
23. Soykan Ç. Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz Dergisi*.2003;11(2):19-27.
24. Kassinove H, Sukhodolsky DG. Anger Disorders: Basic Science and Practice Issues. In: Kassinove H, ed, *Anger disorders: Definition, diagnosis and treatment* Washington: Taylor & Francis,1995.
25. Burger JM. Kişilik. Sarıoğlu, E (çev.ed.). İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2006.
26. Portakal N. Hemşirelerde öfkeyi etkileyen faktörler ve öfke ifade biçimi (Tez), Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi;2018.
27. Lowth M. Managing anger in adolescents. *Pract Nurs*. 2015; 45(12):18-23.
28. Tathlıoğlu K, Karaca M. Öfke olgusu hakkında sosyal psikolojik bir değerlendirme. *International Journal of SocialScience*. 2013;6(6):1101-1123.
29. Çam O, Baysal A. Ruh sağlığı alanında çalışan kişilerin öfke ifadeleri, IX. Ulusal Psikoloji Kongresi Kitabı, Pastel Matbaası, Ankara Türk Psikologlar Derneği Yayınları,1998:15.
30. Özmen A. Öfke: Kuramsal yaklaşımlar ve bireylerde öfkenin ortaya çıkmasına neden olan etmenler. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi. 2006;39(1): 39-56.
31. Paull D, Gerhart J. Anger-Proneness. In: *Encyclopedia of Evolutionary Psychological*, Shackelford TK, Wee-kes-Shackelford VA, eds. Switzerland: Springer International Publishing, 2019.
32. Gençtan E. İnsan olmak. İstanbul; Varlık Yayınları, 2004.
33. Kısaç İ. Üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre sürekli öfke ve öfke ifade düzeyleri (Tez), Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi;1997.
34. Burns D. İyi hissetmek, yeni duygu durum tedavisi. In: *Bilişsel Davranışçı Terapiler Serisi*, Karaosmanoğlu HA (eds). 3. Baskı. İstanbul: Psikonet Yayınları, 20062.
35. Novaco RW. "Anger", *Encyclopedia of Personality and Individual*, Eds. Zeigler-Hill V, Shackelford TK, Springer International Publishing, Switzerland, 2017, s.1-5.
36. Baran M, Okanlı A. Hemşirelerin öfke düzeyinin iş doyumuna etkisi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2015, 18(1):43-49.
37. Albayrak B, Kutlu Y. Ergenlerde öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörler. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*. 2009; 2(3):57-69.
38. Lök N, Bademli K, Canbaz M. The effects of anger management education on adolescents' manner of displaying anger and self-esteem: A randomized controlled trial. *Archives of Psychiatric Nursing*. 2018;32(1) 75-



- 81.
39. Bayrı F, Kelleci M. Hemşirelerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile genel sağlık durumları arasındaki ilişki. *Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri Dergisi*. 2009; 1(2):65-70.
40. Yılmaz, S. İlişkide sorun yaşanan durumlar: Öfke-saldırganlık. İçinde: İnsan davranışları ve ilişkiler ders notları (Yayınlanmamış). İstanbul: İ.Ü-Cerrahpaşa Florence Nigtinlagele Hemşirelik Fakültesi, 2021.
41. Deffenbacher JL. Cognitive-behavioral conceptualization and treatment of anger. *Cogn Behav Pract*. 2011; 18(2):212-221.
42. Hendricks LV, Bore S, Asliana D, et al. The effects of anger on the brain and body. *National Forum Journal of Counseling An Addiction*. 2013; 2(1):1-12.
43. Özer AK. Sürekli öfke (SL-ÖFKE) ve öfke ifade tarzı (ÖFKE-TARZ) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*. 1994; 9(31):26-35.
44. Palombo J, Bendicsen HK, Koch BJ. Psikanalitik gelişim teorileri rehberi. Helvacıoğlu FB (çev ed.). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları, 2018.
45. Dilekler İ, Törenli Z, Selvi K. Öfkeye farklı açılardan bakış: Öfkenin mekanizması, farklı psikopatolojilerde öfke ve terapistin öfkesi. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*. 2014; 1(3):44-59.
46. Şener Akkoç M. Acil servis sağlık çalışanlarının tolerans düzeyleri ile öfke kontrolleri arasındaki ilişki (Tez), Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi; 2011.
47. Akbaş E. Çözüm odaklı yaklaşımın adolesanlarda öfke yönetimine ve şiddet davranışına etkisi (Tez), Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi; 2018.
48. Kernberg O. Sapıklıklarda ve kişilik bozukluklarında saldırganlık. Büyükkal B (Çev. Ed.). İstanbul: Metis Yayınları, 2019.
49. Corey G. Theories and practices of counseling and psychotherapy. California: Thomson Brooks/Cole, 2009.
50. Serin NB. The impact of anger management training on anger, aggression and problem-solving skills of primary school students. *IOJET*. 2019;6(3):525-543.
51. Avcıoğlu S. Lise öğrencilerine verilen öfke kontrol eğitiminin şiddet eğilimine etkisi (Tez), Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi; 2019.
52. Kula T. Ergenlerde öfke duygusu; benlik algısı, tanı algısı, suçluluk ve utanç duyguları açısından bir değerlendirme (Diyarbakır örneği) (Tez), Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi; 2012.
53. Bedel A, Kutlu A. Çatışma çözme programının, ortaokul öğrencilerinin çatışma çözüm becerileri, sürekli öfke ve öfke ifade tarzları üzerindeki etkisi. *EEO*. 2019;18(1): 97-111.
54. Schwecke, L.H. Expressions of anger: Working with the aggressive patient. In: *Psychiatric Nursing*. Keltner NL, Schwecke LH, Bostrom CE, 3rd Ed. St.Louis: Mosby,1999.
55. Aksoy Y, Sariyıldız AY. Sağlık çalışanlarında fiziksel aktivitenin öfke ifade tarzına etkisi. *Business & Management Studies: An International Journal*. 2022;10(2):716-723.
56. Özdemir K, Sevimli Güler D, Şahin S, et al. Hemşirelerde empati ve öfke kontrolünün değerlendirilmesi. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*. 2019; 6(3):470-478.
57. Aydın S. Ergenlerin öfke ifade biçimleri, sosyal karşılaştırma düzeyleri, umutsuzluk seviyeleri ve çatışma çözme yaklaşımlarının incelenmesi (Tez), Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek lisans Tezi; 2014.
58. Ulutürk E. Antihipertansif kullanan bireylerin öfke ve öfke duygusunu ifade düzeylerinin belirlenmesi (Tez), Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi; 2006.
59. Yüksel A. Hemşirelerin öfke düzeyi ve verimliliğe ilişkin tutumlarının incelenmesi (Tez), Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi; 2014.
60. Güngörmüş K, Okanlı A, Kocabeyoğlu T. Factors influencing resilience in nursing students. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*. 2016; 6:9-14.
61. Nakiboğlu M. Züli Aladağ'ın "Öfke" Filminde Türk-Alman gençlik alt kültürlerinin yansımaları. *Diyalog Interkulturelle Zeitschrift Für Germanistik*. 2019;7(1), 41-56.
62. Kitayama S, Park J, Boylan M, et al. Expression of anger and ill health in two cultures: An examination of inflammation and cardiovascular risk. *Psychological science*. 2015; 26(2): 211-220.
63. Akutsu S, Krishnan R, Lee, J. The cultural variance model of organizational shame and its implications on health and well-being. *Japanese Psychological Research*. 2022; 64(2), 244-266.
64. Boiger M, Uchida Y, Norasakkunkit V, et al. Protecting autonomy, protecting relatedness: Appraisal patterns of daily anger and shame in the United States and Japan. *Japanese Psychological Research*. 2016; 58, 28-41.
65. Guendelman S, Medeiros S, Rampes H. Mindfulness and emotion regulation: Insights from neurobiological, psychological, and clinical studies. *Frontiers in psychology*. 2017; 8 (220): 1-23.
66. Ham EM, You MJ. Role of irrational beliefs and anger rumination on nurses' anger expression styles. *Workplace Health & Safety*. 2018; 66(5):223-232.
67. Svensson G, Wood G. "Corporate Ethics In TQM: Management Versus Employee Expectations And Perceptions" *TQM Magazine*, 2005;17(2):137-149.
68. Kutlay O, Yılmazlar A. Anestezi ve Yoğun Bakımda Etik, Erdemir Demirhan (Ed.). *Klinik Etik 9532- 541*. Nobel Tıp Kitabevi: İstanbul, 2001.
69. Utlu N. Hastane ortamında hemşirelerin etik yaklaşımı ve etik ikilemler. *İstanbul Aydın Üniversitesi Dergisi*. 2016; 29:17-35.
70. Elçigil A, Bahar Z, Beşer A, et al. Hemşirelerin karşılaştıkları etik ikilemlerin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2011; 4(2), 52-60.
71. Austin W, Kelecevic J, Goble E, et al. An overview of moral distress and the paediatric intensive care team. *Nursing Ethics*. 2009; 16:57-68.