www.turkishstudies.net/turkishstudies

Turkish Studies

eISSN: 1308-2140

Research Article / Araştırma Makalesi

INTERNATIONAL
BALKAN
UNIVERSITY
Sponsored by IBU

Korona Virüs Salgınının Öfke Düzeyleri Üzerine Etkisinin Bazı Parametrelere Göre Araştırılması

Investigation of the Effect of Corona Virus Outbreak on Anger Levels According to Some Parameters

Osman İmamoğlu* -Erol Doğan**

Abstract: In this study, it was aimed to investigate the effect of Corona virus epidemic on people's anger levels according to some parameters. Continuous anger and anger style scales filled by 975 people were evaluated. In statistical processes, t-test, one-way analysis of variance and LSD tests were used. Ondokuz Mayıs University Social and Humanities Ethics committee decision was taken for the study (decision dated 23.06.2020 and numbered 2020/410). According to gender, a statistically significant difference was found between the anger and anger-style subscale scores before and during the epidemic, excluding anger control ($p < 0.001$). A statistically significant difference was found between anger and anger-style subscale scores according to educational status, watching TV and internet usage hours ($p < 0.001$). According to the profession, a statistically significant difference was found between the anger and anger-style subscale scores before and during the epidemic, excluding anger ($p < 0.001$). Anger in and anger out scores were lower in university graduates. In anger control, the scores of graduates from the University were higher. Conclusion: It was determined that constant anger and anger style scale scores changed according to gender, education level, profession, watching TV and internet usage hours. In addition, it was determined that pre-epidemic anger states were lower than epidemic anger conditions. Longing for change and skiing in people's social lives can be shown as an increase in their anger status. People may be offered mobility, even at home, in their lifestyle.

Structured Abstract: Introduction: Social competence, which is observed to be associated with many psychological structures and which is the determinant of many behaviors, is expected to be associated with anger and anger expression styles (Bandura, 1986; Bandura, 1989; Bandura et al., 1999). It is argued that individuals who are constantly angry have a long-term, very violent and often anger experience (Esen and Çelikkaleli, 2002).

Purpose: In this study, it was aimed to investigate the effect of Corona virus epidemic on people's anger levels according to some parameters. Material and method: In this study, it was evaluated that a total

* Prof Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü
Prof. Dr., Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Sports Management department
ORCID 0000-0001-6671-6042
osmani55@hotmail.com

** Dr. Öğr. Üyesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü
Assistant Professor, Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Physical Education and Sports Department
ORCID 0000-0001-9986-0366
eroldogan66@hotmail.com

Cite as/ Atf: İmamoğlu, O., Doğan, E. (2020). Korona Virüs salgınının öfke düzeyleri üzerine etkisinin bazı parametrelere göre araştırılması. *Turkish Studies*, 15(4), 555-563. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44383>

Received/Geliş: 20 June/Haziran 2020

Accepted/Kabul: 10 August/Ağustos 2020

Copyright © MDE, Turkey

Checked by plagiarism software

Published/Yayın: 30 August/Ağustos 2020

CC BY-NC 4.0

of 975 people filled out on social media. The majority of the participants are university students. Surveys were filled on the basis of volunteering.

Collection of data: “Continuous Anger-Anger Expression Style Scale” was used as a data collection tool. Continuous Anger-Anger expression Style Scale: This scale was adapted to Turkish by Özer (1994). Continuous anger scale contains 10 items and anger style scale contains 24 items. Anger style scale consists of three sub-dimensions. These are anger inside (or suppressed anger = 8 items), anger outside (or outrage anger = 8 items), and Anger control (or controlled anger = 8 items). The scale is a 4-point Likert-type scale. The questions are all straight. There are no questions to be answered in reverse. Scoring: Almost never (1), sometimes (2), often (3) and almost always (4). High scores obtained from Continuous Anger indicate that anger level is high; Control High scores on the anger scale indicate that anger can be controlled, high scores on the Anger Outside scale indicate that anger can be expressed easily, and high scores on the Anger Internal scale (Esen and Çelikkaleli, 2002).

Ondokuz Mayıs University Social and Humanities Ethics committee decision was taken for the study (decision dated 23.06.2020 and numbered 2020/410).

Statistical transactions: SPSS 22 package program was used to evaluate the data. Independent t-test, One-way anova and LSD tests were used for statistical differences.

Results: The average age of the participants in this study is 27.20 years for men and 31.47 years for women. Age, height and body weights were different from each other according to gender. In this study, a statistically significant difference was found between the anger and anger-style subscale scores before and during the epidemic according to the educational status ($p < 0.001$). Again, according to the profession, a statistically significant difference was found between the anger and anger-style subscale scores before and during the epidemic, with the exception of anger ($p < 0.001$). Generally, those who have been determined to study at the university are more likely to think about their answers before thinking of the epidemic and their anger points in the current situation. Anger in and anger out scores were lower in university graduates. In anger control, the scores of graduates from the University were higher. The high anger scores of students studying at the university may be due to the stress of the education period and future anxieties. There was an increase in anger status of people in each education level compared to the pre-epidemic situation. There may be factors such as restriction in social life, negative change in ordinary life or fear. In this study, a statistically significant difference was found between the anger and anger-style subscale scores according to TV watching and internet usage hours ($p < 0.001$). Persistent anger scores are higher in those who watch TV and use internet hours. In other words, participants who watch more TV and use the internet experience anger more frequently than those who use less internet and watch TV. In anger, the score is less for those who watch TV for 0-2 hours and use the internet. Probably they are involved in moving or doing other activities. Anger-out scores are higher in those who watch TV for 5 hours or more and use the internet. This situation can be interpreted as the anger of this group, which is always in anger state, reflects their anger more easily at the same time. Again, anger control score is lower in those who watch TV for 5 hours or more and use the Internet. This may mean that they are less able to control anger. Anger that cannot be controlled and angered can hurt other people. For this reason, it may be advisable to watch TV and reduce the frequency of internet usage and to act for it or to engage in other activities.

Conclusion: It was determined that constant anger and anger style scale scores changed according to gender, education level, profession, watching TV and internet usage hours. In addition, pre-epidemic anger states were found to be lower than epidemic anger conditions. Longing for change and skiing in people's social lives can be shown as an increase in their anger status. People may be offered mobility, even at home, in their lifestyle.

Keywords: Constant anger, anger in, anger out, anger control and Corona virus

Öz: Bu çalışmada Korona virüs salgınının insanların öfke düzeyleri üzerinde etkisinin bazı parametrelere göre araştırılması amaçlanmıştır. Toplam 975 kişinin doldurmuş olduğu sürekli öfke ve öfke tarz ölçekleri değerlendirilmiştir. İstatistiksel işlemlerde t-testi, tek yönlü varyans analizi ve LSD testleri kullanılmıştır. Çalışmaya Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik kurul kararı alınmıştır (23.06.2020 karar tarihli ve 2020/410 sayılı karar). Cinsiyete göre Salgın öncesi ve salgın sırasında sürekli öfke ve öfke tarz

alt ölçek puanları arasında öfke kontrol hariç istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,001$). Eğitim durumuna, TV seyretme internet kullanım saatine göre sürekli öfke ve öfke tarz alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,001$). Mesleğe göre Salgın öncesi ve salgın sırasında sürekli öfke ve öfke tarz alt ölçek puanları arasında öfke içte hariç istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,001$). Üniversite mezunlarında öfke ve öfke puanları daha düşüktü. Öfke kontrolünde, üniversite mezunları daha yüksekti.

Sonuç: Sürekli öfke ve öfke tarz ölçek puanları cinsiyete, eğitim durumuna, mesleğe, TV seyretme ve internet kullanım saatine göre değiştiği tespit edilmiştir. Ayrıca Salgın öncesi öfke durumlarının salgın dönemi öfke durumlarına göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. İnsanların sosyal hayatlarında değişim ve ski durumlarına özlem öfke durumları artışına etken olarak gösterilebilir. İnsanlara yaşam tarzında evde de olsa hareketlilik önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Sürekli öfke, öfke içte, öfke dışta, öfke kontrol ve Korona virüs

Giriş

Öfke normal, her insanın hissedebildiği, vazgeçilemeyen, güçlü ama kontrol edilmesi öğrenilebilen bir duygu durumudur (Kökdemir, 2004). Öfke, açlık, sevgi, yorgunluk, yalnızlık ve bunlar gibi temel duygulardan birisi olarak görülür (Karadağ,2018). Birçok davranışın belirleyicisi konumunda olan başarabilme inancının temel özelliklerinden biri olan sosyal durumun öfke ve öfke ifade şekilleri ile de ilişki göstermesi beklenir (Bandura, 1986; Bandura, 1989; Bandura ve vd., 1999). Sosyal bakımdan yeterli olmanın azalması, insanın sosyal kaygısını çoğaltmakta ve öfkesini kontrol edebilme kapasitesini negatif yönde etkileyebilmekte olduğu belirtilir (Weber ve vd., 2007). Bu süreçte ihtiyaçların karşılanamaması ve umulanların gerçekleşmemesi halinde ortaya çıkması beklenen durumlardan biri öfkedir (Çengiz ve ark.,2018). Sürekli öfkeli olan insanların, uzun süreli, çok sık ve şiddetli öfke durumunu geçirmiş olmalarının öfke yönünden önemli bir değer olduğu belirtilir (Esen ve Çelikkaleli,2002).

Öfkenin davranış olarak durumu, onu bastırma ya da dışa vurma olarak görülebilir. Umumiyetle bastırılmış öfke dışa vurulan öfkeden daha tehlikeli olarak kabul edilir. Dışa yansıtılan öfke de özellikle fertler arası ilişkiler yönünden zaman zaman hem yıkıcı hemde yıpratıcı etkiler gösterebilir (Yöndem ve Bıçak, 2008). İyi anlatılamayan öfkenin ise negatif çok yönleri vardır. Öfke İnsanlar arası ilişkilere olumsuz etki ettiği zaman sağlıksız bir duygu şeklini aldığı belirtilir (Genç, 2007). Öfke hem insanlar arasında ilişkileri zorlaştırma hem de zarar verme özelliği nedeniyle baş edilmesi zorunlu olan olumsuz bir duygudur (Canbuldu, 2006). Her türlü öfkenin ferdi uyarıcı ve koruyucu etkisi yanında harekete geçirici bir görevide vardır (Soykan, 2003). Öfkelerini ifade etmekte zorlukla karşılaşan öğrencilerin hem sosyal hemde toplumsal becerilerinin artırılması için kulüplerdeki faaliyetlerde aktif olarak sorumluluk almaları önerilir. Aynı zamanda serbest zaman etkinliklerine katılmalarında faydası vardır (Çengiz ve vd.,2018). Düzenli fiziksel aktivitenin bireyin sağlığı ve iyiliği üzerindeki olumlu etkilerini destekleyen kapsamlı araştırmalar vardır (Akyol ve İmamoğlu,2019, Aslan ve İmamoğlu,2020).

Yeni koro navirüs (nCoV), daha önce insanlarda tanımlanmamış yeni bir türdür ".Hayvanlar ve insanlar arasında bulaşırlar. Ateş, kuru öksürük, nefes darlığı ve nefes alma zorlukları, olası ağrı ve ağrı semptomları ile yorgunluk, burun tıkanıklığı, burun akıntısı, boğaz ağrısı veya ishal oluşturabilir (Hamouche ve vd., 2020). Bir pandemi dünya ekonomileri ve toplumlarında keskin şoklara yol açarken bireyler üzerinde olumsuz etkileri olur (MacIntyre, 2020; Shigemura ve vd., 2020). Kaygı ve stres bağışıklık sistemini zayıflatmaktadır ve spor ve egzersizin yarattığı ruhsal iyilik aynı zamanda bedensel sağlık için de önemlidir (Frühauf ve vd., 2020). Korona virüs süreci insanları olumsuz psikolojik durumlara götürebilir. Kişiler umutsuzluğa düşebilirler. Depresyon başta olmak üzere sosyal istenirlik, özsaygı, fiziksel sağlık ve kendine güven gibi birçok sorun ortaya çıkabilir (Yamak ve İmamoğlu,2019). Buna karşılık Yamaner ve vd., (2020) tarafından yapılan bir çalışmada

spor Eğitimi alan öğrencilerin Optimal performans duygu durumunun iyi olduğu belirtilmiştir. Koorona virüsten korunmak için insanların hayatında bir takım kısıtlamalar ve eve sığdırılmaya çalışılan yaşam tarzı onların öfke durumları üzerinde etkili olabilir. Toplumlari kültürlerel öğeleri birbirinden farklılıklar gösterir. Özellikle Asya vücut kültüründeki bilgiler, düşünceler ve uygulamalar toplumların kültürel yaşantılarıyla bir paralellik göstermektedir (Türkmen ve Djanuzakov,2019a; Türkmen ve Djanuzakov,2019b). Bu ve benzeri veya farklı nedenler ile Dünyanın geneline göre Türkiyede bu virüsten etkilenmede farklılıklar olabilir. Bu çalışmada Korona virüs salgınının Türkiyede yaşayan insanların öfke düzeyleri üzerinde etkisinin bazı parametrelere göre araştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem

Katılımcılar: Bu çalışmada toplam 975 kişinin sosyal medya üzerinden doldurmuş olduğu değerlendirilmiştir. Katılanların büyük çoğunluğu Üniversite öğrencisidir. Hatalı anketler değerlendirme dışında kalmıştır. Anketler doldurulması isteğe bağlıdır.

Verilerin toplanması:

Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik kurul kararı: 23.06.2020 karar tarihli ve 2020/410 sayılı karar ile etik kurul alınmıştır. “ Üniversitemiz Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi Dr. Erol DOĞAN’ ın “Korona Virüs Salgınının Öfke Düzeylerine Etkisinin Bazı Parametrelere Göre Araştırılması” isimli araştırmaya ilişkin anket ve bilgisayar ortamında test uygulaması çalışmalarının kabulüne oy birliği ile karar verildi.

Veri toplama aracı olarak “Sürekli Öfke-Öfke ifade Tarz Ölçeği” kullanılmıştır.

Sürekli Öfke-Öfke ifade Tarz Ölçeği: Bu ölçek Özer (1994) tarafından Türkçe ’ye uyarlaması yapılmıştır. Sürekli öfke ölçek 10 maddedir. Öfke tarz ölçeği ise üç alt boyuttan oluşur. Bunlar öfke içte (veya bastırılmış öfke 8 maddeden oluşmuş), öfke dışta (veya dışa vurulmuş öfke 8 maddedir) ve Öfke kontrol (veya kontrol altına alınmış öfke 8 maddedir) olmak üzere 24 maddedir. Ölçek 4’lü Likert tipi bir ölçektir. Soruların hepsi düzdür. Soruların hepsi düzdür. Puanlama: Hemen hiçbir zaman =1, bazen=2, çoğu zaman=3 ve Hemen her zaman =4 şeklindedir. Sürekli Öfke’den alınan puanlar yüksek ise öfke düzeyi yüksektir. Kontrol Öfke ölçeğindeki puanlar yüksek ise öfkenin kontrol edilebildiği düşünülür. Öfke Dışta ölçeğindeki puanlar yüksek ise öfkenin kolayca ifade edilebildiği ifade edilir. Öfke içte ölçeğindeki puanlar yüksek ise öfkenin bastırılmış olduğu düşünülür (Esen ve Çelikkaleli,2002).

İstatistiksel işlemler:

Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını test etmek için Kolmogorov-Smirnov testi yapılmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. İstatistiksel farklılıklar için Bağımsız t- testi, Tek yönlü anova ve LSD testleri kullanılmıştır.

Bulgular

Tablo 1: Katılımcıların Cinsiyete göre yaş, boy ve vücut ağırlıkları karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	Ortalama	St.sapma	T testi
Yaş (yıl)	Erkek	390	27,20	7,65	-6,155**
	Kadın	585	31,47	12,18	
Boy uzunluğu (cm)	Erkek	390	173,90	5,57	35,76**
	Kadın	585	162,02	4,73	
Vücut ağırlığı (kg)	Erkek	390	75,00	11,56	9,41**
	Kadın	585	66,73	14,55	

**p<0,001

Tablo 2: Cinsiyete göre Salgın öncesi ve sırasında sürekli öfke ve öfke tarz ölçek puanları karşılaştırılması

		Cinsiyet	N	Ortalama	St sapma	t- test
Salgın Öncesi Durumda Sürekli Öfke		Erkek	390	21,50	3,48	6,54**
		Kadın	585	19,47	5,44	
Salgın Öncesi Durumda Öfkeyi İfade Tarzı Alt Boyutları	Öfke içte	Erkek	390	16,60	3,08	-4,51**
		Kadın	585	17,67	3,93	
	Öfke dışta	Erkek	390	15,80	2,27	8,12**
		Kadın	585	14,40	2,85	
	Öfke kontrol	Erkek	390	20,30	3,44	0,73
		Kadın	585	20,13	3,52	
Salgın İçerisindeki Durumda Sürekli Öfke		Erkek	390	22,90	3,42	5,32**
		Kadın	585	21,40	4,82	
Salgın İçerisindeki Durumda Öfkeyi İfade Tarzı Alt Boyutları	Öfke içte 2	Erkek	390	15,48	2,93	-4,83**
		Kadın	585	16,60	3,88	
	Öfke dışta 2	Erkek	390	14,79	2,27	8,79**
		Kadın	585	13,33	2,70	
	Öfke kontrol 2	Erkek	390	18,80	3,13	0,012
		Kadın	585	18,80	3,29	

** p<0,001

Tablo 3: Eğitim durumuna göre Salgın öncesi ve salgın sırasında sürekli öfke ve öfke tarz ölçek puanları karşılaştırılması

		Eğitim	N	Ort.	St sp.	F/LSD
Salgın Öncesi Durumda Sürekli Öfke		Lise ve aşağısı (1)	312	19,50	4,47	8,51** 2>1,3
		Üniversite okuyor (2)	585	20,80	5,28	
		Üniversite mezunu (3)	78	19,50	,50	
Salgın Öncesi Durumda Öfkeyi İfade Tarzı Alt Boyutları	Öfke içte	Lise ve aşağısı (1)	312	18,00	3,46	135,39** 3<1,2
		Üniversite okuyor (2)	585	17,60	3,30	
		Üniversite mezunu (3)	78	11,50	,50	
	Öfke dışta	Lise ve aşağısı (1)	312	14,63	2,35	19,83** 3<1,2
		Üniversite okuyor (2)	585	15,33	2,70	
		Üniversite mezunu (3)	78	13,50	3,52	
	Öfke kontrol	Lise ve aşağısı (1)	312	18,00	3,64	115,23** 1<2,3
		Üniversite okuyor (2)	585	21,13	3,05	
		Üniversite mezunu (3)	78	22,00	,000	
Salgın İçerisindeki Durumda Sürekli Öfke		Lise ve aşağısı (1)	312	22,12	1,90	9,06** 1,2>3
		Üniversite okuyor (2)	585	22,20	5,41	
		Üniversite mezunu (3)	78	20,00	1,00	
Salgın İçerisindeki Durumda Öfkeyi İfade Tarzı Alt Boyutları	Öfke içte	Lise ve aşağısı (1)	312	16,86	3,37	136,99** 3<1,2
		Üniversite okuyor (2)	585	16,52	3,24	
		Üniversite mezunu (3)	78	10,50	,503	
	Öfke dışta	Lise ve aşağısı (1)	312	13,62	2,34	18,86** 1<2 3<1,2
		Üniversite okuyor (2)	585	14,26	2,56	
		Üniversite mezunu (3)	78	12,50	3,52	
	Öfke kontrol	Lise ve aşağısı (1)	312	16,87	3,41	108,22** 1<2,3 2<3
		Üniversite okuyor (2)	585	19,53	2,82	
		Üniversite mezunu (3)	78	21,00	,000	

**p<0,001

Tablo 4: Mesleğe göre Salgın öncesi ve salgın sırasında öfke ölçek puanları karşılaştırılması

		Meslek	N	Ortalama	St sapma	t- test
Salgın Öncesi Durumda Sürekli Öfke		Öğrenci	468	21,2500	4,04836	6,10**
		Diğer	507	19,3846	5,34797	
Salgın Öncesi Durumda Öfkeyi İfade Tarzı Alt Boyutları	Öfke içte	Öğrenci	468	17,0833	3,99297	-1,28
		Diğer	507	17,3846	3,29750	
	Öfke dışta	Öğrenci	468	15,4167	3,01593	5,09**
		Diğer	507	14,5385	2,34310	
	Öfke kontrol	Öğrenci	468	20,9167	3,28117	6,28**
		Diğer	507	19,5385	3,54697	
Salgın İçerisindeki Durumda Sürekli Öfke		Öğrenci	468	23,0000	4,26680	7,02**
		Diğer	507	21,0769	4,27327	
Salgın İçerisindeki Durumda Öfkeyi İfade Tarzı Alt Boyutları	Öfke içte	Öğrenci	468	15,9915	3,91504	-1,36
		Diğer	507	16,3037	3,22148	
	Öfke dışta	Öğrenci	468	14,3291	2,86727	4,74**
		Diğer	507	13,5365	2,33976	
	Öfke kontrol	Öğrenci	468	19,4167	2,96003	5,84**
		Diğer	507	18,2288	3,35792	

**p<0,001

Tablo 5: Salgın Sürecinde TV seyretme ve İnternet kullanımı durumuna göre öfke puanları karşılaştırılması

		TV ve İnternet	N	Ort.	St sap.	F/LSD
Salgın İçerisindeki Durumda Sürekli öfke		0-2 saat (1)	390	20,10	3,73	72,16**
		3-4 saat (2)	390	23,50	5,22	1<2,3
		5 saat ve üzeri (3)	195	22,80	,98	
Salgın İçerisindeki Durumda Öfkeyi İfade Tarzı Alt Boyutları	Öfke içte	0-2 saat (1)	390	16,69	4,20	7,92**
		3-4 saat (2)	390	15,69	3,58	1>2,3
		5 saat ve üzeri (3)	195	15,98	1,40	
	Öfke dışta	0-2 saat (1)	390	12,90	2,25	60,13**
		3-4 saat (2)	390	14,29	3,03	1<2,3
		5 saat ve üzeri (3)	195	15,19	1,46	2<3
	Öfke kontrol	0-2 saat (1)	390	19,70	3,23	50,03**
		3-4 saat (2)	390	19,39	3,26	3<1,2
		5 saat ve üzeri (3)	195	17,60	2,25	

**p<0,001

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmaya katılan katılımcılarda yaş ortalaması erkeklerde 27,20 yıl ve kadınlarda 31,47 yıl şeklindedir. Cinsiyete göre yaş, boy ve vücut ağırlıkları birbirinden farklı bulunmuştur.

Bazı çalışmalar öfke kontrolü yönünden her iki cinsiyette benzerlikler bulmuştur (Bostancı ve vd., 2006; Yöndem ve Bıçak, 2008). Öfkenin ifade tarzının cinsiyet değişkenine bağlı olarak farklılık gösterdiği çalışmalar da mevcuttur (Balkaya ve Şahin, 2003; Tambağ ve Öz, 2005). Batıgün ve Utku (2006) ile Tambağ ve Öz (2005) araştırmalarında kadınların öfkelerini daha fazla içe atma eğiliminde olduğunu belirtmişlerdir. Nedenini ise toplumsal kurallar gereği öfkelerini dışa vurduklarında kontrolsüz ve zayıf, erkeklerin ise güçlü ve erkeksi algılanmalarına bağlamışlardır. Kadınlar öfkelerini erkeklerden daha az dışa vurdukları için öfke birikmektetirler. Bu nedenle sürekli öfkeleri erkeklerden yüksek çıkmaktadır. Karadağ (2018) çalışmasında Kick boks sporcularında kadınların erkeklerden biraz daha fazla öfkelerini dışa vurduklarını bulmuştur. Yani öfkelerini

kolayca ifade ettikleri şeklinde yorumlanmıştır. Bu çalışmada cinsiyete göre Salgın öncesi ve salgın sırasında sürekli öfke ve öfke tarz alt ölçek puanları arasında öfke kontrol hariç istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,001$). Covid-19 salgınının etkisi sosyoekonomik tabakalar, yaş grupları, cinsiyet, kültür ve kişiliğe göre değişir (Jeronimus,2020).

Karantinanın psikolojik etkisi ile hastalık salgınlarının yaşanmasının insanlar arasında travma sonrası stres, depresyon ve / veya karışıklık semptomlarını tetikleyebileceği belirtilmiştir (Brooks vd.,2020; Lippi vd.,2020, Sanchis vd.,2015). Aslında karantinaya alınan bireyler can sıkıntısı, öfke ve yalnızlık yaşayabilirler (Xiang vd., 2020).

Bu çalışmada eğitim durumuna göre Salgın öncesi ve salgın sırasında sürekli öfke ve öfke tarz alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,001$). Yine mesleğe göre Salgın öncesi ve salgın sırasında sürekli öfke ve öfke tarz alt ölçek puanları arasında öfke içte hariç istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,001$). Genel olarak üniversite de okuduğu tespit edilenlerin salgın öncesini düşünerek verdikleri cevaplar ve mevcut durumda verdikleri cevaplara göre aldıkları sürekli öfke puanları daha yüksektir. Öfke içte ve öfke dışta puanları üniversite mezunu olanlarda daha düşük bulunmuştur. Öfke kontrolünde ise Üniversiteden mezun olanların puanları daha yüksek bulunmuştur. Üniversite de okuyan öğrencilerin sürekli öfke puanları yüksek olması öğrenim dönemi stresi ve gelecek kaygılarından kaynaklanabilir. Her eğitim kademesindeki kişilerin salgın öncesi duruma göre öfke durumlarında artış olduğu görülmüştür. Bu durumun sosyal hayatlarda kısıtlama, alışılmış hayattaki olumsuz değişim veya korku gibi etkenlerin varlığı söz konusu olabilir.

Korona virüs salgını, kişiliğimizi dünyadaki duygu, düşünce, davranış, hedef ve perspektif kompleksini etkileyecektir (Jeronimus,2020). Bu çalışmada TV seyretme ve internet kullanım saatine göre sürekli öfke ve öfke tarz alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,001$). Sürekli öfke puanları TV seyretme ve internet kullanım saati artanlarda daha yüksektir. Yani fazla TV seyreden ve internet kullanan katılımcılar daha az internet kullanan ve TV seyreden katılımcılara göre sürekli öfke durumunu daha yoğun yaşamaktadırlar. Öfke Dışta ölçeğindeki yüksek puanlar, öfkenin kolayca ifade edilebildiğini ve Öfke içte ölçeğindeki yüksek puanlar ise öfkenin bastırılmış olduğunu, Kontrol Öfke ölçeğindeki yüksek puanlar öfkenin kontrol edilebildiğini göstermektedir (Esen ve Çelikkaleli,2002). Öfke içte puanı 0-2 saat TV seyreden ve internet kullananlarda daha azdır. Muhtemelen bunlar hareket etme veya daha fazla diğer faaliyetlerle uğraşı içerisindeyler. Öfke dışta puanları ise 5 saat ve üzeri TV seyreden ve internet kullananlarda daha fazladır. Bu durum sürekli öfke durumu fazla olan bu grubun öfkelerini aynı zamanda daha kolay dışa yansıttıkları şeklinde yorumlanabilir. Yine öfke kontrol puanı 5 saat ve üzeri TV seyreden ve İnternet kullananlarda daha düşüktür. Bu durum öfke kontrolünü daha az yapabildikleri anlamına gelebilir. Öfke kontrolü yapılamayan ve dışa yansıtılan öfke diğer insanları üzebilir. Bu nedenle TV seyretme ve internet kullanım sıklığını düşürme ve bunun yârine hareket etme veya başka faaliyetlerle uğraşma tavsiye diler. Dikkatin başka şeylere yöneltilmesi psikolojik rahatlama sağlayabilir (Aksoy ve vd.,2020).

Sonuç: Sürekli öfke ve öfke tarz ölçek puanları cinsiyete, eğitim durumuna, mesleğe, TV seyretme ve internet kullanım saatine göre değiştiği tespit edilmiştir. Ayrıca Salgın öncesi öfke durumlarının salgın dönemi öfke durumlarına göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. İnsanların sosyal hayatlarında değişim ve ski durumlarına özlem öfke durumları artışına etken olarak gösterilebilir. İnsanlara yaşam tarzında evde de olsa hareketlilik önerilebilir.

Kaynakça

- Aksoy, Y. & Aslan, H. & İmamoğlu, O. (2020). Comparison of Attention Levels According to Sport Status and Age Category in Students *Turkish Studies*, 15(3), 1473-1483. <https://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.41719>
- Akyol P., İmamoğlu. (2019). The Effect of Pilates Exercises on Quality of Life in Sedentary Females, *Turkish Studies - Social Sciences*, 14(3),238-247. <https://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.22544>
- Aslan H., İmamoğlu O. (2020). Investigation of Leisure Strategies of Sports Educated Students, *Asian Journal of Education and Training* Vol. 6, No. 3, 468-473.
- Balkaya F., & Şahin N. H. (2003). Çok Boyutlu Öfke Ölçeği, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 192-202
- Bandura, A. (1986). *Social foundation of thought and action: A social theory*. Englewood Cliffs, Nj: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1989). Regulation of cognitive process through perceived self-efficacy. *Developmental Psychology*, 25 (5), 729-735.
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G., V., Pastorelli, C. (1999). Self-efficacy pathways to childhood depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 1110-1119
- Batıgün A.,Şahin N. (2003). “Öfke, Dürtüsellik ve Problem Çözme Becerilerindeki Yetersizlik Gençlik intiharlarının Habercisi Olabilir mi?”, *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 37-52
- Bostancı N, Çoban Ş, Tekin Z, Özen A. (2006). Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre öfke ifade etme biçimleri, *Kriz Dergisi*, 14(3),9-18.
- Brooks SK, Webster RK, Smith LE, et al. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*. 395(10227), 912–920.
- Canbuldu S. (2006). “Çok Boyutlu Öfke Envanteri’nin Uyarlama Çalışması”, Mersin Üniv. Sosyal Bilimler Enst. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı Doktora Tezi.
- Çengiz R.,Koçak F., Sunay H.(2018). Investigation of the Level of Anger and Impulsive Behavior of the High School of Physical Education and Sports Students, *SPORMETRE*, 16 (1), 29-38.
- Esen B.K.,Çelikkaleli Ö. (2002). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Düzeyleri ile Sürekli Öfke Ve Öfke İfade Biçimlerinin İncelenmesi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, Cilt:III Sayı:29, 37-49
- Genç H. (2007). “Grupla Öfke Denetimi Eğitiminin Lise 9. Sınıf Öğrencilerinin Sürekli Öfke Düzeylerine Etkisi” Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı Yüksek Lisans Tezi
- Frühauf, A., Schnitzer, M. , Schobersberger, W., Weiss, G., & Kopp, M. (2020). Jogging, nordic walking and going for a walk—interdisciplinary recommendations to keep people physically active in times of the covid-19 lockdown in Tyrol, Austria. *Current Issues in Sport Science*, 4:100. doi: 10.15203/CISS_2020.100. <http://www.ciss-journal.org/> Vol. 5 I DOI 10.15203/CISS_2020.100
- Hamouche S. (2020). COVID-19 and employees’ mental health: stressors, moderators and agenda for organizational actions [version 1; peer review: awaiting peer review] *Emerald Open Research*, 2:15 (<https://doi.org/10.35241/emeraldopenres.13550.1>).

- Jeronimus, B.F. (2020). Personality and the Coronavirus Covid-19 Pandemic. *University of Groningen Press*.1-98.
- Karadağ M.(2018). Examination The Anger Management Levels Of The Athletes in Kickbox Teams, *Journal of History School (JOHS)*, Issue XXXIII, 1157-1175.
- Kökdemir, H. (2004). Öfke ve öfke kontrolü. *Pivolka*, 3 (12), 7-10
- Lippi, G., Henry, M.B., & Gomar, F.S.(2020). Physical inactivity and cardiovascular disease at the time of coronavirus disease (COVID-2019), *European Journal of Preventive Cardiology*, <https://doi.org/10.1177/2047487320916823>
- Macintyre CR. (2020). On a knife's edge of a COVID-19 pandemic: is containment still possible? *Public Health Res Pract*. 30.
- Özer, A. K. (1994) Sürekli öfke (SL-ÖFKE) ve öfke ifade tazi (ÖFKE-TARZ) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 31, 26-35.
- Sanchis-Gomar F, Lucia A, Yvert T, et al. (2015). Physical inactivity and low fitness deserve more attention to alter cancer risk and prognosis. *Cancer Prev Res*, 8: 105–110.
- Shigemura J, Ursano RJ, Morganstein JC, et al.(2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: mental health consequences and target populations. *Psychiatry Clin Neurosci*. 74(4): 281–282.
- Soykan Ç. (2003). “Öfke ve Öfke Yönetimi”, *Kriz Dergisi*, 11(2), 19-27.
- Tambağ H., Öz, F. (2005). “Aileleriyle Birlikte ve Yetiştirme Yurtlarında Yasayan Ergenlerin Öfke ifade Etme Biçimleri”, *Kriz Dergisi*, 13(1), 11-21.
- Türkmen M., Dzanuzakov, K. (2019a). An Old Horse Sports in Central Asian Turkish Communities: Ukuruk Salmaktyy- Quriks- Emdik Uredish, *Turkish Studies*, 14(7), 4059-4070 <https://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.30291>
- Türkmen M., Dzanuzakov, K. (2019b).Cultural Pedagogy of Traditional Wrestling of Turkish People, *Turkish Studies*, 14(6), 3525-3533 <https://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.30292>
- Weber, H., & Wiedig-Allison, M. (2007). Sex differences in anger-related behaviour: Comparing expectancies to actual behaviour. *Cognition and Emotion*, 21(8), 1669-1698.
- Xiang YT, Yang Y, Li W, et al.(2020).Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *Lancet Psychiatry*. 7(3):228–229.
- Yamak B. İmamoğlu O. (2019). The Beck Hopelessness Level According to Behavior Change Stages in University Ondokuz Mayıs Students, *Turkish Studies Educational Sciences* 14(3), 937-947, <https://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.22941>
- Yamaner F., Çıplak E.,İmamoğlu O. (2020). Investigation of Optimal Performance Emotional Status in Sports Students, *Turkish Studies*, 15(2), 1515-1522. <https://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.41771>
- Yöndem Z. D., Bıçak B. (2008). “Öğretmen Adaylarının Öfke Düzeyi Ve Öfke Tarzları”, *Uluslararası insan Bilimleri Dergisi*, 5(2), 1-15.