

Olumsuz Yaşam Olayları ve Saldırganlık Arasında Problem-Odaklı ve Duygu-Odaklı Başa Çıkma Tarzlarının Aracı Rollerini

Mediating Roles of Problem-Focused and Emotion-Focused Coping Styles Between Adverse Life Events and Aggression

📧 Merve Koçak Çapkın¹, 📧 Merve Vatansever²

¹Çankırı Karatekin Üniversitesi, Çankırı

²Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale

ÖZ

Stresli ya da olumsuz yaşam olayları, saldırgan davranışın gelişimine neden olan veya artıran bir rol oynamaktadır. Aynı zamanda, başa çıkma yöntemleri olumsuz olaylarla karşılaşıldığında nasıl tepki verileceğini belirlemektedir. Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinde olumsuz yaşam olayları ve saldırganlık arasında stresle başa çıkma tarzlarının aracılık rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 213'ü (%67) kadın ve 103'ü (%33) erkek, toplam 316 üniversite öğrencisi katılmıştır. Veri toplamak için Demografik Bilgi Formu, Yaşam Olayları Ölçeği, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Saldırganlık Envanteri uygulanmıştır. Araştırma bulgularına göre, erkeklerin kadınlara göre saldırganlık puanları daha yüksektir. Daha fazla olumsuz yaşam olayları deneyimlediğini bildiren katılımcıların, daha fazla olumlu yaşam olayları yaşadığını bildiren katılımcılara göre duygu-odaklı başa çıkma tarzı ve saldırganlık puanları daha yüksektir. Yaşın ve cinsiyetin etkisi kontrol edildiğinde olumsuz yaşam olayları ve saldırganlık arasındaki ilişkide stresle hem duygu-odaklı hem de problem-odaklı başa çıkma tarzlarının kısmi aracı role sahip olduğu belirlenmiştir. Olumsuz yaşam olayları ile saldırganlık arasındaki ilişkide duygu-odaklı başa çıkma tarzı saldırganlığı artırıcı bir role sahipken, problem-odaklı başa çıkma tarzı ise saldırganlığı azaltıcı bir role sahiptir. Genel olarak, çalışma kapsamında elde edilen bulguların olumsuz yaşam olayları yaşayanlar için etkili başa çıkma yöntemlerinin geliştirilmesinin desteklenmesi gerektiğini göstererek ruh sağlığı alanında üniversite öğrencileri ile çalışan uzmanlara yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Anahtar sözcükler: Olumsuz yaşam olayları, problem-odaklı başa çıkma, stres, saldırganlık

ABSTRACT

Stressful or adverse life events play a role in the development of concurrent or subsequent aggressive behavior. Moreover, coping strategies determine how to react when faced with adverse events. The present study aimed to investigate the mediating roles of coping styles in the relationship between adverse life events and aggression among university students. Three hundred sixteen university students, 213 (67%) female, and 103 (33%) male, participated in this study. The Demographic Information Form, Life Experiences Survey, Coping Style Scale, and Aggression Inventory were applied for data collection. The results showed that males had higher aggression scores than females. Individuals who experienced more adverse life events were more likely to use an emotion-focused coping style and had higher aggression levels than those who experienced more positive life events. When the effects of age and gender were controlled, both emotion-focused and problem-focused coping styles had partial parallel mediating roles in the relationship between adverse life events and aggression. The findings reveal that experiencing adverse life events and using more emotion-focused coping style had a role in increasing aggression, while using problem-focused coping style had a role in reducing aggression. Overall, the findings of this study have important implications for guiding mental health professionals working with university students by showing that the development of effective coping styles for those who experience adverse life events should be supported.

Keywords: Adverse life events, problem-focused coping, stress, aggression

Giriş

Beliren yetişkinlik, on sekiz yaşından yirmili yaşların sonuna kadar uzanan, keşif ve değişimin yanı sıra dünya görüşü, eğitim, iş ve yakın ilişkiler açısından kalıcı tercihlerin oluşturulmasıyla karakterize bir gelişim dönemidir (Arnett 2000, 2007, Arnett ve ark. 2014). Üniversite öğrencileri liseden mezun olduktan sonra yeni bir öğrenme ortamına girerler ve evden ayrılma, akademik sorumluluklar, masraflarını karşılama, iş bulma, flört etme ve yakın ilişkiler gibi beliren yetişkinlik dönemine özgü bir dizi yaşam olaylarıyla karşılaşır (Dwyer ve Wyn 2004,

Yazışma Adresi/Address for Correspondence: Merve Koçak Çapkın, Çankırı Karatekin Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, Çankırı, Türkiye **E-mail:** mervekocak@karatekin.edu.tr

Geliş tarihi/Received: 03.07.2023 | **Kabul tarihi/Accepted:** 18.10.2023

Reifman ve ark. 2007). Bu yaşam dönemindeki yeni deneyimlerle başa çıkmada yaşanan zorluklar, ruh sağlığı sorunlarına (Mosallam ve Thabet 2016, Ding ve ark. 2022), intihar riskinin artmasına (Dogra ve ark. 2008, Tang ve ark. 2015), alkol ve madde kullanım sorunlarına (Rafnsson ve ark. 2006, Tavolacci ve ark. 2013) ve şiddet içeren ya da saldırgan davranışlara (Maxwell ve Siu 2008, Brown ve ark. 2017, Werbart Törnblom ve ark. 2021) yol açabilmektedir.

Araştırmalar, stresli ya da olumsuz yaşam olaylarının eş zamanlı olarak ya da daha sonra ortaya çıkan saldırgan davranışların gelişmesinde rol oynadığını göstermektedir (Owen ve ark. 2004, Sprague ve ark. 2011, Brown ve ark. 2017, Huang ve ark. 2017). Genel Saldırganlık Modeli (Anderson ve Bushman 2002), saldırgan davranışın bireysel farklılıklar ve çevresel faktörlerin birleşiminden ortaya çıktığını öne sürmektedir. Özellikle olumsuz olaylar, saldırgan davranışların ortaya çıkmasına katkıda bulunan çevresel bir faktör olarak tanımlanmıştır (Anderson ve Bushman 2002, Anderson ve ark. 2008, DeWall ve ark. 2011). Cinsiyetin bireysel bir faktör olarak saldırganlık üzerindeki etkisi de tartışmalıdır. Beliren yetişkinlerle yapılan çalışmalarda erkek olmanın fiziksel saldırganlığı yordadığı görülmektedir (Çelik ve Onat-Kocabıyık 2014, Björkqvist 2018). Aynı zamanda erkekler kadınlara göre daha yüksek düzeyde yıkıcı ve pasif saldırganlık davranışları sergilemektedir (Hasta ve Güler 2013). Öte yandan genel saldırganlık davranışları erkek ve kız öğrenciler arasında farklılık göstermemektedir (Shaban ve Kumar 2016). Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada, olumsuz yaşam olayları ile sürekli saldırganlık arasındaki ilişkiye nevroitik kişiliğin kısmen aracılık ettiği ve kadınların erkeklerden yalnızca fiziksel saldırganlık açısından farklılaştığı ortaya konmuştur (Sun ve ark. 2016). Bir akademik yılda dört veya daha fazla olumsuz yaşam olayı yaşayan erkek üniversite öğrencileri, yaşamayanlara göre daha yüksek düzeyde şiddet davranışı sergilemiştir (Gelaye ve ark. 2008). Geç ergenlik döneminde, olumsuz yaşam olayları karşısında psikolojik dayanıklılık düzeyinin azalması saldırgan davranışın benimsenmesini artırmakta ve düşük özsaygı, saldırgan davranışın önemli bir göstergesi olarak kabul edilmektedir (Yang ve ark. 2023). Araştırmaların gösterdiği gibi, olumsuz yaşam olaylarının ilişkili olduğu durumlarda saldırgan davranışı etkileyen çeşitli faktörleri anlamak için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

Farklı çalışmalar, olumsuz yaşam olaylarının hem kendine zarar vermeye (örneğin, intihar), hem de başkalarına karşı saldırgan davranışlara (örneğin, fiziksel şiddet) yol açtığını göstermektedir (Liu ve Tein, 2005, Cupina 2009, Chang ve ark. 2016). Bu nedenle, olumsuz yaşam olayları ile nasıl başa çıkıldığı, zarar veren davranışların ortaya çıkma riskinin azaltılmasında önemlidir. Stresli yaşam olayları ile karşılaşıldığında olumsuz başa çıkma becerilerinin kullanılması, şizofreni belirtilerinin artmasıyla (Wang ve ark. 2021), sağlık sorunu olan ergenlerde depresif belirtilerin artmasıyla (Lewis ve ark. 2015) ve madde kullanımına tekrar başlamayla (Anderson ve ark. 2006) ilişkilidir. Algılanan stres olumsuz davranışlar ve sonuçları tetikleyebildiği gibi, bu olumsuz duygularla etkili bir şekilde başa çıkma becerisi kişinin stresi yönetme kapasitesine bağlıdır Etkileşimsel Stres ve Başa Çıkma Kuramı (Lazarus ve Folkman 1984) stresin, bireyin çevreyle etkileşimi sırasında algıladığı iç ve dış talepler ile mevcut bireysel ve sosyal kaynakları arasındaki dengesizlik nedeniyle ortaya çıktığını öne sürmektedir. Bu noktada, bir olayın ya da durumun bilişsel olarak nasıl değerlendirildiği kişinin başa çıkma yöntemlerini belirlemektedir. Bilişsel değerlendirme süreci üç aşamadan oluşmaktadır. İlk aşama (primary appraisal), yaşanan olayın kişinin kendi kaynaklarına ve öznel iyi oluşuna tehdit oluşturup oluşturmadığının değerlendirildiği süreçtir. İkinci aşama (secondary appraisal), olayın veya durumun üstesinden gelmek için sahip olunan başa çıkma kaynaklarının uygunluğunun ve etkililiğinin değerlendirildiği kısımdır. Burada olayın kişisel olarak kontrol edilebilir olup olmaması başa çıkma tarzlarının etkililiğinin değerlendirilmesinde önemlidir. Üçüncü aşama (reappraisal), başa çıkma yöntemlerinin etkililiğinin sınındığı, durumun yeniden değerlendirildiği ve psikolojik uyum sürecidir (Lazarus ve Folkman 1984).

Bireylerin stresle başa çıkma tarzları yaşam olaylarına nasıl tepki verecekleri konusunda önemli bir rol oynar, çünkü olumsuz yaşam olayları zararlı davranışlara yol açabilmektedir (Sun ve ark. 2016, Huang ve ark. 2017). Yıkıcı davranışlar algılanan stresin olası sonuçlarıdır. Olumsuz duygularla başa çıkma, bireyin stresle etkili bir şekilde başa çıkma becerilerinden etkilenir. Bir olay veya durumun yorumlanmasında bilişsel değerlendirme, kişinin başa çıkma tarzlarını belirler (Lazarus ve Folkman 1984). Başa çıkma, stresli olayların yarattığı içsel ve dışsal taleplerin azaltılması, tolere edilmesi ve üstesinden gelinmesi için ortaya konan bilişsel ve davranışsal çabalardan oluşur (Folkman ve Lazarus 1980). Başa çıkma, bir kişilik özelliğinden ziyade duruma göre değişen dinamik bir yapıya sahiptir (Folkman ve ark. 1986). Folkman ve Lazarus (1980) stresle başa çıkmayı ikiye ayırmaktadır: (i) problem-odaklı başa çıkma (aktif başa çıkma: problemin tanımlanması, destek arayışı gibi sorunların çözümünde yapıcı ve doğrudan yaklaşımları benimsemek); ve (ii) duygu-odaklı başa çıkma (pasif başa çıkma: kaçınma ya da duygusal destek arama gibi sorunlara karşı duygusal tepkiyi hafifletmek için adımlar atmak). Her iki başa çıkma tarzı da bağlama özgü olarak kullanılabilir. Lazarus (1993), olumsuz bir olayla karşılaşıldığında algılanan stresin azaltılmasında başa çıkma tarzlarının etkililiğinin uygun yaklaşımın seçilmesine bağlı olduğunu öne sürmektedir. Algılanan stres, kişinin kullandığı başa çıkma tarzı ile olayın kontrol

edilebilirlik düzeyi arasındaki uyuma bağlıdır (Folkman 1984, Lazarus ve Folkman 1984). Genel olarak hem problem-odaklı hem de duygu-odaklı başa çıkma tarzları olumsuz, stres veren olayların kontrol edilmesinde kullanılmaktadır (Lazarus, 2000). Olayın sonuçlarının öngörülebilir, kontrol edilebilir ve değiştirilebilir olarak algılandığı durumlarda problem-odaklı başa çıkma yöntemleri daha fazla kullanılırken; sonuçların öngörülemez, kontrol dışı ve değiştirilemez olarak algılandığı durumlarda ise duygu-odaklı başa çıkma yöntemlerine daha fazla başvurulmaktadır (Folkman, 1984). Bununla birlikte, stresi ortaya çıkartan temel nedeni çözmeyi amaçlayan problem-odaklı başa çıkma, duygusal tepkileri hafifletmeye odaklanan duygu-odaklı başa çıkmaya göre daha etkili olmaktadır (Kim ve ark. 2003, Clarke 2006). Olumsuz yaşam olayları karşısında problem-odaklı başa çıkma, bireylerin olayı kontrol ettiklerine ve sonuçların değişebileceğine dair inançlarını arttırarak uyum sağlamayı ve iyi oluşu kolaylaştıracaktır.

Baş çıkma tarzları olayın türüne, yaş ve cinsiyet gibi demografik değişkenlere göre farklılaşabilmektedir. Örneğin Folkman ve Lazarus (1980), insanların işle ilgili konularda problem-odaklı başa çıkma tarzlarını daha fazla kullandıklarını sağlıkla ilgili konularda ise duygu-odaklı başa çıkma tarzlarını daha fazla kullandıklarını bildirmektedir. Bununla birlikte daha yeni araştırmalar, üniversite öğrencilerinin başa çıkma yöntemlerinde cinsiyet farklılıklarına dikkat çekmektedir. Kadın öğrenciler, erkek öğrencilere göre ailesel ve sosyal ilişkilerde daha fazla stres yaşadıklarını ve duygu-odaklı başa çıkma yöntemlerini daha fazla kullandıklarını belirtmişlerdir (Brougham ve ark. 2009). Kadın öğrenciler erkeklere göre yaşam olaylarını daha olumsuz ve daha az kontrol edilebilir algılamaya daha yatkındır (Matud 2004) ve daha fazla psikolojik stres yaşadıklarını bildirmektedir (Hall ve ark. 2006). Öte yandan yaş, başa çıkma tarzlarındaki cinsiyet farklılıklarını da değiştirebilmektedir. Flannery ve arkadaşları (2018), 15-19 yaşları arasında kadınların erkeklere göre aktif başa çıkma yöntemlerini daha fazla kullandığını, ancak 19-20 yaşından itibaren kadın ve erkekler arasında başa çıkma yöntemleri açısından gözlenen bu farkın ortadan kalktığını bildirmektedir.

Öte yandan bireyin yaşam olaylarına tepki olarak kullandığı başa çıkma yöntemlerinin hem olumlu hem de olumsuz sonuçları bulunmaktadır. Problem-odaklı başa çıkma tarzının ve sosyal desteğin, stres kaynaklı sağlık sorunları üzerinde olumlu ve iyileştirici etkileri olduğu (Chan ve ark. 2006), duygu-odaklı başa çıkma tarzı ve kaçınmanın ise sağlıkla ilgili olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğu görülmektedir (Perez-Tejada ve ark. 2019). Stres karşısında kaçınma, pes etme, vazgeçme gibi tepkileri içeren pasif başa çıkma tarzı kontrolü azaltabilir, sorunun çözülmemiş olarak kalmasına yol açabilir ve bu konudaki gerginliği artırabilir (Ito ve Brotheridge 2003). Önceki çalışmalar saldırganlık ile işlevsel olmayan başa çıkma tarzları arasında pozitif bir ilişki olduğunu, saldırganlık ile işlevsel başa çıkma tarzları arasında ise negatif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir (Whitman ve Gottdiener 2015). İşlevsel olmayan başa çıkma tarzlarından biri olan duygu-odaklı başa çıkma, ergenlerde fiziksel saldırganlık (Carlo ve ark. 2012) ve suça yönelik davranışlarla (Ferrer ve ark. 2010) ilişkilidir. Tam tersine, problem odaklı başa çıkma tarzlarını kullanan bireyler, yaşam olaylarının getirdiği değişiklikler karşısında daha kolay uyum sağlamayı amaçlamaktadır (Benus ve ark. 1991). Problem-odaklı başa çıkma tarzının ayrıca öfke, saldırganlık ve intikamcı düşüncelerin kontrolünde orta derecede etkili olduğu, öfke ve saldırganlığın kontrolünde ise benimsenebilecek en iyi strateji olduğu vurgulanmaktadır (Maxwell ve Siu 2008).

Önceki çalışmalar yaşam olayları, özellikle olumsuz yaşam olayları, başa çıkma tarzları ve saldırganlık arasında anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir (örneğin, Carlo ve ark. 2012, Whitman ve Gottdiener 2015, Brown ve ark. 2017). Ancak bu çalışmalar, olumsuz yaşam olaylarının saldırgan davranış üzerindeki potansiyel etkilerini yeterince araştırmadığından oldukça sınırlıdır. Bu durum başa çıkma tarzlarının olumsuz yaşam olayları ile saldırganlık arasındaki ilişkiye aracılık edebileceğini düşündürmektedir. Üniversite öğrencileri arasında olumsuz yaşam olayları ile saldırganlık arasındaki ilişkide aracı faktörlerin anlaşılması, bu tür olayların ardından ortaya çıkan olumsuz davranışsal sonuçların önlenmesinde klinik uygulamalar açısından değerli bilgiler sağlayacaktır. Etkileşimsel Stres ve Başa Çıkma Kuramı, stres kaynağının içeriğinin nasıl algılandığına bağlı olarak problem-odaklı ya da duygu-odaklı başa çıkma tarzlarının seçilebileceğini öne sürmektedir (Lazarus ve Folkman 1984). Ancak problem-odaklı ya da duygu-odaklı başa çıkma tarzının seçilmesi ve bu seçimin etkililiği saldırganlık gibi olumsuz sonuçların ortaya çıkmasında belirleyicidir (Benus ve ark. 1991, Maxwell ve Siu 2008, Carlo ve ark. 2012). Bu nedenle, mevcut çalışmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinde olumsuz yaşam olayları ile saldırganlık arasındaki ilişkide stresle başa çıkma tarzlarının paralel aracı rolünü test etmektir. Bir diğer amacı ise, üniversite öğrencilerinde cinsiyet ve yaşam olayları türünün saldırganlık ve stresle başa çıkma tarzları puanları üzerinde oluşturacağı olası farklılıkları incelemektir. Temel araştırma hipotezleri şunlardır: (1) olumsuz yaşam olayları saldırganlık ve duygu-odaklı başa çıkma ile pozitif yönde ilişkilidir; olumsuz yaşam olayları problem-odaklı başa çıkma ile negatif yönde ilişkilidir, (2) duygu-odaklı başa çıkma saldırganlıkla pozitif yönde ilişkili iken, problem-odaklı başa çıkma saldırganlık ile negatif yönde ilişkilidir; ve (3) hem duygu-odaklı hem de problem-odaklı başa çıkma olumsuz yaşam olayları ile saldırganlık arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir.

Yöntem

Örneklem

Araştırmanın örneklemini 213'ü (%67) kadın, 103'ü (%33) erkek olmak üzere 316 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması 21.8 (SS = 2.97) olarak bulunmuştur. Araştırmanın verileri Ankara Üniversitesi ve Çankırı Karatekin Üniversitesi'nde öğrenim gören ve araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden üniversite öğrencilerinden toplanmıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların gelir düzeylerine bakıldığında, %50'si düşük gelire, %14.6'sı düşük-orta, %53.8'i orta, %13'ü orta-yüksek ve %1.9'u yüksek gelire sahiptir.

Birinci sınıf öğrencilerinin güz dönemi başlangıcında üniversitedeki yaşam deneyimlerini değerlendirmek uygun olmayacağından, ikinci sınıf ve üzeri öğrencilerden veri toplanmıştır. Lisans öğrencilerinden oluşan örneklem grubunun %29.43'ü ikinci sınıfta, %30.7'si üçüncü sınıfta ve %39.87'si dördüncü sınıfta öğrenim görmektedir. Böylelikle, 18-29 yaş arası en az ikinci sınıf lisans öğrencilerinden araştırmaya gönüllü olarak katılan ve bilgilendirilmiş onam formunu imzalayan öğrenciler örnekleme dahil edilmiştir. 29 yaş üstü ve yabancı uyruklu öğrenciler çalışma dışı bırakılmıştır.

İlk olarak ön analiz (MANCOVA) için minimum örneklem büyüklüğünü belirlemek amacıyla G*Power analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda, dört grup (kadın, erkek, olumlu yaşam olayları daha fazla olan, olumsuz yaşam olayları daha fazla olan), ve iki bağımsız değişken (cinsiyet ve yaşam olayları) ile üç bağımlı değişken (problem odaklı başa çıkma, duygu odaklı başa çıkma ve saldırganlık) için en az 113 katılımcının yaş değişkeninin etkisinin kontrol edildiği çok değişkenli kovaryans analizi için uygun olduğu belirlenmiştir. Daha sonra iki model analizinde örneklem büyüklüğünü belirlemek için Monte Carlo güç analizi kullanılmıştır. Analizde hedef güç düzeyi .80 olarak belirlenmiş ve iki paralel aracılık modeli için minimum örneklem büyüklüğünün 172 katılımcı olduğu tespit edilmiştir. Mevcut çalışmanın örneklemini 316 katılımcıdan oluşmaktadır. Monte Carlo güç analizine göre mevcut örneklem büyüklüğünün yeterli düzeyde olduğu görülmektedir.

İşlem

Araştırma için Ankara Üniversitesi Etik Kurulu'na başvurularak 30 Kasım 2020 tarih ve 17/262 sayılı kararıyla etik onayı alınmıştır. Araştırmaya katılmadan önce katılımcılara gönüllülük ve gizlilik hakkında bilgi verilmiştir. İstedikleri zaman ya da sorulardan rahatsızlık duydukları takdirde araştırmadan çekilebilecekleri, verdikleri bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılacağı ve toplu olarak değerlendirileceği, araştırmacılar dışında kimseyle paylaşılmayacağı belirtilmiştir. Katılımcılardan yazılı bilgilendirilmiş onam alınmış ve ardından veri toplama araçları uygulanmıştır. Öğrenciler herhangi bir maddi karşılık veya ek akademik not beklentisi olmadan araştırmaya gönüllü olarak katıldıklarını beyan etmiştir. Ölçekler, sıra etkisini kontrol etmek amacıyla katılımcılara farklı sıralamada uygulanmıştır. Veriler 2022-2023 eğitim-öğretim yılı güz döneminde sınıf ortamında toplanmıştır. Ölçeklerin doldurulması katılımcıların yaklaşık 20 dakikasını almıştır.

Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında Demografik Bilgi Formu (katılımcıların yaşı, cinsiyeti, bölümü, sınıfı gibi soruların yer aldığı), Yaşam Olayları Ölçeği, Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Saldırganlık Envanteri kullanılmıştır.

Yaşam Olayları Ölçeği

Sarason, Johnson ve Siegel, (1978) tarafından genç yetişkinlerin deneyimledikleri olumlu ve olumsuz yaşam olaylarını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Katılımcılara son 6 ay veya bir yıl içerisinde karşılaştıkları önemli yaşam olayları sorulmaktadır. 57 maddeden oluşan bu ölçekte, katılımcılara ölçekte yer alan olayları yaşayıp yaşamadığı sorulmakta ve eğer yaşadıysa bu olayları olumlu mu, olumsuz mu yoksa etkisiz olarak mı algıladıklarını belirtmeleri istenmektedir. Bireyler ölçek maddelerindeki yaşam olaylarının kendi hayatları üzerindeki etkisini -3 ile +3 arasında derecelendirmektedir. Bireylerin olumsuz olarak değerlendirdikleri yaşam olayları puanlarının toplamı, olumsuz yaşam olayları toplam puanını oluşturmaktadır. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Aslanoğlu (1985) tarafından yapılmıştır. Ancak ölçeğin öğrencilerle ilgili olan son 10 maddesi Tüzün (1997) tarafından uyarlanmıştır. Aslanoğlu'nun (1985) çalışmasında test tekrar test güvenilirliği .83 olarak bulunmuştur. Tüzün'ün (1997) çalışmasında öğrencilerle ilgili olmadığı düşünülen maddeler (evlilik, eşin kaybı vb.) çıkarılmıştır. Tüzün'ün (1997) çalışmasında ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .67 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ise, Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .73 olarak hesaplanmıştır. Üniversite öğrencileri ile ilgili olmadığı belirlenen ölçek maddeleri (eş, kayınvalide, kayınpeder, işveren ile ilişkiler ve iş kaybı, iş değişikliği ile ilgili sorular) bu araştırma kapsamı dışında tutulmuş olup, katılımcılardan toplam 43

maddeden oluşan soru listesini yanıtlamaları istenmiştir. Yöneltilen sorular arasında, yakın aile üyesinin evlenmesi, hapse girmesi, kaza geçirmesi, ölümü; çekirdek aile, akrabalar, maddi olanaklarda önemli değişiklikler; nişanlanma, flört ile ayrılma/barışma; evden ilk defa ayrılma, üniversiteye başlama, akademik başarı/başarısızlık; borçlanma, cinsel sorunlar, hastalıklar, ruh sağlığı sorunları gibi yaşamın pek çok alanını kapsayan maddeler yer almaktadır.

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği

Orijinal formu Folkman ve Lazarus (1980) tarafından geliştirilen ölçek, bireylerin farklı stresli durumlarla başa çıkma yöntemlerini ölçmektedir. 30 maddeden oluşan ölçekte sorular dörtlü Likert tipi bir ölçek üzerinde değerlendirilmektedir. Probleme yönelik/aktif ve duygulara yönelik/pasif olmak üzere stresle başa çıkma başlıca iki tarzı ölçmektedir. Aktif tarzları ölçen alt boyutlar: "Sosyal Desteğe Başvurma", "İyimser Yaklaşım", "Kendine Güvenli Yaklaşım"; pasif tarzları ölçen alt boyutlar: "Çaresiz Yaklaşım" ve "Boyun Eğici Yaklaşım". Ölçeğin puanlanması iki farklı yöntemle yapılabilmektedir. Bu yöntemlerden ilkinde dört alt boyuta ait maddeler toplanarak, her bir alt boyut için toplam puan elde edilebilmektedir. İkinci olarak ise, ölçeğin problem-odaklı aktif ve duygu-odaklı pasif başa çıkma boyutlarında yer alan başa çıkma yöntemlerine ait maddeler toplanarak her iki başa çıkma tarzı için toplam puan hesaplanabilmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye çeviri ve uyarlama çalışmaları Şahin ve Durak (1995) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma kapsamında Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nin problem-odaklı başa çıkma ve duygu-odaklı başa çıkma tarzları açısından değerlendirme yapılmıştır. Yapılan güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach Alpha iç tutarlık güvenilirlik katsayısı problem-odaklı başa çıkma tarzı için .83, duygu-odaklı başa çıkma tarzları için .74 olarak hesaplanmıştır.

Saldırganlık Envanteri

Gladue (1994) tarafından uyarlanan ölçek saldırganlığın farklı türlerini ölçmektedir. 30 maddeden oluşan ölçeğin 20 maddesi değerlendirmeye alınmaktadır. Beşli Likert tipindeki ölçeğin 4 alt boyutu bulunmaktadır: "Fiziksel Saldırganlık", "Sözel Saldırganlık", "Dürtüsel Saldırganlık" ve "Saldırganlıktan Kaçınma". Ölçeğin Türkçe'ye çeviri ve uyarlama çalışması Çelik ve Otrar (2009) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı Fiziksel Saldırganlık alt boyutu için .75, Sözel Saldırganlık alt boyutu için .69, Dürtüsel Saldırganlık alt boyutu için .63, Saldırganlıktan Kaçınma alt boyutu için .58, toplam puan için .82 olarak bulunmuştur. Bu araştırma kapsamında Saldırganlıktan Kaçınma alt boyutu dışındaki diğer tüm alt boyutlar toplanarak Saldırganlık puanı elde edilmiştir. Elde edilen Saldırganlık toplam puanının Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .87 olarak hesaplanmıştır.

İstatistiksel Analiz

Araştırma verilerinin analizi için IBM SPSS 20.0 paket programı kullanılmıştır. İlk olarak verilerin normal dağılıp dağılmadığına bakılmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerleri göz önüne alınarak verilerin normal dağıldığı tespit edilmiştir. Saldırganlık ile olumsuz yaşam olayları arasındaki ilişki kurulmadan önce, olumlu yaşam olayları yaşadığını bildiren katılımcıların saldırganlık düzeylerinin ve başa çıkma puanlarının cinsiyet açısından olumsuz yaşam olayları yaşayanlardan farklı olup olmadığını ortaya konulması planlanmıştır. Katılımcılar, Yaşam Olayları Ölçeği'nden aldıkları puanlara göre iki gruba ayrılmıştır; olumlu yaşam olayları daha fazla olanlar bir grubu oluştururken, olumsuz yaşam olayları daha fazla olanlar diğer grubu oluşturmuştur. Bu doğrultuda, olumlu ve olumsuz yaşam olaylarının stresle başa çıkma tarzları ve saldırganlık üzerindeki etkilerini görmek amacıyla, yaş değişkeninin etkisinin kontrol edildiği çok değişkenli varyans analiziyle (MANCOVA) test edilmiştir. Olumlu ve olumsuz yaşam olayları puanları yüksek olan gruplar, başa çıkma tarzları ve saldırganlık puanları açısından karşılaştırılmıştır.

Ana model incelemesi için ön analiz olarak Pearson korelasyon analizi yapılarak araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Ana model analizinde yordayıcı değişken olumsuz yaşam olayları, yordanan değişken saldırganlık, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nin iki alt boyutu olan stresle probleme yönelik başa çıkma ve duygulara yönelik başa çıkma tarzları ise aracı değişkenler olarak belirlenmiştir. Stresle her iki başa çıkma tarzının aracılık rolü aynı anda test edilmiştir. Bu kapsamda, aracılık analizi için Bootstrap yöntemiyle Hayes'in (2013) PROCESS macro uzantısı kullanılarak veriler analiz edilmiştir.

Bulgular

Ön Analizler

Öncelikle cinsiyet ve yaşam olaylarının başa çıkma tarzları ve saldırganlık üzerindeki etkisi incelenmiştir.

Örneklem, Yaşam Olayları Ölçeği'nden aldıkları puanlara göre iki gruba ayrılmıştır; ilk grup olumlu yaşam olayı daha fazla bildirenlerden (n = 94), diğer grup ise daha fazla olumsuz yaşam olayı bildirenlerden (n = 204) oluşmuştur. Olumlu ve olumsuz yaşam olayları puanları eşit olan katılımcılar (n=18) analize dahil edilmemiştir. Böylelikle, yaşın etkisi kontrol edilerek 2 (cinsiyet: kadın ve erkek) X 2 (yaşam olayı: olumlu ve olumsuz) MANCOVA analizi yapılmıştır.

Analiz sonuçlarına göre, yaşın temel etkisi anlamlı değil iken [Wilks' $\lambda = .99$, $F(3,291) = .84$, $p = .47$, $\eta^2 = .01$], cinsiyet [Wilks' $\lambda = .93$, $F(3,291) = 7.54$, $p = .00$, $\eta^2 = .07$] ve yaşam olaylarının [Wilks' $\lambda = .88$, $F(3,291) = 13.79$, $p = .00$, $\eta^2 = .12$] etkileri istatistiksel olarak anlamlıdır. Cinsiyetin saldırganlık üzerindeki temel etkisi anlamlıdır [F(1,293) = 13.61, $p = .00$; $\eta^2 = .04$] ve erkeklerin saldırganlık puanları (Ort. = 44.24, SS = 10.66) kadınlara göre (Ort. = 38.97, SS = 11.83) daha yüksektir. Cinsiyetin problem-odaklı başa çıkma [F(1,293) = 3.88; $p = .05$; $\eta^2 = .01$] ve duygu-odaklı başa çıkma [F(1,293) = 1.10, $p = .30$, $\eta^2 = .00$] üzerindeki etkileri anlamlı değildir.

Ayrıca, yaşam olaylarının problem-odaklı başa çıkma [F(1,293) = 23.66, $p = .00$, $\eta^2 = .08$], duygu-odaklı başa çıkma [F(1,293) = 17.63, $p = .00$; $\eta^2 = .06$] ve saldırganlık [F(1,293) = 13.68, $p = .00$, $\eta^2 = .04$] üzerindeki temel etkileri anlamlıdır. Daha fazla olumlu yaşam olayları deneyimlediğini bildiren katılımcıların problem-odaklı başa çıkma puanları (Ort. = 33.56, SS = 6.50), daha fazla olumsuz yaşam olayları deneyimlediğini bildiren katılımcılara göre (Ort. = 28.98, SS = 6.84) daha yüksektir. Aynı zamanda, daha fazla olumsuz yaşam olayları bildiren katılımcıların duygu-odaklı başa çıkma tarzı puanları (Ort. = 17.56, SS = 6.46), daha fazla olumlu yaşam olayları bildiren katılımcılara göre (Ort. = 13.66, SS = 5.40) daha yüksektir. Saldırganlık açısından bakıldığında ise, daha fazla olumsuz yaşam olayları bildiren katılımcıların puanları (Ort. = 42.52, SS = 11.68), daha fazla olumlu yaşam olayları bildiren katılımcılara göre daha yüksektir (Ort. = 36.78, SS = 10.82). Son olarak, cinsiyet ve yaşam olaylarının etkileşim etkisi anlamlı değildir [Wilks' $\lambda = .99$, $F(3, 291) = .59$, $p = .62$, $\eta^2 = .01$]. Grupların tüm değişkenlere ilişkin ortalamaları ve standart sapma değerleri Tablo 1'de sunulmaktadır.

Tablo 1. Stresle başa çıkma tarzları ve saldırganlık puanlarının cinsiyet ve yaşam olaylarının tanımlayıcı istatistikleri

	Yaşam olayları	Cinsiyet	Ort.	SS
Problem-odaklı başa çıkma	Olumlu	Kadın	33.10	6.64
		Erkek	34.51	6.20
		<i>Toplam</i>	33.56	6.50
	Olumsuz	Kadın	28.21	7.02
		Erkek	30.56	6.22
		<i>Toplam</i>	28.98	6.84
	Toplam	Kadın	29.75	7.25
		Erkek	31.81	6.45
		<i>Toplam</i>	30.43	7.05
Duygu-odaklı başa çıkma	Olumlu	Kadın	13.70	5.41
		Erkek	13.57	5.47
		<i>Toplam</i>	13.66	5.40
	Olumsuz	Kadın	18.23	6.74
		Erkek	16.20	5.66
		<i>Toplam</i>	17.56	6.46
	Toplam	Kadın	16.80	6.68
		Erkek	15.37	5.71
		<i>Toplam</i>	16.33	6.40
Saldırganlık	Olumlu	Kadın	34.95	10.18
		Erkek	40.48	11.30
		<i>Toplam</i>	36.78	10.82
	Olumsuz	Kadın	40.82	12.11
		Erkek	45.98	9.96
		<i>Toplam</i>	42.52	11.68
	Toplam	Kadın	38.97	11.83
		Erkek	44.24	10.66
		<i>Toplam</i>	40.70	11.70

Tüm araştırma değişkenleri arasındaki ilişkileri görmek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır (bakınız Tablo 2). Analiz sonuçlarına göre, olumsuz yaşam olayları ve problem-odaklı başa çıkma arasında negatif yönde ($r = -.22$, $p = .00$), olumsuz yaşam olayları ve duygu-odaklı başa çıkma ($r = .27$, $p = .00$) ile olumsuz yaşam olayları ve saldırganlık arasında pozitif yönde ($r = .23$, $p = .00$) istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler vardır. Ek olarak, saldırganlık ve problem-odaklı başa çıkma ($r = -.20$, $p = .00$) ile saldırganlık ve duygu-odaklı başa çıkma ($r = .20$,

$p = .00$) arasında da istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler görülmektedir. Öte yandan, olumlu yaşam olayları ve problem-odaklı başa çıkma arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır ($r = .26, p = .00$). Bununla birlikte, olumlu yaşam olayları ve saldırganlık ($r = -.03, p = .61$) ile olumlu yaşam olayları ve saldırganlık arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlı değildir ($r = -.01, p = .89$).

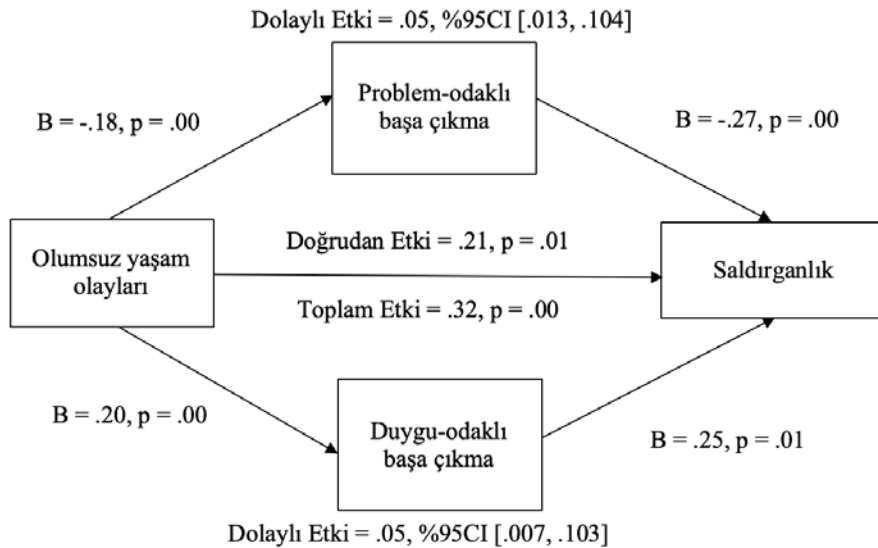
Tablo 2. Olumlu ve olumsuz yaşam olayları ile stresle başa çıkma tarzları ve saldırganlık arasındaki korelasyon katsayıları

	1	2	3	4	5	6
Yaş	-					
Olumlu yaşam olayları	.07	-				
Olumsuz yaşam olayları	-.05	.11	-			
Problem-odaklı başa çıkma	.08	.26**	-.22**	-		
Duygu-odaklı başa çıkma	-.12*	-.03	.27**	-.23**	-	
Saldırganlık	-.03	-.01	.23**	-.20**	.20**	-
Ort.	21.84	5.29	9.47	30.40	16.25	40.59
SS	2.97	4.92	8.42	7.06	6.31	11.63

* $p < .05$, ** $p < .01$; SS: standart sapma

Paralel Aracı Model Analizi

Korelasyon analizi sonuçlarına göre; olumsuz yaşam olayları ile saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki varken, olumlu yaşam olayları ile saldırganlık arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir. Bu nedenle, olumsuz yaşam olayları ve saldırganlık arasındaki ilişkide stresle problem-odaklı başa çıkma ve duygu-odaklı başa çıkma tarzlarının aracı role sahip olup olmadığını incelemek için paralel aracı model analizi uygulanmıştır. Aracılık analizinde cinsiyet ve yaşın olası karıştırıcı etkisi kontrol edilmiştir. Sonuç olarak, iki aracı değişkenli paralel aracı model analizi Process Model 4 kullanılarak test edilmiştir. Başa çıkma tarzlarının aracı rolü, özellikle birden fazla aracı değişkenli modellerde çoklu normallik varsayımının önemini azaltan bir yöntem olan yeniden örnekleme (bootstrapped resampling) yöntemi kullanılarak test edilmiştir (Preacher ve Hayes 2008). Özellikle 5000 yeniden örnekleme kullanılmış ve dolaylı yolların anlamlı olup olmadığını gösteren %95 güven aralıkları (GA) hesaplanmıştır. Bu doğrultuda, %95GA değerleri arasında sıfırın olmaması dolaylı etkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermekte ve mevcut çalışmada, aracı rolün anlamlı olduğuna işaret etmektedir.



Şekil 1. Stresle başa çıkma tarzlarının olumsuz yaşam olayları ve saldırganlık arasındaki aracı rolü

Not: Şekilde standardize olmayan beta katsayılarına yer verilmiştir.

Analiz sonuçları görsel olarak Şekil 1'de sunulmuştur ve kontrol değişkenlerinin etkisi kontrol edildikten sonra modeldeki tüm araştırma değişkenleri arasındaki yolların anlamlı olduğu görülmektedir. Sonuçlara göre, olumsuz yaşam olaylarının saldırganlık üzerindeki toplam etkisi anlamlıdır ($B = .32, SH = .07, p = .00$). Ayrıca, olumsuz yaşam olayları problem-odaklı başa çıkma ile negatif yönde ilişkili iken ($B = -.18, SH = .05, p = .00$), duygu-odaklı başa çıkma ile pozitif yönde ilişkilidir ($B = .20, SH = .04, p = .00$). Problem-odaklı başa çıkma

saldırıcılık ile negatif yönde ilişkili iken ($B = -.27$, $SH = .09$, $p = .00$), duygu-odaklı başa çıkma saldırıcılıkla pozitif yönde ilişkilidir ($B = .25$, $SH = .10$, $p = .01$). Başa çıkma tarzlarının aracılık rolü incelendiğinde, olumsuz yaşam olayları problem-odaklı başa çıkma tarzı aracılığıyla saldırıcılıkla pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür ($B = .05$, $SH = .02$, $\%95GA = [.013, .104]$). Aynı zamanda, olumsuz yaşam olayları ve saldırıcılık arasında duygu-odaklı başa çıkma tarzının dolaylı etkisi de anlamlıdır ($B = .05$, $SH = .02$, $\%95GA = [.007, .103]$). Bir başka ifadeyle, cinsiyet ve yaşın etkisi kontrol edildiğinde her iki başa çıkma tarzı da olumsuz yaşam olayları ve saldırıcılık arasındaki ilişkide paralel aracı role sahiptir. Aracı değişkenler modele dahil olduğunda, olumsuz yaşam olaylarının saldırıcılık üzerindeki doğrudan etkisi anlamlıdır ($B = .21$, $SE = .08$, $p = .01$). Hipotez edilen paralel aracı araştırma modeli, istatistiksel olarak anlamlıdır [$F(5,310) = 11.58$, $p = .00$]. Açıklanan toplam varyans iki aracı değişken ile birlikte $\%11$ 'den $\%16$ 'ya yükselmiştir. Kontrol değişkenlerine bakıldığında, cinsiyet saldırıcılıkla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde pozitif yönde bir ilişki gösterirken ($B = 6.60$, $SH = 1.32$, $p = .00$), yaşın saldırıcılıkla ilişkisi anlamlı değildir ($B = -.15$, $SH = .21$, $p = .48$). Aracılık modeline ilişkin regresyon katsayısı sonuçlarının tamamı Tablo 3'te görülebilir.

Tablo 3. Aracılık modeli için regresyon katsayıları						
Problem-odaklı başa çıkma						
Yordayıcı(lar)	B	SH	t	p	%95 Bca GA	
					Düşük	Yüksek
Olumsuz yaşam olayları	-.18	.05	-3.96	.00	-.27	-.09
Yaş	.12	.13	.90	.37	-.14	.38
Cinsiyet	1.77	.83	2.12	.03	0.13	3.41
Duygu-odaklı başa çıkma						
Yordayıcı(lar)	B	SH	t	p	%95 Bca GA	
					Düşük	Yüksek
Olumsuz yaşam olayları	.20	.04	4.90	.00	.12	.28
Yaş	-.21	.12	-1.83	.07	-.44	.02
Cinsiyet	-.94	.74	-1.28	.20	-2.38	.51
Saldırıcılık						
Yordayıcı(lar)	B	SH	t	p	%95 Bca GA	
					Düşük	Yüksek
Toplam Etki						
Olumsuz yaşam olayları	.31	.07	4.24	.00	.17	.46
Yaş	-.23	.21	-1.09	.27	-.65	.19
Cinsiyet	5.88	1.34	4.39	.00	3.24	8.52
Dolaylı Etki						
OYO → P-O başa çıkma	-.27	.09	-3.02	.00	-.45	-.09
OYO → D-O başa çıkma	.25	.10	2.48	.01	.05	.45
Doğrudan Etki						
OYO → P-O & D-O başa çıkma	.21	.08	2.81	.01	.06	.36
Yaş	-.15	.21	-.70	.48	-.56	.26
Cinsiyet	6.60	1.32	5.01	.00	4.01	9.20

OYO = Olumsuz yaşam olayları; P-O Başa çıkma= Problem-odaklı başa çıkma; D-O Başa çıkma= Duygu-odaklı başa çıkma; %95 Bca= Bias-Corrected and Accelerated Interval; GA=Güven aralığı; SH: Standart hata

Tartışma

Mevcut çalışmada, öncelikle erkek ve kadın üniversite öğrencilerinde olumlu ve olumsuz yaşam olaylarına bağlı olarak saldırıcılık ve stresle başa çıkma tarzları üzerindeki farklılıklar incelenmiştir. Sonrasında, olumsuz yaşam olayları ve saldırıcılık arasındaki ilişkide başa çıkma tarzlarının aracı rolü test edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, daha fazla olumsuz yaşam olayları deneyimleyen kişiler daha fazla olumlu yaşam olayı deneyimleyen kişilerle karşılaştırıldığında saldırıcılık puanları daha yüksektir. Erkeklerin saldırıcılık puanları daha yüksektir. Daha fazla olumlu yaşam olayı bildiren öğrenciler daha fazla problem-odaklı başa çıkma yöntemini kullanırken, daha fazla olumsuz yaşam olayı deneyimleyen öğrenciler ise daha fazla duygu-odaklı başa çıkma tarzını kullanmaktadır. Model analizi sonuçlarına göre, olumsuz yaşam olayları saldırıcılıkla pozitif yönde ilişkilidir. Ayrıca, her iki başa çıkma tarzının olumsuz yaşam olayları ve saldırıcılık arasındaki ilişkide kısmi paralel aracı role sahip olduğu görülmüştür.

Araştırma sonuçlarına göre, erkekler kadınlara göre daha yüksek düzeyde saldırıcılık göstermektedir. Bu bulgu, genel saldırıcılık davranışlarında cinsiyet farklılıklarının tipik olarak görülmediğini, fiziksel ve dolaylı saldırıcılık türlerinde farklılıklar ortaya çıktığını ileri süren. Genel Saldırıcılık Modeli ile uyumludur (Anderson ve Bushman 2002). Bu bulguyu destekler şekilde, daha önceki çalışmalar özellikle akademik baskı koşulları

altında erkeklerin kadınlara göre daha fazla saldırganlık gösterdiğini bildirmektedir (Huang ve ark. 2017). Üstelik, erkekler kadınlara göre daha fazla fiziksel ve sözel saldırganlık gösterdiği gibi (Çelik ve Onat-Kocabıyık 2014, Björkqvist 2018), erkeklerin yıkıcı ve pasif saldırganlık düzeyleri de daha yüksektir (Hasta ve Güler 2013). Saldırganlık üzerinde gözlenen cinsiyet farklılıklarına ilişkin açıklamalar arasında doğum öncesinde hormonlara maruz kalma (Bailey ve Hurd 2005, Coyne ve ark. 2007) ya da cinsiyet rollerinden dolayı özellikle erkeklerde saldırgan davranışların gözlemlenerek ya da taklit edilerek öğrenildiğini belirten sosyal öğrenmenin etkisi yer almaktadır (Bandura ve ark. 1961, Thomas 2003). Saldırgan davranışlarda görülen cinsiyet farklılıklarını anlamada özellikle cinsiyet rollerinin etkisi önemli görünmektedir. Erkeklerin ve kadınların saldırgan davranışlarının nedenleri ve sonuçları hakkındaki düşünceleri, erkeklerin daha fazla saldırgan davranışlar gösterdiği beklentisi üzerine şekillenmektedir (Demirtaş-Madran 2020). Ancak saldırganlığa ilişkin tutum ve inançlar kültürden de etkilenmekte, etnik köken ve kültürel faktörler saldırganlığı açıklamada önemli görülmektedir (Richardson ve Hammock 2007). Cinsiyet ve saldırganlık ilişkisinin karmaşık ve çok yönlü olduğunun ve aynı zamanda saldırgan davranış örüntülerini tam olarak anlamada ve yorumlamada pek çok bakış açısı ve saldırganlığın spesifik türlerinin göz önüne alınması gerektiğinin bilinmesi çok önemlidir.

Bu çalışmada, daha fazla olumsuz yaşam olayları deneyimleyen üniversite öğrencilerinin stresle duygu-odaklı başa çıkma tarzını daha fazla kullanma eğilimi gösterdikleri, daha fazla olumlu yaşam olayları deneyimleyen öğrencilerinin ise problem-odaklı başa çıkma tarzına daha fazla başvurdukları görülmüştür. Bu bulgu, kişilerin olayların sonuçlarının kendi kontrolleri altında olduğunu düşünmeleri durumunda problem-odaklı başa çıkma tarzını tercih ettiklerini ve olayların sonuçlarını kontrol edemeyeceklerini algıladıklarında ise duygu-odaklı başa çıkma tarzını kullanacaklarını belirten Etkileşimsel Stres ve Başa Çıkma Kuramı ile tutarlıdır (Lazarus ve Folkman 1984). Mevcut çalışmada, öğrenciler deneyimledikleri yaşam olaylarının kendilerini ne ölçüde olumlu ya da olumsuz etkilediğini değerlendirmişlerdir. Yaşadıkları olayların etkisini olumlu algılayan öğrenciler, bu olayların sonuçlarının daha kontrol edilebilir ve değiştirilebilir olduğuna inandıkları için problem-odaklı başa çıkma tarzını kullanmaya daha yatkın oldukları görülmektedir. Tam tersi olarak, olayların sonuçlarını kontrol edilemez ve değiştirilemez olarak algılayan öğrenciler daha fazla duygu-odaklı başa çıkma tarzını kullanma eğilimi göstereceklerdir. Ayrıca, araştırmalar duygu-odaklı başa çıkmanın stresle pozitif yönde ilişki gösterdiğini (Hancıoğlu 2017) ve problemlerin çözümsüz kalmasına yol açarak gerilimi artırdığını bildirmektedir (Ito ve Brotheridge 2003). Öte yandan problem-odaklı başa çıkma tarzı ise stresle negatif yönde ilişki göstermektedir (Hobfoll ve ark. 1994, Hancıoğlu 2017) ve strese bağlı sağlık problemlerinde olumlu terapötik etki ile ilişkili bulunmuştur (Chan ve ark. 2006).

Genel Saldırganlık Modeli bireysel ve çevresel pek çok faktörün saldırganlığın ortaya çıkmasına yol açtığını bildirmektedir (Anderson ve Bushman 2002). Bu model, saldırgan davranışın bu faktörlerin çeşitli kombinasyonlarının birleşik etkisinin bir sonucu olarak ortaya çıktığını öne sürmektedir. Saldırganlığa yol açan çevresel faktörlerden biri de stres veren ve hoş gitmeyen olumsuz yaşam olaylarıdır (Anderson ve Bushman 2002, Anderson ve ark. 2008, DeWall ve ark. 2011). Olumsuz yaşam olaylarının intihar gibi (Liu ve Tein 2005) kişinin hem kendine yönelik, hem de akran zorbalığı (Connell ve ark. 2016), şiddet (Gelaye ve ark. 2008) ve saldırganlık (Yang ve ark. 2023) gibi başkalarına yönelik zarar verme davranışlarının önemli bir yordayıcısı olduğu görülmektedir. Alanyazınla tutarlı olarak, olumsuz yaşam olayları bu çalışmada da saldırganlıkla pozitif yönde ilişki göstermiştir. Olumsuz yaşam olayları hoş olmayan, kontrol dışı ve öngörülemez olarak algılanan istenmeyen olaylardır (Sarason ve ark. 1978). Üniversite öğrencileri açısından önemli yaşam olayları ailenin yanından ayrılma, yeni bir ortama katılma, bir işe başlama ya da yakın ilişkilerde değişimler gibi olayları içermektedir. Yaşamın bu gelişim döneminde karşılaşılan değişimler ise her bireyi farklı şekilde etkilemektedir. Daha fazla olumsuz yaşam olayları deneyimleyen öğrencilerin, daha fazla olumlu yaşam olayları deneyimleyen öğrencilere göre saldırganlık puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Beklendiği üzere bu sonuç, akademik eğitim sürecinde karşılaşılan olumsuz yaşam olaylarının (arkadaşlarla ilişkilerde bozulmalar ya da başarısızlık gibi) akran zorbalığı ve şiddet gibi saldırgan davranışların ortaya çıkmasına yol açtığını gösteren geçmiş araştırma sonuçlarıyla tutarlıdır (Gelaye ve ark. 2008, Connell ve ark. 2016, Brown ve ark. 2017, Huang ve ark. 2017).

Bireylerin stresle başa çıkmada kullandığı yöntemler, stres veren olayların etkilerinin üstesinden gelmek için kullandıkları kaynakları temsil etmektedir (Folkman ve Lazarus 1980). Araştırma modelinin sonuçlarına göre, olumsuz yaşam olayları deneyimleme ve daha fazla duygu-odaklı başa çıkma yöntemine başvurma bir arada saldırganlığı artırıcı rolde iken, bu ilişkide problem-odaklı başa çıkma saldırganlığı azaltıcı bir role sahiptir. Her iki başa çıkma yöntemi de, olumsuz yaşam olayları ve saldırganlık arasındaki ilişkiye kısmi olarak aracılık etmektedir. Bu kısmi aracı rol, olumsuz yaşam olaylarının doğrudan ve pozitif yönde saldırganlık düzeyi ile ilişkili olduğunu ve aynı zamanda daha fazla duygu-odaklı başa çıkma ile daha az problem-odaklı başa çıkma aracılığıyla dolaylı olarak saldırganlıkla pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu bulgu Etkileşimsel Stres ve Başa

Çıkma Kuramı ve araştırma hipotezleriyle tutarlıdır. Başa çıkma tarzları ve saldırganlık arasındaki ilişkiye bağlı olarak (Maxwell ve Siu 2008, Carlo ve ark. 2012, Whitman ve Gottdiener 2015), kişiler olumsuz yaşam olaylarının yarattığı stres karşısında her zaman pasif bir şekilde davranmazlar, bunun yerine bu stresörleri yönetmek için başa çıkma yöntemlerini kullanırlar (Lazarus ve Folkman 1984). Başa çıkmanın bilişsel değerlendirme sürecindeki iç ve dış taleplerden kaynaklanan tehdit, meydan okuma ve zarar algısını içeren birincil değerlendirme aşaması ve başa çıkma kaynaklarının yeterliliğinin değerlendirildiği ikincil değerlendirme aşaması, bireylerin yaşam olaylarıyla karşılaştıklarında aktif bir şekilde rol oynadığını göstermektedir. Aynı zamanda, olumsuz yaşam olaylarından sonra aktif başa çıkma yöntemini kullanarak ve pasif başa çıkmadan kaçınarak başkalarına karşı zarar verme davranışları gösterip göstermemeyi belirleyebilirler.

Model analizinin sonuçlarına göre, olumsuz yaşam olaylarına çoğunlukla belirli başa çıkma yöntemleri eşlik etmektedir. Kaçınma, boyun eğme ve çaresizlik gibi tepkileri içeren duygu-odaklı başa çıkma tarzları kontrolü azaltır, sorunların çözümsüz kalmasına yol açar ve gerilimi artırır (Ito ve Brotheridge 2013). Öte yandan problem-odaklı başa çıkma, kişilerin yaşam olaylarının sonuçlarını kontrol edebileceği ve değiştirebileceği yönündeki inançlarını içerdiğinden, sorunu tanımlama ve destek arama gibi probleme doğrudan ve yapıcı yaklaşımları teşvik ederek (Folkman ve Lazarus 1980) yaşam olaylarının getirdiği değişimlere uyum sağlamayı kolaylaştırır (Benus ve ark. 1991). Dolayısıyla problem-odaklı başa çıkma, saldırganlık gibi zararlı ve işlevsel olmayan sonuçlara karşı koruyucu bir faktör görevi görmektedir. Olayları daha olumsuz algılama eğilimi ise duygu-odaklı başa çıkma kullanımını artırırken, problem-odaklı başa çıkma tarzının kullanımını azaltmakta ve dolayısıyla saldırganlık gibi olumsuz davranışların ortaya çıkmasına aracılık etmektedir. Kişi, olumsuz ve stresli bir olayla karşılaştığında ve olayı kontrol edilemez ve değiştirilemez olarak algıladığında, bu durum problem-odaklı başa çıkma yerine kaçınmacı ve duygu-odaklı başa çıkma tarzının kullanılmasına neden olmaktadır (Folkman, 1984). Ayrıca stresli yaşam olayları karşısında duygu-odaklı ve işlevsel olmayan başa çıkma stratejilerinin kullanılması, madde kullanımına yeniden başlama, depresif ve şizofreni belirtilerinin artması gibi olumsuz sonuçlarla da ilişkilidir (Anderson ve ark. 2006, Lewis ve ark. 2015, Wang ve ark. 2021). Bu çalışma, olumsuz yaşam olayları deneyimlemenin, daha fazla duygu-odaklı başa çıkma ve daha az problem-odaklı başa çıkma tarzını kullanma yoluyla saldırganlığın ortaya çıkmasına yol açabileceğini göstermektedir. Dolayısıyla, etkili başa çıkma tarzlarını geliştirmek, olumsuz yaşam olayları ile saldırganlık arasındaki ilişkinin azalmasına yardımcı olacaktır.

Bir bütün olarak bu araştırma, olumsuz yaşam olayları ile saldırganlık arasındaki ilişkide başa çıkma tarzlarının aracılık rollerini göstermeye yönelik öncü bir çabayı temsil etmekte ve böylelikle bu alandaki bilgiyi artırmayı hedeflemektedir. Alanyazın incelendiğinde benzer bir çalışmaya rastlanılmamış olmakla birlikte, sonuçlar değerlendirilirken çalışmanın sınırlılıklarının da göz önünde bulundurulması gerektiği unutulmamalıdır. Bu çalışmada kullanılan ölçekler öz-bildirime dayalı ölçeklerdir ve katılımcılar sosyal olarak kabul edilebilir olduğuna inandıkları yanıtları verme eğilimi göstermiş olabilirler. Bunun için, yaşam olayları ve saldırganlık arasındaki ilişkiyi değerlendirecek olan gelecek çalışmalarda şiddet davranışları göstermiş bireylerle çalışılması önerilmektedir. Bu çalışmanın bir diğer sınırlılığı ise örneklemin üniversite öğrencilerinden oluşması nedeniyle ele alınan yaşam olaylarının öğrencilerin yaşadığı gelişimsel döneme özgü olmasıdır. İş hayatı ve işini kaybetme, evlilik ve çocuk sahibi olma gibi diğer gelişim dönemlerine ait olan stresli yaşam olaylarına ilişkin sorulara yer verilmemiştir. Bu nedenle mevcut çalışmanın yalnızca üniversite öğrencilerinin bu döneme özgü yaşadıkları olumlu ve olumsuz yaşam olayları ile bu olayların yarattığı stresle nasıl başa çıktıkları ve saldırganlık arasındaki ilişkileri ele aldığı dikkate alınmalıdır. Gelecekteki araştırmalar, bu çalışmaya benzer değişkenlerle 35 yaş üstü yetişkinlerle ya da ileri yetişkinlik dönemindeki bireylerle tekrarlanabilir. Ayrıca yaşam olaylarının türlerinin cinsiyet açısından saldırganlık üzerindeki etkisine bakılabilir. Genel Saldırganlık Modeli çerçevesinde gerçekleştirilecek gelecekteki çalışmalarda, modelin diğer boyutlarından seçilecek değişkenlerle (cinsiyet rollerine ilişkin tutumlar, benlik saygısı, iç/dış kontrol odağı, alkol/madde kullanımı, kişilik özellikleri gibi) birlikte kapsamlı bir modelin test edilmesi önerilmektedir. Unutulmaması gereken bir diğer sınırlılık ise mevcut çalışmanın kesitsel bir araştırma olmasıdır. Olumsuz yaşam olayları, saldırganlık ve başa çıkma tarzları arasındaki dinamik ilişkide yer alan aracı ve düzenleyici değişkenlerin daha iyi ortaya konulması için ileride yapılacak boylamsal çalışmalara da ihtiyaç vardır. Olumsuz yaşam olayları ile saldırganlık arasındaki karmaşık ilişkiyi anlamaya gelecekteki çalışmalarda kişilik özellikleri, sürekli öfke, algılanan yaşam doyumu, çocukluk çağı travmaları, olumsuz duygulanım, dürtüsellik ve psikolojik iyi oluş potansiyel aracı değişkenler olarak önerilmektedir. Ayrıca gelecekte majör depresif bozukluk, şizofreni, alkol ve madde kullanım bozukluğu tanısı alan farklı gruplarda da benzer bir çalışma gerçekleştirilebilir. Son olarak bu çalışmada saldırganlık bir tutum olarak ölçülmüştür; bu nedenle gelecekteki çalışmalarda yakın zamandaki saldırgan davranışları davranışsal olarak değerlendiren ölçeklerin kullanılması önerilmektedir.

Sonuç

Üniversite hayatı ergenlik sonrası beliren yetişkinliğe geçişteki önemli yılları kapsar. Bu dönemde öğrenciler hayatın yeni alanlarına dahil olur, akademik gelişim için çaba gösterir, ailelerini bırakıp bireyselleşmeye başlar, okurken çalışır, kısacası hayata başlarlar. Ebeveynlerle ilişkilerdeki değişiklikler, sosyal etkileşimler, ekonomik koşullar ve cinsellik bu dönemde gelişimin ve keşfin gerçekleştiği önemli alanlardır. Tüm bu değişiklikler ve buna eşlik eden yaşam olayları, üniversite öğrencilerinin bu olayları olumsuz olarak algılayıp algılamamalarına bağlı olarak duygusal stres düzeylerini artırabilmektedir (örneğin Jackson ve Finney 2002). Olayların olumsuz değerlendirilmesi stres yaşama olasılığını artırmaktadır (Aksöz-Efe 2018). Birikimli ve kalıcı olarak devam eden algılanan stres ve olumsuz yaşam olayları ile etkili bir şekilde başa çıkamama, üniversite öğrencilerinde ruh sağlığı sorunları için risk faktörü oluşturmaktadır (Tavolacci ve ark. 2013, Tang ve ark. 2015, Mosallam ve Thabet 2016). Ayrıca, bu çalışmanın sonuçları, yaşam olaylarını olumsuz olarak değerlendirmenin ve seçilen başa çıkma yönteminin, cinsiyet ve yaşın etkisi kontrol edildikten sonra beliren yetişkinlerin saldırgan davranışta bulunma olasılığı ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla bu sonuç danışmanlık açısından önemli klinik çıkarımlar sağlamaktadır.

Mevcut sonuçlar, danışmanlık sürecinde beliren yetişkinlerin yalnızca olumsuz yaşam olaylarının düzeyinin değil, aynı zamanda kullandıkları başa çıkma stratejilerinin türünün de aynı anda değerlendirilmesi gerektiğini önermektedir. Bu faktörlerin bir arada ele alınması, klinik müdahalelerde kişinin kendine zarar vermesini (örneğin, intihar) ve özellikle başkalarına yönelik saldırgan davranışlarını (örneğin, fiziksel şiddet) önleyici olacaktır. Problem-odaklı başa çıkma becerilerinin güçlendirilmesi (özgüvenin, iyimser tutumların ve sosyal destek arayışının artırılması), stresli yaşam olaylarını ele alırken olumsuz davranışsal sorunların da azaltılmasında etkili olacaktır. Benzer şekilde ruh sağlığı uzmanları, bir soruna farklı perspektiflerden bakmanın bireylerin yeni çözümler bulmasına ve daha yapıcı bir bakış açısı geliştirmesine yardımcı olabilecek bir yaklaşım olan yeniden çerçevelemeyi kullanabilir. Dolayısıyla bu yaklaşım, bireyin duygu-odaklı başa çıkma tarzlarından biri olan problemden kaçınma eğilimini azaltabilir. Bununla beraber, ruh sağlığı profesyonelleri danışanlarının mevcut sosyal kaynaklarını harekete geçirerek onları destekleyebilir.

Bu çalışma, problem-odaklı başa çıkma tarzının, olumsuz yaşam olaylarıyla başa çıkarken olumsuz sonuçları hafiflettiğini göstermektedir. Problem-odaklı başa çıkma tarzı, bireyin olayları çözmesi ve kısa sürede üstesinden gelmesi için aktif çaba gösterdiği anlamına gelmektedir (Kim ve ark. 2003, Clarke 2006, Hancıoğlu 2017). Bu çalışma aynı zamanda olumsuz yaşam olayları ile başa çıkmada çaresiz ve boyun eğici yaklaşımları içeren duygu-odaklı başa çıkma tarzının kullanılmasının saldırganlık gibi olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğunu da ortaya koymaktadır. Duygu-odaklı başa çıkma tarzının kullanılması problem çözme engellemekte, gerilimin devam etmesine ve zarar veren davranışların ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu doğrultuda, beliren yetişkinlerin özel ihtiyaçlarını karşılamayı, problem-odaklı ve işlevsel başa çıkma stratejilerini geliştirmeyi ve aynı zamanda olumsuz başa çıkma tarzlarını önlemeyi amaçlayan bireysel (örneğin, psikoeğitim) ve grup temelli yapılandırılmış müdahale programları, saldırganlık gibi olumsuz davranışsal sonuçların önlenmesinde faydalı olabilir. Bu bağlamda son araştırmalar, işlevsel başa çıkma stratejilerinin üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşlarıyla güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu (Freire ve ark. 2016), işlevsel olmayan başa çıkma stratejilerinin ise üniversite öğrencilerinde ruh sağlığı sorunlarıyla (Sawhney ve ark. 2020) ve yetişkinlikte depresif belirtilerin artmasıyla (Yeşiloğlu ve ark. 2023) ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca alanyazın, başa çıkma becerilerini geliştirmek için tasarlanmış müdahale programlarından biri olan Etkili Başa Çıkma Eğitim Programının, önemli yaşam olaylarının (örneğin, omurilik yaralanması ve HIV tanısı almak) ardından depresyon, kaygı ve duygusal strese karşı koruyucu olduğu fikrini desteklemektedir (Chesney ve ark. 2003, Kennedy ve ark. 2003). Bu görüşler, olumsuz yaşam olayları yaşayan üniversite öğrencilerine ve danışanlara destek sağlayan ruh sağlığı uzmanları için değerlidir; çünkü bireyin etkili başa çıkma kaynaklarını anlamak ve değerlendirmek, saldırganlık gibi zararlı sonuçları önlenmesinde önemli bir rol oynayabilir.

Kaynaklar

- Aksöz-Efe İ (2018) Olumsuz yaşam olayları, psikolojik danışma hizmeti alma, ruminasyon ve stres arasındaki ilişki. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 51:95-119.
- Anderson CA, Buckley KE, Carnagey NL (2008) Creating your own hostile environment: A laboratory examination of trait aggressiveness and the violence escalation cycle. *Pers Soc Psychol Rev*, 34:462-473.
- Anderson CA, Bushman BJ (2002) Human aggression. *Annu Rev Psychol*, 53:27-51.
- Anderson KG, Ramo DE, Brown SA (2006) Life stress, coping and comorbid youth: An examination of the stress-vulnerability model for substance relapse. *J Psychoactive Drugs*, 38:255-62.

- Arnett JJ (2000) Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *Am Psychol*, 55:469-480.
- Arnett JJ (2007) Emerging adulthood: What is it, and what is it good for?. *Child Dev Perspect*, 1:68-73.
- Arnett JJ, Žukauskienė R, Sugimura K (2014) The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. *Lancet Psychiatry*, 1:569-576.
- Aslanoğlu S (1978) Habis tümörlerinin oluşumunda stresin rolü. (Yüksek lisans tezi). Ankara, Hacettepe Üniversitesi.
- Bailey AA, Hurd PL (2005) Finger length ratio (2D: 4D) correlates with physical aggression in men but not in women. *Biol Psychol*, 68:215-222.
- Bandura A, Ross D, Ross SA (1961) Transmission of aggression through imitation of aggressive models. *J Abnorm Soc Psychol*, 63:575-582.
- Benus RF, Bohus B, Koolhaas JM, Van Oortmerssen GA (1991) Heritable variation for aggression as a reflection of individual coping strategies. *Experientia*, 47:1008-1019.
- Björkqvist K (2018) Gender differences in aggression. *Cur Opin Psychol*, 19:39-42.
- Brougham RR, Zail CM, Mendoza CM, Miller JR (2009) Stress, sex differences, and coping strategies among college students. *Curr Psychol*, 28:85-97.
- Brown S, Fite PJ, DiPierro M, Bortolato M (2017) Links between stressful life events and proactive and reactive functions of aggression. *J Aggress Maltreat Trauma*, 26:691-699.
- Carlo G, Mestre MV, McGinley MM, Samper P, Tur A, Sandman D (2012) The interplay of emotional instability, empathy, and coping on prosocial and aggressive behaviors. *Pers Individ Dif*, 53:675-680.
- Chan I, Au A, Li P, Chung R, Lee MP, Yu P (2006) Illness-related factors, stress and coping strategies in relation to psychological distress in HIV-infected persons in Hong Kong. *AIDS Care*, 18:977-982.
- Chang EC, Yu EA, Yu T, Kahle ER, Hernandez, Kim JM et al. (2016) Ethnic variables and negative life events as predictors of depressive symptoms and suicidal behaviors in Latino college students: on the centrality of Receptivo a los Demás. *Hisp J Behav Sci*, 38:206-221.
- Chesney MA, Chambers DB, Taylor JM, Johnson LM, Folkman S (2003) Coping effectiveness training for men living with HIV: Results from a randomized clinical trial testing a group-based intervention. *Psychosom Med*, 65:1038-1046.
- Clarke AT (2006) Coping with interpersonal stress and psychosocial health among children and adolescents: A meta-analysis. *J Youth Adolesc*, 35:10-23.
- Connell NM, Morris RG, Piquero AR (2016) Predicting bullying: Exploring the contributions of childhood negative life experiences in predicting adolescent bullying behavior. *Int J Offender Ther Comp Criminol*, 60:1082-1096.
- Coyne SM, Manning JT, Ringer L, Bailey L (2007) Directional asymmetry (right-left differences) in digit ratio (2D: 4D) predict indirect aggression in women. *Pers Individ Dif*, 43:865-872.
- Cupina D (2009) Life events, gender and suicidal behaviours in the acute community setting. *Australas Psychiatry*, 17:233-236.
- Çelik H, Otrar M (2009) Saldırganlık Envanterinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 29:101-120.
- Demirtaş-Madran HA (2020) Cinsiyet ve saldırganlık ilişkisi: Görgül ve kuramsal çalışmalara güncel bir bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 23:97-114.
- DeWall CN, Anderson CA, Bushman BJ (2011) The general aggression model: Theoretical extensions to violence. *Psychol Violence*, 1:245-258.
- Dogra AK, Basu S, Das S (2008) The roles of personality, stressful life events, meaning in life, reasons for living on suicidal ideation: A study in college students. *SIS Journal of Projective Psychology & Mental Health*, 15:52-57.
- Ding S, Shi W, Ding L, Chen Y, Dai J, Yuan H et al. (2022) The relationship between life events, life satisfaction, and coping style of college students. *Psychol Health Med*, doi: 10.1080/13548506.2022.2115181.
- Dwyer P, Wyn J (2004) *Youth, Education and Risk: Facing the Future*. New York, Routledge.
- Ferrer M, Carbonell X, Sarrado JJ, Cebrià J, Virgili C, Castellana M (2010) Distinguishing male juvenile offenders through personality traits, coping strategies, feelings of guilt and level of anger. *Span J Psychol*, 13:751-764.
- Flannery KM, Vannucci A, Ohannessian CM (2018) Using time-varying effect modeling to examine age-varying gender differences in coping throughout adolescence and emerging adulthood. *J Adolesc Health*, 62:S27-S34.
- Folkman S (1984) Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *J Pers Soc Psychol*, 46:839-852.
- Folkman S, Lazarus RS (1980) An analysis of coping in a middle-aged community sample. *J Health Soc Behav*, 21:219-239.
- Folkman S, Lazarus RS, Dunkel-Schetter C, DeLongis A, Gruen RJ (1986) Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *J Pers Soc Psychol*, 50:992-1003.
- Freire C, Ferradás MDM, Valle A, Núñez JC, Vallejo G (2016) Profiles of psychological well-being and coping strategies among university students. *Front Psychol*, 7:1554.
- Gelaye B, Philpart M, Goshu M, Berhane Y, Fitzpatrick AL, Williams MA (2008) Anger expression, negative life events and violent behaviour among male college students in Ethiopia. *Scand J Public Health*, 36:538-545.
- Gladue BA (1994) Aggression Inventory. In *Measures for Clinical Practice: A sourcebook: Vol. 2 Adults*, 4th ed. (Eds. J Fischer, K Corcoran): 40-42. New York, Oxford University Press.

- Hall NC, Chipperfield JG, Perry RP, Ruthig JC, Goetz T (2006) Primary and secondary control in academic development: Gender-specific implications for stress and health in college students. *Anxiety Stress Coping*, 19:189-210.
- Hancıoğlu Y (2017) Üniversite öğrencilerinin algıladıkları stres düzeyleri ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yönetim ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 15:130-149.
- Hasta D, Güler ME (2013) Saldırganlık: Kişilerarası ilişki tarzları ve empati açısından bir inceleme. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4:64-104.
- Hayes AF (2013) *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-based Approach*. New York, Guilford Press.
- Hobfoll SE, Dunahoo CL, Ben-Porath Y, Monnier J (1994) Gender and coping: The dual-axis model of coping. *Am J Community Psychol*, 22:49-82.
- Huang J, Tang J, Tang L, Chang HJ, Ma Y, Yan Q et al. (2017) Aggression and related stressful life events among Chinese adolescents living in rural areas: A cross-sectional study. *J Affect Disord*, 211:20-26.
- Ito JK, Brotheridge CM (2003) Resources, coping strategies, and emotional exhaustion: A conservation of resources perspective. *J Vocat Behav*, 63:490-509.
- Jackson PB, Finney M (2002) Negative life events and psychological distress among young adults. *Soc Psychol Q*, 65:186-201.
- Kennedy P, Duff J, Evans M, Beedie A (2003) Coping effectiveness training reduces depression and anxiety following traumatic spinal cord injuries. *Br J Clin Psychol*, 42:41-52.
- Kim HW, Greenberg JS, Seltzer MM, Krauss MW (2003) The role of coping in maintaining the psychological well-being of mothers of adults with intellectual disability and mental illness. *J Intellect Disabil Res*, 47:313-327.
- Lazarus RS (1993) Coping theory and research: past, present, and future. *Psychosom Med*, 55:234-247.
- Lazarus RS (2000) Toward better research on stress and coping. *Am Psychol*, 55:665-673.
- Lazarus RS, Folkman S (1984) *Stress, Appraisal, and Coping*. New York, Springer
- Lewis JV, Abramowitz S, Koenig LJ, Chandwani S, Orban L (2015) Negative life events and depression in adolescents with HIV: A stress and coping analysis. *AIDS Care*, 27:1265-74.
- Liu X, Tein JY (2005) Life events, psychopathology, and suicidal behavior in Chinese adolescents. *J Affect Disord*, 86:195-203.
- Matud MP (2004) Gender differences in stress and coping styles. *Pers Individ Dif*, 37:1401-1415.
- Maxwell JP, Siu OL (2008) The Chinese Coping Strategies Scale: Relationships with aggression, anger, and rumination in a diverse sample of Hong Kong Chinese adults. *Pers Individ Dif*, 44:1049-1059.
- Mosallam AY, Thabet AA (2016) Coping with stressful life events and mental health disorders among university students. *BAOJ Psychology*, 1:011.
- Owen DM, Hastings RP, Noone SJ, Chinn J, Harman K, Roberts J et al. (2004) Life events as correlates of problem behavior and mental health in a residential population of adults with developmental disabilities. *Res Dev Disabil*, 25:309-320.
- Perez-Tejada J, Garmendia L, Labaka A, Vegas O, Gómez-Lazaro E, Arregi A (2019) Active and passive coping strategies. *Clin J Oncol Nurs*, 23:583-590.
- Preacher KJ, Hayes AF (2008) Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behav Res Methods*, 40:879-891.
- Rafnsson FD, Jonsson FH, Windle M (2006) Coping strategies, stressful life events, problem behaviors, and depressed affect. *Anxiety Stress Coping*, 19:241-257.
- Reifman A, Arnett JJ, Colwell MJ (2007) Emerging adulthood: Theory, assessment, and application. *J Youth Dev*, 2:37-48.
- Richardson DS, Hammock GS (2007) Social context of human aggression: Are we paying too much attention to gender? *Aggress Violent Behav*, 12:417-426.
- Sarason IG, Johnson JH, Siegel JM (1978) Assessing the impact of life changes: Development of the life experiences survey. *J Consult Clin Psychol*, 46:932-946.
- Sawhney M, Kunen S, Gupta A (2020) Depressive symptoms and coping strategies among Indian university students. *Psychol Rep*, 123:266-280.
- Shaban N, Kumar P (2016) Young adults and aggression: A comparative study of gender differences. *Int J Indian Psychol*, 3:106-114.
- Sprague J, Verona E, Kalkhoff W, Kilmer A (2011) Moderators and mediators of the stress-aggression relationship: Executive function and state anger. *Emotion*, 11:61-73.
- Sun JW, Xue JM, Bai HY, Zhang HH, Lin PZ, Cao FL (2016) The association between negative life events, neuroticism and aggression in early adulthood. *Pers Individ Dif*, 102:139-144.
- Şahin NH, Durak A (1995) Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite öğrencileri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10:56-73.
- Tang F, Xue F, Qin P (2015) The interplay of stressful life events and coping skills on risk for suicidal behavior among youth students in contemporary China: A large scale cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 15:182.

- Tavolacci MP, Ladner J, Grigioni S, Richard L, Villet H, Dechelotte P (2013) Prevalence and association of perceived stress, substance use and behavioral addictions: A cross-sectional study among university students in France, 2009–2011. *BMC Public Health*, 13:724.
- Thomas SP (2003) Men's anger: A phenomenological exploration of its meaning in a middle-class sample of American men. *Psychol Men Masc*, 4:163-175.
- Tüzün Z (1997) Life events, depression, social support systems, reasons for living and suicide probability among university students. (Master's degree thesis). Ankara, Middle East Technical University (METU).
- Wang Q, Zhu X, Jiang X, Li M, Chang R, Chen B et al. (2021) Relationship between stressful life events, coping styles, and schizophrenia relapse. *Int J Ment Health Nurs*, 30:1149-1159.
- Werbart Törnblom A, Sorjonen K, Runeson B, Rydelius PA (2021) Life events and coping strategies among young people who died by suicide or sudden violent death. *Front Psychiatry*, 12:670246.
- Whitman CN, Gottdiener WH (2015) Implicit coping styles as a predictor of aggression. *J Aggress Maltreat Trauma*, 24:809-824.
- Yang SL, Tan CX, Li J, Zhang J, Chen YP, Li YF et al. (2023) Negative life events and aggression among Chinese rural left-behind adolescents: do self-esteem and resilience mediate the relationship?. *BMC Psychiatry*, 23:167.
- Yeşiloğlu C, Tamam L, Demirkol ME, Namlı Z, Karaytuğ MO, Şenbayram Güzelbaba Ş (2023) The relationship of coping skills with psychache in patients with depressive disorder. *Medicine*, 102:e34339.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Not: "Olumsuz yaşam olayları, başa çıkma tarzları ve saldırganlık" konulu bir pilot çalışma yürütülmüş ve EAPL Annual Conference: New Challenges in Psychology and Law: Science into Practice (5-8 Temmuz 2016, Toulouse - Fransa) kongresinde poster olarak sunulmuştur.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.

Acknowledgment: A pilot study about "adverse life events, coping styles, and aggression" was conducted and presented as a poster in Annual Conference of the EAPL: New Challenges in Psychology and Law: Science into Practice (5-8 July 2016, Toulouse - France).