

**T. C.
ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI
AİLE DANIŞMANLIĞI BİLİM DALI**

**ERGENLERİN ALGILADIKLARI EBEVEYN PSİKOLOJİK KONTROLÜ,
ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR VE UYUM SORUNLARI İLİŞKİSİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BAŞAK SİMGE BİTANE

**ÇANAKKALE
AĞUSTOS, 2019**

**T. C.
Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Aile Danışmanlığı Anabilim Dalı
Aile Danışmanlığı Bilim Dalı**

**Ergenlerin Algıladıkları Ebeveyn Psikolojik Kontrolü, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar
ve Uyum Sorunları İlişkisinin İncelenmesi**

**Başak Simge BİTANE
(Yüksek Lisans Tezi)**

**Danışman
Prof. Dr. Ercan KOCAYÖRÜK**

**Bu çalışma, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri
Koordinasyon Birimince desteklenmiştir.
Proje No: 2617**

**Çanakkale
Ağustos, 2019**

Taahhütname

Yüksek lisans bitirme tezi olarak sunduğum 'Ergenlerin Algıladıkları Ebeveyn Psikolojik Kontrolü, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Uyum Sorunları İlişkisinin İncelenmesi' adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve değerlere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yaparak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

21.08.2019

Başak Simge BİTANE



Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Onay

Başak Simge BİTANE tarafından hazırlanan çalışma, 23/07/2019 tarihinde yapılan tez savunma sınavı sonucunda jüri tarafından başarılı bulunmuş ve Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Referans No :10180288.....

Akademik Unvan	Adı SOYADI	İmza	
Prof. Dr.	Ercan KOCAYÖRÜK		Danışman
Prof. Dr.	Ferda AYSAN		Üye
Dr. Öğretim Üyesi	Bekir ÇELİK		Üye

Tarih:

İmza:

Prof. Dr. Salih Zeki GENÇ

Enstitü Müdürü

Önsöz

Aile kişilerin sağlıklı bir birey, toplumun sağlıklı bir toplum olmasında en önemli etkiye sahiptir. Bu çalışma, akran ilişkilerinin ön plana çıktığı, aile içi iletişim ve etkileşimin büyük değişme yaşadığı ergenlik döneminde ebeveynlerin uyguladıkları kontrolün ve karşılanmayan temel ihtiyaçların ergenin uyumuna nasıl etki ettiğini ortaya koymayı amaçlamıştır.

Bu meşakkatli ancak sonuna geldiğinizde çok değerli olan süreçte yardım ve desteklerini esirgemeyen tez danışmanım Prof. Dr. Ercan KOCAYÖRÜK'e, tez savunmamda jüri üyeliği yaparak çalışmama katkıda bulunan Prof. Dr. Ferda AYSAN ve Dr. Öğr. Üyesi Bekir ÇELİK'e teşekkürlerimi sunuyorum.

Tez verilerimin giriş sürecinde yardımlarını esirgemeyen Hülya YAVUZ a, tüm süreçlerde başım sıkıştıkça danıştığım sevgili arkadaşım Eda ALTUNAL'a, moral motivasyonunu eksik etmeyen dostlarıma, araştırmamda kolaylık sağlayan tüm okul müdürleri ve değerli öğretmenlere, sabır ve içtenlikle tüm ölçeklerimi yanıtlayan öğrencilere çok teşekkür ederim.

Ebeveynlikleriyle sağlıklı bir birey olmamda, sağlıklı bir ailenin temelini atmamda hayatımın her alanında her anında yanımda olan canım ailem, size teşekkürümü sayfalarca yazsam yetersiz kalır. Canım babam Okan KISMET, canımın içi annem Deniz KISMET ve birtanecik kardeşim Oğuz Ata KISMET, iyi ki varsınız.

Tez sürecinde yer yer kendisini ihmal ettiğim zamanlarda bana darılmayan, sabrı ve varlığıyla bana güç veren değerli eşim Oktay BİTANE'ye sonsuz teşekkürler. Desteğin en büyük hediyem...

Annem, Babam, Kardeşim ve Eşim'e...

Özet

Ergenlerin Algıladıkları Ebeveyn Psikolojik Kontrolü, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Uyum Sorunları İlişkisinin İncelenmesi

Ailelerin geçirdiği en önemli evrelerden biri çocuklarının ergenlik dönemidir. Ergenlik dönemi aileler için olduğu kadar ergenler içinde zorlu bir dönem olmakta ve ergenler bu dönemde fazlaca uyum sorunları yaşamaktadır. Ergen bireyin özerklik çabasına karşın ebeveynlerin kontrol çabasının bulunduğu bu dönemde ebeveynlerin uyguladığı kontrol oldukça önemlidir. Bu çalışmada ebeveynlerin uyguladıkları psikolojik kontrol, gelişimin erken dönemlerinde başlayan, çocukluk ya da ergenlik döneminde gelişim gösteren, yaşam doyumu ve uyumunu etkileyen bilişsel örüntüler olarak tanımlanan 'erken dönem uyumsuz şemalar ve ergenlerin uyum sorunları arasındaki ilişki incelenmiştir.

Çalışmanın amacı, aileden algılanan psikolojik kontrol ve erken dönem uyumsuz şemaların, ergenlerin uyum sorunlarını anlamlı bir biçimde yordayıp yordamadığının incelenmesidir. Araştırmada, ayrıca ebeveyn psikolojik kontrolünün, erken dönem uyumsuz şemalarının ve uyum sorunlarının bazı değişkenlerle (ergen cinsiyeti, ebeveyn eğitim düzeyi, ebeveyn cinsiyeti) ilişkilerinin ortaya konması amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini Türkiye de yaşayan tüm ergenler oluştururken hedef örnekleme ise Çanakkale ili merkez ilçede lise eğitimini sürdüren 9 ve 10. sınıfta okuyan ergenler oluşturmaktadır. Örneklem grubu, 2018-2019 eğitim öğretim yılında M.E.B bağlı Çanakkale ili merkez ilçelerdeki liselerde eğitimini sürdüren ergenlerden oluşmuştur ve örneklem sayısı 462'dir. Araştırmada ergenlere Kişisel Bilgi Formu, Psikolojik Kontrol Ölçeği, 10-16 Yaş Çocuk ve Ergenler için Erken Dönem Uyumsuz Şema Ölçekler Takımı (ÇEŞÖT) ve Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri (REUTE) uygulanmıştır.

Araştırmadan elde edilen veriler Spss 20.0 paket programıyla analiz edilmiş, cinsiyet

ve diğ er değ işkenler açısından farklılaşmalar için t Testi ve One-way Anova, ebeveyn psikolojik kontrolü, erken dönem uyumsuz şemalar ve uyum sorunları değ işkenlerinin ilişkilerinin analizi için Pearson Korelasyon analizi ve uyum sorunlarını yordayan değ işkenlerin belirlenebilmesi için Hiyerarşik Regresyon Analizi uygulanmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar incelendiğ inde, kızların erkeklere göre uyum sorunlarının daha yüksek olduğ u ve algılanan psikolojik kontrolün ergenlerin cinsiyetine göre farklılık gstermediğ i bulunmuştur. Erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsiyet arasındaki ilişkide ise kopukluk ve reddedilmişlik, zedelenmişzerklik ve performans ile aşırı tetikte olma baskılama/ ketleme şema alanlarında kızların lehine sonuçlar elde edilmiştir. Anne baba eę itim düzeylerinin psikolojik kontrol üzerinde anlamlı farklılık gstermediğ i görülmüştür. Annelerin eę itim düzeyleri yükseldikçe ergenlerin uyum sorunları puanlarının arttığ ı, babaların eę itim düzeyinin ise ergenlerde yalnızca olumlu benlik sorununda farklılaştığ ı görülmüştür. şemalarda ise ebeveyn eę itim düzeyiyle anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ebeveynleri boşanmış olan ya da ayrı yaşayan ergenlerin uyum sorunlarının evlilere göre daha yüksek olduğ u görülmüştür. Psikolojik kontrol ve erken dönem uyumsuz şemaların birlikte uyum sorunlarının yordanmasında etkili olduğ u sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Erken Dönem Uyumsuz şemalar, Ergenlik, Uyum Sorunları, Psikolojik Kontrol

Abstract

An Examination of the Relationship between Adolescents's Perceived Parental Psychological Control, Early Maladaptive Schemas and Adjustment Problems

One of the most important stage in families is the adolescence period of their children. During this period, adolescents experience adjustment problems. Adolescents wants to be autonomic. Parents use different control types to bring under the control adolescents. The purpose of this study was to investigate the relationships between psychological control applied by parents, early maladaptive schemas and adolescents adjustment problems. For this purpose, 462 adolescents between the ages 13-16 selected in the current study. Psychological Control Scale, Early Maladaptive Schema Questionnaires Set for Children and Adolescents between the ages of 10-16, Reynolds Adaptive Survey Scale for Adolescents and a demographic information form were used to collect data. Independent samples t-test, hierarchical regression analysis and one-way anova tests were used to analyze the data. Results indicated that, paternal psychological control, disconnection and rejection schema, impaired limits schema, other- directedness schema and overvigilance and inhibition schema werefound as predictors of adjustment tproblems.

KeyWords: Adolescent, Early Maladaptive Schemas, Adjustment Problems, Psychological Control

İçindekiler

Onay Sayfası	iv
Önsöz.....	v
Özet	vi
Abstract	viii
İçindekiler.....	ix
Ekler	iii
Tablolar Listesi.....	iii
Bölüm I: Giriş.....	1
Problem Durumu	1
Problem Cümlesi	3
Araştırmanın Alt Problemleri.....	3
Araştırmanın Amacı	3
Araştırmanın Önemi	4
Araştırmanın Sınırlılıkları	5
Araştırmanın Sayıltıları	5
Bölüm II: Kavramsal Çerçeve.....	6
Aile ve Aile Yaşam Döngüsü.....	6
Ebeveyn Kontrolü	9
Davranışsal Kontrol	11
Psikolojik Kontrol.....	11
Şema Terapi.....	15
Şema Kavramı ve Erken Dönem Uyumsuz Şema	15
Şemaların Gelişimi	17
Şema Alanları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar.....	18
Alanyazın	34
Ergenlerde Algılanan Psikolojik Kontrole ve Uyuma Yönelik Yapılan Araştırmalar	34
Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Ergenlerde Uyum Sorunlarına Yönelik Araştırmalar	39
Bölüm III: Yöntem	45
Araştırmanın Modeli.....	45
Evren ve Örneklem	45
Veri Toplama Araçları	45
Kişisel Bilgi Formu	45

Psikolojik Kontrol Ölçeği	46
10-16 Yaş Çocuk ve Ergenler için Erken Dönem Uyumsuz Şema Ölçekler Takımı (ÇEŞÖT).....	46
Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri (REUTE).....	47
Verilerin Toplanması.....	48
Verilerin Analizi.....	49
Bölüm IV: Bulgular.....	50
Demografik Özelliklere Ait Bulgular.....	50
Algılanan Ebeveyn Psikolojik Kontrolü, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Uyum Sorunları Değişkenlerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi	51
Ergenlerin Uyum Sorunları ve Alt Boyut Puanlarının Sınıf Düzeyine Göre Karşılaştırılması	53
Ergenlerin Ebeveyninden Algıladıkları Psikolojik Kontrol, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Uyum Sorunları Puanlarının Anne- Baba Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması.....	54
Ergenlerin Uyum Sorunları Düzeylerinin Ve Alt Boyutlarının Aile Durumuna Göre Karşılaştırılması	59
Psikolojik Kontrol, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Ve Uyum Değişkenleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi	60
Psikolojik Kontrol ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Uyum Sorunlarını Yordaması	62
Bölüm V: Tartışma, Sonuç Ve Öneriler.....	65
Tartışma.....	65
Psikolojik kontrol, uyum sorunları ve erken dönem uyumsuz şemalar değişkenlerini demografik verilere göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması	65
Algılanan ebeveyn psikolojik kontrolü ve erken dönem uyumsuz şemaların uyum sorunları değişkenine göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması.....	70
Sonuçlar.....	73
Öneriler.....	74
Kaynakça.....	76
Ekler	92

Ekler

Ek-1. Kişisel Bilgi Formu.....	92
Ek-2.10-16 Yaş Çocuk ve Ergenler İçin Erken Dönem Uyumsuz Şema Ölçekler Takımı (Çeşöt)'nin Madde Örnekleri.....	94
Ek-3. Psikolojik Kontrol Ölçeği.....	96
Ek-4.Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri.....	97



Tablolar Listesi

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Demografik Özellikleri Dağılımı.....	50
Tablo 2. Katılımcıların Anne ve Babadan Algılanan Psikolojik Kontrol Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi (<i>t</i> - Testi).....	51
Tablo 3. Katılımcıların Uyum Sorunları Değişkeni ve Alt Boyutlarına Ait Puanların Cinsiyete Göre İncelenmesi.....	52
Tablo 4. Katılımcıların Erken Dönem Uyumsuz Şemalara Ait Puanların Cinsiyete Göre İncelenmesi.....	53
Tablo 5. Katılımcıların Uyum Sorunları Değişkeni ve Alt Boyutlarına Ait Puanların Sınıf Düzeylerine Göre İncelenmesi.....	54
Tablo 6. Katılımcıların Uyum Sorunları Değişkeni ve Alt Boyutlarına Ait Puanların Anne Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi.....	55
Tablo 7. Katılımcıların Uyum Sorunları Değişkeni ve Alt Boyutlarına Ait Puanların Baba Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi.....	56
Tablo 8. Katılımcıların Anne ve Baba Eğitim Düzeyleri ile Anneden ve Babadan Algılanan Psikolojik Kontrol Düzeylerinin Karşılaştırılması.....	57
Tablo 9. Katılımcıların Erken Dönem Uyumsuz Şemalarının Anne Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması.....	58
Tablo 10. Katılımcıların Erken Dönem Uyumsuz Şemalarının Baba Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması.....	59
Tablo 11. Katılımcıların Uyum Sorunları Değişkeni ve Alt Boyutlarına Aile Durumuna Göre İncelenmesi.....	60
Tablo 12. Modelde Yer Alan Değişler Arasındaki İlişkiler.....	61
Tablo 13. Psikolojik Kontrol ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Değişkenlerinin Uyum Sorunlarını Yordamasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları.....	62

Bölüm I: Giriş

Problem Durumu

İnsan yaşamındaki en önemli kavramlarından birisi 'ailedir'. Aile toplumun en küçük yaşam birimidir. Sağlıklı bir toplumun oluşması ancak sağlıklı ilişkilere sahip ailelerle mümkün olabilir. Her ailenin yaşamının, ilişkilerinin ve iletişiminin evreleri vardır. Ailenin yaşam süreçlerindeki değişimler, bireylerin duygu, düşünce ve davranışlarının değişimine yol açar. Ailenin yaşam sürecindeki değişiklikler aile yaşam döngüsü olarak kavramsallaştırılmıştır.

Döngünün her bir evresinde farklı durumlarla karşı karşıya kalan aile için çocuğun dünyaya gelişiyle birlikte yapısal bir değişim yaşanırken yeni rollerin ve yeni sorumlulukların üstlenilmesi gerekir. Ailelerin geçirdikleri en zor evrelerden biri çocuklarının ergenlik dönemi sürecidir. Ergenlik dönemi insanın fiziksel, duygusal ve bilişsel alanda değişiklikler yaşadığı, çocuklukla yetişkinlik arasında kalan önemli bir dönüm noktasıdır. Ergenlik dönemi hem aile hem de ergen için zorlu bir süreçtir. Ergenler bu süreçte duygusal ve davranışsal uyum sorunları ve bozuklukları yaşayabilirler.

Daha sağlıklı ve doyumu yüksek bir yaşama erişmek için uyum sorunları ve davranış bozukluklarının oluşum temelleri pek çok kuram tarafından bilimsel olarak açıklanmaya çalışılmıştır. Şema terapi, günümüze en yakın ve temellerini bilişsel davranışçı kuram başta olmak üzere bağlanma ve nesne ilişkileri kuramı ile Gestalt kuramından alan bütüncül bir yaklaşımdır. Young (1990) tarafından ortaya atılmıştır. Şema terapiye adını veren 'Şema' teriminin psikoloji bilimi tarihindeki yeri incelendiğinde, Young öncesinde çocukluk bilişsel gelişiminin farklı düzeylerini tanımlayan Piaget ve bilişsel terapiyi geliştiren Beck ile karşılaşılır. Şema kelime anlamı olarak yapı, taslak anlamına gelmektedir. Young'un şema terapisine göre, şema kavramı ve erken dönem uyum bozucu şema kavramı aynı anlamda

kullanılmakta ve çevrede olup biteni yorumlama, uyum sağlama, yaşam gereklilikleri yerine getirebilme vb. için bireylerin kullandığı zihinsel yapılar olarak tanımlanmaktadır (Güner, 2013). Eğer ebeveynler tarafından erken dönemdeki çocukluk ihtiyaçları uygun şekilde karşılanmazsa zaman içinde işlevsel olmayan (işlevleri bozucu) alanlar oluşur. Dobsan'a (2010) göre bir şema aşırı derecede veya sıklıkla harekete geçmeye başladıysa kişinin yaşamında önemli işlevsel bozulmalara yol açar. Aşırı katı olma, ihmalkâr davranma, duyarlılıktan yoksun olma, reddedici ya da aşırı derecede izin verici olma, çocuğun özerkliğini önemsememe ve benzeri olumsuz ebeveyn tutum ve davranışları bu şemaların oluşumuna neden olur.

Ergenlik dönemi bireyin akran odaklı bir dönemi olmasına karşın algılanan anne baba davranışları hem ergenin içinde bulunduğu dönemi hem de yaşamın diğer bölümünü etkilemektedir. Ergenlik döneminde, ergenler özerklik arayışı içerisinde akranlarıyla yoğun bir iletişim içine girerken aileler ergeni kontrol altında tutma çabasına girerler. Bu duruma bağlı olarak son dönemde yapılan pek çok araştırma kontrole yönelik uygulamaların ergen üzerindeki etkilerine odaklanmıştır.

Ebeveyn kontrolü 20.yy dan sonra ebeveynlerin kontrolü psikolojik ve davranışsal olarak incelenmeye başlanmıştır. Barber'a (1996) göre psikolojik kontrol, manipüle etme ya da eleştirme gibi davranışlar aracılığıyla ergenin duygusal ve psikolojik gelişimini engelleyen bir kontrol biçimidir. Ergenin yaptıklarını ya da yapacaklarını düzenlemek amacıyla yapılan bu davranış örüntüleri içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerine neden olmaktadır.

Verilen bu bilgiler ışığında ebeveynler tarafından uygulanan psikolojik kontrolün ve erken dönem uyumsuz şemaların ergenlerde duygusal ve davranışsal uyum sorunlarına yol açıp açmadığı incelenecektir. Araştırma sonucunda beklenen durumun saptanması durumunda, hem ergenlerde uyum sorunlarının ortaya çıkmasında etken değişkenler

konulurken bu doğrultuda aileleri bilinçlendirici çalışmalar yürütülebilecek hem de ergenlerin erken dönem uyumsuz şemalarına müdahale edilerek uyum sorunlarının çözümüne katkı sağlanabileceği yönünde çalışmalar yapılabilecektir. Bu nedenle bu çalışma aile danışmanlığı ve psikoloji alanına katkı sağlayacaktır.

Problem Cümlesi

Psikolojik kontrol ve erken dönem uyumsuz şemalar ergenlerin uyumu sorunlarını yordamakta mıdır?

Araştırmanın Alt Problemleri

- 1) Ergenlerin algıladıkları psikolojik kontrol, erken dönem uyumsuz şemalar ve uyum sorunları değişkenleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
- 2) Ergenlerin uyum sorunlarının düzeyi sınıf düzeyine göre değişmekte midir?
- 3) Ergenlerin algıladıkları psikolojik kontrol, erken dönem uyumsuz şemalar ve uyum sorunları düzeyleri anne- baba eğitim düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?
- 4) Ergenlerin uyum sorunları aile durumuna göre farklılaşmaktadır?
- 5) Ebeveynlerden algılanan psikolojik kontrol ile erken dönem uyumsuz şemalar uyum sorunlarını yordamakta mıdır?

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, ergenlik döneminde ebeveyn psikolojik kontrolü ve erken dönem uyumsuz şemaların uyum sorunları ilişkisinin incelenmesidir. Araştırmada, ayrıca ebeveyn psikolojik kontrolünün, erken dönem uyumsuz şemalarının ve uyum sorunlarının bazı değişkenlerle (ergen cinsiyeti, ebeveyn eğitim düzeyi, ebeveyn ilişki durumu, sınıf vb.)

ilişkilerinin ortaya konması amaçlanmıştır. Genel amaç olarak bir problem cümlesi belirlenirken genel amaca ulaşmak için alt problem cümleleri belirlenmiştir.

Araştırmanın Önemi

Ailelerin geçirdiği evrelerde en sık görülen danışmanlık nedenlerinden biri ergenlik döneminde bulunan çocuklarının sorunları ya da çocukları ile yaşadıkları sorunlardır. Ergenlik pek çok değişimin birlikte ve yoğun şekilde yaşandığı bir dönem olmakla birlikte, insan yaşamının ileri evreleri için de önemli bir evredir. Bu önem göz önüne alınarak ergenlik ve ergenlik dönemine ait pek çok konuda araştırmalar yapılmıştır.

Ergenin özerkliğini kazanmayı amaçladığı bu dönemde aileler çocuklarının kendilerinden uzaklaşacağı endişesiyle çocukları üzerindeki denetimini artırmaya çalışmaktadır ve bu denetimin bir yolu olan ‘psikolojik kontrol’ ün pek çok olumsuz duruma yol açtığı görülmektedir.

Ergenlik dönemi hem ergen için hem ailesi için zorlu geçen bir dönem olmaktadır. Genellikle ergenlerde bu dönemde yaygın olarak uyum sorunları baş gösterir. Yapılan araştırmalar göstermiştir ki, ergenlik döneminde yaşanan ruhsal sağlık sorunları yetişkinlik döneminde de kişilerde devam etmektedir (Santrock, 2012).

Son yıllarda aile terapileri alanında da etkili olduğu düşünülen bir yaklaşım olan şema terapiye göre; erken çocukluk ve ergenlik döneminde oluşan uyumsuz şemaların da bu uyum sorunlarına katkı sağlamaktadır. Günümüz çalışmalarında, psikolojik kontrol ve uyum arasındaki ilişkilerin araştırıldığı ancak ergenlik dönemi ile ilgili yeterli çalışmanın olmadığı görülmektedir. Erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili çalışmaların ergenler ile değil genellikle yetişkin gruplarında incelendiği görülmekte ve psikolojik kontrol ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkinin incelendiği herhangi bir çalışmaya rastlanmamaktadır.

Bu nedenle bu çalışmanın aile danışmanlığı ve psikoloji alanına çok yönlü bir katkı sağlaması beklenmektedir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

1) Çanakkale ilindeki liselerde eğitim gören ergenlerden tesadüfi olarak seçilen gönüllü katılmış örneklem grubundan toplanan verilerle sınırlıdır.

2) Bu çalışmada kullanılan Psikolojik Kontrol Ölçeği, 10-16 Yaş Çocuk ve Ergenler için Erken Dönem Uyumsuz Şema Ölçekler Takımı ve Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri'nin ölçtüğü özellikler ile sınırlıdır.

Araştırmanın Sayıltıları

1. Katılımcıların, araştırmada kullanılacak olan anketleri samimi ve doğru cevaplandıracakları varsayılmaktadır.

2. Araştırmada kullanılacak olan Psikolojik Kontrol Ölçeği'nin algılanan psikolojik kontrolü ölçtüğü, Çocuk ve Ergenler İçin Erken Dönem Uyumsuz Şema Ölçekler Takımı'nın ergenlerde erken dönem uyumsuz şemaları ölçtüğü ve Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri'nin ergenlerin uyum sorunlarını ölçtüğü varsayılmaktadır.

Bölüm II: Kavramsal Çerçeve

Aile ve Aile Yaşam Döngüsü

Türk Dil Kurumu'na göre aile; evlilik ve kan bağına dayanan, eşler ve çocuklar arasındaki ilişkilerin oluşturduğu toplum içindeki en küçük birlik olarak tanımlanır. Özgüven'e (2001) göre ise aile aynı evin içinde birlikte yaşayan, anne- babanın evlilik çocukların ise kan bağı ile birbirine bağlı, ekonomik paylaşımın olduğu, toplumsal, sosyoekonomik bir kuruluştur. Bir diğer tanıma göre ise aile kişinin; beslenme, eğitim, ilgi ve sevgi, sağlıklı bir psikolojik gelişim ve duygusal ihtiyaçlarının karşılandığı, kültürel değerlerin kazanıldığı, sağlıklı zekâ gelişimini devam ettirmeyi amaçlayan ilk ortamdır (Aydınlı, 2002). Aile ortamı, psikososyal yönden gelişen bireyin en çok etkileşime uğradığı; ilk deneyimlerin, tecrübelerin, gelecek yıllarda çocuğun kullanacağı davranış örüntülerinin alt yapısının oluşturduğu yerdir.

Aile varlığını sürdürdüğü süreç içinde değişiklikler gösterir. Zaman içinde bireyler arasında dengelerin değişmesi, ailedeki çocukların ergenlik çatışmaları, aile dışından müdahaleler sorunların çıkmasına neden olabilir. Stres altında kalmak ailede krizlere yol açarak aile içerisindeki dengeyi sarsar (Özgüven, 2000).

Ailenin yaşamı boyunca geçirdiği evreler 'aile yaşam döngüsü' olarak adlandırılmaktadır. Aile yaşam döngüsü bireyin, ailenin ve toplumun işlevlerini anlamlandırma da önemli bir kavramdır. Evlenmeden önce başlayan ve ailedeki son bireyin ölümüne dek devam eden uzun bir süreçtir (Özdemir ve ark., 2009, s.1).

Aile yaşam döngüsüne ilişkin araştırmalarıyla tanınan Duvall, aile yaşamının incelenmesinde sekiz dönem olduğunu, bu dönemlerin ilk düzeyini evliliğin oluşturduğu belirtmiştir. Duvall'in veya diğerlerinin aile yaşam döngüsü modeli geçmişte, şimdiki zamanda ve gelecekte evliliğin ve ailenin gelişimsel olarak her aşamada nasıl

tanımlanabileceğini belirleme amacındadır. Duvall'e göre aile yaşam döngüsü modeli şu evrelerden oluşmaktadır (Duvall, 1976 akt., Özdemir ve ark, 2016):

Çocuksuz evli çiftler: Karı-Koca'dan oluşmakta ve ortalama iki yıl sürmektedir. İlişkilerde uyumun ve doyumun sağlandığı bir evredir. Karı-koca arasındaki ilişkiler sosyal, psikolojik, ekonomik, cinsel, kültürel, entelektüel boyutlara sahiptir. Eşler karşılıklı birbirlerine alışma ve uyumlu bir bütünlüğü sağlama çabası içerisindeyler.

Çocuklu aileler: Karı-Anne, Koca-Baba statüleri ve bu statülerin gerektirdiği roller bu evre içerisinde yer almaktadır. Eşler yeni statülerinin gereği olan anne ve baba rolünü içselleştirme çabası içerisindeyler. Çocuğun ilk 30 aylık dönemini kapsayan bu evre genellikle evliliğin 2-5 yılları arasında yer almaktadır. Çocuğun sağlıklı yetiştirilmesi ailenin öncelikli çabalarındandır.

Okul öncesi çocuğu olan aileler: Evliliğin 2-5 yılları arasında yer alan bu evrede Karı-Anne, Koca-Baba, Kız çocuk-Kız kardeş, Erkek çocuk-Erkek kardeş statüleri bulunmaktadır ve bu evre çocuğun 30 aylıktan 6 yaşına kadar olan dönemini kapsar. Ailenin temel uğraş alanını okul öncesi çocuğunun ilgi ve ihtiyaçlarının karşılanması oluşturmaktadır. Kimlik ve kişiliğin oluşumunun büyük bir kısmının gerçekleştiği bu dönemde oluşabilecek hatalar geleceğin problemleri olmaya adaydır. Ebeveynler bu dönemi dikkatli bir şekilde geçirmeye ve çocuklarını sağlıklı yetiştirmeye çabalarlar.

Okula giden çocukları olan aileler: Statüler önceki evredeki gibidir ve 7 yıl kadar devam etmektedir. Ailenin bu dönemdeki ayırıcı temel özelliklerine bakıldığında çocuğun okula uyumunu sağlama, okul başarısı için çocuğu cesaretlendirme, okula giden çocuğu bulunan ailelerle uyum sağlama vb. yer almaktadır. Bu evrede aile, çocuğun sosyal çevrede daha çok yer almaya başlamasından dolayı daha hassasiyetli davranmaktadır.

Ergenlik çağında çocuğu olan aileler: Aile içindeki statüler benzer şekilde devam etmektedir. Ailenin bu dönemdeki ayırıcı temel özellikleri incelendiğinde; çocukların ilgi ve kariyer, sorumlu bir özgürlük anlayışı oluşturmalarını sağlamanın yer aldığı görülmektedir. Biyolojik, sosyal, psikolojik, duygusal değişimleri, gelgitleri bu dönemde ebeveynlerin yoğunlaştıkları “problem” alanları arasında ilk sıralarda yer almaktadır.

Değişen aile yapısı: Karı-Anne-Büyük anne, Koca-Baba-Büyük baba, Kız çocuk Kız kardeş-Hala-Teyze, Erkek çocuk-Erkek kardeş-Amca- Dayı konumları bulunmaktadır. İlk çocuk evden ayrıldığı, son çocuğun ayrılmasının da yakın olduğu bir süreci kapsar. Ailenin en temel görevi okul, askerlik, evlilik, iş gibi vb. nedenlerden dolayı çocukları desteklemek, onlara yardımcı olmaktır.

Orta yaşlı ebeveynler: Bu evre yuvanın boşalması ve emeklilik dönemi olarak anlam kazanır. Karı-Anne- Büyük anne, Koca-Baba-Büyük baba konumları devam etmektedir. Evliliğe ait ilişkilerin yeniden düzenlenmesi ve soy bağlarını devam ettirme çabası ailenin bireylerinin temel uğraş alanını teşkil etmektedir.

Aile üyelerinin yaşlılığı: Dul erkek- Dul kadın, Karı-Anne- Büyük anne, Koca, Baba-Büyük baba konumları devam etmektedir. Aile bireylerin temel çabaları incelendiğinde yalnız yaşama adapte olma ve yaşlılıkta ihtiyaçları giderebilme olduğu görülmektedir. Bu evre ve aile karı-kocadan birisinin ölümüyle sona ermektedir.

Duvall’ in tanımladığı aile yaşam evreleri incelendiğinde ailelerin ergen çocuğa ya da çocuklara sahip oldukları evrenin önemi görülmektedir. Ergenlik döneminde ergende meydana gelen değişimler, ebeveyn iletişiminde sorunlara yol açabilir ve anne babanın çocuğa karşı müdahaleci tutumları artabilir.

Ebeveyn Kontrolü

Ergenliğin ilk yıllarından yetişkinliğe kadar hem ebeveynler hem de ergenler hızlı değişiklikler yaşamaktadır. Ebeveynler bu süreç sonunda çocuklarının sosyal problemlerini etkili biçimde çözebilen, sorumluluk alabilen ve toplumsal fayda gözeten bir birey olmalarını beklemektedir. Ergenlerin yetkin, üretken, uyumlu bir birey olabilmesi içinde ergenin kendisi için önemli olan yetişkinlerle ilişkileri oldukça önemlidir (Sayıl ve ark, 2012).

Ergenlik dönemi bireyin daha özerk olmaya çalıştığı ve arkadaşlarıyla ailesine oranla daha fazla zaman geçirdiği bir dönemdir. Brown ve arkadaşlarına göre (1993), ebeveynler çocuklarının, kendilerinin onaylamayacağı ortamlara girebileceklerini, kendi beklentilerine uymayan davranışlar geliştirebileceklerini ve zararlı davranışlarda bulunabilecekleri kaygısıyla çocuklarının ilişkilerini düzenleme, hayatlarını kontrol altına alma çabasına girebilirler. Özerkleşme sürecindeki ergenler için bu kontrolün ne şekilde uygulandığı önemlidir. Bu süreci yönetmeyen çalışan ebeveynlerin kullandıkları ebeveynlik uygulamalarının her zaman başarılı olmadığı görülmektedir. Ebeveyn ile ergen arasında kurulan olumlu ya da olumsuz ilişki ergenlik döneminin de etkisiyle daha karmaşık bir hal almakta ve ebeveyn kontrolünü ergenin nasıl anlamlandığı, ergenin uyumlu olması ya da uyum sorunları yaşamasında önemli bir rol oynamaktadır (Sönmez, 2011).

Aile-çocuk etkileşimi psikolojinin bilim dalı olarak ortaya çıkışından itibaren incelenmekte olan bir konudur. Etkileşime ilişkin araştırmaların temelini Baumrind (1961) ve Maccoby ve Martin (1983) tarafından kavramsallaştırılan ebeveynlik tarzları oluşturmaktadır. Baumrind çocuk ve ergenler ile çalışmalar yaparak ebeveynliği iki boyutta tanımlamıştır: Sıcaklık/duyarlılık ve Kontrol/talepkarlık (Pelerin, 2005).

Talepkarlık boyutunu, çocuk ve ergenden ne oranda yaşına uygun davranışlar beklendiği, ebeveynin çocuk ve ergen üzerindeki denetimi nasıl sağladığı, kurallara uyum

sorunu yaşadığında uyguladığı disiplini içeren; duyarlılığı ise çocuğun ihtiyaçlarının karşılanması, bireyselliğinin geliştirilmesi ve öz düzenleme becerilerinin kazandırılması gibi alanları içeren bir kavram olarak tanımlamıştır (Baumrind, 1991). Bu iki ebeveyn tutumunun, üç ebeveynlik tarzına neden olduğunu belirtmiş; demokratik/dengeli (yetkici, otoriter) ve izin verici ebeveynlik tarzlarının çocuklarda farklı gelişimsel sonuçlara neden olacağını ileri sürmüştür. Baumrind'e (1991) göre demokratik/dengeli aileler çocuklarına sosyal ve duygusal uyum açısından en uygun ortamı sağlayan ailelerken, yetkici ailelerin (reddedici-ihmkar) çocukları katı disiplin altına alarak, gerekli duygusal destek ve ilgi için gösterilmediği aileler olarak psikolojik uyum sorunlarına neden olduklarını göstermektedir (Sümer ve ark, 2010).

Baumrind'in araştırmalarının ebeveyn otoritesinin çeşitliliği üzerine fazlaca odaklanması ve genişletilmesi ebeveyn kontrolü kavramında gelişmeye başlamasına neden olmuştur. Kontrol kavramının ortaya atıldığı ilk zamanlarda tanımı fiziksel ceza, katılık, cezanın tutarlılığı gibi yapılmış olsada, Baumrind ebeveyn kontrolü kavramına çocuğun aile ve topluma katılımı, davranışsal uyum geliştirmesi için yapılan girişimleri de dâhil etmiştir (Steinberg ve Darling, 1993).

Ebeveyn kontrolü, ebeveynin uyguladığı çocuğu izleme, denetleme ve farklı pek çok tekniği içerir. Kontrolün farklı şekillerde tanımlanması sebebiyle ebeveyn kontrolü üzerine yapılan araştırmalar birbiriyle tutarsız sonuçlar vermeye başlamış ve kontrol kavramının ayrıştırılarak incelenmesine çalışılmıştır (Sönmez, 2011).

Barber (1996) tarafından ebeveyn kontrolü çocuğun davranışlarını kontrol eden uygulamalar olarak 'davranışsal kontrol' ve psikolojisini kontrol eden 'psikolojik kontrol' olarak ikiye ayrılarak incelenmeye başlamıştır.

Davranışsal Kontrol

Ebeveyn kontrol biçimi olan davranışsal kontrol, ebeveynin çocuklarının davranışlarını kontrol etme ya da yönetme çabası, ebeveynin çocuğa karşı beklentilerini, uygun bulduğu ya da bulmadığı davranışların konuşması ve çocuğu bilinçli olarak nerede olduğu ve ne yaptığını izleme olarak tanımlamaktadır (Barber, 1996; Barber, Maughan ve Olsen, 2005). Davranışsal kontrolde ebeveynler duygu ve düşüncelere müdahale etmek yerine doğrudan çocuklarının davranışlarını kontrol etme çabasına girmektedirler (Sayıl ve ark., 2012).

Alan yazın incelendiğinde davranışsal kontrolün yüksek sosyal ve akademik başarı ile ilişkili olduğu, davranışsal kontrolün uygulandığı ailelerde davranışsal problemlerin daha az olduğu bulunmuştur (Barber ve ark 1994; Bean ve ark 2006; Özdemir 2012).

Psikolojik Kontrol

Ebeveyn-ergen iletişimindeki bir diğer kontrol biçimi psikolojik kontroldür. Barber'a göre (1996) ebeveynler çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına cevap verme, özerkliklerini destekleme, özgür ifade ortamı yaratmak yerine, çocukların duygu, düşünce ve ilişkilerini kendi hedefleri doğrultusunda manipüle ederek çocuklarını sosyalleştirmeye yönelik davranışları 'psikolojik kontrol' dür. Barber ve Horman psikolojik kontrol kavramının iki boyutlu bir kontrol biçimi olduğunu ortaya koymuş ve bu iki boyutu 'kontrol ederek yönlendirme' ile 'zorlayıcı-kısıtlayıcı kontrol' olarak sınıflandırmışlardır. Zorlayıcı kısıtlayıcı kontrol çocuğun ya da ergenin kendini ifade etmesini ve sözel davranışlarının engellenmesi gibi ebeveyn davranışlarını içerirken kontrol yoluyla yönlendirme ise ebeveyn-çocuk ilişkilerinin ya da çocuğun davranışlarının şekillendirilmesi amacıyla çocuğa sevgiden mahrum bırakma, suçluluk yaratma, kaygı düzeyini arttırmak gibi ebeveyn davranışlarını içerir (Barber ve Horman, 2002' dan akt. Çelik, 2015).

Barber ve Horman' a göre psikolojik kontrol şunları içerir:

- a) Suçluluk duygusu yükleme (guilt-induction): Ebeveynlerin çocuklarının kendi isteklerine uymasını sağlamak için suçluluk yaratma stratejileri uygulamalarıdır.
- b) Koşullu sevgi ya da sevgiyi esirgeme (contingent love or love withdrawal): Ebeveynlerin beklentilerinin karşılanması, koydukları standart kurallara uyulması karşılığında çocuklarına ilgi dikkat bakım ve sevgi göstermesi durumudur.
- c) Kaygı aşılamak (instilling anxiety): Çocukların ebeveyn isteklerine uymaları için çocuklarda kaygıyı artırma durumudur.
- d) Çocuğun bakış açısını geçersiz kılma (invalidation of the child's perspective): Çocuğun düşünce ve duygularını ifade etmesini, ebeveynler tarafından tamamen engellenmesi ya da kısıtlanması durumudur (Barber ve Harmon, 2002'dan akt. Soenens ve Vansteenkiste, 2010).

Ebeveynler tarafından çocuklar üzerinde baskı kurma, suçluluk yaratmanın empati gibi davranışları geliştirerek ve çocuklar için iyiyi sağlamak düşüncesiyle kullanıldığı belirtilmektedir. Sevginin sunulmaması ya da koşullu sunulması durumunda ise çocuğun hem ebeveyn ilgi ve dikkati kaybetmesi hem de koşullara bağlı olarak sevgisiz de kalabileceği düşüncesiyle güvensizlik duygusu ortaya çıkarabilmektedir (Grolnick, 2003'den akt, Pulat, 2011).

Çocukların üzerinde psikolojik kontrol uygulayan ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçlarını anlamakta zorlandıkları ve baskıcı, zorlayıcı yollarla kendi düşüncelerini ve isteklerini çocuklarına kabul ettirmeye çalıştıkları görülmektedir.

Psikolojik kontrole yönelik yapılan çalışmalar incelendiğinde bu kontrol biçiminin hem çocukluk hem ergenlik döneminde özellikle uyum bozukluğu ve kaygı, depresyon,

yalnızlık gibi içselleştirme sorunlarının güçlü bir yordayıcısı olduğu görülmektedir (Barber,1996; Bradford ve ark, 2004; Conger, Conger ve Scaramella, 1997; Çelik, 2015; Erkmen, 2011; Harma, 2008; Kındap ve ark, 2018; Kurt, 2010).

Barber'ın (1996) yılında yaptığı bir derleme çalışmasında depresif kişilerin ebeveynlerini psikolojik kontrol uygulayan kişiler olarak hatırladıkları görülmüştür. Ayrıca yüksek düzeyde psikolojik kontrolün, ergenlerde kimlik gelişimini (Luyckx ve ark, 2007), duygu düzenleme, öz saygı ve yaşam doyumlarını olumsuz yönde etkilediği (Özdemir, 2012;Soenens ve ark, 2005) anti sosyal davranışlar, riskli cinsel davranışlar, sapkın arkadaşlıklar kurma ve anksiyete ile ise olumlu yönde bir ilişki içerisinde olduğu görülmektedir (Barber, 1996; Cui, Morris, Criss, Houltberg ve Silk, 2014; Kındap, Sayıl ve Kumru, 2008; Özdemir, 2012).

Araştırmalar incelendiğinde algılanan psikolojik kontrolün ergenlerin cinsiyetine göre farklılık gösterdiği çalışmalar görülmektedir. Kındap ve arkadaşları (2008) tarafından yapılan çalışmada psikolojik kontrolün erkeklerde sadece dışsallaştırma sorunları ile ilişkisi bulunurken, kızlarda ise hem içselleştirme hem dışsallaştırma sorunlarına neden olduğu, Rogers, Buchanan ve Winchell'in (2003) çalışmasında ise kızların depresyon, anksiyete gibi içselleştirme belirtilerinden erkeklere oranla daha çok etkilendikleri görülmüştür.

Ebeveyn kontrolünün algılandığı bireye yönelik bulgular ise farklılık göstermektedir. Cinsiyete göre algılanan psikolojik kontrol bazı çalışmalarda değişmezken bazı çalışmalarda erkek ergenlerin babadan daha fazla psikolojik kontrol algıladıkları (Shek, 2007) anneden algılanan psikolojik kontrolün ise cinsiyete göre değişmediği, ancak algılanan baba psikolojik kontrolünün yalnızca erkeklerde saldırganlık ile ilişkili olduğu (Tepe ve Sayıl, 2012), annelerin beyanına dayalı yapılan çalışma da ise annelerin en çok erkek çocuklarına psikolojik kontrol uyguladığı görülmüştür (Sönmez, 2011).

Ebeveynlerin çocuklarını topluma uygun yetiştirme çabası içinde oldukları göz önüne alındığında uygulanan kontrol biçimlerinin de kültürden etkilenmesi beklenmektedir. Aile uyumunun önemsendiği, bireyselliğin değil toplulukçu yapının ön planda olduğu toplumlarda çocuk ve ergenler üzerinde daha çok kontrol uygulanmakta, çocuk ve ergenler ise bu kontrolü negatif değil ilgi ve sevgi ifadesi olarak değerlendirmektedir (Dwairy ve Achoui, 2010). Türkiye’de de ebeveyn kontrolünün ebeveyn sıcaklığının ve ilgisinin bir ifadesi olduğu sonucuna ulaşılan çalışmalar görülmektedir (Doğruyol, 2008; Harma, 2008; Sümer ve Güngör, 1999).

Özetle ebeveynlerin çocukları üzerindeki kontrolü sağlama biçimleri psikolojik ve davranışsal kontrol olarak ikiye ayrılmaktadır. Davranışsal kontrol ergenlerin davranışları üzerindeki kontrolü sağlamak amacıyla yapılan izleme davranışı, rehberlik ve kurallar kayması olarak nitelendirilirken, psikolojik kontrol ise davranışsal kontrolün tersine ebeveynlerin kendi isteklerine uygun hale getirmek amacıyla çocuk ve ergenlerin düşünce davranış ve hislerine bilinçli ya da bilinçsiz sevgiden mahrum bırakma, suçlama gibi taktiklerle müdahale etmesi olarak tanımlanmaktadır (Barber, 1996). Davranışsal kontrolün aksine psikolojik kontrol negatif yönlü bir kavram olarak ele alınmakta olup cinsiyete ve kültüre göre bireyler üzerindeki etkisi değişmektedir. Psikolojik kontrol ile ergenlere yönelik yapılan çalışmalar incelendiğinde ise ergenlerin antisosyal davranış, anksiyete, depresyon, öfke ve riskli cinsel davranış düzeyleri ile algıladıkları psikolojik kontrol arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir.

Şema Terapi

Şema Kavramı ve Erken Dönem Uyumsuz Şema

Uyum ve uyum sorunlarına ilişkin kuramların yaklaşımları hakkında ‘uyum’ başlığı altında bilgi aktarılmıştır. Araştırmaya konu olan şema terapi ise geleneksel bilişsel-davranışçı kuramı temel alan tedavilerinin ve kavramlarının önemli derecede genişletildiği, Young (1990) tarafından geliştirilmiş olan yenilikçi-bütünleyici bir yaklaşımdır. Bu yaklaşım bilişsel davranışçı kuram temelinde bağlanma kuramının, Geştalt kuramının, nesne ilişkileri kuramının ve yapılandırmacı psikanalitik yaklaşımın unsurlarını harmanlayarak sistematik bir yaklaşım olarak ortaya konulmuştur (Young, Klosko ve Weishaar, 2003).

Şema sözcüğü farklı bilimsel disiplinlerde (geometri, matematik, edebiyat vb.) farklı anlamlar taşımaktadır. Psikoloji alanı içerisinde bile ‘şema’ teriminin çok zengin bir kullanım alanına sahip olduğu görülmektedir. Şema kavramından psikoloji alanında ilk kez Piaget tarafından bahsedilmiştir. Piaget (1962) ortaya koyduğu teoriye ait bilişsel gelişim dönemlerini tanımlarken kendi teorisinin içindeki şemaları açıklayarak anlatmış ve özümleme ile uyum kavramlarının şema ile ilişkisinden bahsetmiştir. Piaget, özümleme kavramını eskiden oluşmuş örüntü ve şemaların yeni deneyimlerle kaynaştırılması olarak, uyum kavramını ise şemaların ya da görüşlerin yeni deneyime uyum sağlaması olarak tanımlamıştır (Piaget, 1962’den akt. Güner, 2013).

Bilişsel psikolojide şema bilgi yorumlama ve problem çözebilme için hizmet veren bilişsel bir plan olarak tanımlanırken; bilişsel terapilerde ise Beck tarafından bireyin yaşamsal deneyimlerinin anlamlandırılması için düzenlenmiş prensip olarak tanımlanmıştır. Beck, bireylerin temel şemalarında olacak tetiklenmenin önyargılı düşünme şeklini ortaya çıkartacağını ve bu durumun davranışsal, duygulanımsal ve bilişsel birtakım belirtilerle bireye yansıtacağını belirtmiştir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003).

Şema terapide ‘şema’ kavramı olumsuz ve işlevsiz olan şemalar için kullanılmaktadır ve ‘erken dönem uyumsuz şemalar’ olarak adlandırılır. Young (1999) tarafından ‘erken dönem uyumsuz şemalar’ kavramı, şemaların kökenlerinde yatan erken dönem yaşantıları göz önüne alınarak ortaya konmuştur. Erken dönem uyumsuz şemalar; anı, duygu, biliş ve bedensel duylardan oluşan, bir kişinin kendini ve başkalarıyla olan ilişkilerini dikkate alan, çocukluk ya da ergenlik boyunca gelişen, kişinin yaşamı boyunca karmaşıklaşan ve önemli dereceye kadar işlevsiz olan genel yaygın tema ya da örüntülerdir.

Bireylerin depresyon, kaygı bozukluğu, bağımlılık, sosyal fobi, madde kötüye kullanımı, yeme bozuklukları, kişilik bozuklukları, agorafobinin eşlik ettiği panik bozukluk, psikosomatik bozukluklar, olumlu kişiler arası ilişkiler kuramama gibi sorunlara yatkın hale gelmesine temel olan yaygın bilişsel yapılar erken dönem uyumsuz şemalardır ve genellikle farkındalık dışındadırlar (Young ve ark., 2003).

Young ve arkadaşlarına göre (2003), erken dönem uyumsuz şemaların kökeninde, çocuğun erken dönem yaşantılarının, karşılanmayan ihtiyaçlarının ve mizacının kompleks bir etkisi vardır. Çocuğun sağlıklı yetişkin bir birey olmasına engel teşkil edecek olan aşırı katı olma, ihmalkâr davranma, duyarlılıktan yoksun olma, reddedici ya da aşırı izin verici olma, sınır koymama, çocuğun özerkliğini önemsememe ve bunun gibi olumsuz özelliklere sahip ebeveyn tutum ve davranışları erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminde önemli role sahiptir. Çocuğa bakım verme işlevi yerine getirilmediği ya da bakım verenlerin olumsuz işlevlere sahip olduğu ortamda yetişen bireyler bir sosyal gruba ait olamayacağı, duygusal ilişki ihtiyaçlarının yeterince karşılanamayacağı, duygularını göz ardı etmesi gerektiği ve diğerlerinin onu inciteceği gibi olumsuz inançlar geliştirebilirler. Bu tür inançlar da psikolojik belirtilerin oluşmasına ya da artmasına katkıda bulunabilmektedir.

Young'a göre şemalar (erken dönem uyumsuz şemalar), yoğunlukları, kalıcılıkları ve aktiflenme sıklıklarına göre boyut kazanırlar. Şemalar, birey üzerinde yüksek seviyede yıkıcı bir etki, bireylerin kendi kendini engellemesi ve hatta başkalarına zarar vermesi gibi davranışlar yaratabilir (Dobson, 2010'dan, akt., Güner, 2013). Şemalar öngörülebilir bir dünya ve bilişsel süreklilik hissi oluştururlar. Öngörülebilirliğin insanlar için çok önemli olması, bunu sağlamak için verdikleri mücadelenin güçlü olması şemaların oldukça dayanıklı bir yapı olmasına neden olur. Şemalar, kişilerin doğrudan şemaları ile örtüşen bilgilere odaklanmasını sağlar ve olayları da şemalarına uygun bir şekilde hatırlayabilmeleri için kategorize eder (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2013). Bahsedilecek şema kavramı, erken dönem uyumsuz şemalar anlamında kullanılacaktır.

Şemaların Gelişimi

Rafaeli ve arkadaşları (2013) tarafından yapılan çalışmalar sonucunda şemaların kazanılmasında etken ve süreci hızlandıran dört farklı erken çocukluk deneyimi tanımlanmıştır. Bu deneyimlerden ilki ihtiyaçların karşılanmasının zedeleyici düzeyde engellenmesi durumudur. Çocuğun maruz kalması gereken iyi şeyleri (istikrar, anlayış, sevgi vb.) çok az deneyimlemesi demektir ve bu deneyimi yaşayamamak çocukta duygusal yoksunluk ya da terk edilme gibi şemaları geliştirebilir.

Şema oluşumuna neden olan deneyimlerin ikincisi ise travmadır. Travma durumunda çocuk zarar görür ya da mağdur olur. Travmaya maruz kalan çocuğun güvenlik ihtiyacı karşılanmamış olur ve bu durum çocuk üzerinde güvensizlik, aşırı temkinli olma hali, kaygı vb. yaşatarak tehlike ve tehdit içeren şemaların tetiklenmesine neden olur.

Deneyimlerin üçüncü tipi, birinci deneyimin aksine çocuğun ihtiyaçlarının fazlaca karşılanması durumudur. Çocuğa sağlıklı gelişim için gereken şeylerin ebeveynler tarafından fazlaca sunulması ile oluşur. Ebeveynler tarafından bu tip çocuklara neredeyse hiç kötü

davranılmamış, fazlaca üzerine titrenmiş, gereğinden fazla derecede şımartılarak çocukların özerklik gelişimini ve gerçekçi sınırların çizilmesi gibi temel ihtiyaçlarının karşılanmasına engel olunur. Ebeveynler çocukları aşırı derece de koruyabilir, müdahale edebilir ya da sınırsız bir özgürlük ve özerklik tanıyabilirler. Bu tip ebeveyn davranışları çocuklarda bağımlılık, hak görme gibi şemaların oluşumuna neden olur.

Dördüncü tip deneyim ise seçici içselleştirme ve özdeşimdir. Çocuklar önemli gördükleri kişilerin (genellikle ebeveynler) düşüncelerini, duygularını, davranışlarını vb. model alarak özdeşim kurarlar ve bunları içselleştirirler. Ebeveyn ya da bahsedilen önemli kişi tarafından çocuğun duygusal ihtiyaçlarının karşılanmasında yetersiz kalınıyor ise çocuk bu durumu içselleştirebilir ve bu içselleştirmelerden bazıları şemalar haline gelebilir. Kendi ebeveyni aşırı kaygılı olan bir çocuk doğrudan bir eksikliğe maruz kalmasa bile ebeveyn tarafından dünyanın kaygı duyulması gereken, güvenilmez bir yer olduğunu öğrenir ve şema gelişebilir.

Şemaların gelişiminde çocuğun mizacı ve içinde yaşadığı ailenin kültürel bağlamı da önemli bir rol oynamaktadır. Çocuğun mizacı ve çevresi arası etkileşimden şemalar ortaya çıkar.

Şema Alanları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Young ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilen şema modelinde; erken dönem uyumsuz şemalar olarak 18 duygusal ihtiyaç belirlenmiş ve bu uyumsuz şemalar 5 genel kategori altında 'şema alanları' olarak gruplandırılmıştır.

Alan I: Ayrılma (Kopukluk) ve Reddedilmişlik

Bu alan güvenlik, emniyet, istikrar, duyguların paylaşımı, kabul etme ve saygı gösterme, empati gibi temel olan evrensel ihtiyaçların karşılanmaması ile ilgili şemaları içermektedir. Alana ait şemalara sahip olan bireylerde başkalarına güvenme ve sağlıklı, tatmin

edici bir bağlanma görülmez. Young ve arkadaşlarına göre (2003) alana ait şemaların oluşumu genellikle erken dönemde, dengesiz, soğuk, reddedici, istismarcı ya da dış dünyadan izole ailelerde görülmektedir. Çocukların erken dönem travmatik yaşantıları vardır ve erişkinlik dönemlerinde kurulacak yakın ilişkilerde uzaklaşma ya da tümüyle kaçınma eğilimi gösterirler. Alana ait 5 şema bulunmaktadır:

1. Terk edilme/ İstikrarsızlık (Tutarsızlık): Bu şemaya sahip bireyler ihtiyaçlarının sağlanması konusunda yakınlık ve destek bekledikleri kişilerin dengesiz ve/veya güvenilmez oldukları algısı içerisindeyler. Öfke patlamalarının sıklıkla yaşandığı, ebeveyn tutarsızlığı ya da ölümü gibi durumlarla karşılaşılan aileler bu şemanın habercisidir. Sahip olunan şema dolayısıyla bireyler yakınları tarafından bir gün bir şekilde terk edileceklerini düşünür ve bu düşünceyle ilişki içinde buldukları bireylere yapışarak onları kendinden uzaklaştırırlar.

2. Kuşkuçuluk (Güvensizlik)/ Kötüye Kullanılma: Bu şemaya sahip bireylerde başkaları tarafından aldatılacağı, kendisine yalan söyleneceği, zarar verileceği ya da kötüye kullanılacağı beklentiler vardır.

3. Duygusal Yoksunluk: Bu şema kişinin ihtiyaç duyduğu duygusal destek alma arzusunun başkaları tarafından yeterince karşılanmayacağı algısını içerir. Bu bireyler birlikte olunan insanlar tarafından, ilgilenilmeyeceği, sevmeyeceği, zor anlarında destek olunmayacağı, dinleyip anlanmayacağı, yol gösterilmeyeceği gibi düşünceler içindedir. Belirlenen üç tip duygusal yoksunluk vardır: Bakım (sevgi, ilgi vb.), empati (anlayış, dinleme, duygu paylaşımı vb.) ve korunma (güç, yönlendirme, rehberlik vb.) yoksunluğu.

4. Kusurluluk/ Utanç: Bu şemaya sahip bireylerde kusurlu, kötü ve değersiz olma duygusu hakimdir. İşe yaramaz olduklarını ve gerçek benliklerinin asla sevmeyeceğini düşünürler. Eksiklik hissettikleri alan her neyse, o alana ilişkisinde beraberinde utanç duygusu taşırlar. Kendilerinde gördükleri kusurlar kişisel özelliklerine ait ya da daha genel olabilir.

5. Sosyal İzolasyon/ Yabancılaşma: Bu şemaya sahip bireylerde aidiyet kavramı yoktur. Bireyler aileleri dışındaki sosyal hayattan farklı oldukları, uygun olmadıkları duygusuna sahiptirler. Grup ya da topluluklara ait olamazlar.

Alan II: Zedelenmiş Özerklik ve Performans

Bu alan özerklik ve rekabetin ihlaline ilişkin şemaları içermektedir. Bu şemalara sahip bireylerde ebeveynler ya da ilişki içinde oldukları kişilerden bağımsız hareket edebilme ebeveyn figürlerinden ayrışma, başarılı bir biçimde kendini ortaya koyma konularındaki becerilerinin, kendisi ve çevresine ilişkin beklentileriyle çatışması durumu görülür. Ebeveynleri ile iç içe geçmiş, aşırı koruyucu ya da tam tersine hemen hemen hiç ilgilenilmediği, çocuğun kendini ortaya koyma imkanının sağlanmadığı çocukluk yaşantıları bu şemaların oluşumunda rol oynar. Bireyler kendi kimliklerini oluşturamamakta ve yaşamlarını kurmakta zorlanmaktadırlar. Alana ait 4 şema bulunmaktadır.

Alan Ait Şemalar:

6. Bağımlılık/ Yetersizlik: Bu şemaya sahip bireylerde başkalarından fazla bir yardım almadan günlük sorumluluklarını yerine getirememeye inancı hakimdir. Şemanın uç noktalarındaki bireyler gündelik sorunları çözemeyeceklerini, yeni bir görevin altından kalkamayacaklarını hatta kendilerine bakamayacaklarını bile hissedebilirler. Şemada çaresizlik yoğun şekilde yaşanmaktadır.

7. Hastalık ve Tehditlere Karşı Dayanıksızlık: Bu şema kişinin başının her an bir şey gelebileceği ve buna engel olamayacağı, felaketin çok yakında olmasına yönelik abartılı korku durumlarını içermektedir. Korkular tıbbi (kalp krizi, kanser vb.), duygusal (kontrolü kaybetme, çıldırma vb.) ve çevresel (doğal afet, kaza vb.) olabilir.

8. Yapışıklık/ Gelişmemiş Benlik: Bu şemaya sahip bireylerde tüm bireysel ve sosyal gelişimin zarar görmesi uğruna bir ya da daha fazla kişiye (genellikle ebeveyn ya da aile üyesi) aşırı duygusal bağlanma ve yakınlık kurma görülür. Bir diğerinin olmaması durumunda yaşamın sürdürülemeyeceği veya mutlu olunamayacağı inancı hakimdir.

9. Başarısızlık: Bu şemaya sahip bireylerde başarı gerektiren alanlara yönelik (okul, iş, spor vb.) yetersizlik inancı hakimdir. Birey kaçınılmaz olarak başarısız olduğu ve hep başarısız olacağına yönelik inanca sahiptir.

Alan III: Zedelenmiş Sınırlar

Bu alan kişinin başkalarına karşı sorumluluk veya uzun süreli hedefe odaklılıkta eksikliklerine ilişkin şemaları içerir. Bireyler öz disiplin ya da yeterli içsel sınır geliştirememişlerdir. Başkalarına haklarına saygı gösterme, iş birliği yapma, sözünü tutma gibi durumları gerçekleştirmede sorun yaşarlar. Genellikle erken dönemde aileleri tarafından fazla esnek ve müsamahalı davranılmış, uygun yüzleştirme, disiplin veya sınır koyulamamış, rol model olunamamıştır. Alana ait iki şema yer almaktadır.

10. Haklılık/ Büyüklenmecilik: Bu şema kişinin başkalarına göre üstün olma sanısını içerir. Birey kendisinin daha üstün olduğuna, özel hak ve ayrıcalıklara sahip olduğuna inanır. Sosyal etkileşimde karşılıklı ilkesine bağlı olmadığını hissettiğinden, başkalarına verilen zarara bakmadan kendi isteklerini gerçekleştirebileceğine inanır. Güç ve kontrolü sağlamak için üstünlük konusunda abartılı bir odaklanma gösterebilmektedir.

11. Yetersiz Öz denetim/ Öz Disiplin: Bu şema kişisel hedeflerin oluşturulması ve gerçekleştirilmesi için gerekli adımların atılmasından kaçılmasını içerir. Şemaya sahip bireyler öz denetimlerini sağlama ve engellenmeye karşı tolerans gösterme konusunda sıkıntı yaşarlar.

Alan IV: Başkalarına Yönelimlilik

Bu alan evrensel ihtiyaçlardan biri olan kendi yönelimli olma ihtiyacının karşılanmasındaki eksikliklere ilişkin şemaları içerir. Bu alana ait şemalara sahip bireylerde kendi ihtiyaçlarının önüne başkalarının ihtiyaçlarını koyma ve onların karşılanmasına aşırı önem verme durumu görülür. Genelde öfke ve tercihlerde farkındalığın olmadığı görülür. Çocukları koşullu saygı ve koşullu kabul atmosferinde büyütülen ailelerde ortaya çıkmaktadır. Çocuklar sevgi, ilgi ve onay almak uğruna benliklerinin önemli yönlerini baskırlar. Ebeveynler tarafından çocukların ihtiyaçları değil kendi duygusal ihtiyaçları ya da sosyal görüntüleri daha değerlidir. Alana ait üç şema bulunmaktadır.

12. Boyun Eğicilik: Şemaya ait en belirgin özelliklerin bireyin kontrolünü başkalarına bırakması durumudur. Kişi kendisinin terk edilmesi, kendisine karşı öfke duyulması ve misilleme yapılması kaygısıyla kendisini başkalarına uymak zorunda hisseder. Kendi arzu ve fikirlerinin başkaları tarafından önemsenmeyeceği algısına sahiptir. Şemaya sahip bireylerde genellikle uyum bozucu belirtilerle ortaya çıkan bir öfke artışı görülmektedir.

13. Fedakârlık: Bu şema kişinin kendi mutluluğu uğruna başkalarının ihtiyaçlarına aşırı odaklanmasını içerir. Kişiler bunu başkalarında acıya neden olabilecek her türlü şeyden doğabilecek bir suçluluktan kaçınma, öz saygı kazanma vb. nedenlerle yaparlar. Bu şemanın temelinde diğerlerinin acısına karşı şiddetli bir duyarlılık yatmaktadır ve kişiler kendi ihtiyaçlarının karşılanmadığını hissettiklerinde bakımını üstlenen bireylere karşı kırgınlık duyarlar.

14. Onay Arayıcılık: Bu şemaya sahip bireylerde güvenli ve gerçek kimlik duygusu geliştirmek yerine diğer insanlar tarafından onay, kabul ve ilgi görme çabası hakimdir. Öz saygıları diğer bireylerin tepkilerine bağlıdır. Onaylanma arayışı içinde sosyal statü, para ya

da başarı üzerine aşırı bir çaba gösterilir. Gerçekçi ve tatmin etmeyen kararlar alınmasına neden olur.

Alan V: Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama/Ketleme

Bu alan, kendiliğindenlik ve oyun gibi temel evrensel ihtiyaçların karşılanmamasına ilişkin şemaları içermektedir. Bu ihtiyaçların karşılanmaması kişinin spontane duygularını ve dürtülerini baskı altına alır. Kişi genellikle mutluluk, kendini ifade edebilme, gevşeme, yakın ilişki kurabilme vb. pahasına ahlaklı davranma hakkında içselleştirilmiş katı kurallara ve beklentilerin karşılanmasına odaklanır. Genellikle acımasız, talepkâr ve cezalandırıcı ailelerde ortaya çıkan şemalardır. Bu tip aileler çocuklarından genellikle duygularını belli etmemelerini, hatadan kaçınmalarını ve mükemmellik için uğraşmalarını bekler. Bu şemaya sahip bireylerde genellikle altta yatan kişi tetikte olmazsa her an her şeyin dağılacağına yönelik bir kötümserlik ve endişe eğilimi hakimdir. Alana ait dört şema bulunmaktadır.

15. Karamsarlık: Karamsarlık şeması yaygın olarak ve yaşam boyunca hayatın olumlu yönlerini küçük görürken veya görmezden gelirken, olumsuz yönlerine (acı, ölüm, kayıp, ihanet, hatalar vb.) odaklanmayı içerir. Şemaya sahip bireyler için olası olumsuz sonuçlar fazlaca abartıldığından kronik endişe, tetikte olma hali, yakınmaya veya kararsızlık hali yaygındır.

16. Duyguların Bastırılması: Bu şema kınanma, utanç duyulma ve kontrolü kaybetmekten kaçınmak için davranışların, duyguların ve iletişimin aşırı baskılanmasını içerir. Baskılanma öfke ve agresyonun bastırılması, olumlu dürtülerin bastırılması, duygu, ihtiyaç vb. aktarılmasının engellenmesi ve duyguları göz ardı etme şeklinde görülür.

17.Yüksek Standartlar/ Aşırı Eleştirecilik: Bireylerin kınanma ve utançtan kaçınmak amacıyla benimsenmiş yüksek standartları karşılamak için yoğun çaba harcamasını içerir. Tipik olarak baskı altında hissetme, yavaşlamakta zorlanma, kendine ve başkalarına karşı aşırı

eleştirelilik görülür. Yüksek standartlar mükemmeliyetçilik, ayrıntıcı düşünme veya norma göre kendi performansını hafife alma; gerçekçi olamayacak yüksek ahlaki, etik, kültürel ya da dini ‘-meli- malı’lar ve daha fazlasını başarabilmek için zaman, verimlilik vb. ile aşırı uğraşma şeklinde görülür.

18. Cezalandırıcılık: Bu şema yapılan yanlışların (kişinin kendisi de dahil) cezalandırılması gerektiği inancını içerir. Beklentileri ve standartların karşılanmadığı durumlarda tüm insanlara karşı hoşgörüsüz, tahammülsüz, öfkeli ve cezalandırıcı olma eğilimi görülür (Rafaeli ve ark., 2013; Young ve ark., 2017).

Bahsedilen şemalar çocukluk döneminde meydana gelse de yetişkinlikte bu olaylar tekrarlanmadan da devamlılığını sağlar ve işlevselliği bozmaya devam eder. Yetişkinlikte karşılaşılan farklı deneyimler, şemaları tetikler ve kişide güçlü olumsuz duygulara neden olurlar. Kişilerin düşünce, his, davranışlar ve sosyal etkileşimlerinin temelini oluştururlar (Güner, 2013).

Şemalar negatif olmaları yönüyle bireyler için tehdit oluştururlar. Young ve ark. (2003) göre tüm organizmalar tehdit algıladıkları durumda ‘savaşma, kaçma ve hareketsiz kalma (donma)’ olarak üç temel tepki göstermektedir ve kişilerin şemalarıyla baş etme biçimleri de bu üç temel tepkiye benzer olarak ‘aşırı telafi, kaçınma ve teslim olma’ olarak üç tiptir.

Şemalarına teslim olan bireyler, şemalarından kaçınmak ya da onlarla savaşmak yerine ona uyum sağlarlar. Şemanın gerçekliğini kabul ederek, onaylayıcı biçimde hareket ederler. Farkında olmadan şemayı yaratan çocukluk deneyimini devam ettirirler. Şemalarından kaçınan bireyler ise sahip oldukları şemaları tetikleme olasılığı olan herhangi bir düşünce ve imgelemden kaçınarak şema hakkında hiç düşünmezler. Şemayı hissetmekten kaçınırlar. Duygular yüzeye çıkarsa bastırırlar.

Şemalarını aşırı telafi eden bireyler ise hissederek, hareket ederek ve bağlantı kurarak şemalarıyla savaşırlar. Şemaların oluştukları dönemden mümkün olduğunca farklı olmaya gayret ederek tam ters davranışlar sergilerler. Örneğin; çocukluğunda değersizlik hissedenen bir birey erişkinlikte mükemmel olmaya çabalayabilir ya da çocuklukta aşırı kontrol altında tutulduysa yetişkinlikte başkalarını kontrol altına alabilir. Şemaların aşırı telafisi durumu davranışlar ile durum orantılı olduğu sürece sağlıklı görünür ancak bu bireyler karşılıklı içinde sürekli takılıp kalırlar. Aşırı telafi ettikleri duruma ilişkin bir başarısızlık yaşarlarsa tüm duygusal gücüyle temel şema ön plana çıkar ve bireyi zora sokar (Young ve ark., 2017).

Bahsedilen tüm şemalar bireyde çocukluk ve ergenlik döneminde karşılanmayan ihtiyaçlardan doğan negatif yönlü şemalardır. Belirtilen şemalara karşı kullanılan baş etme biçimleri çocukluk döneminde kullanıldıklarında çocukta uyumu beraberinde getirirken, ergenlik ve yetişkinlik gibi bireyin yaşama ilişkin deneyimlerinin ve seçeneklerinin çoğaldığı dönemlerde şemaların devamlılığını sağlaması yönüyle uyumsuzluk ortaya çıkarmaya başlarlar. Araştırmanın bir diğer değişkeni olan psikolojik kontrol kavramını, çocuğun ya da ergenin kendini ifade etmesi, sözel davranışlarının engellenmesi ebeveyn-çocuk ilişkilerinin ya da çocuğun davranışlarının şekillendirilmesi için çocuğun sevgiden mahrum bırakılması, çocuk üzerinde suçluluk yaratma, kaygı düzeyini arttırmak gibi davranışları içerdiğinden çocuğun karşılanmayan ihtiyaçları ve olumsuz ebeveyn tutumları nedeniyle erken dönem uyumsuz şemaların oluşumu ile ilişkili görülmektedir. Ünal (2012) tarafından yapılan bir araştırmada erken dönem uyumsuz şemaların olumsuz ebeveynlik ile yakından ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Erken dönem uyumsuz şemalara yönelik yapılan çalışmaların bulguları incelendiğinde içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları olan; depresyon ve depresif semptomlar (Calvate,2014; Gökçe, Sönmez, Yusufoglu, Yulaf ve Adak, 2017; Lumley ve Harkness, 2007; Murriss, 2006; Roelofs, Lee, Rujiten, Lobbestael, 2011), anksiyete (kaygı) bozuklukları

(Creveling-Benefield, Varela,2019; Murriss, 2006) yeme problemleri (Murriss, 2006), yıkıcı davranım bozuklukları(Castiller, Prout, Marcyzk, Schmidheiser ve ark, 2007; Murriss, 2006; Van Vlierberghe ve Braet,2007; Walker, Dawson ve Beckley, 2014), madde kullanımı (Jalali, Zargar, Salavati, Kakavand, 2011; Murriss, 2006; Özkan, 2018), negatif kendilik görüşü (Simard, Moss, Pascuzzo, 2011), öz sevgi (Thimm,2017), kişisel sıkıntılar (Simard, Moss, Pascuzzo, 2011; Thimm, 2017) ile pozitif yönlü, uyum (Cecero, Beitel ve Prout, 2008) ile ise negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür.

Uyum

Yaşamlarının her evresinde insanlar çevreye uyum sağlama çabası içerisinde. Çevre ile kurulabilen uyum yaşam kalitesini arttırarak mutluluk ve doyumunu beraberinde getirirken; yaşanan uyum sorunları ise yaşam kalitesinin düşmesine ve psikolojik sorunların oluşumuna zemin hazırlayabilir.

Literatür incelendiğinde ‘uyum’ kavramına ilişkin pek çok tanım ile karşılaşmaktadır. Uyum, bireyin hem kendisi ve hem de çevresi ile iyi ilişkiler kurabilmesi ve bu ilişkileri sürdürebilme derecesi olarak tanımlanabilir (Yavuzer, 1996, s.183). Diğer bir tanımda ise uyum, bireyin sahip olduğu özelliklerinin kendi benliği ile, içinde bulunduğu çevre arasında dengeli bir ilişki kurabilmesi ve bunu sürdürebilmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Balcıoğlu, 2001). Hamburg ve Adams (1967), uyumu, ‘zorlanmalarla karşılaşıldığında gerekli bilgileri toplama ve bunlardan yararlanma’ olarak tanımlarken, Heath, ‘davranışları, bir yandan benlik yapısının bütünlüğünü koruyacak, diğer yandan çevresel koşullarla baş edebilecek bir biçimde düzenlemek’ olarak tanımlamıştır (Gençtan, 2004).

Ergenlik dönemindeki uyumun önemli olmasının nedeni ergenlik döneminin bir geçiş dönemi olmasıdır. Bu dönemde geliştirilecek sağlıklı bir uyum yaşam evrelerinin diğer

süreçlerinde de sağlıklı bir uyumu beraberinde getirmektedir. Ergenlik dönemindeki birey akranlar ve ebeveynler ile karşılıklı bir etkileşim içindedir. Uyum dinamik bir süreçtir ve organizma ile çevre arasındaki doyurucu bir ilişkidir (Aslan, 2008). Kişinin var olan dış çevresindeki fiziksel şartlar veya yaşamını sürdürdüğü sosyal çevresindeki psikolojik şartlar adaptasyonunu sağlamasına ya katkı sağlar ya da adaptasyonunu daha da zorlaştırır (Cüceloğlu, 2015).

Uyum kavramı, İngilizce de 'adjustment' toplumsal alana uyum, 'adapdation' fiziksel ortama uyum şeklinde olmak üzere iki kavramla anlatılmak istenmektedir. Uyum, alan yazında ruhsal ve psikolojik sağlık gibi kavramların yerine kullanılmaktadır (Alver, 1998). Uyum kavramı birçok bilim dalı ve psikolojik kuram tarafından farklı açıklandığı için öznel bir niteliğe sahiptir (Özgüven, 1992).

Literatürde uyuma yönelik araştırma yapıldığında uyum kavramının belirli sınırlar ile açıklanamamış olduğu görülmektedir. Çalışmalar içerisinde uyum ve uyum sorunları kavramları yerine normal- normal dışı, ruh sağlığı ve ruh rahatsızlıkları gibi kavramların kullanıldığı ve uyumun farklı yönlerinin ele alındığı (akademik başarı, sosyal ilişkiler, düşük benlik, sosyal beceri, davranış sorunları, iletişim sorunları vb.) görülmektedir. Literatürde uyum kavramı ele alırken kişisel ve sosyal uyum olarak iki genel başlığa rastlanmaktadır.

Kişisel uyum, kişinin içsel dünyasında sağlamaya çalıştığı uyumdur. Kişinin sosyal çevresinin istek ve değişimlerine uygun tutum ve davranış sergileyebilmesi de kişisel uyumun bir parçasıdır (Cüceloğlu, 1997). Kişisel uyumda kişiliğin yön verdiği durumlar ön plandadır.

Sosyal uyum ise bireyin sosyal ortamlarda ve grup içerisinde kendini özgürce tanıtabilmesi olarak tanımlanmaktadır. Sosyal çevrenin kurallarına karşı duyarlı olmak, insanlarla kurulan ilişkilerin sağlıklı olması, toplum tarafından kabul edilen davranışlar geliştirmek vb. de sosyal uyumun parçasıdır (Yapıcı ve Yapıcı, 2005).

Uyum kavramı birçok kuram ve kuramcı tarafından farklı şekillerde tanımlanmıştır. Her bir kuram uyum kavramını daha anlaşılır kılmayı hedeflemiştir. Kuramların uyum kavramına ait görüşlerine kısaca değinilmiştir.

Psikanalitik kuram uyum ile değil uyumsuz ve anormal bireylere odaklı bir kuramdır. Bu tip bireylerle çalışmalarını sürdürür. Psikanalitik yaklaşıma göre kişinin uyum sorunları yaşamasının nedeni bunalım ve kaygı içerisinde olması, savunma mekanizmalarını yoğun kullanması ve bilinçdışının içeriğinin yoğun olmasıdır (Akay,1990)

Freud kişiliği id, ego, süperego olmak üzere üç bölümde tanımlamaktadır ve bu iç bölümün karşılıklı etkileşiminin bireyin eylemlerini oluşturduğunu savunmaktadır. Kişiliğin bölümlerinden id fizyolojik, ego psikolojik ve süperego ise toplumsal bütünü oluşturmaktadır (Corey, 2005). Kişiliğin bölümleri arasında çatışmalar yaşanmakta ancak çatışmalarla birbirlerini tamamlamaktadır. Uyumlu bir bireyde egonun gücü yüksektir ve id ve süperegonun kişi üzerinde kontrol kurmasına izin vermez (Burger, 2006).

Kuramın bir diğer temsilcisi Jung'a göre ise kişiliğin bütünü olan *Psişe* bilinçli ya da bilinçdışı olan bütün his düşünce ve eylemlerden oluşmaktadır ve bireyin uyumu psişe sayesinde sağlanır. Psişe de yaşanan çatışmalar bireyin kişiliğine etki eder. Yeni doğan bireyin kişiliğinin yapıları ayrılaşmamıştır. Bu ayrılaşma ve gelişme yaşam boyu sürer ve tamamlanmaz. Kişiliğin parçaları ancak bir bütün içinde gelişirse uyum süreci devam eder. Kişilik yapıları içindeki çatışma artar ya da yapılardan biri diğerlerine göre gereğinden fazla gelişirse uyum sağlayamaz hale gelir ve uyum sorunları ortaya çıkar (Gençtan, 2014).

Adler'e göre ise uyumun temelinde sosyal ilgi, ebeveyn tutumu ve aşağılık duygular yer alır. Adler'e göre birey doğuştan insanlara ilişki kurma potansiyeline sahiptir. Bu potansiyel sosyal ilgi olarak adlandırılır ve kişisel çıkarlarında toplum çıkarları uğruna vazgeçmeye yol açan bir içgüdüdür. Sosyal ilgi güçlendirilmesi uyumu artırır. Adler uyumlu

bireylerin, insanlığa fayda sağlama amacı güden, insanlara değer veren, problemlerini etkili değerlendirip yapıcı çözümler üreten bireyler olduklarını söylemektedir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2016).

Adler uyum sürecine etki eden bir diğer kavramı aşağılık duygular olduğunu ifade etmiştir. Ona göre sağlıklı aşağılık duygular organ eksikliği, aşırı koruma ve ilgisizlikten kaynaklanır. Organ eksikliği ile doğmak bireyin ve çevrenin algısıyla olumlu ya da olumsuz bir hal alabilmektedir. Abartılı bir önemseme kişide eksiklik düşüncesini besleyerek yüksek düzeyde yetersizlik yaşamasına neden olabilir (Gençtan 2006/2014; Yazgan-İnanç ve Yerlikaya 2016).

Ebeveyn tutumlarının çocuğun üzerindeki etkisinin çok fazla olduğunu ifade ederek çocuğu şımartma ya da ihmal etmenin kişilik gelişiminde sorunlara neden olarak uyumu bozacağını belirtmiştir. Çocuğu fazla şımartmak baş etme becerisi geliştirmeye engel olacak ve dolayısıyla çocuk tek başına hareket etmekte zorlanacaktır. Bu durum, çocuk sürekli otoriter biri tarafından kontrole ihtiyaç duymasına ve duygusal sorunlar yaşamasına neden olmaktadır. Çocuğu ilgisiz bırakmak ve ihmal etmekte çocukların psikolojisini olumsuz etkiler. Bu tip bir duruma maruziyet arttıkça erişkinlik dönemine yaklaşıldığında yakın bireysel ilişkiler veya mini ilişkilerde kaygı, duygularda azalma ve kuşkuda artış yaşanmaktadır (Burger, 2006).

Kuramın bir diğer temsilcisi Hary Sullivan'a göre ise bireyin sağlıklı olarak gelişimin temelini samimiyet kurabilme becerisi oluşturmaktadır. Samimiyet kurabilme becerisi ise ilk olarak ön ergenlik evresinde oluşmaktadır (Yazgan- İnanç ve Yerlikaya 2016).

Sullivan'a göre insan gelişimi 7 dönemde ele alınır ve üç dönem ergenlik dönemidir. Ergenlik süresince çocuk doyum verici ilişkiler kurmazsa uyum sorunları yaşanmasına neden olmaktadır. Uyum sorunlarının oluşmasına etki eden bir diğer etmende gelişim evrelerinde

bireyin negatif deneyimleri sonucu sağlıklı ve gerçeği yansıtmayan kişileştirmeler oluşturmaktadır. Bu kişileştirmeler hem kendisine hem de başkalarına yöneliktir. Birey başkalarına ilişki durumları kendisiyle ilgili hatalı düşünceleri dolayısıyla yanlış değerlendirir ve sağlıklı ve uygun olmayan davranışlarda bulunur (Gençtan,2006/2014).

Fromm' a göre ise birey büyür ve bireyselleşir. Bu süreçte her şeyi kontrol edemediğini görür ve aslında kendisinin çok önemli olmadığı gerçeğiyle karşılaşır. Yaşadığı önemsizlik duygusunu ya özgürlüğe yol alarak ya da özgürlükten kaçarak değiştirmeye çalışır. Bireyin mutlu olabilmesi için kendini tanıması gerekir. Birey kendisini ancak özgür olursa, yapması gereken zorunlu şeyler yerine yapmak istediklerini yapabildiğinde özgürleşir. Fromm bu deneyimi bireyselleşme olarak adlandırılır (Burger, 2006).

Karen Horney ise uyum sorunları yaşayan bireylerin en önemli özelliğinin gerçekte iletişim kurmayı çok arzulamalarına rağmen iletişim tarzları nedeniyle bunu gerçekleştirememeleridir. Bireyler üç davranış şeklini benimseyerek duruma göre kullanması gerekeni kullanırsa uyum sorunları yaşamazlar. Bunlar; diğer bireylerin arzularını reddetmeme, tek başına kalabilme ve savaşılabilmektir. Uyum sorunları yaşayanlar duruma göre davranış biçimlerini değiştiremeyen, bu eylemlerden tek birini yaşam tarzı haline getirenlerdir (Gençtan, 2006/2014).

Otto Rank'a göre ise uyum devamlı hareket halinde dinamik bir süreçtir ve her farklı durum için farklı uyum sorunları yaşanabilir. Kalıp yargılar ve alışılmış eylemlerin tekrar etmesi sorunları çözmeye yetmez. Önemli olan kişinin problemlerini çözebilecek esneklikte olmasıdır. Yaşanılan olumlu duygusal deneyimler (sevgi, dostluk vb.) uyumlu davranışın en temel unsurlarıdır.

Davranışçı yaklaşıma göre ise bireyler eğilimler ve tercihlere göre değil o an veya geçmişte var olan koşullara göre belirli şekillerde davranmaktadır (Burger, 2006). Kurama

göre tüm davranışlar gibi uyumsuz davranışlarda öğrenme ile oluşmuştur ve çocuklukta hatalı öğrenmeler etkili olmuştur (Cüceloğlu, 2015). Bireylerin deneyimlediği durumlarda olumlu davranışlar pekiştirilirse uyumlu davranışın ortaya çıkması artar (Burger, 2006).

Hümanist yaklaşım, davranışçı kuramın öğrenme yönünü psikanalitik kuramın bilinçdışı dürtüler kavramlarını kabul etsede, diğer kuramlardan ayrıldığı en temel nokta bireyin davranışlarının sorumluluğunun bireye ait olduğunu savunmasıdır (Burger, 2006).

Carl Rogers'a göre benlik bilinci önemlidir. Benlik, bireyin hedefleri, istekleri, değerleri, becerileri ve inançlarının hepsini kapsar. Benlik bilinci ise kendisini nasıl gördüğünü özetler. Rogers'a göre olumlu bir benlik gelişimi için koşulsuz sevgi ortamının çocuğa sağlanması gerekmektedir. Koşulsuz sevgi bireyi tüm yönleriyle sevmek ve saymaktır (Cüceloğlu, 2015). Bazı ebeveynler sevgilerini koşullu sunarak çocuğun eylemlerini kabul etmediklerinde sevgiden geri çekerler ve bu durumda çocuklar kabul görmeyen yalnızca ailenin onayladığı davranışları sürdürmekle mümkün olacağını öğrenerek davranışları devam ettirirler (Burger, 2006). Bireyin uyumunu arttıran koşulsuz sevgi ortamıdır.

Kuramın diğer önemli temsilcisi Maslow'a göre ise insanların temel güdeleri ikiye ayrılır: Yetersizlik ve büyüme. Açlık, susuzluk gibi güdüler yetersizlik güdülerini oluştururken, birini sevebilme, kendini gerçekleştirme gibi güdüler büyüme güdülerini oluşturur. Bu iki temel güdü Maslow tarafından 5 ana bölüme ayrılmış olup bu güdüler sırasıyla fizyolojik, güvenlik, sevgi ve ait olma, saygı görme ve kendini gerçekleştirmedir (Yazgan-inanç, Bilgin, Kılıç-Atıcı, 2010). Birey ilk dört basamaktaki ihtiyaçları giderebilirse sağlıklı uyuma geçebilir (Ceyhan,1999).

Varoluşçu yaklaşıma göre birey kendisinin, kendisine ne olduğunun, neler yaptığının farkındadır ve bireyin özgürlüğü sorumluluk aldıkça sürer. Sorumluluk alma bireylerde 'varoluş anksiyetesi' yaratır. Bu yapıcı bir kaygıdır ve kişiyi besler (Gençtan 2014).

Bireylerde temel ihtiyaçlar giderilir ve zgr olursa uyum sağlaması mümkün olur. Kendi olmayı başaramaz ve sorumluluk almazsa uyumu bozular (Kılıççı, 2006).

Bilişsel kurama göre ise duyguların temelini bireyin algıları ve olaylara yüklediği anlamlar oluşturur. Davranışa durum değil duruma ilişkin bilişsel yorumlamalar neden olur (Morris, 2002). Uyumlu veya uyumsuz davranışın temelindeki bu yorumlamaları düzenleyen şemalar vardır. şemalar bireylerin, olayların, nesnelerin temelinde oluşur ve bireylere olumlu ve olumsuz etkileri vardır. Sorun yaratan şemalar bireylere negatif duygular hissettirir. Duyguların farkında olabilse de kişiler duygulara neden olan düşüncelerin farkında olamayabilir. Bu düşünceler ‘otomatik düşünceler’ olarak adlandırılır ve duruma karşı bireylerde kısa süre içinde ortaya çıkarlar. Otomatik düşünceler bireye sorgulamaksızın doğru gelir ve davranışı doğrur. Bilişsel kurama göre uyum sorunlarının temelinde negatif şemalar ve otomatik düşünceler bulunmaktadır.

Uyum sorunlarının en fazla ergenlik ve genç yetişkinlikte (Andreasen ve Hoenk 1982; Kaplan ve ark. 1994; Synder ve ark. 1990) grldği ancak her yaşta görülebileceği de bilinmektedir. Uyum bozukluğu, ergenlerde depresyon, kaygı bozuklukları yeme problemleri, saldırgan davranışlar, alkol-madde kötüye kullanımı gibi belirtilerle kendini gösterebilmektedir (Kaplan ve ark, 1994).

Uyuma etki eden pek çok etmen bulunmaktadır. Uyum sürecine etki eden etmenler bireyin arkadaş çevresi, okul, kitle iletişim araçları ve sosyoekonomik düzey ve ailedir (İkiz, 2017). Bu etmenlerin başında bireyin kişiliğinin temellerinin atıldığı, bireyin uyumunu ve ruh sağlığını olumlu ya da olumsuz etkileyen en önemli faktör olan aile gelmektedir. Geldard ve Geldard’a (2013) göre kişiler arası ilişkilerin niteliği, bireylerin birbirlerinin davranışlarına karşı esnekliği, uyumsuzlukların ve zlmeyen problemlerin olduğu, birlikteliğin olmadığı aileler stres ve kaygı düzeyini arttırarak ergenin uyum düzeyini zorlaştırmaktadır.

Aile ilişkileri üzerine yapılan araştırmalarda, özerklik ve ilişkisellik ihtiyaçlarının birlikte karşılanması ergenlerin iyi olma halini arttırdığı ve onları olası olumsuz sonuçlara karşı koruduğunu ergenlerde benlik saygısı ve ego gelişimini arttırdığı; içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarını azalttığı gösterilmiştir (Allen, Hauser, Eickholt, Bell ve O'Connor, 1994).



Alanyazın

Ergenlerde Algılanan Psikolojik Kontrole ve Uyuma Yönelik Yapılan Araştırmalar

Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar

Uyum sorunlarına yönelik yapılan çalışmaların literatürde uyum sorunları, içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları, psikopatoloji, problem davranışlar, davranım bozuklukları vb. olarak farklı isimler altında incelendiği görülmektedir. Uyum sorunları ve psikolojik kontrole yönelik yapılan araştırmaların bulgularının bir kısmı psikolojik kontrol ile ergenlerin içselleştirilmiş problem davranışları arasında bir ilişki olduğunu göstermektedir.

Kındap ve arkadaşları (2018) tarafından, ergenlerin ana babadan algıladıkları psikolojik kontrol, kendini belirleme düzeyi ve sosyal girişkenlik ilişkisinin incelendiği araştırma 263 ergenle yürütülmüş ve araştırma sonuçlarına göre ergenin ana babadan algıladığı psikolojik kontrolün ergenin farklı alanlardaki girişkenliklerini zedelediği sonucuna ulaşılmıştır.

Kurt (2010) tarafından yapılan bir araştırmada algılanan psikolojik kontrol ve gencin psikososyal işlevselliği arasındaki ilişkide güven inancı ve güvenli bağlanmanın rolü incelenmiş olup; 686 üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmada algılanan psikolojik kontrolün yalnızlık ve saldırganlık düzeyini olumlu yönde yordadığı görülmüştür.

Harma'nın (2008) ergenlerin öz denetim becerilerinin gelişmesinde etkili olan değişkenleri ve bu becerilerin ilişkili oldukları diğer değişkenleri incelediği araştırma 300 ergen ile yürütülmüş, araştırma bulgularına göre psikolojik kontrolün öz denetim becerilerini ve bu becerilerinde akademik başarısızlığı ve problem davranışları yordadığı görülmüştür.

Erkmen (2011) tarafından yapılan özerkliği destekleyici ve kontrol edici ebeveynlikle bağlantılı ebeveyn özellikleri ve ergenin uyumu arasındaki ilişkilerin incelendiği bir diğer araştırmada 595 ergen ve anneleri ile araştırma yürütülmüş, annelerin uyguladıkları psikolojik kontrol arttıkça, kızların hem içselleştirme hem dışsallaştırma sorun davranışlarının, erkeklerin ise sadece olumsuz nitelikte arkadaşlıklarının arttığını görülmüştür.

Sönmez (2011) tarafından 355 ergen ile boylamsal yapılan çalışmada anneler tarafından erkek ergenlere psikolojik kontrol daha fazla uygulanırken kız ergenlere davranışsal kontrolün daha çok uygulandığı; kız ergenlerin anneye yönelik olumlu sosyal davranışları fazlayken erkek ergenlerde kızlara kıyasla saldırganlığın daha çok görüldüğü sonuçlarına ulaşılmıştır. Bir yıl sonra tekrarlanan sonuçlarla karşılaştırıldığında ise annenin uyguladığı psikolojik kontrolün her iki cinsiyet için de bir yıl sonraki saldırganlığı arttırdığı görülmüştür.

Yapılan bir diğer çalışmada, ebeveynden algılanan kontrol ile ergen iyi oluşu arasındaki ilişkide empati ve duygusal özerkliğin aracı etkisinin belirlenmesi amaçlanmış ve 755 ergen ile çalışma yürütülmüştür. Algılanan ebeveyn kontrolü arttıkça ergenin kendini duygusal olarak özerk hissetme düzeyinin azaldığı ve ergenin iyi oluşunun bu durumdan olumsuz yönde etkilendiği belirlenmiştir (Çelik, 2015).

Ebeveyne yönelik algılanan psikolojik kontrolün; ergenlerin depresyon, kaygı ve öfke düzeyleriyle hem doğrudan hem de mükemmeliyetçilik üzerinden dolaylı olarak ilişkili olup olmayacağının incelenmesi amacıyla yapılan bir diğer çalışma ise 423 ergen ile yürütülmüş ebeveynlerin uyguladıkları psikolojik kontrolün; çocuklarının ileriki yaşantılarında uyumsuz mükemmeliyetçi özellikleri geliştirmede rol oynadığını ve uyumsuz mükemmeliyetçiliğin ergenlerin depresyon, kaygı ve öfke gibi belirtileri ortaya çıkarmasında önemli bir zemin yarattığını sonucuna ulaşılmıştır (Pulat, 2011).

Tepe ve Sayıl (2012) tarafından 780 ergen ile yürütülmüş olan bir diğer çalışmada anne ve babadan algılanan psikolojik kontrolün ergenlerde ilişkisel saldırganlık (insanlar arasındaki ilişkilerde yaşanabilen psikolojik -sosyal veya duygusal- saldırganlık) ve yalnızlık üzerindeki etkisi incelenmiş olup anne psikolojik kontrolünün hem kız hem erkek ergenlerde ilişkisel saldırganlığı ve yalnızlığı pozitif yönde yordadığı; baba psikolojik kontrolünün ise yalnızca erkekler ilişkisel saldırganlığı pozitif yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Kındap, Sayıl ve Kumru (2008) annenin davranışsal ve psikolojik kontrolü ile ergenin arkadaşlıkları, psikososyal ve akademik uyumu arasındaki doğrudan ilişkileri ve benlik değerinin aracı rolüne ilişkin yaptıkları araştırma. 409 ergen ile yürütülmüş hem kızlarda hem de erkeklerde davranışsal kontrolün benlik değerini arttırdığı, buna karşı psikolojik kontrolün benlik değeriyle ilişkili olmadığı, ayrıca davranışsal ve psikolojik kontrolün cinsiyete göre olumlu ve olumsuz sonuç değişkenlerle gösterdiği ilişki örüntüsünün farklılaştığı görülmüştür. Kızların, algıladığı psikolojik kontrol arttıkça hem içselleştirme hem de dışsallaştırma davranış problemlerinin arttığı, daha fazla sapkın arkadaşlara sahip oldukları, erkeklerin ise sadece dışsallaştırma davranış problemlerinin arttığı ve daha fazla sapkın arkadaşlara sahip oldukları bulunmuştur. Algılanan davranışsal kontrol arttıkça kızlarda algılanan okul başarısının arttığı; erkeklerde de içselleştirme ve dışsallaştırma davranış problemlerinin azaldığı, sapkın arkadaşlara daha az; olumlu özellikleri olan arkadaşlara daha çok sahip oldukları görülmüştür.

Yapılan bir diğer çalışmada kızların erkeklere oranla ebeveynleri tarafından psikolojik kontrole daha çok maruz kaldığı ve bu maruziyetin kızların negatif otomatik düşüncelerinde ve saldırganlık seviyelerinde artışa neden olduğu bulgusu edinilmiştir (Al, 2018).

Özden (2013) tarafından yapılan ebeveyn kontrol boyutlarının ergenlerin yaşadığı duygusal güçlüklerle ilişkisi ve bu ilişkide ergenlerin sahip olduğu öz düzenleme becerisinin aracı rolünün araştırılmasının amaçlandığı çalışma 221 ergen ile yürütülmüş ve ebeveyn tarafından uygulanan psikolojik kontrol arttıkça ergenlerin yaşadığı güçlüklerin de arttığı görülmüştür.

Özetle yurt içinde ebeveyn psikolojik kontrolüne yönelik yapılan çalışmalarda psikolojik kontrolün ergenlerin girişkenliklerini zedelediği, yalnızlık ve saldırganlık düzeylerini arttırdığı, akademik başarısızlık ile ilişkili olduğu, içselleştirme (depresyon, kaygı vb.) ve dışsallaştırma sorunlarına (saldırganlık, öfke kontrol sorunu, madde kullanımı vb.) yol açtığı ve sonuç olarak uyumu olumsuz yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Yurt dışında yapılan çalışmalar

Yurtdışında yapılan çalışmaların sonuçları da Türkiye çalışmalarına benzer şekilde doğrudan uyum başlığı altında değil genellikle uyum başlığı altındaki değişkenler ile yapıldığı görülmektedir. Yurt dışı çalışmaları incelendiğinde Türkiye de yapılan çalışmalara paralel psikolojik kontrole yönelik içselleştirme sorunları ile karşılaşmaktadır. Shek ve Lee (2005) tarafından yapılan çalışmada yüksek ebeveyn psikolojik kontrolünün ergenlerde yüksek düzeyde umutsuzluk ile ilişkili bulunduğu görülmüştür.

Bean ve arkadaşlarının 2006 yılında, Amerika' da ki ergenler üzerinde yürüttükleri bir araştırmada da bulguları destekler şekilde psikolojik kontrolün ergenlerdeki yüksek depresyon belirtilerini yordadığı görülmüştür. Bangladeş, Hindistan, Güney Afrika, Bosna, Çin Filistin, Almanya, Amerika ve Kolombiya'dan ergenlerin dahil edildiği çok kültürlü bir çalışmada ise psikolojik kontrolün etkilerinin, Kolombiya haricindeki diğer tüm ülkelerde evrensellik gösterdiği, psikolojik kontrolün ergenlerdeki depresyon belirtilerini anlamlı bir biçimde yordadığı saptanmıştır (Bradford ve ark., 2004).

Bullock, Liu, Cheah, Coplan, Chen ve Li tarafından yapılan bir diğ er araştırmada da ergenlerde çekingenlik ve uyum arasındaki ilişkide psikolojik kontrolün rolü araştırılmış; elde edilen verilere göre çekingenlik ile algılanan yüksek ebeveyn psikolojik kontrolü, depresif semptomlar ve yalnızlık arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Çinli ergenlerin başa çıkma biçimleri, yalnızlıkları algılanan ebeveyn psikolojik kontrolü ve özerklik desteği arasındaki ilişkilerin araştırılması amacıyla yapılan bir diğ er çalışmadan elde edilen sonuçlara göre de; ebeveyn psikolojik kontrolü ile ergenlerin yalnızlık düzeyi arasında pozitif yönlü yüksek bir ilişki olduğu ayrıca ebeveyn özerklik desteği arttıkça yalnızlık seviyesinin düştüğü görülmüştür (Li, Yao, Liu ve Chen, 2019).

Conger, Conger, ve Scaramella (1997) tarafından 3 yıllık periyotta yapılan bir çalışmada ebeveynlerin ve kardeşlerin uyguladığı psikolojik kontrolün zamanla ergenlerin uyum sorunlarının artmasına, özgüvenlerinin ise azalmasıyla ilişki olduğu görülmüştür.

Bazı araştırmalar ise dışsallaştırma davranışları ile psikolojik kontrol arasında bir ilişki bulunduğunu göstermektedir. Finkenauer, Engels ve Baumeister (2005) tarafından 1359 ergen ile yapılan bir çalışmada ebeveyn psikolojik kontrolünün ergen suçluluğu ile yüksek derecede pozitif bir ilişkide olduğu görülmüştür.

Cui, Morris, Criss, Houlberg ve Silk (2014) tarafından yapılan bir araştırmada da ergenlerde algılanan psikolojik kontrol ve ergenin duygu düzenlemesi ve saldırgan davranışları arasındaki ilişki incelenmiş olup psikolojik kontrolün; ergenlerin saldırgan davranışlarını pozitif yönde, uyumlarıyla ise negatif yönde bir ilişkisi olduğu görülmüştür. Benzer şekilde 4265 ergen ile yürütölen bir diğ er çalışmada da ebeveyn psikolojik kontrolü ile ergenlerdeki saldırgan davranışlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Tian, Yu, Lin, Lu, ve Zhang, 2019). Meter, Ehrenreich ve Underwood (2018) tarafından beyaz, siyahi, afroamerican, hispanic ve karışık etnik kökenden 174 ergen ile yürütölen ebeveyn

psikolojik kontrolünün ergenlerin ve ailelerinin sosyal saldırganlığını yordayıp yordamadığına yönelik yapılan araştırmada psikolojik kontrolün ergen saldırgan davranışı ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Romm ve Metzger tarafından (2018) yılında yürütülen bir çalışmada ise ebeveyn psikolojik kontrolü ve ergenlerin problemleri arasındaki ilişkide depresif belirtilerin rolü araştırılmış, elde edilen sonuçlara göre ebeveynlerin uyguladıkları psikolojik kontrol ile ergenlerin riskli siber (internet) davranışları ve madde kullanımları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür.

Yapılan bir diğer çalışmada ebeveyn psikolojik kontrolü ile ergenlerdeki duygusal ve davranışsal bozukluklar arasındaki ilişki araştırılmış, araştırma İspanyol kökenli 762 ergen ile yürütülmüştür. Sonuçlara göre ebeveynlerinden psikolojik kontrol algılayan ergenlerin duygusal bozukluklarının davranışsal bozukluklara oranla daha fazla olduğu, algılanan psikolojik kontrole göre erkek ergenlerin kızlara göre daha yüksek davranışsal bozukluklar gösterdiği görülmüştür (Leon-del-Barco, Mendo-Lazaro, Polo-del-Rio, Lopez-Ramos, 2019).

Yurt dışı literatüründen elde edilen bulgular Türkiye literatürüne paralellik gösterirken önceki bulgulara ek olarak ebeveynlerin psikolojik kontrolü ile özgüvende azalma, madde kullanımı, riskli internet kullanımı ve ergen suçluluğu arasında ilişki olduğu görülmektedir.

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Ergenlerde Uyum Sorunlarına Yönelik

Araştırmalar

Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Erken dönem uyumsuz şemalara yönelik yapılan araştırmalar incelendiğinde şema terapinin yakın dönemde geliştirilen bir kuram olması nedeniyle erken dönem uyumsuz şemaların da 2007 yılından itibaren ülkemizde çalışılmaya başlandığı görülmektedir.

Literatürde yer alan çalışmaların erken yetişkinlik dönemine, orta yaşlılık dönemine ve evli çiftlere yönelik yapıldığı görülmüştür.

Doğrudan ergenlere yönelik erken dönem uyumsuz şemaların araştırıldığı Türkiye’de yapılan iki araştırmaya ulaşılabilmektedir. Doğrudan uyuma yönelik yapılan bir araştırmaya rastlanmamakla birlikte uyumu belirleyen duygusal bozukluklar (içselleştirme sorunları) ile ilişkili yapılan erken dönem uyumsuz şemaların ergenlik dönemindeki depresif bozuklukla ilişkisinin araştırıldığı 218 ergen ile yürütülen çalışmada Kusurluluk/utanma, kuşkuculuk/kötüye kullanılma, terk edilme/tutarsızlık ve kendini onaylamama şemaları depresif bozuklukla ilişkili bulunmuştur (Gökçe, Önal Sönmez, Yusufoglu, Yulaf ve Adak, 2017).

Özkan (2018) tarafından yapılan bir diğer araştırmanın bulgularına göre ise madde kullanım bozukluğu olan ergenlerde başarı gereken alanlara yönelik yetersizlik inancı, ebeveynlerden birine aşırı bağlanma, her an tetikte olma, kabul onay ve ilgi kazanma çabasının yoğun olduğu kusurluluk/ utanç, başarısızlık ve karamsarlık şemalarının aktif olduğu görülmüştür.

Salimoğlu’nun yaptığı Türkiye ve Kırgızistan’da ki ergenlerin erken dönem uyumsuz şemalarının değişkenlere göre karşılaştırıldığı çalışmada anne babası boşanmış Türk ergenlerin terkedilme, kusurluluk ve duyguları bastırma alt boyutları puanlarının yüksekken Kırgız ergenlerin ise onay arayıcılık alt boyutunun yüksek olduğu görülmüştür. Ailelerin ekonomik düzeyleri ile şema puanları incelendiğinde ise Kırgız ergenlerin cezalandırıcılık, karamsarlık ve terk edilme alt ve orta gelirde şema puanlarının yüksek olduğu, Türk ergenlerde ise aile ekonomisinin şema alanları ile anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Cinsiyet değişkenine yönelik yapılan incelemede Kırgız örneğinde kızların erkeklere göre cezalandırıcılık, karamsarlık ve onay arayıcılık alt boyutlarında yüksek puan

aldıkları, Türk örnekleminde ise yalnızca fedakârlık alt boyutunda kızların erkeklerden daha yüksek puan aldıkları görülmüştür.

Ergenlere yönelik yapılan çalışmaların kısıtlı olması nedeniyle üniversite öğrencilerine yönelik yapılan araştırma bulgularına göre; şema alanları ile ait olma ihtiyacı, benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyacı arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Kömürcü, 2014).

Ünal'ın (2012) yaptığı çalışmaya göre erken dönem uyumsuz şemaların algılanan olumsuz ebeveynlik ile yakından ilişkili olduğu; olumsuz ebeveynlik ile ayrılma ve reddedilmişlik şema alanlarının yanında duygusal dengesizlik, etkisiz baş etme yolları ve düşük sosyal destek algılanmasının düşük yaşam doyumu ve daha fazla psikolojik belirti ile ilişkili olduğu bulguları elde edilmiştir.

Yurt dışında yapılan çalışmalar

Şema kuramının ve erken dönem uyumsuz şemaların yurt dışında kavramsallaştırılmış olması nedeniyle yapılan literatür taramasında Türkiye'de yapılan çalışmalara göre daha çok sayıda çalışmaya ulaşılmış olup ergenler ile yapılan çalışmaların Türkiye'deki çalışmalara benzer şekilde doğrudan uyuma değil uyum kavramının içerdiği içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarına yönelik yapıldığı görülmektedir.

Muris (2006) tarafından ergenlerle yapılan erken dönem uyumsuz şemalarla anksiyete bozuklukları, depresyon, yeme problemleri, madde kullanımı, yıkıcı davranım bozukluklarının semptomları arasında ilişki bulunmuştur. Bulguları destekler biçimde Lumley ve Harkness'ın (2007) ergenlik depresyonunda çocukluk çağı yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemalar ve semptomların ilişkisinin araştırıldığı çalışmada; Çocukluk çağı sıkıntıları, anhedoni, kaygı belirtileri ile tehlike (Hastalık ve tehditlere karşı tetikte olma, kuşkuculuk ve kötüye kullanılma), kayıp ve değersizlik içeren (Duygusal yoksunluk,

bağımlılık, kusurluluk, başarısızlık ve sosyal izolasyon) şemalar arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Benzer sonuçlara ulaşılan bir diğer çalışmada ise ebeveyne bağlanma ve ergenlik depresyonu ilişkisine ayrılma ve reddedilmişlik ve başkalarına yönelimlilik şema alanlarının aracılık ettiği, ebeveyne güven ve depresyon arasındaki ilişkide ise kuşkuculuk ve kötüye kullanım şeması ile sosyal izolasyon şemasının depresif semptomlara aracılık ettiği, akranlardan uzaklaşma ile depresif semptomlar ilişkisine ise sosyal izolasyon ve fedakarlık şemalarının aracılık etkisi olduğu görülmüştür (Roelofs, Lee, Rujiten, Lobbestael, 2011).

Depresif semptomlar ve sosyal anksiyete semptomlarına yönelik yapılan bir diğer çalışmada; Ergenlerde ebeveyn duygusal istismarının erken dönem uyumsuz şemalar ve depresif ve sosyal anksiyete semptomları arasındaki ilişki incelenmiş ve erken dönem uyumsuz şemaların duygusal istismar ile depresif semptomlar arasındaki ilişkide aracılık etkisi olduğu bulgusu edinilmiştir (Calvete, 2014).

Yapılan bir diğer çalışmada da çocuk ve ergenlerde algılanan psikolojik kontrol, erken dönem uyumsuz şemalar ve kaygı arasındaki ilişki test edilmiş, algılanan psikolojik kontrol ve kaygı arasındaki ilişkiye ayrılma ve reddedilmişlik, zedelenmiş özerklik ve performans şema alanlarının aracılık etkisi bulunduğu görülmüştür (Creveling- Benefield, Varela, 2019).

Simard, Moss ve Pascuzzo tarafından (2011) yapılan 15 yıllık boylamsal bir çalışmada çocukluk döneminden genç yetişkinlik dönemine kadar süreç takip edilmiş, erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminin, yüksek terk edilme kaygısı, olumsuz kendilik görüşü ve kişisel sıkıntılar ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Erken dönem uyumsuz şemalar, farkındalık, öz sevgi ve psikolojik sıkıntı (distress) arasındaki ilişkiyi keşfetmek amacıyla yapılan bir diğer çalışmada erken dönem uyumsuz şemalar ile farkındalık ve öz sevgi arasında negatif ilişki, psikolojik sıkıntı ile pozitif ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Thimm, 2017). Üniversite öğrencileriyle yapılan, erken dönem

uyumsuz şemalar, psikolojik farkındalık ve uyum arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada da benzer şekilde erken dönem uyumsuz şemalar ile uyum ve psikolojik farkındalık arasında negatif ilişki olduğu ve erken dönem uyumsuz şemaların uyumu yordadığı görülmüştür (Cecero, Beitel, Prout, 2008).

Van Vlierberghe ve Braet (2007) ergen psikopatolojisini, yaptıkları çalışmada içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış davranış sorunları olarak geniş çapta ele almış ve içselleştirme sorunlarının ağırlıklı olarak sosyal izolasyon ve hastalık ve tehditlere karşı tetikte olma şemalarıyla ilişkili olduğu, dışsallaştırma sorunlarının ise haklılık/ büyüklenme ve bağımlılık/yetersizlik şemalarıyla karakterize olduğu bulgularını elde etmişlerdir.

Kendi kendine zarar verme davranışı sergileyen bireylerin erken dönem uyumsuz şemalarının araştırıldığı bir çalışmada; kuşkuculuk/ kötüye kullanılma, duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon ve yetersiz özdenetim/ öz disiplin şemalarının zarar verme davranışı sergilemeyen gruptan anlamlı derecede farklılaştığı görülmektedir (Castiller, Prout, Marcyzk, Schmidheiser ve ark, 2007). Benzer olarak Walker, Dawson ve Beckley'in (2014) yaptığı ergenlikte kendine zarar verme davranışı ile erken dönem uyumsuz şemaların ilişkisinin araştırıldığı bir diğer çalışmada ise duygusal yoksunluk, hastalık ve tehditlere karşı tetikte olma, boyun eğicilik ve fedakârlık şema alanlarının kendine zarar verme davranışını yordadığı görülmüştür.

Madde kullanım bozukluğu olan ergenlerde yapılan bir çalışmanın bulgularına göre ise madde kullanan ve kullanmayan grup karşılaştırıldığında erken dönem uyumsuz şemaların hepsinin kullanan grupta daha sık görüldüğü ancak terk edilme/istikrar, duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon, fedakârlık, onay arayıcılık, yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik ve cezalandırıcılık şemalarının madde kullanımı ile daha ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Jalali, Zargar, Salavati, Kakavand, 2011).

Yurt dışında yapılmış olan çalışmalarda da Türkiye’de yapılan çalışmalar gibi erken dönem uyumsuz şemaların, içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları gibi uyum sorunlarıyla ilişkili bulunduğu görülmüştür.



Bölüm III: Yöntem

Çalışmada benimsenen model, uygun görülen evren ve örneklem, verilerin toplanmasında kullanılan ölçekler, verilerin toplanması ile ilgili işlemler, verilerin analizinde tercih edilen teknikler ile alakalı bilgiler bu bölümde yer almaktadır.

Araştırmanın Modeli

Çanakkale ili merkez ilçede 2018-2019 eğitim öğretim yılında belirlenen 7 farklı ortaöğretim kurumundaki öğrencilerden yola çıkılarak ergenlerde uyumun yordanmasında ebeveyn psikolojik kontrolü ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkinin ortaya konmasını amaçlayan bu araştırma nicel veri toplama teknikleri kullanılarak betimleyici ve ilişki arayıcı olarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmada nicel araştırma modellerinden geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde değiştirmeden betimlemeyi amaçlayan ilişkisel tarama modeli kullanılmış olup en az iki değişken arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemek hedeflenmiştir (Karasar, 1995, s. 79).

Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini tüm Türkiye'deki lise öğrencileri oluştururken hedef örneklem ise Çanakkale ili Merkez ilçedeki farklı düzeydeki liseler olarak seçilmiştir. Çalışma grubu olarak kozmopolit bir yapıda oluşuyla genellenebilirliği arttıracığı ve her türlü liseye kolay ulaşım sağlanabilmesi adına Merkez ilçe seçilmiştir ve ölçekler 2018-2019 yılında liselerin 9. Ve 10. Sınıflarında eğitim gören 462 öğrenciye uygulanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan formda katılımcılara araştırmaya verecekleri yanıtların gizli tutulacağı bilgisi verilmiş, katılımcıların cinsiyet, sınıf,

anne- baba eğitim durumları, anne- babalarının öz- üvey, sağ ölü oluşları ve aile durumları ile ilgili sorular yer almaktadır.

Psikolojik Kontrol Ölçeği

Anne-babaların uyguladığı psikolojik kontrolü ölçmek amacıyla, Barber (1996) tarafından Schaefer'ın (1965) maddeleri temel alınarak geliştirilen ölçek 8 maddeden oluşmaktadır. 4 dereceli Likert tipi olan ölçeğin maddeleri; 1 puan “annemin/babamın özelliklerine hiç benzemiyor”, 4 puan “annemin/babamın özelliklerine çok benziyor” biçiminde yanıtlanmaktadır. Ölçeğin, biri anne diğeri baba için doldurulan iki eşdeğer formu bulunmaktadır. Çalışmada, 8 maddelik anne ve baba formları kullanılmıştır. ‘Annem/Babam ne zaman bir şey anlatmaya çalışsam konuyu değiştirdiği olurdu, ‘Bazı şeyleri onun gibi düşünmediğimde bana soğuk davrandığı olurdu’ ölçek maddelerine örnek olarak verilebilir. Ölçek, tek boyutlu olarak değerlendirilmekte ve sözel ifadelerin sınırlandırılması, duyguları geçersizleştirme, kişisel saldırı, suçluluk yaratma, sevginin esirgenmesi ve tutarsız duygusal davranış maddelerinden oluşmaktadır. Ölçek boyutlarından alınan yüksek puanlar, ilgili boyutta anne ya da babadan algılanan psikolojik kontrolün oldukça fazla olduğuna işaret etmektedir. Orjinal ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı anne-oğul çifti için .83, anne-kız çifti için .83, baba-oğul çifti için .80 ve baba-kız çifti için .83 olarak bulunmuştur (Barber, 1996). Araştırmada kullanılan ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları ise anne formu için .79; baba formu için .83 olarak bulunmuştur (Sayıl ve ark, 2012).

10-16 Yaş Çocuk ve Ergenler için Erken Dönem Uyumsuz Şema Ölçekler

Takımı (ÇEŞÖT)

ÇEŞÖT toplam 97 maddeden ve yorumlanabilir beş ayrı gereksinme alanı ve 15 faktörden oluşan geçerli, güvenilir bir ölçek olarak kabul edilmiştir. Alt ölçekler sırasıyla, kopukluk ve reddedilmişlik gereksinme alanı içinde kusurluluk/utanma, kuşkuculuk/kötüye kullanılma, duygusal yoksunluk, terk edilme ve tutarsızlık; zedelenmiş özerklik ve

performans alanı içinde bağımlılık/yetersizlik, yapışıklık ve gelişmemiş benlik, haklılık/büyükleme; zedelenmiş sınırlar alanı içinde yetersiz özde-netim, başkalarına yönelimlilik gereksinme alanı içinde boyun eğicilik, kendini onaylamama, onay arayıcılık; aşırı tetikte olma ve baskılama/ kitle-me; gereksinme alanı içinde karamsarlık, cezalandırıcılık, dayanıksızlıktır. Alt ölçekler 5 ana şema alanı altında toplanmıştır. Katılımcılar, her maddeyi beşli likert üzerinde (1=Benim için tamamıyla yanlış, 5=Benim için tamamıyla doğru) derecelendirmektedir (Güner, 2013).

Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri (REUTE)

Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri (REUTE), Reynolds (1998) tarafından klinisyenlerin ve araştırmacıların ergenlerin uyum sorunlarını kısa ve kolay yoldan ölçebilmesi amacıyla geliştirilmiş bir ölçüm aracıdır. Reynolds ergen uyum envanteri 32 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçme envanteridir. Her bir madde 1 (hiçbir zaman) ile 5 (Her zaman) arasında puanlandırılma yapılır. Olumlu benlikle ilgili alan ters madde olarak ele alınmaktadır. Ölçeğin en düşük puanı 32 en yüksek puanı ise 165 dir. Ölçekten alınan yüksek puanlar uyum sorunlarının düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir (Kocayörük, 2010). REUTE genel olarak ergenlikte antisosyal, öfke kontrolü, duygusal bozukluklar ve pozitif benliği değerlendirmek amaçlı kullanılmaktadır (Kocayörük, 2010). Madde kapsamı ile ilgili ilk iki alan; iletişimle ilgili sorunlar ile endişe ve depresyonu içeren duygusal sorunlardır. Bunu takiben, problemleri dışa vurma faktörü olarak öfke kontrol problemi, sert davranışlara, arkadaşlarla ve yetişkinlerle anlaşma güçlüklerine yol açan ve daha ciddi uyum sorunlarının habercisi olarak görülen karşı gelme davranışıyla ilgili bir alan, özgüven ve olumlu sosyal etkileşimler üzerine yoğunlaşan problemleri içe atma alanı vardır. REUTE' nin Faktör Yapısı Toplam standart ve klinik örneklem gruplarından, öz değerleri 9.49, 2.84, 1.89 ve 1.29 olan dört faktör elde edilmiştir. Bu dört faktör, toplam sapmanın %48.5'ine denk düşmektedir; .30'luk ya da daha çok madde-faktör yüklemesi, madde-faktör yerleştirmesi için anlamlı

olarak yorumlanmıştır. 32 REUTE maddesi içinde 3 tanesi .32 ile .38 arası faktör yüküne, kalan 29'u ise .42 ile .75 arası faktör yüküne sahiptir (Meriç, 2007).

Güvenirlilik Analizleri REUTE' nin güvenirlilik analizleri bir dizi çalışma ile iç tutarlılık, test-tekrar test ve ölçümün standart hatası teknikleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. REUTE (AdjT) ve alt ölçekleri için hesaplanan Cronbach Alfa korelasyon katsayıları şöyledir: REUTE (AdjT): .91, Duygusal Sıkıntılar (ED): .88, Öfke Kontrol Problemi (AC): .83, Anti Sosyal Davranış (AB): .80 ve Olumlu Benlik (PS):.73'tür. REUTE Toplam Uyum (AdjT) test-tekrar test korelasyon katsayısı $r = .89$ olarak hesaplanmıştır. Alt boyutlar bazında korelasyon katsayıları, AB: $r = .85$; AC: $r = .83$; ED: $r = .85$; PS: $r = .86$ olarak belirlenmiştir. REUTE'nin ölçümün standart hatasının 2.83 ila 5.39 arasında değerler aldığı ve REUTE'nin güvenirliliğini desteklediği görülmektedir (Reynolds, 2001'den akt., Meriç, 2007). REUTE'nin Türkçe' ye Uyarlanması Reynolds (1998) tarafından geliştirilen REUTE, 12-19 yaş arası ergenlerin duygusal davranışsal uyum sorunlarının belirlenmesine olanak sağlayan geçerli ve güvenilir bir envanterdir (Meriç, 2007). Yapılan araştırmada katılımcıların liselerde öğrenim gören 9 ve 10. sınıf öğrencileri olması nedeniyle Millî Eğitim Bakanlığı'ndan izin alınmış ve bakanlığın talebiyle ölçekteki antisosyal davranışlar alt boyutundaki maddelerden biri ölçeğin güvenirliliğini zedelememek koşuluyla ölçekten çıkarılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa değeri .91 iken bakanlıkça çıkarılması istenen madde çıkarıldıktan sonra yapılan analiz sonucunda ölçek Cronbach alfa değerinin .90 olduğu görülmüştür.

Verilerin Toplanması

Ölçeklerin uygulanması için öncelikle Çanakkale İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izinler alınmıştır. Okullardaki idarecilerin öğrencilerin eğitimlerinden kayıp olmayacak şekilde uygun gördüğü gün ve saatler belirlenerek ölçekler 511 öğrenciye uygulanmış, uygulamanın başında araştırmanın amacı, cevapların gizliliği, ölçeklerin

maddelerine verilecek yanıtların doğruluğu ya da yanlışlığının bulunmadığı, isim yazılmaması gerektiği belirtilerek gerekli açıklamalarda bulunulmuştur. Ölçek formlarını eksik dolduran ve ebeveynlerini kaybeden bireylerin formları araştırma dışı bırakılmıştır.

Verilerin Analizi

Bu çalışmada kullanılan değişkenlerden cinsiyet, sınıf, anne babanın eğitim durumu, ergenin anne baba psikolojik kontrol algısı ve erken dönem uyumsuz şemalar bağımsız değişken olarak ele alınırken ergenlerin uyumu bağımlı değişken olarak belirlenmiştir. Verilerin analizinde IBM SPSS Statistics 20 istatistiksel paket programı kullanılmıştır. Verilerin normalliğinin belirlenmesi için skewness (basıklık) ve kurtosis (çarpıklık) değerlerine bakılmıştır. Skewness-kurtosis değerlerine ilişkin Tabachnick ve Fidell (2013) +1,5 ile -1,5 aralığında bulunması gerektiğini belirtmiş, George ve Mallery (2010) ise +2 ile -2 aralığında bulunması gerektiğini ifade etmiştir. Verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Öncelikle psikolojik kontrol, erken dönem uyumsuz şemalar ve uyumun demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını görmek amacıyla *t* testi, One Way Anova kullanılmıştır. Anlamli fark ($p < .05$) olduğu görülmesi halinde ve varyansların homojenliği testine göre $p > .05$ olması halinde Scheffe Testi; $p < .05$ olması halinde ise Tamhane's T2 testi uygulanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin niteliğinin saptanması, biri değişince diğerrinin de nasıl değiştiğini görmek, bilinen bulgulardan hareketle bilinmeyen olaylarla ilgili tahminlerde bulunabilmek amacıyla regresyon analizi tercih edilmiştir. Araştırmada bir bağımlı değişken birden fazla bağımsız değişken olması sebebiyle ve her bir bağımsız değişkenin hangi oranda bağımlı değişkeni yordadığını anlamak için hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır (Büyüköztürk, 2013).

Bölüm IV: Bulgular

Bu bölümde araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerine, değişkenlerin cinsiyet, sınıf ve ebeveyn eğitim durumuna göre incelendiği araştırma bulgularına, modelde yer alan yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkiye ve uyumun yordanmasına ilişkin hiyerarşik regresyon analizine ait bulgular yer verilmiştir.

Demografik Özelliklere Ait Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özellikleri Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Demografik Özellikleri Dağılımı

	Gruplar	Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Erkek	198	42.9
	Kız	264	57.1
	Toplam	462	100
Sınıf	9. Sınıf	206	46.6
	10.Sınıf	256	55.4
	Toplam	462	100
Anne eğitim durumu	İlköğretim ve Altı	236	51.1
	Ortaöğretim	124	26.8
	Lisans ve Üstü	102	22.1
	Toplam	462	100
Baba Eğitim Durumu	İlköğretim ve Altı	173	37.4
	Ortaöğretim	143	31.0
	Lisans ve Üstü	146	31.6
	Toplam	462	100
Aile Durumu*	Evli	412	89.2
	Boşanmış-ayrı	49	10.6
	Toplam	461	99.8

*1 adet kayıp veri

Tablo 1'e göre çalışmaya katılanların %42.9'u erkek; %57.1' i ise kız öğrencilerdir. Araştırmaya katılanların %46.6'sını 9. sınıf öğrencileri oluştururken, %55.4'ünü 10. sınıf öğrencileri oluşturmuştur.

Öğrencilerin ebeveynlerinin birliktelik durumları incelendiğinde %89.2'sinin evli, %10.6'sının ise boşanmış ya da ayrı yaşadıkları görülmüştür. Araştırmaya katılan öğrencilerin annelerinin %51,1'i ilköğretim ve altı, %26,8'i ortaöğretim, %22,1' i Lisans ve lisansüstü mezunudur. Babaların ise %37.4'ü ilköğretim ve altı, %31.0'i ortaöğretim, %31.6'sı ise lisans ve lisansüstü mezunudur.

Algılanan Ebeveyn Psikolojik Kontrolü, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Uyum Sorunları Değişkenlerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi

Algılanan ebeveyn psikolojik kontrolünün cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla t- testi uygulanmıştır.

Tablo 2

Katılımcıları Anne ve Babadan Algılanan Psikolojik Kontrol Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi (t Testi)

PK	Cinsiyet	N	\bar{X}	S	t	p
Anne Psikolojik Kontrolü	Erkek	198	25.5	6.05	.35	.72
	Kız	264	25.3	6.22		
Baba Psikolojik Kontrolü	Erkek	198	24.7	5.93	1.77	.08
	Kız	264	23.75	5.89		

Tablo 2' ye göre anneden algılanan psikolojik kontrol ve babadan algılanan psikolojik kontrolün bağımsız örneklem t-testi sonucunda cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür.

Ergenlerin uyum düzeylerinin belirlendiği uyum puanları ve alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşma bulunup bulunmadığını değerlendirmek için t-testi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 3' de paylaşılmıştır.

Tablo 3

Katılımcıların Uyum Sorunları Değişkeni ve Alt Boyutlarından Ait Puanların Cinsiyete Göre İncelenmesi

Değişkenler	Cinsiyet	N	\bar{X}	S	t	p
Antisosyal Davranışlar	Erkek	198	15.6	5.4	3.464	.001*
	Kız	264	13.9	4.9		
Duygusal Sıkıntılar	Erkek	198	25.01	7.7	-5.68	.000*
	Kız	264	29.3	8.3		
Olumlu Benlik	Erkek	198	14.03	3.6	-2.00	.046*
	Kız	264	14.7	3.75		
Öfke Kontrol Problemi	Erkek	198	17.2	5.68	-.146	.88
	Kız	264	17.3	5.69		
Toplam Uyum Sorunları	Erkek	198	69.5	17.14	-2.084	.038*
	Kız	264	72.9	17.6		

* $p < .05$

Tablo 3' e göre; ergenlerin toplam uyum puanları ile uyum ölçeğinin antisosyal davranışlar, duygusal sıkıntılar ve olumlu benlik alt boyutlarının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı şekilde farklılaştığı görülmektedir. Antisosyal davranışlar alt boyutundan erkeklerin aldıkları puanın ($\bar{X}= 15.6$), kız öğrencilere göre ($\bar{X}= 13.9$) daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Kız öğrencilerin ise duygusal sıkıntılar ($\bar{X}= 29.3$), olumlu benlik ($\bar{X}= 14.7$) alt boyutlarından ve toplam uyumdan ($\bar{X}= 72.9$) aldıkları puanların, erkek öğrencilerin duygusal sıkıntılar ($\bar{X}=25.01$), olumlu benlik ($\bar{X}= 14.03$) alt boyutları ve toplam uyum ($\bar{X}= 69.5$) puanlarından daha yüksek olduğu ($\bar{X}=$) görülmüştür. Öfke kontrol problemi alt boyutu ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Katılımcıların erken dönem uyumsuz şemalarının cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşp farklılaşmadığını değerlendirmek için t- testi uygulanmıştır.

Tablo 4

Katılımcıların Erken Dönem Uyumsuz Şemalara Ait Puanların Cinsiyet Göre İncelenmesi (t-Testi)

Erken Dön. Uyum Boz. Şemalar	Cinsiyet	N	\bar{X}	S	t	p
Kopukluk ve Reddedilmişlik	Erkek	198	8.70	2.60	-3.039	.003*
	Kız	264	9.47	2.79		
Zedelenmiş Özerklik ve Performans	Erkek	198	9.26	2.56	-4.611	.000*
	Kız	264	10.44	2.84		
Zedelenmiş Sınırlar	Erkek	198	5.02	1.44	-.724	.47
	Kız	264	5.12	1.57		
Başkalarına Yönelimlilik	Erkek	198	6.43	1.94	-.472	.64
	Kız	264	6.51	2.01		
Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama/ Ketleme	Erkek	198	5.00	1.59	-2.836	.005*
	Kız	264	5.42	1.56		

* $p < .05$,

Tablo 4' e göre zedelenmiş sınırlar ve başkalarına yönelimlilik erken dönem uyumsuz şemalarının bağımsız örneklem t-testi sonucunda cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p > .05$). Kopukluk ve reddedilmişlik, zedelenmiş özerklik ve performans ile aşırı tetikte olma ve baskılama/ ketleme şema alanları ise cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ($p < .05$). Kız öğrencilerin Kopukluk ve reddedilmişlik ($\bar{X} = 9.47$) zedelenmiş özerklik ve performans ($\bar{X} = 10.44$), aşırı tetikte olma ve baskılama/ketleme ($\bar{X} = 5.42$), şema puanlarının, erkek öğrencilerin kopukluk ve reddedilmişlik ($\bar{X} = 8.70$) zedelenmiş özerklik ve performans ($\bar{X} = 9.26$), aşırı tetikte olma ve baskılama/ketleme ($\bar{X} = 5.00$) şema puanlarından daha yüksek olduğu görülmüştür.

Ergenlerin Uyum Sorunları ve Alt Boyut Puanlarının Sınıf Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Ergenlerin uyum sorunlarının düzeylerinin eğitim gördükleri sınıfa göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla t testi yapılmıştır. Tablo 5'e göre katılımcıların eğitim gördükleri sınıf düzeyine göre uyum sorunları puanları

farklılaşmakta olup ($p<.05$); 10. Sınıfta eğitim gören katılımcıların uyum puanlarının ($\bar{X}=73.96$), 9. sınıfta eğitim görmekte olan katılımcıların uyumsuzluk puanlarından ($\bar{X}=68.37$) daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 5

Katılımcıların uyum sorunları ölçeğinden aldıkları puanın sınıf düzeylerine göre karşılaştırılması

	Sınıf	N	\bar{X}	S	t	p
Toplam Uyum Sorunları	9. Sınıf	206	68.37	18.1	-3.46	.001**
	10. Sınıf	256	73.96	16.59		
Antisosyal Davranış	9. Sınıf	206	13.60	4.54	-4.101	.000*
	10. Sınıf	256	15.52	5.50		
Öfke Kontrol Problemi	9. Sınıf	206	16.18	5.78	-3.594	.000*
	10. Sınıf	256	18.07	5.47		
Duygusal Sıkıntılar	9. Sınıf	206	26.86	9.17	-1.401	.162
	10. Sınıf	256	27.98	7.60		
Olumlu Benlik	9. Sınıf	206	13.98	3.90	-2.315	.02***
	10. Sınıf	256	14.78	3.51		

* $p<.001$ ** $p<.01$ *** $p<.05$

Ergenlerin Ebeveynlerden Algıladıkları Psikolojik Kontrol, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Uyum Sorunları Puanlarının Anne- Baba Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Ergenlerin uyum sorunlarının ve alt boyutlarının düzeylerinin ebeveynlerinin eğitim düzeylerine göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla One-way Anova testi yapılmıştır. Annelerin eğitim düzeyine göre yapılan analiz sonuçları Tablo 6'da verilmiş olup; Tablo 6'ya göre katılımcıların uyum ölçeğinin olumlu benlik ve duygusal sıkıntılar alt boyutlarından aldıkları puan annelerinin eğitim düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmazken; antisosyal davranışlar, öfke kontrol problemi ve toplam uyum sorunları puanlarının anne eğitim düzeyine göre anlamlı farklılaştığı görülmüştür ($p<.05$). Varyansların

homojenliği testi sonucuna göre ($p>.05$) öfke kontrol problemi için Scheffe çoklu karşılaştırma testi; antisosyal davranışlar alt boyutu ve toplam uyum sorunları puanı ($p<.05$) için Tamhane's T2 çoklu karşılaştırma testi kullanılmıştır.

Tablo 6

Katılımcıların Uyum Sorunları Değişkeni ve Alt Boyutlarına Puanların, Anne Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi

	Gruplar	N	\bar{X}	SS	F	p
Toplam Uyum Sorunları	İlköğretim ve Altı	236	69.5	16.4	3.096	.046*
	Ortaöğretim	124	73.7	16.6		
	Lisans ve Üstü	102	73.3	20.4		
Antisosyal Davranışlar	İlköğretim ve Altı	236	13.98	4.64	4.222	.015*
	Ortaöğretim	124	15.40	5.51		
	Lisans ve Üstü	102	15.33	5.75		
Öfke Problemi	İlköğretim ve Altı	236	16.43	5.47	4.856	.008**
	Ortaöğretim	124	17.98	5.28		
	Lisans ve Üstü	102	18.15	6.38		
Olumlu Benlik	İlköğretim ve Altı	236	14.60	3.78	0.593	.553
	Ortaöğretim	124	14.30	3.55		
	Lisans ve Üstü	102	14.20	3.71		
Duygusal Sıkıntılar	İlköğretim ve Altı	236	26.7	8.29	2.120	.121
	Ortaöğretim	124	28.5	7.43		
	Lisans ve Üstü	102	28.1	9.36		

* $p<.05$ ** $p<.01$

Yapılan Scheffe testi ve Tamhane's T2 çoklu karşılaştırma testleriyle farklılıkların yönü belirlenememiş, ortalamalara göre değerlendirilmiştir. Ebeveyni lisans ve üstü mezuniyete sahip olanların öfke kontrol problemi puanlarının ($\bar{X}= 18.15$, $S= 6.38$) ortaöğretim ($\bar{X}= 17.98$, $S= 5.28$) ile ilköğretim ve altı ($\bar{X}= 16.43$, $S= 5.47$) düzeyde mezunların puanlarına göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Antisosyal davranışlar alt boyutunun ortalamalarına bakıldığında ebeveynleri ilköğretim ve altı ($\bar{X}= 13.98$, $S= 4.64$) mezuniyet düzeyinde olan katılımcıların ebeveynleri ortaöğretim ($\bar{X}= 15.40$, $S= 5.51$) ile lisans ve üstü ($\bar{X}= 15.33$, $S= 5.75$) mezuniyet düzeyinde olan katılımcılara göre antisosyal davranış puanlarının daha düşük olduğu görülmüştür. Toplam uyum sorunları puanı ortalamalarına bakıldığında ise ebeveynleri ilköğretim ve altı ($\bar{X}= 69.5$, $S= 16.4$) mezuniyet düzeyinde olan katılımcıların

ebeveynleri ortaöğretim ($\bar{X}=73.7$, $S= 16.6$) ile lisans ve üstü ($\bar{X}=73.3$, $S= 20.4$) mezuniyet düzeyinde olan katılımcılara göre toplam uyum sorunları puanlarının daha düşük olduğu görülmüştür.

Tablo 7

Katılımcıların Uyum Sorunları Değişkeni ve Alt Boyutlarına Ait Puanların, Baba Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi

	Gruplar	N	\bar{X}	SS	F	p
Toplam Uyum Sorunları	İlköğretim ve Altı Ortaöğretim	173	71.05	17.27	0.449	.638
	Lisans ve Üstü	143	70.82	16.63		
		146	72.59	18.54		
Antisosyal Davranışlar	İlköğretim ve Altı Ortaöğretim	173	14.41	5.05	0.870	.419
	Lisans ve Üstü	143	14.49	5.01		
		146	15.13	5.48		
Öfke Problemi	İlköğretim ve Altı Ortaöğretim	173	16.81	5.73	1.044	.353
	Lisans ve Üstü	143	17.21	5.67		
		146	17.74	5.63		
Olumlu Benlik	İlköğretim ve Altı Ortaöğretim	173	15.18	3.75	5.777	.003*
	Lisans ve Üstü	143	13.95	3.89		
		146	14.00	3.33		
Duygusal Sıkıntılar	İlköğretim ve Altı Ortaöğretim	173	26.91	8.31	0.865	.422
	Lisans ve Üstü	143	27.49	8.16		
		146	28.15	8.55		

* $p<.05$

Babaların eğitim düzeyine göre yapılan analiz Tablo 7’de verilmiş olup; Tablo 7’ye göre katılımcıların uyum ölçeğinin antisosyal davranışlar, öfke kontrol problemi, duygusal sıkıntılar alt boyutlarından aldıkları puan ve toplam uyumsuzluk puanı babalarının eğitim düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmazken ($p>.05$) olumlu benlik sorunu alt boyutu puanının baba eğitim düzeyine göre anlamlı farklılaştığı görülmüştür ($p<.05$). Varyansların homojenliği testi sonucuna göre ($p>.05$) olumlu benlik boyutu için Scheffe çoklu karşılaştırma testi kullanılmıştır. Scheffe testinin sonuçlarına göre babası ilkokul mezunu öğrencilerin ($\bar{X}= 15.18$, $S= 3.75$), babası ortaöğretim ($\bar{X}= 13.95$, $S= 3.89$) ile lisans ve üstü

(\bar{X} = 14.00, S= 3.33) mezunu olan öğrencilere göre olumlu benlik sorunu puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Anneden algılanan psikolojik kontrolün, annenin eğitim düzeyine göre, babadan algılanan psikolojik kontrolün babanın eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını değerlendirmek için One- Way Anova testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 8’de verilmiş olup; Anneden algılanan psikolojik kontrolün annenin eğitim düzeyine, babadan algılanan psikolojik kontrolün babanın eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür.

Tablo 8

Katılımcıların Anne ve Baba Eğitim Düzeyleri İle Anneden Ve Babadan Algılanan Psikolojik Kontrol Düzeylerinin Karşılaştırılması

	Anne Eğitim Düzeyleri	N	\bar{X}	SS	F	p
Anneden	İlköğretim ve Altı	236	25.20	6.05	0.431	.650
Algılanan	Ortaöğretim	124	25.80	6.53		
Psikolojik	Lisans ve Üstü	102	25.23	5.88		
Kontrol						
	Baba Eğitim Düzeyleri	N	\bar{X}	SS	F	p
Babadan	İlköğretim ve Altı	173	24.37	5.97	0.913	.402
Algılanan	Ortaöğretim	143	23.62	5.22		
Psikolojik	Lisans ve Üstü	146	24.48	6.49		
Kontrol						

Katılımcıların erken dönem uyumsuz şemalarının, annelerin eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını değerlendirmek için One- Way Anova testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 9’ da ve Tablo 10’ da paylaşılmıştır.

Anne eğitim düzeyine yönelik yapılan analiz sonuçları Tablo 9’ da verilmiş olup; erken dönem uyumsuz şemaların annenin eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür.

Tablo 9

Katılımcıların Erken Dönem Uyumsuz Şemalarının Anne Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Uyum Boz. Şemalar	Eğitim Durumu	N	\bar{X}	S	F	p
Kopukluk ve Reddedilmişlik	İlköğretim ve Altı	236	9.11	2.82	.230	.80
	Ortaöğretim	124	9.27	2.49		
	Lisans ve Üstü	102	9.04	2.84		
Zedelenmiş Özerklik ve Performans	İlköğretim ve Altı	236	9.96	2.95	.145	.87
	Ortaöğretim	124	9.99	2.59		
	Lisans ve Üstü	102	9.80	2.62		
Zedelenmiş sınırlar	İlköğretim ve Altı	236	4.97	1.59	1.802	.17
	Ortaöğretim	124	5.29	1.46		
	Lisans ve Üstü	102	5.07	1.37		
Başkalarına Yönelimlilik	İlköğretim ve Altı	236	6.52	2.04	.951	.39
	Ortaöğretim	124	6.59	1.94		
	Lisans ve Üstü	102	6.25	1.85		
Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama/ Ketleme	İlköğretim ve Altı	236	5.27	1.64	.465	.63
	Ortaöğretim	124	5.29	1.57		
	Lisans ve Üstü	102	5.11	1.48		

p < .05

Erken dönem uyumsuz şemalarının, babaların eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını değerlendirmek için One- Way Anova testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 10'da verilmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre erken dönem uyumsuz şemaların babanın eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür.

Tablo 10

Katılımcıların Erken Dönem Uyumsuz Şemalarının Baba Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Uyum Boz. Şemalar	Eğitim Durumu	N	\bar{X}	SS	F	p
Kopukluk ve Reddedilmişlik	İlköğretim ve Altı	173	9.28	2.79	.467	.627
	Ortaöğretim	143	8.98	2.71		
	Lisans ve Üstü	146	9.12	2.70		
Zedelenmiş Özerklik ve Performans	İlköğretim ve Altı	173	10.07	2.87	.466	.627
	Ortaöğretim	143	9.76	2.75		
	Lisans ve Üstü	146	9.93	2.72		
Zedelenmiş sınırlar	İlköğretim ve Altı	173	5.02	1.49	.282	.754
	Ortaöğretim	143	5.07	1.43		
	Lisans ve Üstü	146	5.15	1.63		
Başkalarına Yönelimlilik	İlköğretim ve Altı	173	6.68	2.09	1.740	.177
	Ortaöğretim	143	6.27	1.90		
	Lisans ve Üstü	146	6.43	1.90		
Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama/ Ketleme	İlköğretim ve Altı	173	5.25	1.55	.007	.993
	Ortaöğretim	143	5.24	1.69		
	Lisans ve Üstü	146	5.23	1.54		

Ergenlerin Uyum Sorunları Düzeylerinin ve Alt Boyutlarının Aile Durumuna Göre Karşılaştırılması

Araştırmaya katılan öğrencilerin uyum sorunları düzeylerinin ve uyum alt boyutlarının, ebeveynlerin ilişki durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını değerlendirmek için bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonuçları Tablo 11’de verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre duygusal sıkıntılar, antisosyal davranışlar, öfke kontrol problemi alt boyutları ile toplam uyum sorunları düzeyinin ebeveynlerin evli ya da boşanmış- ayrı olma durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülürken olumlu benlik boyutu ile ebeveyn ilişki durumu arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Ebeveynleri boşanmış olan ya da ayrı yaşayan ergenlerin duygusal sıkıntılar ($\bar{X}= 30.51$), antisosyal davranışlar ($\bar{X}= 17.38$), öfke kontrol problemi ($\bar{X}= 30.51$) ve toplam uyumsuzluk ($\bar{X}= 80.25$) puanlarının, ebeveynleri evli olan ergenleri duygusal sıkıntılar

(\bar{X} = 14.7), antisosyal davranışlar (\bar{X} = 14.7), öfke kontrol problemi (\bar{X} = 14.7) ve toplam uyumsuzluk puanlarından daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 11

Katılımcıların Uyum Sorunları Değişkeni ve Alt Boyutlarına Ait Puanların Aile Durumuna Göre İncelenmesi

Değişkenler	Ebeveyn ilişkisi Durumu	N	\bar{X}	S	t	p
Toplam Uyum Sorunları	Evli	412	70.42	16.98	-3.775	.000*
	Boşanmış-ayrı	49	80.25	19.38		
Antisosyal Davranışlar	Evli	412	14.34	4.97	-3.342	.001*
	Boşanmış-ayrı	49	17.38	6.13		
Öfke Kontrol Problemi	Evli	412	27.15	8.17	-2.689	.007*
	Boşanmış-ayrı	49	30.51	9.18		
Olumlu Benlik	Evli	412	14.38	3.73	-.634	.53
	Boşanmış-ayrı	49	14.74	3.58		
Duygusal Sıkıntılar	Evli	412	27.15	8.17	-2.689	.007*
	Boşanmış-ayrı	49	30.51	9.18		

* $p < .01$

Psikolojik Kontrol, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Uyum Değişkenleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Araştırmada yer alan değişkenler arasındaki ilişkileri saptamak amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu tekniği kullanılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 12’ de verilmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre uyum sorunları ile anne psikolojik kontrolü ($r = .39, p < .001$), baba psikolojik kontrolü ($r = .36, p < .001$), kopukluk ve reddedilmişlik ($r = .54, p < .001$), zedelenmiş özerklik ve performans ($r = .35, p < .001$), zedelenmiş sınırlar ($r = .53, p < .001$), başkalarına yönelimlilik ($r = .35, p < .001$), ve aşırı tetikte olma baskılama/ ketleme ($r = .53, p < .001$), arasında ilişki olduğu görülmüştür.

Aşırı tetikte olma baskılama/ ketleme şema alanı ile anne psikolojik kontrolü ($r = .32, p < .001$), baba psikolojik kontrolü ($r = .27, p < .001$), kopukluk ve reddedilmişlik ($r = .75, p < .001$), zedelenmiş özerklik ve performans ($r = .67, p < .001$), Zedelenmiş sınırlar ($r = .51,$

$p<.001$), ve başkalarına yönelimlilik ($r= .63, p<.001$) arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Başkalarına yönelimlilik şema alanı ile anne psikolojik kontrolü ($r= .31, p<.001$), baba psikolojik kontrolü ($r= .25, p<.001$), kopukluk ve reddedilmişlik ($r = .73, p<.001$), zedelenmiş özerklik ve performans ($r = .69, p<.001$) ve zedelenmiş sınırlar ($r= .41, p<.001$) arasında ilişki bulunmuştur. Zedelenmiş sınırlar şema alanı ile anne psikolojik kontrolü ($r = .35, p<.001$), baba psikolojik kontrolü ($r= .28, p<.001$), kopukluk ve reddedilmişlik ($r = .49, p<.001$), ve zedelenmiş özerklik ve performans ($r= .70, p<.001$) arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Zedelenmiş özerklik ve performans şema alanı ile anne psikolojik kontrolü ($r = .19, p<.001$), baba psikolojik kontrolü ($r= .14, p<.001$), kopukluk ve reddedilmişlik ($r= .70, p<.001$) arasında anlamlı ilişki olduğu ve kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı ile de anne psikolojik kontrolü ($r = .65, p<.001$) arasında ilişki görülmüştür.

Tablo 12

Modelde Yer Alan Yordayıcı Değişkenler Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	01	02	03	04	05	06	07	08
01) Uyum Sorunları	-							
02) Anne Psikolojik Kontrolü	.39**	-						
03) Baba Psikolojik Kontrolü	.36**	.65**	-					
04) Kopukluk ve Reddedilmişlik	.54**	.40**	.33**	-				
05) Zedelenmiş Özerklik ve Performans	.35**	.19**	.14**	.70**	-			
06) Zedelenmiş Sınırlar	.53**	.35**	.28**	.49**	.39**	-		
07) Başkalarına Yönelimlilik	.35**	.31**	.25**	.73**	.69**	.41**	-	
08) Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama/Ketleme	.53**	.32**	.27**	.75**	.67**	.51**	.63**	-

** $p<.001$

Psikolojik Kontrol ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Uyum Sorunlarını

Yordaması

Ebeveynden algılanan psikolojik kontrol ve erken dönem uyumsuz şemalar değişkenlerinin uyumu yordamasına ilişkin hiyerarşik regresyon analizi yapılmış, analiz sonuçları Tablo 13’de yer almıştır.

Tablo 13’ de verilen hiyerarşik regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında denkleme ilk blokta girilen yordayıcı değişken olan anneden algılanan psikolojik kontrol değişkeninin modele katkısı anlamlı bulunmuştur ($F= 82.69, p<.001$). Anneden algılanan psikolojik kontrolün uyum sorunlarının düzeyini anlamlı pozitif bir şekilde yordadığı görülmüştür ($\beta = .39, p <.001$). Değişkenin bu ilişkideki varyansın %15’ini açıkladığı bulunmuştur ($R^2 = .15$).

Modele ikinci blokta baba psikolojik kontrolü değişkeni eklenmiştir. Eklenen değişkenin modele katkısı anlamlı bulunmuştur ($F = 47.66, p<.01$). Baba psikolojik kontrol değişkeninin uyum sorunlarını anlamlı ve pozitif şekilde yordadığı görülmüştür ($\beta = .185, p<.001$). Eklenen ikinci değişkenle birlikte açıklanan varyans yaklaşık %17’ ye yükselmiş ve eklenen ikinci değişkenle birlikte anne psikolojik kontrolü anlamlılığını sürdürmüştür ($R^2 = .02$).

Modele üçüncü blokta erken dönem uyumsuz şema alanlarından kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı eklenmiştir. Kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı değişkeninin modele katkısı anlamlı bulunmuştur ($F = 47.66, p<.01$). Kopukluk ve reddedilmişliğin modele eklenmesiyle diğer değişkenler anlamını yitirmemiştir. Kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı değişkeninin uyum sorunlarını anlamlı ve pozitif şekilde yordadığı görülmüştür ($\beta = .44, p <.001$). Eklenen üçüncü değişkenle birlikte açıklanan varyans yaklaşık %34’e yükselmiştir ($R^2 = .16$).

Modele dördüncü blokta erken dönem uyumsuz şema alanlarından zedelenmiş özerklik ve performans şema alanı eklenmiş ve değişkeninin modele katkısı anlamlı bulunmamıştır ($F= 47.66, p>.05$). Zedelenmiş özerklik ve performans alanının modele eklenmesiyle diğer değişkenler anlamını yitirmemiştir. Zedelenmiş özerklik ve performans şema alanı değişkenin uyum sorunlarını yordamadığı görülmüştür ($\beta= -.002, p<.05$).

Modele beşinci blokta şema alanlarından zedelenmiş sınırlar şema alanı eklenmiştir. Zedelenmiş sınırlar şema alanı değişkeninin modele katkısı anlamlı bulunmuştur ($F= 62.96, p<.001$). Zedelenmiş sınırlar modele eklenmesiyle anne psikolojik kontrolü değişkeninin anlamını yitirdiği görülmektedir. Zedelenmiş sınırlar şema alanı değişkenin uyum sorunlarını anlamlı ve pozitif şekilde yordadığı görülmüştür ($\beta = .32, p <.001$). Eklenen beşinci değişkenle birlikte açıklanan varyans yaklaşık %41'e yükselmiştir ($R^2 = .07$).

Modele altıncı blokta erken dönem uyumsuz şema alanlarından başkalarına yönelimlilik şema alanı eklenmiştir. Başkalarına yönelimlilik şema alanı değişkeninin modele katkısı anlamlı bulunmuştur ($F= 53.81, p<.05$). Başkalarına yönelimliliğin modele eklenmesiyle diğer değişkenler anlamını yitirmemiştir. Kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı değişkenin uyum sorunlarını anlamlı ve negatif şekilde yordadığı görülmüştür ($\beta = -.13, p <.05$). Eklenen üçüncü değişkenle birlikte açıklanan varyans yaklaşık %42'e yükselmiştir ($R^2 = .007$).

Son olarak modele yedinci blokta aşırı tetikte olma ve baskılama/ ketleme şema alanı eklenmiştir. Aşırı tetikte olma ve baskılama/ketleme şema alanı değişkeninin modele katkısı anlamlı bulunmuştur ($F =49.61, p<.001$). Aşırı tetikte olma ve baskılama/ ketleme değişkenin modele eklenmesiyle diğer değişkenler anlamını yitirmemiştir. Kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı değişkenin uyum sorunlarını anlamlı ve pozitif şekilde yordadığı görülmüştür ($\beta =$

.22, $p < .001$). Eklenen üçüncü değişkenle birlikte açıklanan varyans %43'e yükselmiştir ($R^2 = .018$).

Tablo 13

Psikolojik Kontrol ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Değişkenlerinin Uyum Sorunlarını Yordamasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Değişkenler	R	R ²	ΔR ²	ΔF	β	t
1. Blok	Anne Psikolojik Kontrolü	.39	.152	.152	82.688	.390	9.093***
2. Blok	Anne Psikolojik Kontrolü Baba Psikolojik Kontrolü	.415	.172	.020	47.658	.270 .185	4.820*** 3.295**
3. Blok	Anne Psikolojik Kontrolü Baba Psikolojik Kontrolü Kopukluk ve Reddedilmişlik	.580	.336	.164	77.327	.129 .132 .443	2.493* 2.613** 10.646***
4. Blok	Anne Psikolojik Kontrolü Baba Psikolojik Kontrolü Kopukluk ve Reddedilmişlik Zedelenmiş Özerklik ve Performans	.580	.336	.000	57.869	.129 .132 .445 -.002	2.483* 2.601* 7.675*** -.044
5. Blok	Anne Psikolojik Kontrolü Baba Psikolojik Kontrolü Kopukluk ve Reddedilmişlik Zedelenmiş Özerklik ve Performans Zedelenmiş Sınırlar	.639	.408	.072	62.959	.074 .117 .347 -.044 .316	1.490 2.435* 6.157*** -.008 7.598***
6. Blok	Anne Psikolojik Kontrolü Baba Psikolojik Kontrolü Kopukluk ve Reddedilmişlik Zedelenmiş Özerklik ve Performans Zedelenmiş Sınırlar Başkalarına Yönelimlilik	.644	.415	.007	53.813	.079 .119 .406 .000 .321 -.129	1.591 2.489* 6.572*** .008 7.598*** -2.278*
7. Blok	Anne Psikolojik Kontrolü Baba Psikolojik Kontrolü Kopukluk ve Reddedilmişlik Zedelenmiş Özerklik ve Performans Zedelenmiş Sınırlar Başkalarına Yönelimlilik Aşırı Tetikte olma ve Baskılama Kettleme	.658	.433	.018	49.614	.078 .113 .309 -.055 .285 -.141 .220	1.594 2.396* 4.695*** -.984 6.699*** -2.529* 3.834***

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

Bölüm V: Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Tartışma

Çalışmanın bu bölümünde ergen bireylerin algıladıkları ebeveyn psikolojik kontrolü, erken dönem uyumsuz şemalar ve uyum sorunları ilişkisi ile bahsedilen değişkenlerin demografik verilere göre incelenmesine ait bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Psikolojik kontrol, uyum sorunları ve erken dönem uyumsuz şemalar değişkenlerini demografik verilere göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması

Çalışmanın sonuçları ele alındığında ergenlerin anne ve babadan algıladıkları psikolojik kontrol cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermezken, uyum sorunlarının ve erken dönem uyumsuz şemaların cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür.

Yapılan araştırma sonuçlarına göre anne ve baba psikolojik kontrolü ile ergenin cinsiyeti arasında anlamlı bir fark görülmezken literatür bulguları incelendiğinde farklı sonuçlara rastlanmaktadır. Al'ın (2018) yaptığı çalışmada kızların anne psikolojik kontrolünü erkeklere göre daha yüksek algıladığı, baba psikolojik kontrolünün farklılaşmadığı Kurt, Sayıl ve Tepenin (2013) ve Sayıl ve arkadaşlarının (2012) yaptıkları çalışmada ise erkeklerin daha fazla psikolojik kontrol algıladığını bulmuşlardır. Sayıl ve Kındap'ın (2010) çalışma bulgularına göre ise anne psikolojik kontrol cinsiyete göre farklılaşmazken, baba psikolojik kontrolünün erkekler tarafından daha yüksek algılandığı görülmüştür. Araştırmanın bulgusunu destekler biçimde Türkiye'de Kındap ve arkadaşları (2008) tarafından yapılan bir diğer çalışmada ise anne psikolojik kontrol cinsiyet arasında herhangi bir farklılık görülmemiştir ve Tepe, Deliser, Kuzar ve İslamoğlu (2018) da anlamlı bir farklılık bulmamıştır.

Uyum sorunları ve alt boyutlarına yönelik yapılan analiz sonucunda ise öfke problemleri alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma göstermediği görülmüşken antisosyal davranışlar alt boyutunda erkeklerin, duygusal sıkıntılar, olumlu benlik sorunu ve alt boyutları ve genel uyum sorunları açısından kızların daha yüksek puan aldığı görülmüştür. Literatürde antisosyal davranışlar ve öfke kontrolü dışsallaştırılmış, duygusal sorun ve benlik sorunları ise içselleştirilmiş sorunlar olarak adlandırılmakta ve yapılan araştırmalarda elde edilen bulgular değişiklik göstermektedir. Alver'in (1998) yapmış olduğu bir çalışmada cinsiyetin uyum üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı ve yine bu bulguyu destekler şekilde İlhan'ın (2015) yaptığı araştırmada da uyum ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Hall'in (2015) yaptığı çalışmada da cinsiyet ile uyum arasında fark saptanmamıştır. Şakar (2005) tarafından yapılan araştırmada ise kızların uyum düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Öte yandan araştırma bulgularını destekler şekilde kızların daha çok içselleştirme sorunları (duygusal sıkıntılar, depresyon, kaygı vb.) gösterirken erkeklerin dışsallaştırma sorunları gösterdiği (öfke problemi, antisosyal davranışlar v.b) bulgusu pek çok araştırma tarafından desteklenmektedir. (Kiye, 2016; Lacasa, Mitjavila, Ochoa ve Balluerka, 2015; Whitley ve Gridley, 1993). Ülkemizde ki kültürün bir özelliği olarak ergenler ve özellikle ergenlik dönemindeki kız çocukları koruma vb. amaçlarla daha çok baskı altına alınmakta olduğundan uyum sorunlarını erkeklere oranla daha fazla yaşıyor olabilirler. Kızların stres yaratan durumlarda daha incinebilir oldukları ve içedönük problemleri daha çok yaşadıkları bilinmektedir.

Erken dönem uyumsuz şema alanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin yapılan analizler sonucunda zedelenmiş sınırlar ve başkalarına yönelim şema alanlarında farklılaşma görülmezken, kopukluk ve reddedilmişlik, zedelenmiş özerklik ve performans ve aşırı tetikte olma, baskılama/ ketleme şema alanlarında kızların, erkeklere göre daha yüksek puan aldığı görülmüştür. Literatür bulgularının kısıtlı olması nedeniyle sınırlı

araştırmaya ulaşılabilmektedir. Çalışkan (2017) tarafından yapılan çalışmada şema alanlarından kopukluk ve reddedilmişlik şema alanında erkeklerin kadınlardan yüksek puana sahip olduğu diğer şema alanlarında bir farklılık görülmemiştir. Bu farklılığın nedeni örneklem içerisindeki bireylerin mizaç ve özelliklerinden kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmaya alınan örneklem uygulanan tüm ölçeklerin uygulanabilirlik yaş grubuna göre seçilerek liselerin 9 ve 10. sınıflarında öğretim gören öğrenciler çalışmaya dahil edilmiştir. 9 ve 10. sınıfta okuyan olmanın uyum sorunları ile ilişkisinin incelenmesi amacıyla yapılan analiz sonucuna göre 10. sınıfta okuyan öğrencilerin antisosyal davranışlar, öfke kontrol problemi, olumlu benlik sorunu alt boyutları ve genel uyum sorunları puanlarının 9. sınıfta okuyan öğrencilere göre farklılık gösterdiği görülmüştür. Uyum sorunlarının yeni bir okula adaptasyon sürecinde daha yoğun olması beklenerek yapılan analizden 10. sınıf öğrencilerinin uyum sorunlarının daha fazla olduğu sonucunun çıkması ergenlik döneminin ilerliyor oluşundan, eğitim görülen okulun özelliklerinden ve ülkemiz genelinde yapılan üniversite giriş sınavlarına yaklaşıldıkça ebeveynlerin ergenler üzerindeki okula ve derslere yönelik baskıları arttırmalarından kaynaklanıyor olabilir.

Anne ve babanın eğitim düzeyi ile değişkenlerin incelenmesi sonucunda ortaya çıkan bulgulara göre anne eğitim düzeyi anneden algılanan psikolojik kontrolü, baba eğitim düzeyi babadan algılanan psikolojik kontrolü etkilememektedir. Elde edilen bu bulgu literatürün tersi yönünde bir bulgudur. Çünkü bilinmektedir ki ebeveynin eğitim düzeyi arttıkça psikolojik kontrol uygulaması azalmaktadır (Sayıl ve ark., 2012). Yapılan araştırmada ebeveyn psikolojik kontrolü ergen tarafından değerlendirilmiştir. Yalnızca ergen tarafından algılanan psikolojik kontrol yerine psikolojik kontrolün ebeveyn tarafından da değerlendirildiği daha kapsamlı bir çalışma farklı sonuç verebilir.

Erken dönem uyumsuz şemalar ile eğitim düzeyleri incelendiğinde de anne ve babanın eğitim düzeylerine göre şemaların farklılık göstermediği görülmüştür. Literatürün kısıtlılığı nedeniyle bu bulguyu destekleyecek ya da desteklemeyecek bir bulguya rastlanmamıştır.

Anne-baba eğitim düzeyi ve uyum sorunları değişkeni ve alt boyutları arasındaki ilişkide ise annenin eğitim düzeyinin olumlu benlik sorunu ve duygusal sıkıntılar üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığı, antisosyal davranışlar, öfke problemi alt boyutları ve genel uyum sorunları ile anlamlı farklılaştığı görülmüştür. Annesi ilköğretim ve altı düzeyde mezun olanların antisosyal davranışları ve genel uyum sorunları puanlarının, ilköğretim ve altı ile ortaöğretim düzeyinde mezun olanların öfke kontrol problemleri puanlarının daha az olduğu görülmektedir. Bulguya yönelik literatürde farklılıklar görülmektedir. Örneğin; Çelik'in (2018) yaptığı çalışmada annesi lise mezunu olanların genel uyum düzeyinin en yüksek grup olduğu, Aydın'ın (2012) yaptığı bir çalışmada ise eğitim düzeyi yüksek olanların uyum düzeylerinin daha iyi olduğu sonuçları elde edilmişken Tuncel'in (2005) yapmış olduğu bir çalışmada ise uyum düzeyinin anne eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Eğitim seviyelerinin yükselmesi bilinci beraberinde getirirken diğer bir yandan pek çok ailede çocukların akademik başarısı, geleceği gibi konularda ebeveyn beklentilerinin de arttığı görülmektedir. Annelerin eğitim düzeyinin düşük olması durumunda ergen uyumunun daha yüksek olması bulgusu bundan kaynaklanıyor olabilir.

Babanın eğitim düzeyi ve uyuma yönelik yapılan analiz sonucunda ise genel uyum sorunları puanları, duygusal sıkıntılar, öfke problemleri ve antisosyal davranışlar alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken yalnızca olumlu benlik sorunlar alt boyutunda babanın eğitim düzeyinin farklılaştığı, babaları ilköğretim mezunu ve altı düzeyde olanların olumlu benlik sorunlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Özkan'ın (1994) yaptığı çalışmada benlik saygısının babanın eğitim düzeyiyle ilişkili olduğu, babanın eğitim düzeyi yükseldikçe, ergenin benlik saygısının da arttığı görülmüştür. Pek çok araştırma bulguları da

paralellik göstermektedir. (Aydoğan, 2010; Çiftçi, 2018; Yiğit, 2010; Zincirkıran, 2008) baba eğitim düzeylerindeki yükselmenin, benliği olumlu etkilemesinin baba ve ergen arasındaki iletişimin iyi kurulabilmesini sağlamasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Baba eğitim düzeyiyle farklılaşma görülmeyen genel uyum sorunları, antisosyal davranışlar, öfke kontrol problemleri ve duygusal sıkıntılar alt boyutları ile ilgili bulguda literatürle paralellik göstermektedir (Çelik, 2018; Tuncel, 2005; Yeşilyaprak, 1993).

Erken dönem uyumsuz şemaların anne ve baba eğitim düzeylerine göre farklılık gösterip göstermediğinin incelendiği analiz sonuçlarına göre şemaların anne ve baba eğitim düzeyine göre farklılık göstermediği görülmüştür. Gök (2012) tarafından yapılan araştırmada bu bulguyu desteklemektedir.

Ergenlerin uyum sorunlarıyla ebeveynlerinin ilişki durumu arasındaki ilişki incelendiğinde olumlu benlik sorununda evli yada boşanmış-ayrı olmanın anlamlı bir farklılığı görülmezken genel uyum sorunlarında ve antisosyal davranışlar, öfke kontrol problemleri ve duygusal sıkıntılar alt boyutlarında boşanmış yada ebeveynleri ayrı yaşayan ergenlerin uyum sorunu puanlarının evlilere göre yüksek olduğu görülmüştür. Sonuç beklenen yöndedir. Wallerstein ve Levis'in (2004) 25 yıllık yaptığı boylamsal araştırma sonucunda boşanmış ebeveynleri olan kişilerin duygusal ve davranışsal uyum sorunlarını diğer kişilere oranla daha çok yaşadıkları ortaya konmuştur. Literatürdeki diğer araştırmalarda ebeveynleri boşanmış olan ergenlerin öfke, kızgınlık gibi duygusal tepkileri daha fazla gösterdikleri (Amato ve Keith 1991; Cohen 2002; Kuyucu, 1999; Wallerstein ve Kelly, 1980) daha yüksek düzeyde duygusal sıkıntılarının olduğu (Kelly ve Emery, 2003; Leon, 2003; Rodgers ve Rose, 2002) göstermektedir.

Araştırmada farklılık bulunmayan olumlu benlik sorunu alt boyutunda ise literatür bulgularıyla tutarlılık görülmemiş, diğer çalışmalarda ebeveynleri boşanmış ailelerdeki

bireylerin benlik algılarında düşme olduğu görülmüştür. (Dunlap, Burns ve Bermingham 2001; Neher, 1995; Riggio, 2001). Tartışılan değişkenlere etki edebilecek diğer değişkenlerin de çalışmalarda dahil edilerek incelenmesi gereklidir. Araştırmada ailenin sosyoekonomik düzeyi, anne- babaların psikolojik kontrole ilişkin değerlendirmeleri, ergenlerin ailedeki kaçıncı çocuk oldukları da araştırmalarda incelenmelidir. Aile durumu örneklemin özelliklerine göre iki kategori altında incelenebilmiştir. Daha çok değişkenle incelenmesi bulgularda farklılıklar görülmesine neden olabilir.

Algılanan ebeveyn psikolojik kontrolü ve erken dönem uyumsuz şemaların uyum sorunları değişkenine göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması.

Yapılan araştırmanın temel amacı algılanan ebeveyn psikolojik kontrolü ve erken dönem uyumsuz şemaların uyum sorunları ile ilişkisinin belirlenmesidir. Araştırmanın sonuçlarına göre algılanan ebeveyn psikolojik kontrolü ve erken dönem uyumsuz şemaların uyum sorunlarını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde üç değişkenin birlikte ele alındığı bir çalışma bulunmamasına rağmen uyum sorunları ile psikolojik kontrol arasındaki ilişkiyi (Conger, Conger ve Sauramella, 1997; Cui, Morris, Criss, Houlberg ve Silk, 2014; Erkmen, 2011; Harma, 2008; Leon-del-Barco, MendoLazaro, Polo-der-Rio, Lopez-Ramos, 2019; Sönmez, 2011) ve erken dönem uyumsuz şemalar ile uyum sorunları arasındaki ilişkiyi (Cecero, Beitel, Prout, 2008; Lumley ve Harkness, 2007; Muris, 2006; Van Vlierberghe ve Braet, 2007) gösteren pek çok çalışma bulunmaktadır.

Psikolojik kontrol, ebeveynlerin çocuklarını kontrol altında tutmak, onlar için iyiyi sağlamak adına yaptıkları, sevgilerini koşullu sunma ya da esirgeme, kaygı aşılama, suçluluk duygusu yüklemek, çocuğun bakış açısını değiştirme davranışlarını içerir.

Erken dönem uyumsuz şemalarda çocukluk ve ergenlik döneminde ihtiyaçların karşılanmamasından doğan negatif yönlü şemalardır ve bireyin ergenlik ve yetişkinlik

dönemlerinde uyum sorunları yaşamasını beraberinde getirir. Erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunda ebeveynlerin tutumlarının etkili olduğu bilinmekte ve psikolojik kontrol uygulamalarının da (sevgiden yoksun bırakma, suçlu hissettirme vb.) olumsuz ebeveyn tutumlarından olması nedeniyle erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Literatürde Ünal (2012) tarafından yapılan olumsuz ebeveynlik ile erken dönem şemalar ilişkisini ortaya koymuştur. Hem psikolojik kontrol hem erken dönem uyumsuz şemaların negatif kavramlar olması hem de uyum sorunlarına neden olduklarına yönelik literatür bulguları nedeniyle araştırmaya temel olarak konu edilmiştir. Yapılan analiz de tüm değişkenlerin uyum sorunlarıyla ilişkili olduğu görülmüştür. Yordamaya ilişkin analizde ise değişkenler sırasıyla modele eklenmiş her bir modelde eklenen değişkenin uyumu yordaması değerlendirilmiştir. Analiz sonucunda erken dönem uyumsuz şema alanlarından zedelenmiş özerklik ve performans şema alanının uyumu yordamadığı, anne psikolojik kontrolünün ise analize girdiği ilk 3 blokta uyumu yordarken, tüm değişkenler bir arada incelendiğinde anlamlılığını yitirdiği görülmüştür. Araştırma sonuçlarına göre babadan algılanan psikolojik kontrolün, kopukluk ve reddedilmişlik, zedelenmiş sınırlar, başkalarına yönelimlilik ve aşırı tetikte olma ve baskılama/ ketleme şema alanlarının uyum sorunlarını anlamlı şekilde yordadığı görülmüştür. Şema alanlarının ve psikolojik kontrolün uyumu yordaması sonucu beklenen yönde bir sonuçken, anne psikolojik kontrolün etkisini kaybetmesi alan yazında ki çalışmalarla tutarlılık göstermemektedir. Psikolojik kontrolün yakın zamanda literatüre kazandırılmış bir kavram olması nedeniyle ülkemizde sınırlı çalışma bulunmaktadır ve bu çalışmaların genellikle doğrudan ya da ailesel kontrol adı altında anneye ait psikolojik kontrolü ölçtüğü görülmektedir. Sınırlı sayıda anne ve babanın psikolojik kontrolünün birlikte değerlendirildiği çalışma bulunmaktadır. Türkiye’de gerçekleştirilen çalışmalarda temel bakım verenin genellikle anneler olması nedeniyle psikolojik kontrol çalışmaları da annelerden algılanan psikolojik kontrol üzerinde yoğunlaştırılmıştır. Baba

psikolojik kontrolünün uyum sorunlarını yordamada ki anlamlılığı günümüzde değişmekte olan babaların geçmişe oranla çocuklarının bakımı ve gelişiminde daha aktif rol olmalarından kaynaklanıyor olabilir. Araştırmanın yalnızca ergen katılımlı olması da bu noktada bir dezavantaj oluşturmuş olabilir ve ergenler annelerin uyguladığı psikolojik kontrolü farklı anlamlandırıyor olabilirler.

Şema alanlarının uyum bozucu şemalar olmaları nedeniyle beklendiği gibi uyumla ilişki bulunmuşlardır. Şema alanlarından uyumu yordamaya en çok katkının görüldüğü alan kopukluk ve reddedilmişlik şema alanıdır. Bu alan tutarsız, soğuk, reddedici ya da dünya ile çok ilişkisi olmayan, ilgi ve empati eksikliği gösteren ebeveynlere sahip ergenlerde aktiflenmektedir ve bireyin hayatına en çok zarar veren alan olarak nitelendirilmektedir. Psikolojik kontrol uygulayan ebeveynlerde de görülen davranış örüntülerini içermektedir. Zedelenmiş sınırlar şema alanında kişinin saygı gösterme, iş birliği kurma, amaç belirleme gibi hayatının her döneminde uyum adına ihtiyaç duyacağı davranışları sergileyememesi olarak karşımıza çıkmaktadır ki uyum sorunlarını yordaması normaldir. Başkalarına yönelimlilik şema alanının uyumu negatif yordadığı yapılan analiz sonucunda görülmektedir. Başkalarına yönelimlilik şema alanı aktif ergenler; başkalarının onayını almak, tepkilerden kaçınmak, duygusal bağlantıların devamlılığını sağlamak adına istemsiz bir çaba içerisinde olduklarından bu şemanın aktiflenmesi durumunda uyum sorunlarının azalması beklenen bir durumdur. Yine şema alanlarından uyumu yordayan bir diğer alan aşırı tetikte olma ve baskılama/ ketleme şema alanıdır. Bu alana sahip ebeveynlerin çocukların üzerinde aşırı talepkar, kendine ait kuralları olan, cezalandırma yoluna giden ebeveynler oldukları bilinmektedir. Bu alanda da psikolojik kontrole yönelik davranışlar görüldüğü (kurallara uymadığında sevgiden mahrum bırakma, düşüncelere değer vermeme vb.) ve sonucunda bu tip davranışları olan ebeveynlere sahip bireyin kötümser ve endişeli olduğu bilinmektedir. Dolayısıyla bu şema alanında uyum sorunlarıyla ilişkili olması beklenen bir sonuçtur.

Araştırmadan elde edilen bulgulardan beklenmeyi zedelenmiş özerklik ve performans şema alanının uyum sorunlarını yordamada anlamlılığının bulunmamasıdır. Bahsedilen şema alanı ailenin çocuğunu desteklemekte yetersiz kaldığı, aşırı koruyucu ya da aşırı ilgisiz olduğu, çocukların ebeveynlerden ayrışmadığı bir şema alanıdır. Bağımlılık, dayanıksızlık, yapışık benlik ve başarısızlık şemalarını içerir. Bahsedilen şemaların uyum sorunlarına yol açması beklenen bir sonuç olarak değerlendirilebilir. Zedelenmiş özerklik ve performans alanının yordama da anlamlı bulunmamasının katılımcıların mizaç özelliklerinden kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir.

Sonuçlar

Ergenlerin ebeveynlerden algıladıkları psikolojik kontrol, erken dönem uyumsuz şemaları ve uyum sorunları; cinsiyet, sınıf, anne-baba eğitim düzeyi ve aile durumu demografik değişkenleri açısından incelenmiştir.

Aile bireyin kişiliğinin en büyük mimarıdır. Bireyin hayata bakışı, sosyal ilişkileri, davranışları vb. içinde bulunduğu aile tarafından şekillendirilir. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde bireylerin babalarından algıladıkları psikolojik kontrolün ve erken dönem uyumsuz şemalarının uyum sorunlarını belirlemede etkili olduğu görülmüştür. Babadan algılanan manipülasyonun artması, ergenin davranışlarının ve kendini ifade etmesinin engellenmesi gibi davranışlar ergene değer ve ilgi görmediği, ihtiyaçlarının giderilmediğini hissettirerek çocukluk ve ergenlik döneminde oluşan uyum bozucu kalıp düşüncelerin gelişiminde rol oynar. Geliştirilen bu kalıp şemalar bireyde kendini engelleme, yıkıcı bir etki ya da başkalarına zarar verme gibi davranışlar ortaya çıkarmaktadır.

Ebeveynlerin ve özellikle babaların ergenlik dönemindeki çocuklarıyla iyi iletişim kurmaları, fikirlerini önemseyerek manipüle etmeksizin özerkliklerini desteklemeleri, koşulsuz sevgi ve güven ortamı yaratarak ihtiyaçlarını karşılamaları hem erken dönem

uyumsuz şemaların oluşumunu hem de uyum sorunlarının ortaya çıkışını engellemeye yardımcı olacaktır.

Çalışma; baba psikolojik kontrolü ve erken dönem uyumsuz şemaların (kopukluk ve reddedilmişlik, zedelenmiş sınırlar, başkalarına yönelimlilik ile aşırı tetikte olma ve baskılama/ ketleme) birlikte uyum sorunlarının varyansının %43' ünü açıkladığı görülmektedir. Bu durumda uyum sorunları şemalar ve baba psikolojik kontrolünden %43 etkilenmektedir.

Psikologlar, Psikiyatristler, Psikolojik Danışmanlar, Aile Danışmanları vb. yardım mesleklerinde alan uzmanı olan çalışmacılar tarafından, aile içinde ergen uyum sorunları gösteriyorsa hem ebeveynlerin uyguladıkları kontrol biçimini hem de ergende aktif olan uyum bozucu şemaları inceleyerek şemalara ilişkin bilişsel müdahale çalışmaları yapmaları, aileyi sağlıklı kontrol konusunda bilinçlendirerek ergen bireydeki karşılanmayan ihtiyaçlar hakkında çalışılmalı ve aile bireyleri arasındaki sağlıklı iletişimin artırılması gerekmektedir.

Öneriler

Yapılan araştırmanın bulguları ebeveynlerin uyguladıkları psikolojik kontrol ile çocukluk ve ergenlik döneminde oluşan erken dönem uyumsuz şemaların uyum sorunlarını yordadığını göstermektedir. Literatürde her iki kavramda yeni olmakla birlikte özellikle Türkiye' de yapılan çalışmaların artırılması gerekmektedir. Araştırmacılara bu araştırmada yer verilememiş bazı değişkenlerin eklenmesiyle daha kapsamlı çalışmalar yapılması önerilir. Ailenin sosyoekonomik düzeyi, katılımcının ailedeki kaçıncı çocuk olduğu, katılımcının mizacı, eğitim görülen okulun özellikleri vb. tüm değişkenler üzerinde etkili olabilir. Yapılan araştırmada öğrencilerin eğitim gördükleri okulun uyum ve diğer değişkenler ile farklılık yaratıp yaratmadığı incelenmek için farklı düzeyde okullar araştırmaya dahil edilmiş ancak verilerin elde edilmesi sürecinde okullardan toplanan verilerin benzer oranlarda

olmamasından kaynaklı değerlendirmeye alınamamıştır. Benzer çalışmaların yapısal eşitlik modellemesi gibi tekniklerle daha detaylı incelenmesi ve Türk rnekleminde yapılan bu çalışmanın farklı kültürlerle karşılaştırılabilmesinin de alan yazına büyük katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırma sonuçlarına göre ebeveynlerin uyguladığı kontrolün ve çocukluk ile ergenlik döneminde karşılanmayan ihtiyaçların uyum üzerindeki etkisi görülmektedir. Ergenlerin pek çok değişimi birlikte yaşadıkları ve bu değişimlere uyum sağlama çabalarını içeren ergenlik dönemi ebeveyn için de oldukça zorlu bir dönemdir. Ebeveynlere bu dönemde ergenlik dönemi özellikleri ve çocuklarını en sağlık Şekilde nasıl kontrol edebileceklerine yönelik eğitimler verilmelidir. Okullarda gruplar kurularak ergenlerin uyumunu arttırmaya yönelik bilişsel müdahale çalışmaları yapılabilir.

Yardımcı mesleklerinde alan uzmanı olan çalışmacılar tarafından, aile içinde ergen uyum sorunları gösteriyorsa hem ebeveynlerin uyguladıkları kontrol biçimini hem de ergende aktif olan uyum bozucu Şemaları inceleyerek Şemalara ilişkin bilişsel müdahale çalışmaları yapabilir, aileyi sağlıklı kontrol konusunda bilinçlendirerek ergen bireydeki karşılanmayan ihtiyaçlar hakkında çalışılabilir ve aile bireyleri arasındaki sağlıklı iletişimin arttırılabilir.

Kaynakça

- Akay, N. (1990). *Lise öğrencilerine ilişkin bazı niteliklerin sosyal ve kişisel uyum düzeylerine etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Al, S. (2018), *Çocuk ve ergenlerde otomatik düşüncelerin ve saldırganlığın ebeveynlerin psikolojik kontrol düzeyleriyle ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Alizadeh S. & Abu Talib MB. (2011), Relationship between parenting style and children's behavior problems. *Asian Social Science*, 7(12): 195 – 200.
- Allen, J. P., Hauser, S. T., Bell, K. L. & O'Connor, T.G. (1994). Longitudinal assessment of autonomy and relatedness in adolescent family interactions as predictors of adolescent ego development and self-esteem. *Child Development*, 65, 179-194.
- Alver. B. (1988). *Bireylerin uyum düzeyleri ile empatik becerileri arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Amato, P. & Keith, B. (1991). Parental divorce and the well being of children: A meta analysis. *Psychological Bulletin*, 110, 26-46.
- Andreasen, N. C., & Hoenk, P. R. (1982). The predictive value of adjustment disorders: A follow-upstudy. *The American journal of psychiatry*, 139(5), 584-90.
- Aslan, S. (2008). *Bağlanma ve uyum arasındaki ilişkide ayrışma bireyleşmenin aracılığı* (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Aydın, E. (2012). *Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirmeleri ile sosyal uyum ve iletişim becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Aydınlı, H. (2002). *Çocuk eğitiminde sık sorulan sorular ve cevaplar*. İstanbul: Zambak Yayınları.
- Aydoğan, S. (2010). *İlköğretim 2. kademe öğrencilerinin umut ve benlik saygısı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Balcıoğlu, İ. (2001). Stres, gençlik, kentleşme, şiddet. *Yeni Symposium*, 39(1), 49-56.
- Barber B.K., Olsen J.A.& Shagle S.C. (1994). Associations between parental psychological and behavioral control and youth internalized and externalized behavior. *Child Development*; 65, 1116-1132.
- Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child Development*, 67(6), 3296-3319.
- Barber, B. K., Maughan, S. L., & Olsen, J. A. (2005). Patterns of parenting across adolescence. *New Directions For Child and Adolescent Development*, 2005(108), 5-16.
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development*, 37(4), 887-900.
- Baumrind, D. (1980). New directions in socialization research. *American Psychologist*, 35 (7), 639- 652.

- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56-95.
- Bean, R. A., Barber, B. K., & Crane, D. R. (2006). Parental support, behavioral control, and psychological control among African American youth: The relationships to academic grades, delinquency, and depression. *Journal of Family Issues*, 27(10), 1335-1355.
- Bradford, K., Barber, B. K., Olsen, J. A., Maughan, S. L., Erickson, L. D., Ward, D. & Stolz, H. E. (2004). A multi-national study of interparental conflict, parenting, and adolescent functioning: South Africa, Bangladesh, China, India, Bosnia, Germany, Palestine, Colombia, and the United States. *Marriage & Family Review*, 35(3-4), 107-137.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. (Çev. İ. D. Erguvan Sarioğlu), İstanbul: Kaknüs Yayınları
- Büyüköztürk, Ş. (2013). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Calvete, E. (2014). Emotional abuse as a predictor of early maladaptive schemas in adolescents: Contributions to the development of depressive and social anxiety symptoms. *Child Abuse & Neglect*, 38(4), 735-746.
- Castille K., Prout M., Marczyk G., Shmidheiser M., Yoder S. & Howlett B, (2007). The early maladaptive schemas of self mutilators: Implications for therapy. *Journal of Cognitive Psychotherapy*. 21: 58–71
- Cecero, J. J., Beitel, M., & Prout, T. (2008). Exploring the relationships among early maladaptive schemas, psychological mindedness and self-reported college adjustment. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 81(1), 105-118.

- Ceyhan, E. (1999). Mesleki sorun düzeyleri farklı okul öğretmenlerinin kişisel ve sosyal uyum düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(13), 45-55.
- Cohen, G. J. (2002). Helping children and families deal with divorce and separation. *Pediatrics*, 110 (5), 1019-1023.
- Conger, K. J., Conger, R. D., & Scaramella, L. V. (1997). Parents, siblings, psychological control, and adolescent adjustment. *Journal of Adolescent Research*, 12(1), 113-138.
- Corey, G. (2005). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. (Çev. T. Ergene), Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Creveling- Benefield, C. C., & Varela, R. E. (2019). Parental psychological control, maladaptive schemas, and childhood anxiety: test of a developmental model. *Journal of Child and Family Studies*, 1-13.
- Cui, L., Morris, A. S., Criss, M. M., Houltberg, B. J., & Silk, J. S. (2014). Parental psychological control and adolescent adjustment: The role of adolescent emotion regulation. *Parenting*, 14, 47-67.
- Cüceloğlu, D. (1997). *İçimizdeki Çocuk*, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2015). *İnsan ve davranışı*. Remzi Kitabevi.
- Çalışkan, B. (2017). *Relationship between early maladaptive schemas, perceived maternal parenting style, emotion regulation difficulties and psychological well-being* (Master's thesis), Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

- Çelik Özden, C. (2013). *Ebeveyn kontrol davranışlarının ergenlerin öz düzenleme becerileri ve duygusal sorunları üzerindeki etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Çelik, E. G. (2015). *Algılanan ebeveyn kontrolü ile ergen iyi oluşu arasındaki ilişkide duygusal özerklik ve empatinin aracı rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çelik, M. (2018). *Üniversite öğrencilerinin kişisel ve sosyal uyum düzeylerinin fonksiyonel olmayan tutumlar ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Çiftçi, H. (2018). Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması meslek yüksekokulu ve meslek lisesi öğrencileri üzerine bir inceleme. *Electronic Journal of Social Sciences*, 17(68).
- Dobson, K. S. (Ed.) (2010). *Handbook of cognitive- behavioral therapies*. New York: Guilford Press.
- Doğruyol, B. (2008). *The impact of parental control and support on the development of chronic self-regulatory focus*. (Unpublished Master' s Thesis) METU.
- Dunlop, R., Burns, A., & Bermingham, S. (2001). Parent-child relations and adolescent self-image following divorce: a 10 year study. *Journal of Youth and Adolescence*, 30 (2), 117-134.
- Dwairy, M., & Achoui, M. (2010). Parental control: A second cross-cultural research on parenting and psychological adjustment of children. *Journal of Child and Family Studies*, 19(1), 16-22.

- Erkmen, E. (2011). *Özerkliği destekleyici ve kontrol edici ebeveynlikle bağlantılı ebeveyn özellikleri ve ergenin uyumu arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Finkenauer, C., Engels, R., & Baumeister, R. (2005). Parenting behaviour and adolescent behavioural and emotional problems: The role of self-control. *International Journal of Behavioral Development* 29 (1), 58–69.
- Tian, Y., Yu, C., Lin, S., Lu, J., Liu, Y., & Zhang, W. (2019). Parental psychological control and adolescent aggressive behavior: Deviant peer affiliation as a mediator and school connectedness as a moderator. *Frontiers in psychology*, 10, 358. *Behavioral Development*, 29(1), 58-69.
- Geçtan, E. (2004). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar* (17. baskı), İstanbul: Metis Yayınları.
- Geçtan, E. (2014). *Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geldard, K. & Geldard, D. (2013). *Ergenler ve gençlerde psikolojik danışma*. (Çev. Edt. M. Pişkin). Ankara: Nobel.
- George, D. & Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: a simple guide and reference*. Boston: Pearson.
- Gök, A. C. (2012). *Associated factors of psychological well-being: Early maladaptive schemas, schema coping processes, and parenting styles*. (Unpublished Master's Thesis). METU.

- Gökçe, S., Önal Sönmez, A., Yusufoglu, C., Yulaf, Y., Adak, İ. (2017). Erken dönem uyumsuz şemaların ergenlik dönemi depresif bozuklukla ilişkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(3).
- Güner O. (2013) *10-16 Yaş Çocuk ve Ergenler için Erken Dönem Uyumsuz Şema Ölçekler Takımının (ÇEŞÖT) geçerlik, güvenilirlik ve norm çalışması* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Hall, E.M. (2015). *Examining gender differences and relationships among facebook usage, personal identity, social identity, personal-emotional adjustment and social adjustment* (Unpublished Master's Thesis). George Mason University, Fairfax.
- Harma, M. (2008). *The impact of parental control and marital conflict on adolescents' self-regulation and adjustment* (Master thesis). ODTÜ, Ankara.
- Hoffmann ML, Powlishta KK & White KJ. (2004) An examination of gender differences in adolescent adjustment: The effect of competence on gender role differences in symptoms of psychopathology. *Sex Roles*, 50(11):795- 810.
- İkiz, F. E., ve Gül, D. (2017). Uyum artırma grup rehberliğinin ergenlerin sosyal kaygı ve duygusal öz-yeterlik düzeylerine etkisi. *Electronic Turkish Studies*, 12(18).
- Jalali, M. R., Zargar, M., Salavati, M., & Kakavand, A. R. (2011). Comparison of early maladaptive schemas and parenting origins in patients with opioid abuse and nonabusers. *Iranian Journal of Psychiatry*, 6(2), 54.
- Kaplan, H. I., Sadock, B. J., & Grebb, J. A. (1994). *Kaplan and Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral sciences, clinical psychiatry* (7th ed.). Baltimore, MD, US: Williams & Wilkins Co.

Karasar, N. (2015). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.

Kelly, J. B. & Emery, R. E. (2003). Children's adjustment following divorce: risk and resilience perspectives. *Family Relations*, 52 (4), 352-362.

Kılıççı, Y. (2006). *Okulda ruh sağlığı*. Ankara: Anı Yayıncılık.

Kındap Tepe, Y., Deliser, B., Kuzan, G., İslamoğlu, R., (2018). *İlköğretimin ikinci kademe öğrencilerinin ana-babadan algıladığı psikolojik kontrolün kendini belirleme düzeyi ve sosyal girişkenlikle ilişkisi*. ASIA MINOR STUDIES, 6 (AGP Sempozyum Özel Sayısı1), 294-312. DOI: 10.17067/asm.439957

Kındap, Y., Sayıl, M. ve Kumru, A. (2008). Anneden algılanan kontrolün niteliği ile ergenin psikososyal uyumu ve arkadaşlıkları arasındaki ilişkiler: benlik değerinin aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(61), 95-110.

Kiye, S. (2016). *Çocuk hakları sözleşmesinin temel ilkeleri*. Pegem Atıf İndeksi, 74-91.

Kocayörük, E. (2010). Pathways to emotional well-being and adjustment in adolescence: The role of parent attachment and competence. *International Online Journal of Educational Sciences*, 2(3), 719-737.

Kömürcü, B. (2014). *Erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kurt, D. (2010). *Algılanan psikolojik kontrol ile gencin psikososyal işlevselliği arasındaki ilişkiler: Kişilerarası güven inancı ve güvenli bağlanmanın rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Kurt, D, Sayıl M. ve Tepe Y. (2013), Ana babanın psikolojik kontrolü ile gencin yalnızlığı arasındaki ilişkide kişilerarası güven inancı ve bağlanmanın rolü, *Türk Psikoloji Dergisi*, 28 (71), 105-116.
- Kuyucu, Y. (1999). *Anne babaları boşanmış ve birlikte yaşayan lise öğrencilerinin uyum sorunlarının karşılaştırılması üzerine bir inceleme*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Lacasa, F., Mitjavila, M., Ochoa, S., & Balluerka, N. (2015). The relationship between attachment styles and internalizing or externalizing symptoms in clinical and non clinical adolescents. *Anales de Psicología*, 31(2), 422-432.
- Leon, K. (2003). Risk and Protective Factors in Young Children's Adjustment to Parental Divorce: A Review of the Research. *Family Relations*, 52 (3), 258- 270.
- León-del-Barco, B., Mendo-Lázaro, S., Polo-del-Río, M. I., & López-Ramos, V. M. (2019). Parental psychological control and emotional and behavioral disorders among spanish adolescents. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 16(3), 507.
- Li, R., Yao, M., Liu, H., & Chen, Y. (2019). Relationships among autonomy support, psychological control, coping, and loneliness: Comparing victims with nonvictims. *Personality and Individual Differences*, 138, 266-272.
- Lumley, M. N., & Harkness, K. L. (2007). Specificity in the relations among childhood adversity, early maladaptive schemas, and symptom profiles in adolescent depression. *Cognitive Therapy and Research*, 31(5), 639-657.

- Luyckx, K., Soenens, B., Berzonsky, M.D., Vansteenkiste, M., & Goossens, L. (2007). Parental psychological control and dimensions of identity formation in emerging adulthood. *Journal of Family Psychology, 21*(3), 546-550.
- Maccoby, E.E. & Martin, J. A. (1983). Socialization in the Context of Family: Parent-Child Interaction (Eds. Mussen, P.H. ve Hetherington, E.M.). *Handbook of Child Psychology: Socialization, Personality and Social Development*. 1–101. New York: Willey.
- Meriç, B. (2007). *Boşanmış ailelerdeki ergenlerin uyum düzeylerini ve sosyal becerilerini geliştirmeye yönelik bir grup rehberliği çalışmasının sınanması* (Doktora Tezi), Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Meter, D. J., Ehrenreich, S. E., & Underwood, M. K. (2019). Relations between Parent Psychological Control and Parent and Adolescent Social Aggression. *Journal of Child and Family Studies, 28*(1), 140-151.
- Morris, G.C. (2002). *Psikolojiyi anlamak*. (çev.H. Belgin Ayvaşık; Melike Sayıl). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları. No:23.
- Morris, P. (2006). Maladaptive schemas in nonclinical adolescents: Relation to perceived parental rearing behaviours, big five personality factors and psychological symptoms. *Clinical Psychology Psychotherapy, 13*, 405-413.
- Neher, L. S. (1995). *Parenting and Children's Personal Resources as Predictors of Children's Adjustment to Parental Divorce* (Unpublished Dissertation), University of George Mason, Virginia, USA.
- Özdemir, Ş., Vatandaş, C. ve Torlak, Ö. (2009). Sosyal problemleri çözmeye aile yaşam döngüsünün (ayd) önemi. *Aile ve Toplum Dergisi, 4*(16), 7-18.

- Özdemir, Y. (2012). Examining the subjective well-being of adolescents in terms of demographic variables, parental control, and parental warmth. *Education and Science*, 37, 20-33.
- Özgüven, İ. E. (2000), *Evlilik ve aile terapisi*, Ankara: PDREM (Psikolojik Danışma Rehberlik Eğitim Merkezi Yayını).
- Özgüven, İ.E. (1992). Üniversite öğrencilerinin sorunları ve baş etme yolları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7, 5-13.
- Özgüven, İ.E. (2001). *Ailede iletişim ve yaşam*. PDREM Yayınları, 358 s., Ankara.
- Özkan, B. (2018). *Madde kullanım bozukluğu olan çocuk ve ergenlerle internet oyunu oynama bozukluğu olanların erken dönem uyumsuz şemaları ile intihar olasılıkları arasındaki ilişkinin karşılaştırılması*. (Yüksek Lisans Tezi). Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul.
- Özkan, İ. (2014). *Ergenlerde anne baba tutumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Pellerin, L.A. (2005). Applying Baumrind's parenting typology to highschools: toward a middle- range theory of authoritative socialization. *Social Science Research*, 34, 283-303.
- Petit, G. S., & Laird, R. D. (2002). Psychological control and monitoring in early adolescence: The role of parental involvement and earlier child adjustment. In B. K. Barber (Ed.), *Intrusive parenting: How psychological control affects children and adolescents* (pp. 97-123). Washington, DC, US: American Psychological Association.

- Piaget, J. (1962). The stages of the intellectual development of the child. *Bulletin of the Menninger clinic*, 26(3), 120.
- Pulat, N. (2011). *Ebeveynlerin uyguladığı psikolojik kontrolün ergenlerin depresyon, kaygı ve öfke belirtileri üzerindeki etkisi: Mükemmeliyetçiliğin aracı rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. (2013). *Şema terapi-ayırıcı özellikler*. (Çev. HA Karaosmanoğlu, N. Azizlerli). Psikonet Yayınları.
- Riggio, R. H. (2001). *Long-Term Consequences of Parental Marital Conflict and Divorce for Family Relationships in Young Adulthood*. (Unpublished Dissertation), University of Claremont, California, USA.
- Rodgers, B. K., & Rose, A. H. (2002). Risk and Resiliency Factors Among Adolescents Who Experience Marital Transitions. *Journal of Marriage and Family*, 64 (4), 1024-1038.
- Roelofs, J., Lee, C., Ruijten, T., & Lobbstaël, J. (2011). The mediating role of early maladaptive schemas in the relation between quality of attachment relationships and symptoms of depression in adolescents. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 39(4), 471-479.
- Rogers, K. N., Buchanan, C. M., & Winchell, M. E. (2003). Psychological control during early adolescence: Links to adjustment in differing parental adolescent yards. *The Journal of Early Adolescence*, 23(4), 349-383.
- Romm, K. F., & Metzger, A. (2018). Parental Psychological Control and Adolescent Problem Behaviors: The Role of Depressive Symptoms. *Journal of Child and Family Studies*, 1-11.

- Santrock, J. W. (2012). *Ergenlik*. (Çev. Ed.: D. M. Siyez,). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Sayıl, M. ve Kındap, Y. (2010). Ergenin anne-babadan algıladığı psikolojik kontrol: psikolojik kontrol ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(25),62-71.
- Sayıl, M., Kındap, Y., Bayar, Y., Kurt, D. ve Tığrak, A. (2012). *Ergenlik döneminde ebeveynlik ve ergenin psikososyal uyumu*. Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
- Shek, D. T. (2007). A longitudinal study of perceive parental psychological control and psychological well-being in Chinesea dolescents in Hong Kong. *Journal of Clinical Psychology*, 63(1), 1-22.
- Shek, D. T. L., & Lee, T. Y. (2005). *Perceived parental behavioral control, psychological control and parent-child relational qualities in Chinese adolescents in Hong Kong*. In M. J. Kane (Ed.), *Contemporary issues in parenting* (pp.47-63). New York: Nova Science Publishers.
- Simard V, Moss, E, Pascuzzo, (2011). Early maladaptive schemas and child and adult attachment: A 15-year longitudinal study. *Psychology and Psychotherapy. Theory, Research and Practice*, 349-366.
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Luyten, P. (2010). Toward a domain-specific approach to the study of parental psychological control: Distinguishing between dependency-oriented and achievement oriented psychological control. *Journal of Personality*, 78(1), 217–256.
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., Luyten, P., Duriez, B., & Goossens, L. (2005). Maladaptive perfectionistic self-representations: The mediational link between psychological control and adjustment. *Personality and Individual Differences*, 38(2), 487-498.

- Sönmez, Ş. (2011). *Ergenliğe geçişte annenin davranışsal ve psikolojik kontrolünün anne ergen ilişkisine ve ergenin bir yıl sonraki uyumuna etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Steinberg L, & Darling N. (1993) Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113, 487-496.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Çocuk Yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(44), 35-62.
- Sümer, N., Gündoğdu Aktürk, E., ve Helvacı, E. (2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye’de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13 (25), 42-59
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Upper Sadle River: Pearson.
- Tepe, Y. K. ve Sayıl, M. (2012). Ebeveyn kontrolü ve ergenin sosyal işlevselliği arasındaki bağlantıda ilişkisel saldırganlığın aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 27(70), 119-132.
- Tuncel, M. (2005). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu ile eğitim fakültesi öğrencilerinin kişisel ve sosyal uyum düzeyleri* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ünal, B. (2012). *Early maladaptive schemas and well-being: importance of parenting styles and other psychological resources* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). ODTÜ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Van Vlierberghe, L., & Braet, C. (2007). Disfunctional schemas and psychopathology in referred obese adolescents. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 14, 342-351.
- Walker, L. (2014). *Adolescents who self-harm: the role of Early Maladaptive Schemas* (Doctoral dissertation), University of Lincoln.
- Wallerstein, J. S., & Lewis, J. M. (2004). The unexpected legacy of divorce: report of a 25-year study. *Psychoanalytic Psychology*, 21(3), 353.
- Wallerstein, J. S., & Kelly, J. B. (1980). *Surviving the break up: How Children and Parents Cope with Divorce*. London: Grand Mc Intyre.
- Whitley Jr, B. E., & Gridley, B. E. (1993). Sex role orientation, self-esteem, and depression: A latent variables analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 19(4), 363-369.
- Yapıcı, Ş., Yapıcı, M. (2005). *Gelişim ve öğrenme psikolojisi*. Anı Yayıncılık, Ankara.
- Yavuzer, H. (1996) *Çocuk ve suç*, Remzi Kitabevi, 8. Basım, İstanbul, s. 183.
- Murdock, N. L. (2016). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları*. (Çev. Edt. F. Akkoyun). Ankara: Nobel.
- Yazgan-İnanç, B. ve Yerlikaya, E. E. (2016). *Kişilik kuramları*. Ankara: Pegem.
- Yazgan-İnanç, B., Bilgin, M. ve Kılıç-Atıcı, M. (2010). *Gelişim psikolojisi*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Yeşilyaprak, B. (1993). Kişilik gelişiminde ailesel faktörlerin etkisine ilişkin bir araştırma. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 3(3).
- Yiğit, H. (2010). *Ergenlerin benlik saygılarının yaşam doyumu ve bazı özlük nitelikleri açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Young, J. E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: a schema- focused approach*. Sarasota, FL: Professional Resource Exchange.

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York, NY: Guilford Press.

Zincirkıran, Z. (2008). *Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden altı yaş grubu çocuklarının benlik kavramının bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.



Ekler

-

EK-1. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcılar,

Bu anket Aile Danışmanlığı alanında yapılacak olan bir araştırma için bilgi toplamak amacıyla hazırlanmıştır. Lütfen her soruyu dikkatle okuyup size uygun seçeneğin başındaki parantezin içine belirgin olarak bir çarpı (X) işareti koyunuz.

Sorulara içten ve doğru olarak cevap vermeniz bu araştırma için çok önemlidir. Soruların bitiminden sonra işaretlediğiniz kağıtları teslim ediniz. Sorularınızın cevapları ve işaretlediğiniz ifadeler kesinlikle gizli tutulacaktır.

Duyarlılığınız için teşekkür ederim.

Başak Simge KISMET

1. Cinsiyetiniz: E K

2. Doğum Tarihiniz:

3. Sınıfınız:

4. Annenizin Eğitim Durumu:

Okuma yazma bilmiyor

İlkokul mezunu

Ortaokul mezunu

Lise mezunu

Üniversite mezunu

5. Babanızın Eğitim Durumu:

Okuma yazma bilmiyor

İlkokul mezunu

Ortaokul mezunu

Lise mezunu

Üniversite mezunu

6. Anne: Öz Üvey

8. Anne: Sağ Ölü

7. Baba: Öz Üvey

9. Baba: Sağ Ölü

10. Aile Durumu:

Evliler ve annem babam birlikte yaşıyor

Evliler ve annem babam ayrı yaşıyor

Boşandılar ve annemle yaşıyorum

Boşandılar ve babamla birlikte yaşıyorum

Boşandılar ve akrabalarım ile birlikte yaşıyorum

Diğer (Lütfen belirtiniz):...

Ek 2

10-16 YAŞ ÇOCUK VE ERGENLER İÇİN ERKEN DÖNEM UYUMSUZ

ŞEMA ÖLÇEKLER TAKIMI (ÇEŞÖT)'NİN MADDE ÖRNEKLERİ

I) AYRILMA VE REDDEDİLME						
1. KUSURLULUK						
3 Biri beni överse, içten olmadığını, öylesine söylediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	
6 Gerçekten yetenekli olduğum bir alan olmadığını düşünürüm.	1	2	3	4	5	
2. KUŞKUCULUK VE KÖTÜYE KULLANILMA						
10 Başkalarının çıkarları için kullanıldığımı düşünürüm.	1	2	3	4	5	
34 Yüzüme güldüğü halde, arkamdan kötü konuşan çok kişi olduğunu düşünürüm	1	2	3	4	5	
3. DUYGUSAL YOKSUNLUK						
35 Beni gerçekten seven biri olmadığını düşünürüm.	1	2	3	4	5	
60 Aile içinde değerli olduğumu hissetmem.	1	2	3	4	5	
4. TERK EDİLME VE TUTARSIZLIK						
58 Anne ve babam ayrılacaklar diye endişe ederim.	1	2	3	4	5	
70 Arkadaşlarım beni terk edecekler diye endişelenirim.	1	2	3	4	5	
II) ZEDELENMİŞ ÖZERKLİK VE PERFORMANS						
5. BAŞARISIZLIK						
53 Okul yaşamımda hiçbir zaman yeterince başarılı olamayacağımı düşünürüm	1	2	3	4	5	
64 İleride iş yaşamımda parlak başarılar elde edemeyeceğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5	
6. BAĞIMLILIK						
82 Yanımda bana yön veren biri olmadıkça kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	
83 Beğendiğim şeyleri arkadaşlarım beğenmedi ise kullanmam.	1	2	3	4	5	
7. YAPIŞIKLIK						
Büyüdüğümde anne ve babamdan ayrılacak olmak beni endişelendirir.	1	2	3	4	5	
26 Büyüdüğümde de ailem bana çocukken olduğu kadar ilgi gösterebilir isterim.	1	2	3	4	5	
8. DAYANIKSIZLIK						
25 Yakınlarımla başına kötü şeyler gelecek diye endişelenirim.	1	2	3	4	5	
38 Kötü şeyler gelip geçtikten sonra bile, endişelerim sona ermez.	1	2	3	4	5	
III) ZEDELENMİŞ SINIRLAR						
9. HAKLILIK						

18 Genellikle hep haklı olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5	
84 Bana başkalarından daha ayrıcalıklı davranılmasını isterim.	1	2	3	4	5	
10. YETERSİZ ÖZDENETİM						
44 Kurallı ortamlardan (kurs, okul vb.) hoşlanmam.	1	2	3	4	5	
68 Eğlenceye ayırdığım zaman, ödeve ayırdığım zamandan çok daha fazladır.	1	2	3	4	5	
IV) BAŞKALARINA YÖNELİMLİLİK						
11. KENDİNİ ONAYLAMAMA						
50 Eğlenceli biri olmadığımı düşünürüm.	1	2	3	4	5	
91 Benim gibi biri ile kimse arkadaş olmak istemez diye düşünürüm.	1	2	3	4	5	
12. BOYUN EĞİCİLİK						
29 Haklı olduğumu bilsem bile, kendimi savunamam.	1	2	3	4	5	
88 Benden bir şey istenince “hayır” diyemem. 1 2 3 4 5	1	2	3	4	5	
13. ONAY ARAYICILIK						
40 Yakınlarımla istediği gibi bir çocuk olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	
65 Başkaları tarafından beğenilmek benim için fazlasıyla önemlidir.	1	2	3	4	5	
V) AŞIRI TETİKTE OLMA VE BASKILAMA/ KETLEME						
14. KARAMSARLIK						
45 Nedense kötü şeyler hep benim başıma gelir.	1	2	3	4	5	
69 Öğretmenin sorduğu en zor soru kesin bana denk gelir diye düşünürüm.	1	2	3	4	5	
15. CEZALANDIRICILIK						
46 Kurallara uymadığım için cezayı hak ediyorum.	1	2	3	4	5	
78 Öğretmenler kurallara uymayan tüm çocukları cezalandırmalıdır diye düşünürüm.	1	2	3	4	5	

Ek-3. PKÖ

ANNEM				Aşağıda anne ya da babanızın sizinle ilişkisinde söz konusu olabilecek bazı davranışları yer almaktadır. Lütfen bu davranışların sizin için ne oranda geçerli olduğunu size uyan sayıyı daire içine alarak belirtiniz. Önce her bir ifadeyi anneniz için düşünün ve solda yer alan sütunlarda size uyan seçeneği işaretleyin daha sonra her bir ifadeyi babanız için düşünün ve aynı şekilde sağ tarafta size uyan seçeneği işaretleyin.	BABAM			
Hiç Yapmaz	Bazen yapar	Sıklıkla yapar	Her zaman yapar		Hiç Yapmaz	Bazen yapar	Sıklıkla yapar	Her zaman yapar
1	2	3	4	1.Eğer onu utandıracak bir şey yaparsam,beni görmezden gelmeye çalıştığı olurdu	1	2	3	4
1	2	3	4	2.Eğer bazı şeylerde onun gibi düşünmezsem bana soğuk davranır.	1	2	3	4
1	2	3	4	3. Herhangi bir şey hakkındaki hislerimi ve düşüncelerimi değiştirmeye çalıştığı olurdu.	1	2	3	4
1	2	3	4	4.Ben konuşurken sözümü keser	1	2	3	4
1	2	3	4	5.Ailedeki problemler yüzünden beni suçlar.	1	2	3	4
1	2	3	4	6.Eğer onu kıracak bir şey yaparsam, gönlünü alıncaya kadar benimle konuşmaz.	1	2	3	4
1	2	3	4	7. Ne zaman bir şey anlatmaya çalışsam konuyu değiştirir.	1	2	3	4
1	2	3	4	8.Beni eleştirirken geçmişte yaptığım hataları dile getirir.	1	2	3	4

Ek-4. REUTE

SON 6 AY İÇİNDE HİSSETİKLERİNİZE GÖRE YANITLAYINIZ.	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her Zaman
01. Hayatımda her şeyin yolunda olduğunu hissettim.	1	2	3	4	5
02. Öğretmenlerim veya ebeveynlerimle tartıştım	1	2	3	4	5
*03. İlaç veya alkol kullandım. (araştırmada çıkarılan madde)	1	2	3	4	5
04. Arkadaşlarımla ya da ailemle birlikte olmaktan mutluluk duydum.	1	2	3	4	5
05. Sinirden kendimi kaybettim.	1	2	3	4	5
06. Kendimi iyi hissettim.	1	2	3	4	5
07. Yetişkinlerle tartıştım.	1	2	3	4	5
08. Büyüklerim ne isterse yaptım.	1	2	3	4	5
09. İnsanları rahatsız edecek şeyler yaptım.	1	2	3	4	5
10. Birisi benden bir şey yapmamı istediye, tam tersini yaptım.	1	2	3	4	5
11. Çok sinirli hissettim.	1	2	3	4	5
12. Başkalarından öğ almak istedim.	1	2	3	4	5
13. Okulda ya da evde kuralları çiğnedim.	1	2	3	4	5
14. Geceleri izinli olduğum zamandan daha çok dışarıda kaldım.	1	2	3	4	5
15. O kadar sinirlendim ki evde ve okulda bir şeyleri fırlatıp attım.	1	2	3	4	5
16. Yeni insanlarla tanışırken rahattım.	1	2	3	4	5
17. Suç sayılabilecek şeyler yaptım.	1	2	3	4	5
18. Çok yalnızdım.	1	2	3	4	5
19. Arkadaşlarımla eğlendim.	1	2	3	4	5
20. Çok gergin hissettim.	1	2	3	4	5
21. Okulda veya işte başımı derde soktum.	1	2	3	4	5
22. Sinirli hissettim.	1	2	3	4	5
23. Sıkıntılı ve üzgün hissettim.	1	2	3	4	5
24. Aileme nerede olduğumu söylemeden evden uzakta oldum.	1	2	3	4	5
25. Çalışmadım veya ödevlerimi teslim etmedim.	1	2	3	4	5
26. Birçok şeyden dolayı endişelendim.	1	2	3	4	5
27. Gelecek için çok fazla endişelendim.	1	2	3	4	5
28. Uykuya geçmede sorun yaşadım.	1	2	3	4	5
29. Üzgün hissettim.	1	2	3	4	5
30. Konsantre olmakta güçlük çektim.	1	2	3	4	5
31. Sebepsiz ağlamaklı hissettim.	1	2	3	4	5
32. Kötü olduğunu bildiğim bir şey yaptım.	1	2	3	4	5