

T. C.
FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İKİZLERDE ALGILANAN EBEVEYNLİK
BİÇİMLERİNİN ERKEN DÖNEM UYUMSUZ
ŞEMA YAPILANMASINDA VE
FELAKETLEŞTİREN BİLİŞLER ÜZERİNDEKİ
ETKİSİNİN İNCELENMESİ

MERVE NUR TÖKEL

160131006

TEZ DANIŞMANI

PROF. DR. SEFA SAYGILI

İSTANBUL 2019

TEZ ONAY SAYFASI

FSMVÜ Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Tezli yüksek lisans programı 160131006 numaralı öğrencisi Merve Nur TÖKEL'in ilgili yönetmeliklerin belirlediği tüm şartları yerine getirdikten sonra hazırladığı **“İkizlerde Algılanan Ebeveynlik Biçimlerinin Erken Dönem Uyumsuz Şema Yapılanmasında ve Felaketleştirilen Bilişler Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi”** başlıklı tezi aşağıda imzaları olan jüri tarafından 17/06/2019 tarihinde oybirliği ile kabul edilmiştir.


Prof. Dr. Sefa SAYGILI

(Jüri Başkanı-Danışman)

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi


Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU

(Jüri Üyesi)

Haliç Üniversitesi


Dr. Öğr. Üyesi Melek ASTAR

(Jüri Üyesi)

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bağlı olduğum üniversite veya bir başka üniversitedeki başka bir çalışma olarak sunulmadığını beyan ederim.

Merve Nur TÖKEL

İmza

TEŐEKKÜR

Öncelikle bugünlere gelmemde maddi ve manevi desteklerini esirgemeyen annem Saliha SAĞLIK ve babam Őaban SAĞLIK'a, canımın diğer yarısı olan ikiz kardeşim Seda Nur SAĞLIK'a ve eşim Yusuf İhsan TÖKEL'e teőekkürü bir borç bilirim. Çalışmama katılan tüm ikiz kardeşlere ve onlara ulaşmamda yardımcı olan herkese teőekkür ederim. Tüm yardımları için çok sevgili hocam Dr. Öğr. Üyesi Melek ASTAR'a teőekkür ederim. Son olarak saygıdeğer danışman hocam Prof. Dr. Sefa SAYGILI'ya ilgi ve destekleri için teőekkür ederim.

İKİZLERDE ALGILANAN EBEVEYNLİK BİÇİMLERİNİN ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA YAPILANMASINDA VE FELAKETLEŞTİREN BİLİŞLER ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Çalışmanın amacı algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemalar ve felaketleştiren bilişler arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Bu bağlamda araştırmada ebeveynlik biçimleri ile erken dönem uyumsuz şema alanları ve ebeveynlik biçimleri ile felaketleştiren bilişler arasındaki ilişki Pearson Korelasyon Analizi ile değerlendirilmiştir. Ayrıca felaketleştiren bilişlerin sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığı Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile yürütülmüştür. İstatistiksel analizler klinik olmayan örneklemden rastgele ve kartopu örnekleme yöntemiyle seçilmiş 70 ikiz katılımcı üzerinden gerçekleştirilmiştir. Ölçme araçları olarak Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ), Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3) ve Felaketleştiren Bilişler Ölçeği (FBÖ) kullanılmıştır.

Elde edilen bulgulara göre, tek yumurta ikizlerinde sosyal felaketler için çalışanların puanları öğrencilere göre daha yüksektir. Anneye yönelik algılanan ebeveynlik biçimlerinden kuralcı/kalıplayıcı, küçümseyici/kusur bulucu, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı, aşırı koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı, kötümser/endişeli, cezalandırıcı, değişime kapalı/duyguları bastıran ile erken dönem uyumsuz şema alanları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Anneye yönelik algılanan ebeveynlik biçimlerinden kuralcı/kalıplayıcı, sömürücü/istismar edici, aşırı

koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı ile felaketleştiren bilişler arasında anlamlı ilişkiler gözlenmiştir. Ek olarak, babaya yönelik algılanan ebeveynlik biçimlerinden kuralcı/kalıplı, küçümseyici/kusur bulucu, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı, aşırı koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı, kötümser/endişeli, değişime kapalı/duyguları bastıran ile erken dönem uyumsuz şema alanları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Babaya yönelik algılanan ebeveynlik biçimlerinden duygusal bakımdan yoksun bırakıcı, aşırı koruyucu/evhamlı, kötümser/endişeli ile felaketleştiren bilişler arasında anlamlı ilişkiler gözlenmiştir.

Anahtar kelimeler: algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemalar, felaketleştiren bilişler

THE STUDY ON EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS AND CATASTROPHIC COGNITIONS IN TERMS OF THE INFLUENCE OF PERCEIVED PARENTING STYLES IN TWINS

ABSTRACT

The aim of this study is the examination of the correlation between perceived parenting styles, early maladaptive schemas and catastrophic cognitions. A correlation is evaluated via Correlation Analysis. Besides, the dependence between socio-demographic variables and catastrophic cognitions is executed by one-way ANOVA method. The series of statistical analysis are done with 70 twin participants who are chosen randomly using nonclinical and snowball sampling. Young Parenting Inventory (YPI), Young Schema Questionnaire – Short Form 3 (YSQ-SF3) and Catastrophic Cognitions Questionnaire (CCQ) are used to collect the data in the research.

According to findings, the scores are higher for working pairs compared to students, in context of social catastrophies for identical twins. Perceived parenting styles in terms of mothers such as rule-based, insulting, emotionally depriver, over-protective, success-oriented, pessimistic, punisher, emotionally suppressive subfields are correlated with early maladaptive schema areas and such as rule-based, abusive, over-protective, success-oriented are correlated with catastrophic cognitions. Additionally, perceived parenting styles in terms of fathers such as rule-based, insulting, emotionally depriver, over-protective success-oriented, pessimistic, emotionally suppressive subfields are correlated with early maladaptive schema areas

and such as emotionally depriver, over-protective, pessimistic subfields are correlated with catastrophic cognitions.

Key words: perceived parenting styles, early maladaptive schemas, catastrophic cognitions



İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	iv
ABSTRACT	vi
TABLO LİSTESİ	x
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM.....	2
1. LİTERATÜR TARAMASI	2
1.1. ŞEMA TERAPİ MODELİ VE ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR ...	2
1.1.1. Kopukluk ve Reddedilme.....	5
1.1.2. Zedelenmiş Otonomi.....	5
1.1.3. Zedelenmiş Sınırlar.....	6
1.1.4. Diğerleri Yönelimlilik.....	6
1.1.5. Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık.....	6
1.2. EBEVEYNLİK BİÇİMLERİ	7
1.2.1. Sömürücü/İstismar Edici	8
1.2.2. Aşırı Koruyucu/Evhamlı	9
1.2.3. Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı.....	9
1.2.4. Küçümseyici/Kusur Bulucu	9
1.2.5. Kuralcı/Kalıplayıcı.....	9
1.2.6. Aşırı İzin Verici/Sınırsız Ebeveynlik.....	10
1.2.7. Kötümser/Endişeli	10
1.2.8. Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran.....	10
1.2.9. Cezalandırıcı.....	11
1.2.10. Koşullu/Başarı Odaklı	11
1.3. PANİK BOZUKLUKTA BİLİŞSEL BİR MODEL: FELAKETLEŞTİREN BİLİŞLER	12
1.4. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR, EBEVEYNLİK BİÇİMLERİ VE FELAKETLEŞTİREN BİLİŞLER İLE İLGİLİ ALANYAZIN	17
İKİNCİ BÖLÜM	23

2. YÖNTEM	23
2.1. ARAŞTIRMANIN AMACI VE HİPOTEZLERİ.....	23
2.2. ÖRNEKLEM.....	23
2.3. ARAÇ/GEREÇ.....	24
2.3.1. Demografik Bilgi Formu	24
2.3.2. Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ)	24
2.3.3. Young Şema Ölçeği- Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3)	25
2.3.4. Felaketleştiren Bilişler Ölçeği (FBÖ)	26
2.4. UYGULAMA.....	27
2.5. VERİ ANALİZİ	27
2.6. BULGULAR	28
2.6.1. İkiz Katılımcıların Demografik Bilgileri ve Ölçme Araçlarına İlişkin Bulgular	29
2.6.2. Sosyo-Demografik Değişkenlerin Felaketleştiren Bilişler Üzerindeki Etkisine Dair Bulgular	36
2.6.2.1. Tek Yumurta İkizlerine İlişkin Bulgular.....	37
2.6.2.2. Çift Yumurta İkizlerine İlişkin Bulgular.....	44
2.6.3. Algılanan Ebeveynlik Biçimleri, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Felaketleştiren Bilişler Arasındaki İlişkiye İlişkin Bulgular	51
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	57
3. TARTIŞMA VE SONUÇ	60
KAYNAKÇA	71
EKLER	77

TABLO LİSTESİ

Tablo 1. İkiz Katılımcılara İlişkin Sayı ve Yüzde Değerleri	24
Tablo 2. İkiz Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Sayı ve Yüzde Değerleri	29
Tablo 3. Tek Yumurta İkizi Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Sayı ve Yüzde Değerleri	30
Tablo 4. Çift Yumurta İkizi Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Sayı ve Yüzde Değerleri	31
Tablo 5. Young Ebeveynlik Ölçeği-Anne Formu (YEBÖ-A) ve Alt Boyutları Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri	33
Tablo 6. Young Ebeveynlik Ölçeği-Baba Formu (YEBÖ-B) ve Alt Boyutları Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri.....	34
Tablo 7. Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3) ve Alt Boyutları Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri.....	35
Tablo 8. Felaketleştiren Bilişler Ölçeği (FBÖ) ve Alt Boyutları Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri	36
Tablo 9. Ölçme Araçlarının Güvenirlik Analizi Sonuçları	36
Tablo 10. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Yaş Grupları Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması.....	37
Tablo 11. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Kategorileri için Bağımsız Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması.....	38
Tablo 12. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Eğitim Durumu Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması.....	38
Tablo 13. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Anne Eğitim Durumu Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması.....	39
Tablo 14. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Baba Eğitim Durumu Grupları Açısında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması.....	40

Tablo 15. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının İş Durumu Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması	41
Tablo 16. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Gelir Düzeyi Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması.....	42
Tablo 17. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Yaşantının Çoğunun Geçirildiği Yer Değişkeni Kategorileri için Bağımsız Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması	43
Tablo 18. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Büyüdüğünüz Aile Tipi Değişkeni Kategorileri için Bağımsız Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması	44
Tablo 19. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Yaş Grupları Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması.....	44
Tablo 20. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Kategorileri için Bağımsız Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması.....	45
Tablo 21. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Eğitim Durumu Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması.....	46
Tablo 22. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Anne Eğitim Durumu Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması.....	47
Tablo 23. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Baba Eğitim Durumu Grupları Açısında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması.....	48
Tablo 24. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının İş Durumu Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması	49
Tablo 25. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Gelir Düzeyi Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması.....	50
Tablo 26. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Büyüdüğünüz Aile Tipi Değişkeni Kategorileri için Bağımsız Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması	50
Tablo 27. YEBÖ-A, YŞÖ-KF3 ve FBÖ Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Katsayıları	52
Tablo 28. YEBÖ-B Formu, YŞÖ-KF3 ve FBÖ Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Katsayıları	56

GİRİŞ

Şema teorisi, Bilişsel-Davranışçı Terapi modelinde temel inançları daha iyi açıklamak için Beck (1985) tarafından kullanılmış; daha sonra Young tarafından kavramsallaştırılarak Şema Terapi modelinin kuramsal ve terapötik temeli oluşturulmuştur. Şema teorisi, özellikle erken dönem uyumsuz şemalar, anksiyetenin başlaması ve sürdürülmesinde etkisi olan bilişsel ve çevresel faktörleri araştıran ve kavramsallaştıran genel teorik bir sistemdir (Wells, 1997).

Beck (1985)'in şema seviyesinde tanımladığı iki kavram vardır: kişinin kendisi ve çevresiyle ilgili koşulsuz merkezi yapılar olan *inançlar* ve kişinin durumlar ve olaylar arasında kurduğu koşullu yapılar olan *varsayımlar* (Wells, 1997). *Şemalar* ise, yoğun ve tekrarlanan olumsuz yaşantılar neticesinde oluşan katı ve değişmeye dirençli yapılardır (Rodeiger, 2015; Wells, 1997). Şemalar, herkeste şiddet ve yayılımda farklılık gösteren öz yıkıcı yapılardır ve kaygı bozukluğu, sosyal fobi, panik bozukluk, yeme bozuklukları, depresyon, somatizasyon ve kişilik bozuklukları gibi birçok psikopatolojinin ortaya çıkmasına zemin hazırlarlar (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012; Young ve Klosko, 2011; Kömürcü ve Gör, 2016; Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z., 2009). Ek olarak, bilişsel teoriler kaygı bozukluklarında temelde kaygının kendisinden ziyade, tehlike ile ilgili bilişsel şemaların aktive olmasını kabul ederler (Kart, Önder ve Türkçapar, 2015).

Bu çalışmada, Young'ın sunduğu çerçevede Şema Terapi modeli, özellikle erken dönem uyumsuz şemalar, Young'ın önerdiği şekliyle ebeveynlik biçimleri ve panik bozukluğun bilişsel modeli olarak felaketleştiren bilişler arasındaki ilişki incelenecektir. Nitekim mevcut şemaların kaygıya dair düşüncelerin sürdürülmesine neden olduğu ve kaygıya dair düşüncelerin de şemayı beslediği ve kaygıyı artırdığı bilinmektedir (Calvete, Orue ve Gonzalez-Diez, 2013).

BİRİNCİ BÖLÜM

1. LİTERATÜR TARAMASI

1.1. ŞEMA TERAPİ MODELİ VE ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR

Young tarafından geliştirilen Şema Terapi modeli, kendisinden önce yer alan birinci ve ikinci dalga bilişsel terapilerden farklı olarak terapi odağı bakımından Bilişsel-Davranışçı Terapi, Bağlanma Kuramı, Gestalt Terapi, Obje İlişkileri ve Psikodinamik Kuramlardan aldığı teknikleri birleştirerek daha bütünlüğü ve kapsamlı bir tedavi modeli olarak karşımıza çıkmaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Şema Terapi modeli ile klasik Bilişsel-Davranışçı Terapi modeli arasında yer alan birçok benzerliğin yanı sıra, bu iki modeli birbirinden ayıran noktalar da bulunmaktadır.

Bilişsel-Davranışçı Terapi, hastaların semptomlarının farkında olduklarını ve bunları azaltmayı amaçladıklarını, bu yönde beceriler geliştirmeye gönüllü olduklarını ve bu şekilde problemlerini çözebileceklerini varsaymaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Bu sebeple, örneğin, terapi ilişkisinde bilişsel veya duygusal olarak kaçınma davranışı sergileyen hastalar için klasik Bilişsel-Davranışçı Terapi modelinin uygulanmasının zor olacağını söylemek mümkündür. Hastaların negatif düşünce ve duygularını kaydetmesini bekleyen Bilişsel-Davranışçı Terapi modeline alternatif olarak Şema Terapi modeli, bu negatif düşünce ve duyguları kişilik ve kişilerarası problem olarak ele alır ve bunu hastaların ego-sintonik, yani benlikleriyle uyumlu, benliklerinin bir parçası olarak görebileceklerini ve problemlerinin esasında kimlik algılarının tam ortasında bulunduğunu varsayar (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Kişilik problemi ve kişilerarası problemler konusu Şema Terapi modelinde merkezi bir yer tutmaktadır. Bilişsel-Davranışçı Terapi modelinde ihmal edilen terapötik ilişki alanı, Şema Terapi modelinde temelde

kişilerarası problemlerin olması nedeniyle tedavide en çok kullanılan ve değerlendirilen alanlardan biridir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Son olarak, Şema Terapi modeli, anksiyete ve depresyon gibi negatif emosyonların kişinin yetişkin yaşamında çocukluğuna dair olumsuz bir uyarıcıyla tetiklenebileceğini varsayar ve bu yönüyle kişinin çocukluk dönemine vurgu yapılmadığı Bilişsel-Davranışçı Terapi modelinden ayrılır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003).

Şema Terapi, adını Yunanca kökenli bir kelime olan *şemadan* alır (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012). Şema denince akla bir örüntü, kalıp ya da düzenleyici bir yapı gelir. Psikolojide şema teriminin kullanılmasına Piaget, çocukluk dönemi bilişsel gelişiminin farklı evrelerinde ayrıntılı bir şekilde değinerek öncülük etmiştir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012). Şemalar, günlük hayatta karşılaşılan durumları ayrıntılarıyla değerlendirmeden direk sonuca kısa yoldan ulaşılmasına yardım ederler (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Örneğin, beyaz tüylü bir köpekle ilk kez karşılaşan bir çocuk, sonraki sefer beyaz tüylü bir kediyle karşılaşmasında bu canlının beyaz ve tüylü oluşundan yola çıkarak direk köpek olduğunu düşünebilir. Çünkü çocuğun geliştirmekte olan şemalarından biri olan hayvan şeması henüz tamamlanmamış ve çocuğu kısa yoldan beyaz ve tüylü tüm canlıların köpek olabileceği sonucuna götürmüştür. Şemalar, olumlu ya da olumsuz olabilir; aynı zamanda uyumlu ya da uyumsuz da olabilir ve erken çocukluk döneminde gelişmeye başlarlar (Young, Klosko ve Weishaar, 2003).

Bu çalışmada değinilecek olan şemalar, erken çocukluk döneminde oluşan ve uyum bozucu olanlardır ve bunlar “erken dönem uyumsuz şemalar” olarak adlandırılmaktadır. Young, Klosko ve Weishaar (2003); anılar, duygular, bilişler ve fiziksel duymulardan oluşan, kişinin kendisi ve diğerleriyle olan ilişkilerini konu alan, çocukluk ya da ergenlik dönemlerinde ortaya çıkan ve yaşam boyu gelişim gösteren, belli bir derecede işlevselliği bozan genel, yayılımcı içerik veya örüntülere erken dönem uyumsuz şemalar diyerek en kapsamlı tanımlamayı yapmışlardır. Bu durumda, kişilerin yetişkin yaşamlarında erken dönem uyumsuz şemaları deneyimledikleri durumlarda, aslında çocukluklarından bir kesit yaşadıkları söylenebilir. Ayrıca Rafaeli, Bernstein ve Young (2012), bir kişinin uyumsuz davranışlarının erken dönem uyumsuz şemalarından hareketle ortaya çıktığını; ancak, bu davranışların şemaların bir parçası olmadığını, şemalara verilen tepki

olduğunu düşünmüşlerdir. Bu tepkileri baş etme biçimleri olarak yorumlamak mümkündür.

Rafaeli, Bernstein ve Young (2012)'a göre, şemalar çocuğun mizacı ile biçimlendirici çevresi arasındaki etkileşim yıkıcı olduğu zaman gelişir; ancak çocuğun mizacı şema geliştirmeye ne kadar yatkınsa gereken çevresel faktörün katkısı da o kadar azalır. Dolayısıyla, şemaların gelişiminde mizaç, çevre ve çevrenin en önemli etkisi olarak aileyi göz önünde bulundurmak gerekir. Ayrıca, Young ve Klosko (2011), uyumlu birer yetişkin olabilmek için çocukluk yaşantısının kusursuz olmasına gerek olmadığını, duygusal ihtiyaçların yeteri kadar karşılanmasının sağlıklı psikolojik gelişim için yeterli olduğunu söylemişlerdir.

Temel duygusal ihtiyaçlar, bir çocuğun temel güvenlik, istikrar, bakım ve kabul görme konularını kapsayacak şekilde beş başlık altında toplanmıştır. Bu başlıklar; diğerleriyle güvenli bağlanma, özerklik ve kimlik algısı, duygularını ve ihtiyaçlarını özgürce ifade etme, kendiliğindenlik ve oyun, gerçekçi sınırlar ve irade gücü olarak ifade edilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Bu ihtiyaçların karşılanmaması noktasında çocuk, dört farklı zedeleyici erken dönem yaşam deneyimi ile karşılaşmış olabilir. Bunlardan ilki, *ihtiyaçların zedeleyici engellenmesidir*. Bu deneyimde, çocuğun çevresi istikrar, anlayış ya da sevgi gibi önemli faktörleri zedeleyici şekilde engeller ya da çocuk iyi olandan az alır ve bu çocukta, duygusal yoksunluk ve terk edilme gibi şemaların gelişme ihtimali artar (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). İkinci tip yaşam deneyimi, *travmatizasyondur*. Bu deneyimde, çocuğun en temel ihtiyaçlarından biri olan güvenlik ihtiyacı sağlanmaz ve çocuk zarar görür ya da kurban edilir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012). Travmatize edilen bu çocuğun güvensizlik/kötüye kullanılma, kusurluluk/utanç ve dayanıksızlık şemalarını geliştirme ihtimali artar (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Üçüncü tip yaşam deneyiminde çocuk iyi olandan fazla alır ve özerklik ve gerçekçi limitler gibi temel ihtiyaçları karşılanmaz (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012). Bu çocukların ebeveynleri çocuğun hayatına fazla müdahil olmuş olabilir, çocuğu aşırı korumuş olabilir, sınırsız özgürlük tanımış ve çocuğun gerçekçi limitler algısını değiştirmiş olabilir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Bağımlılık ya da haklılık şemalarının gelişme ihtimali bu çocuklarda daha fazladır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Son olarak, dördüncü tip yaşam

deneyimi önemli ötekilerle yaşanan seçici içselleştirme ve özdeşimdir. Aşırı derecede kaygılı ve kendini dünyada güvende hissetmeyen bir ebeveynin çocuğu doğrudan bir eksiklik yaşamayabilir, ancak dünyanın tehlikeli ve kontrol edilemez olduğunu ebeveyninden öğrenebilir (Rafaeli, Bernsteinve Young, 2012). Kısacası, erken dönem yaşam deneyimlerinde, mizacı şema geliştirmeye yatkın olan ve çevresel faktör olarak duygusal ihtiyaçları ebeveynleri tarafından yeterince karşılanmayan çocuğun yetişkin hayatında uyumsuz şemalar geliştirmesi ve yetişkinin bu şemalara uyumlu olarak depresif, huzursuz, kaygılı ya da yalnız bir yaşam geçirmesi kaçınılmaz olacaktır.

Karşılanmayan ihtiyaçlara göre sayıları 18'i bulan erken dönem uyumsuz şemalar, beş ana alanda gruplandırılmıştır. Bu alanlar sırasıyla Kopukluk ve Reddedilme, Zedelenmiş Otonomi, Zedelenmiş Sınırlar, Diğerleri Yönelimlilik, Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık'tır.

1.1.1. Kopukluk ve Reddedilme

Bu alandaki şemalar; güvenlik, istikrar, bakım, duyguların paylaşılması, empati, kabul, saygı gibi temel ihtiyaçların karşılanmaması ile ilgilidir ve bahsedilen temel ihtiyaçların karşılanmadığı erken dönem aile çevresi, kopuk, soğuk, reddedici, öngörülemeyen ve uzun ayrılıkların deneyimlendiği bir ortam olabilir (Rafaeli, Bernsteinve Young, 2012). Bu alanda, beş adet şema bulunmaktadır:

1. Terk edilme/istikrarsızlık
2. Güvensizlik/kötüye kullanma
3. Duygusal yoksunluk
4. Kusurluluk/utanç
5. Sosyal izolasyon/yabancılaşma

1.1.2. Zedelenmiş Otonomi

Bu alandaki şemalar, özerklik ve rekabet gibi temel ihtiyaçların karşılanmaması ile ilgilidir ve bahsedilen temel ihtiyaçların karşılanmadığı erken dönem aile çevresi, iç içe geçmiş, çocuğun özgüvenini zedeleyen, aşırı koruyucu veya çocuğun aile dışında kendini ortaya koymasını sağlamada yetersiz kaldığı bir

ortam olabilir (Rafaeli, Bernsteinve Young, 2012). Bu alanda, dört adet şema yer almaktadır:

1. Bağımlılık/yetersizlik
2. Zarar görme veya hastalanmaya karşı dayanıksızlık
3. İç içe geçme/gelişmemiş benlik
4. Başarısızlık

1.1.3. Zedelenmiş Sınırlar

Bu alandaki şemalar, içsel sınırlar, başkalarına karşı sorumluluk veya uzun vadeli hedef koyma konusundaki eksiklikler ile ilgilidir ve bahsedilen eksiklikler fazla serbestlik, müsamaha, yönlendirmenin olmadığı ve üstünlük algısının olduğu, uygun yüzleştirme veya sınır koyma konusunda model olunmadığı erken dönem aile çevresinin neticesinde ortaya çıkabilir (Rafaeli, Bernsteinve Young, 2012). Bu alanda, iki şema vardır:

1. Haklılık/büyükleme
2. Yetersiz öz-denetim/öz-disiplin

1.1.4. Diğerleri Yönelimlilik

Bu alandaki şemalar, sevgi ve onay kazanma, bağlılık ve aidiyet hissini sürdürme ve misillemeden kaçınma için kişinin kendi ihtiyaçları pahasına başkalarının istek, duygu ve tepkilerine aşırı odaklandığı *kendi-yönelimli* olma ihtiyacının karşılanmaması ile ilgilidir ve erken dönem aile çevresi tarafından koşullu sevgi veya koşullu kabul ile büyütüldüğünde ortaya çıkabilir (Rafaeli, Bernsteinve Young, 2012). Bu alanda, üç şema bulunmaktadır:

1. Boyun eğicilik
2. Fedakârlık
3. Onay-arayıcılık/kabul-arayıcılık

1.1.5. Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık

Bu alandaki şemalar, kendiliğindenlik ve oyun gibi temel ihtiyaçların karşılanmaması ve kişinin spontan hislerini ve dürtülerini bastırması ile ilgilidir ve genellikle acımasız, talepkâr, cezalandırıcı, duygularını saklamalarını isteyen,

hatadan kaçınmalarını ve mükemmel olmalarını bekleyen erken dönem aile çevresi neticesinde oluşmaktadır (Rafaeli, Bernsteinve Young, 2012). Bu alanda, dört şema vardır:

1. Karamsarlık/kötümserlik
2. Duyguların bastırılması
3. Yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik
4. Cezalandırıcılık

Bu bölümde, genel olarak Şema Terapi modelinden, bu modelin Bilişsel-Davranışçı Terapi modelinden hangi noktalarda ayrıldığından ve erken dönem yaşam deneyimlerinin erken dönem uyumsuz şema yapılanmasındaki etkisinden bahsedilmiştir. Kısaca özetlemek gerekirse bu bölümde, temel güvenlik, istikrar, bakım ve kabul görme konularında diğerleriyle güvenli bağlanma; özerklik ve kimlik algısı; duyguların ve ihtiyaçların özgürce ifade edilmesi; kendiliğindenlik ve oyun; gerçekçi sınırlar ve irade gücü başlıkları altında toplam beş temel evrensel ihtiyaçtan söz edilmiştir. Bu terapi modeline göre yukarıda özetlenmeye çalışılan ihtiyaçların karşılanamadığı durumlarda, kişinin ihtiyaçlarının zedeleyici engellenmesi; travmatizasyon; iyi olandan fazla alma; önemli ötekilerle yaşanan seçici içselleştirme ve özdeşim başlıklarının altında toplam dört tip olumsuz erken dönem yaşamını deneyimleyeceği varsayılmaktadır. Sonraki bölümde, erken dönem yaşam deneyimleri Young (1994)'ın önerdiği ebeveynlik biçimleri aracılığıyla incelenecektir.

1.2. EBEVEYNLİK BİÇİMLERİ

Şema Terapi modelinin hareket noktalarından biri olan Bağlanma Kuramı'nda Bowlby (1973), temel bakıcı aramanın doğuştan gelen bir motivasyon olduğunu söyler. Daha sonraları Young, Klosko ve Weishaar (2003) bunu, her çocuğun karşılanması gereken güvenli bağlanma, kimlik, özerklik, oyun gibi gereksinimleri olduğu şeklinde açıklar. Bu gereksinimler karşılanmadığında çocuk kendini reddedilmiş algılayabilir. Bowlby (1973)'nin erken dönemde bakım verenlerden beklentilerine dayanan "içsel çalışma modelleri" ile Young, Klosko ve

Weishaar (2003) erken dönemde temel bakım verenlerle işlevsel olmayan etkileşimlerin neticesinde oluşan erken dönem uyumsuz şemalar birbiri ile örtüşmektedir (Gör, Yiğit, Kömürücü ve Şenkal Ertürk, 2017). Alanyazında, Rohner (2004) ebeveynlerinin tutumlarını reddedici algılayan çocukların zihinlerinde oluşan kendilerine, diğerlerine ve dünyaya dair temsillerin çarpıtılmış olabileceğini söyler. Çarpıtılmış zihinsel temsiller sonucunda, kişiler yeni deneyimlerini eski deneyimler ışığında yorumlayabilmekte ve bu yönde olumsuz inançlar geliştirebilmektedirler. Ebeveynin reddedici algılanmasının yanında, aşırı katı, ihmalkâr, aşırı izin verici ve sınır koymayan, duyarlı olmayan şekilde algılanmaları da çocuklarının olumsuz inançlar geliştirmelerine ve yukarıda değinilen erken dönem uyumsuz şemaların gelişimine neden olmaktadır (Kömürücü ve Soygüt, 2017).

Young (1994) tarafından geliştirilen Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ), erken dönem uyumsuz şemaların temelinde yer alan erken dönem uyum bozucu yaşantılara dair ebeveynlik biçimlerini değerlendirmektedir. Ölçeğin ülkemiz için yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarında Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008), anne ve baba formları için 10 faktörlü ortak bir yapı sunmuşlardır. Bu faktörler Sömürücü/İstismar Edici, Aşırı Koruyucu/Evhamlı, Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı, Küçümseyici/Kusur Bulucu, Kuralcı/Kalıplayıcı, Aşırı İzin Verici/Sınırsız Ebeveynlik, Kötümser/Endişeli, Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran, Cezalandırıcı, Koşullu/Başarı Odaklı Ebeveynlik'tir.

1.2.1. Sömürücü/İstismar Edici

Sömürücü ve istismar edici ebeveynlik, en temel ihtiyaç olan güvenlik ihtiyacını tehdit eden bir ebeveynlik biçimidir. Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008), bu ebeveynlik biçimi ile *Terk Edilme* ve *Güvensizlik/Suistimal Edilme* şemalarının ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır. Buna göre, bu ebeveynler dengesiz ve/veya güvenilmez, duygusal destek ve yakınlık göstermeyen, çocuklarını kötüye kullanan, aşağılayan ya da aldatan ebeveynlerdir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012).

1.2.2. Aşırı Koruyucu/Evhamlı

Aşırı koruyucu ve evhamlı ebeveynlik, özerklik ihtiyacının karşılanmadığı ebeveynlik biçimidir. Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008), bu ebeveynlik biçimi ile *Tehlike Karşısında Dayanıksızlık, Bağımlılık/Yetersizlik ve İç İç Geçme/Gelişmemiş Benlik* şemalarının ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır. Buna göre, bu ebeveynler çocukları yerine her şeyi yapan, çocuklarının kendi kendilerine bir şeyler yapma eğilimini küçümseyen, dünyanın tehlikeli olduğunu ve çocukların kendi karar ve yargılarına güvenmemelerini öğreten, kısacası kendi kimliklerinin oluşmasını engelleyen ebeveynlerdir (Young ve Klosko, 2011).

1.2.3. Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı

Duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik, başkaları ile ilişki kurma ihtiyacını tehdit eden bir ebeveynlik biçimidir. Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008), bu ebeveynlik biçimi ile *Duygusal Yoksunluk, Kendini Feda, Hak Görme/Büyükülük ve İç İç Geçme/Gelişmemiş Benlik* şemalarının ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Buna göre, bu ebeveynler normal düzeyde duygusal destek vermeyen; dolayısıyla, çocuklarına karşılıklılık kavramını öğretmeyen ve duygularını ifade konusunda herhangi bir sınır koymayan ebeveynlerdir (Young ve Klosko, 2011; Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012).

1.2.4. Küçümseyici/Kusur Bulucu

Küçümseyici ve kusur bulucu ebeveynlik, kendini ifade etme ve özgüven ihtiyaçlarını tehdit eden bir ebeveynlik biçimidir. Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008), bu ebeveynlik biçimi ile *Kusurluluk, Başarısızlık ve Boyun Eğicilik* şemalarının ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Buna göre, bu ebeveynler eleştirici, reddedici, çocukları ihtiyaçlarını ya da hislerini dile getirdiğinde cezalandırıcı, en çok da mükemmeliyetçi ebeveynlerdir (Young ve Klosko, 2011).

1.2.5. Kuralcı/Kalıplayıcı

Kuralcı ve kalıplayıcı ebeveynlik, kendiliğindenlik ihtiyacının karşılanmadığı bir ebeveynlik biçimidir. Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008), bu ebeveynlik

biçimi ile *Yüksek Standartlar, İç İçe Geçme/Gelişmemiş Benlik, Duyguları Bastırma* ve *Cezalandırıcılık* şemalarının ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Buna göre, bu ebeveynler çocuklarından duygularını bastırmalarını, hatadan kaçınmalarını, mükemmellik için çaba harcamalarını beklerler ve bu konularda acımasız ve cezalandırıcı olabilirler (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012).

1.2.6. Aşırı İzin Verici/Sınırsız Ebeveynlik

Aşırı izin verici ve sınırsız ebeveynlik, sınırlar konusunda çocuklarını yönlendirmeyen ebeveynlik biçimidir. Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008), bu ebeveynlik biçimi ile *Yetersiz Özdenetim* şemasının ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Buna göre, bu ebeveynler çocuklarına fazla serbestlik sağlayan, uygun yüzleştirme yapmayan, sorumluluk vermeyen, disiplin ve sınır koymadan yoksun bırakan ve herhangi bir yönlendirmede bulunmayan ebeveynlerdir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012).

1.2.7. Kötümser/Endişeli

Kötümser ve endişeli ebeveynlik, kendiliğindenlik ihtiyacını tehdit eden bir ebeveynlik biçimidir. Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008), bu ebeveynlik biçimi ile *Karamsarlık* şemasının ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Buna göre, bu ebeveynler her zaman tetikte olmayı, aksi takdirde her şeyin dağılacağına dair bir tutumu çocuklarına öğretirler; dolayısıyla, bu ebeveynlik biçimi için keyif, rahatlama ya da oyundansa görevler, kurallar, sorumluluklar ve beklentiler belirleyici olur (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012).

1.2.8. Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran

Değişime kapalı ve duygularını bastıran ebeveynlik, yine kendiliğindenlik ihtiyacının karşılanmadığı bir ebeveynlik biçimidir. Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008), bu ebeveynlik biçimi ile *Duyguları Bastırma* şemasının ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Buna göre, bu ebeveynler neşe ve şefkat gibi olumlu dürtülerini, duygularını, ihtiyaçlarını ifade etmeyen ve tüm bunlara yönelik eylem ve iletişimi bastıran ebeveynlerdir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012).

1.2.9. Cezalandırıcı

Cezalandırıcı ebeveynlik, temel evrensel bir ihtiyaç olan kendiliğindenlik ihtiyacını tehdit edici bir ebeveynlik biçimidir. Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008), bu ebeveynlik biçimi ile *Cezalandırıcılık* şemasının ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Buna göre, bu ebeveynler mazur görülebilecek durumları hesaba katmazlar, duygusal olarak empati yaparak çocuklarının kusurlarını anlamaya çalışmazlar; tam tersi, öfkeli, hoşgörüsüz ve tahammülsüz olurlar (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012).

1.2.10. Koşullu/Başarı Odaklı

Koşullu ve başarı odaklı ebeveynlik, kendi-yönelimli olma ihtiyacının karşılanmadığı ebeveynlik biçimidir. Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008), bu ebeveynlik biçimi ile *Onay Arayıcılık* şemasının ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Buna göre, bu ebeveynler çocuklarının ihtiyaç ve duygularına koşullu saygı ya da koşullu kabul ile cevap verirler ve çocuklar onay almak uğruna kendi benliklerinin önemli yönlerini baskılamak zorunda bırakılırlar (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012).

Bu bölümde erken dönem yaşam deneyimleri, Young'ın önerdiği ve Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008)'nin ülkemiz için geçerlik ve güvenilirlik çalışmasından çıkardığı 10 faktörlü ebeveynlik biçimleri temelinde anlatılmıştır. Aynı çalışmada, *Aşırı Koruyucu/Evhamlı Ebeveynlik* ile *Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma* şema alanındaki şemaların anksiyete ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Bu alandaki şemalara bakıldığında, ebeveynlerin özerklik ihtiyacını ihlal ettiklerini ve bunun sonucunda da kişilerin her an gelebilecek bir felaketi bekleme ve bunu engelleyememe ya da tek başına baş edememesine yönelik duyduğu yoğun korku ve tehlike algısı görülmektedir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012). Sonraki bölümde, bahsedilen tehlike algısına felaketleştirilen bilişler üzerinden değinilecektir.

1.3. PANİK BOZUKLUKTA BİLİŞSEL BİR MODEL: FELAKETLEŞTİREN BİLİŞLER

Çarpıntı ya da kalp hızının artması; terleme; titreme ya da sarsılma; soluğun daraldığı duygusu; boğuluyormuş hissi; göğüste ağrı ya da sıkışma hissi; bulantı; baş dönmesi; sersemlik ya da bayılacak gibi olma; üşüme, ürperme ya da ateş basması; uyuşma; derealizasyon ya da depersonalizasyon; denetimi yitirme ya da çıldırma korkusu; ölüm korkusu durumlarından dördünün ya da daha fazlasının görüldüğü, birden yoğun kaygı ve sıkıntı hissinin bastırıldığı durum için DSM-V (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders- 5. versiyon) panik atak tanımlaması yapmaktadır (2013). Panik bozukluk tanısı içinse DSM-V, başka panik atakların gerçekleşmesi ve bunların olası sonuçları için duyulan sürekli kaygıyı ve ataklarla ilgili olarak kaçınma davranışı göstermeyi öne sürer. Panik bozukluğun gelişimini psikodinamik, biyomedikal, bilişsel ve davranışsal birçok model açıklamıştır.

Panik bozukluğu açıklayabilecek psikodinamik görüşler bizi Freud'a götürecektir. Freud, aşırı anksiyeteye karşı hassasiyet olarak tanımladığı "Anksiyete Nevrozu" kavramının temelinde cinsel gerilimin yol açtığı cinsel çatışma olduğunu ileri sürmüştür (Fava ve Morton, 2009). Fava ve Morton (2009)'a göre, altta yatan çatışma panik bozukluğun gelişiminde gereklidir, ancak panik bozukluğu yeterli ölçüde açıklamamaktadır. Onun yerine bazı psikodinamik görüşler, anksiyetenin kişilerin altta yatan çatışmadan doğan korkutucu durumları, yani bilinçdışı zihinsel imgeleri, *tehlikeli* olarak değerlendirmesi ile ortaya çıktığını söylemişlerdir (Fava ve Morton, 2009). Bu durumda, anksiyetenin kendisinin bahsi geçen çatışmalardan daha az korkutucu olduğu söylenebilir. Fava ve Morton (2009) bunu bir adım ileri götürerek, temeldeki çatışmalardan kaçınmak amacıyla anksiyetenin panik bozukluk semptomlarına neden olduğunu ileri sürmüşlerdir. Çünkü bu kişiler için, içsel çatışmaları tecrübe etmek, panik atağı tecrübe etmekten daha korkutucu gelmektedir.

Biyomedikal modeller ise panik bozukluğu, solunum sıkıntılarının önemine vurgu yaparak açıklamaktadır. Ronald Ley'in "Nefes Darlığı ve Boğulma Korkusu Teorisi" (Dyspnea-Fear Theory of Panic) bunlardan biridir. Bu modele göre, felaketleştiren bilişler beyin fonksiyonlarındaki nefes güçlüğü'nün sonucudur (Moore ve Zebb, 1999). Hiperventilasyon panik ataklar, yani hızlı hızlı nefes alıp verme

şeklinde olan panik ataklar, şiddetli bir nefes darlığına verilen bir tepki sonucunda meydana gelmektedir (Moore ve Zebb, 1999). Bu model, panik atak gelişimindeki hiperventilasyona, nefessiz kalma korkusunun somatik sonuçlarının yanlış yorumlanmasının neden olduğunu öne sürmektedir. Buna ek olarak, spirometri adı verilen bir cihazla solunum fonksiyonlarının ölçüldüğü bir çalışmada Asmundson ve Stein (1994), düşük akciğer fonksiyonu gösteren panik hastalarının yüksek akciğer fonksiyonu gösterenlere kıyasla solunumla ilgili belirtileri ve negatif bilişleri daha fazla gösterdikleri sonucuna varmışlardır. Nitekim, Clark (1986) paniğin bilişsel modelinde, akciğer hastalarında yükselen bedensel duyuların paniğe neden olan bilişsel yanlış yorumlamayla ilişkili olduğunu iddia etmektedir.

Seligman (1971), panik bozukluğu “Öğrenme için Hazırbulunmuşluk” kavramıyla açıklamıştır. Buna göre, panik bozukluk biyolojik olarak ilgili, ancak mantık dışı ve bilişsel araçlarla kolayca değiştirilemez, yok olmaya dirençli bir hazırlıklı öğrenmedir (Salkovskis, 1991). Sıklıkla panik atak geçiren kişiler, atakların oluşumunu kendiliğinden, doğal yollarla tersine çeviremezler. Bu sebeple, Clark (1986) biliş ve davranışı birbirine bağlayan bilişsel bir hipotez ortaya koymuştur. Bu hipoteze göre panik bozukluğu olan kişiler, felaketin hemen biraz sonra olacağına ve elinden bir şey gelmeyeceğine dair bir inanca sahiptir. Kalp krizi ihtimalinden kurtulmak için koşmamak, bayılma ihtimaline karşılık sandalyede oturmak gibi “güvenlik arayışı” davranışı içine girerler ve bunu yaparak sadece bir rahatlama yaşamazlar; aynı zamanda kendilerini öngördükleri tehlike ve felakete karşı korumuş olurlar (Salkovskis, 1991).

Panik bozukluğu açıklamada kullandığımız psikodinamik, biyomedikal ve davranışçı modelleri özetlememiz gerekirse, panik atakların her modelde bir şekilde kişilerin bedensel duyuları ya da zihinsel imgeleri *tehlikeli* ya da *felaketleştirici* şekilde yanlış yorumlamalarıyla ortaya çıktığını görüyoruz. Bu durumda, panik bozukluk ve panik atakları değerlendirirken bundan sonraki odak noktamız bilişsel modeller olacaktır.

Sanki her an kötü bir şey olacakmış, kötü bir haber alacakmış gibi tanımladıkları anksiyete için kişiler, günlük hayatta yaşadıkları sıkıntılı ya da bunaltılı durumları *tehlike* ya da *felaket* olarak yorumlamaya meyillidirler. Ancak bazı bilişsel kuramcılar, gerçekte tehlikenin olmamasını gözlemcinin yorumu olarak

söyler ve kişilerin bu durumları tehlikeli algılamasına neden olan düşüncelerin ortamı yanlış yorumlamalarından kaynakladığını iddia ederler (Barışkın, 2009). Bu noktada, bilişsel kuramın anksiyete için temel varsayımlarından birkaçına değinmek gerekir. Freeman ve DiTomasso (2005)'dan aktarıldığına göre, otomatik düşüncelerin altında “şema” adı verilen temel inançlar yatmaktadır ve şema içerikleri psikopatolojilere özgü olabilmektedir; örneğin, anksiyete bozukluklarında tehlike ve tehdit temaları hakimdir (Barışkın, 2009). Kwak ve Lee (2015)'nin Obsesif-Kompulsif Bozukluk ve Panik Bozukluk'ta hangi şemaların aktif olduğuna dair yaptıkları çalışma bu varsayımı destekler niteliktedir. Buna göre, tehlike ve felaketlere karşı *dayanıksızlık* ve kendi mutluluğu pahasına kendini ilişkisel tehlikelerden koruma şeması olan *fedakarlık*, panik bozukluk hastalarında görülen şemalardır. Ayrıca kişiler, tetikleyici ortamlarda tehlikeye ait uyarınları seçerek ve güvenlikle ilgili uyarınları göz ardı ederek tehlike şemalarını aktive etmektedirler; bunu yaparken, bilgi işleme sürecinde gerçekçi ve rasyonel değerlendirmelerde bulunamazlar ve durumları değerlendirirken *felaketleştirme* gibi yanlı tutumlar sergilerler (Barışkın, 2009). Bundan sonraki bölümün odak noktası, bu durumun panik bozukluk için nasıl işlediği ve birçok kuramcının paniği bilişsel olarak nasıl açıkladığı olacaktır.

Clark'ın panik için oluşturduğu bilişsel model, paniğin tekrarlayıcı doğasına odaklanmaktadır (Fava ve Morton, 2009). Bu modelde panik ataklar, bedensel ve psikolojik duyuların felaketleştirici şekilde yorumlanması ve bu yorumlama sonucunda duyuların gerçekte olduklarından daha tehlikeli algılanmasıyla meydana gelmektedir (Cox, 1996). Kişilerin felaketleştirici yorumlarına göre, kalp krizine işaret eden kalp çarpıntısı ya da akıllarını kaybetmelerine işaret eden baş dönmesi gibi duyular Clark tarafından “içsel tetikleyici uyarın” olarak adlandırılıp kısır döngünün bir parçası olarak görülmektedir ve bu bilişsel süreç panik bozukluğun etiolojisinde ve sürdürülmesinde merkezi öneme sahiptir (Austin ve Richards, 2001; Fava ve Morton, 2009). Tetikleyici uyarınlarn içsel olduğu gibi dışsal da olabileceğine dair görüşler vardır. Örneğin, öncesinde panik atak geçirilmiş bir ortama tekrar girildiğinde dışsal olarak mekânın tetikleyici olduğu düşünülebilir. Ancak, eğer panik atak tekrarlayacaksa, bunu bu ortamda başlatacak olan şey aslında

yine içsel uyararı olan düşünceler, imgeler ya da bedensel duyular olacaktır (Barışkın, 2009).

Salkovskis (2007)'ten aktarılanına göre, panik sadece bedensel duyuların tehdit olarak algılanıp yanlış yorumlanması ile meydana gelmektedir ve ortada gerçek bir felaket varmış gibi bedensel belirtilerde artış olmaktadır (Barışkın, 2009). Panik atakların tekrarlanması ise, yerleşmiş inançlar ile tekrar tekrar yanlış yorumlama sürecinin devam etmesi ve tehdidi sınırlandırmak için başvuru alan güvenlik arayışı davranışının felaketleştirici yorumları pekiştirmesidir (Austin ve Richards, 2001; Barışkın, 2009).

Clark'ın bilişsel modeline kıyasla Bandura, "Öz-yeterlik" kavramı üzerinden paniği açıklamıştır. Öz-yeterlik, kişinin panik ataktaki tehdit ya da felaket bilisi ile baş edebilmesi ya da kontrol edebilmesi ile ilgili becerisidir Casey, Oei, Newcombe ve Kenardy, 2004; Fava ve Morton, 2009). Kişi, öz-yeterliği ile stresli ve öngörülemez durumlarla başa çıkabilmektedir. Clark'ın "öğrenilmiş tehlike algısı"nın yerine "düşük öz-yeterlik" kavramını kullanan Bandura'nın teorisinde tek tetikleyici, dışsal olanlardır (Fava ve Morton, 2009). Bu durumda, tehlike algısını düşük öz-yeterliğin etkilediği ve paniğin kısır döngüsünün bu şekilde oluştuğu söylenebilir. Beck (1985) ise düşük öz-yeterlik yerine, kişinin içsel ya da dışsal tehlikelere karşı kontrol edebilme yetisinin yetersiz olma algısı şeklinde tanımladığı "İncinebilirlik Hissi" (Sense of Vulnerability) kavramını kullanmıştır.

Casey, Oei, Newcombe ve Kenardy (2004) ise panik bozukluğu "Bütünleştirici Bilişsel Model" ile açıklamışlardır. Yaptıkları çalışmada, panik bozukluğun tekrarlayıcı olması ve sürdürülmesinde hem felaketleştirici bilişlerin hem de panik öz-yeterliğinin bağımsız şekilde katkı sunduğunu bulmuşlardır. Bedensel duyuları felaketleştirici bilişlerin, panik şiddetini yordayıp yordamadığına bakmak için panik öz-yeterliğini; panik öz-yeterliğin panik şiddetini yordayıp yormayacağını tespit etmişlerdir.

Son olarak, Goldstein ve Chambless'in "Korku Korkusu" (Fear of Fear) kavramından yola çıkarak, Reiss ve McNally tarafından tanımlanan "Anksiyete Duyarlılığı" (Anxiety Sensitivity) kavramı ile felaketleştirici bilişlere odaklanılacaktır (Cox, 1996; Sandin, Sanchez-Arribas, Chorot ve Valiente, 2015). Anksiyete duyarlılığı, bedensel, psikolojik ve sosyal olarak zarar verici sonuçları olduğuna

inanılan anksiyete semptomlarına karşı duyulan korkuyu temsil etmektedir (Cox, 1996; Sandin ve ark., 2015). Bu teori, Clark'ın bilişsel modelinden felaketleştiren bilişleri değerlendirmesiyle ayrılmaktadır. Anksiyete duyarlılığı, yükselen bedensel duyumlardan korku duymanın gerçekten gerçekleştiğini; bunun felaketleştiren bir yorumlama biçimi olmadığını söyler (Fava ve Morton, 2009). Hatta bu iki model arasında bir durumluk-sürekli anksiyete farklılığı olduğu da iddia edilmiştir. Buna göre, anksiyete duyarlılığı "sürekli anksiyete", felaketleştiren bilişler "durumluk anksiyete"dir (Sandin ve ark., 2015). Ayrıca, Cox (1996), anksiyete duyarlılığının bir özelliği olarak, tetikleyicinin içsel ya da dışsal olmasının yanında aynı zamanda durumun kendisiyle uyumlu olması gerektiğini söylemiştir. Bahsi geçen uyumluluk sadece tematik değil, aynı zamanda kişi için de anlamlı ve ilgili olmalıdır. Örneğin, kalp hızının ani yükselmesi kalp hastalığı olan kişi için anlamlı ve durumla ilgili bir karakter göstermektedir ve sürekli bir korkuya işaret etmektedir. Tam tersi, durumluk anksiyete dediğimiz felaketleştiren bilişler ise kısa sürelidir ve korkuya değil, birazdan gelecek olan tehlike ya da felakete dair düşüncelere odaklanmaktadır (Cox, 1996). Cox (1996), durumluk felaketleştiren bilişlerin zamanla değişebileceğini söylemiştir. Örneğin, önceleri bedensel duyumlarını felaketleştirerek panik atağa dönüştürecek şekilde yorumlayan bir kişi; daha sonraları bu panik atağı geçirme korkusuyla sosyal olarak kendini izole edilebilir, utanma ya da rezil olma şeklinde felaketleştiren bilişinin odağını değiştirebilir. Bu durumda, kişi fiziksel felaketi sosyal bir felakete evirmiş olur.

Yukarıda bahsi geçenlerin dışında alanyazında, panik bozuklukluktaki felaketleştiren bilişlerle ilgili birçok başka çalışma bulunmaktadır. Bedensel duyumlar ile panik bozuklukluktaki felaketleştiren bilişler arasındaki birincil bağlantıları değerlendirmeyi amaçlayan bir çalışmada, panik bozukluk hastalarının diğer anksiyete bozuklukları olan hastalara göre daha fazla bedensel duyumları felaketleştiren biçimde yorumladıkları bulunmuştur ve felaketleştiren bilişlerin panik bozukluğa özgü olduğu sonucuna varılmıştır (Hermans, De Cort, Noortman, Vansteenwegen, Beckers, Spruyt ve Schruers, 2010). Anksiyete duyarlılığı, panik öz-yeterliği ve felaketleştiren bilişler arasındaki bağın panik şiddetine etkisini bulmayı amaçlayan bir çalışmada ise, Casey ve arkadaşlarının (2004) bütünleştirici modeliyle uyumlu bir sonuç bulunmuştur (Sandin ve ark., 2015). Buna göre, anksiyete

duyarlılığı panik şiddetini felaketleştiren bilişlerin ve panik öz-yeterliğinin kontrol edilmesiyle; felaketleştiren bilişlerin panik şiddetini anksiyete duyarlılığı ve panik öz-yeterliğin kontrol edilmesiyle ve son olarak panik öz-yeterliğin de panik şiddetini anksiyete duyarlılığı ve felaketleştiren bilişlerin kontrol edilmesiyle yordadıkları bulunmuştur. Bu bulgular, pozitif (panik öz-yeterlik) ve negatif (felaketleştiren bilişler) bilişsel faktörleri birleştirmekte; ancak üç ana bilişsel faktörü bütünlendirmemektedir (Sandin ve ark., 2015). Bilişsel Davranışçı Terapi alan panik bozukluk hasta grubu üzerinde yapılan ve felaketleştiren bilişler ve panik öz-yeterliğin bu grup üzerindeki değişimin rolünü araştırmayı hedefleyen bir çalışmada, panik öz-yeterliğinin aracı rolü olduğu, ancak felaketleştiren bilişlerin anksiyete semptomlarının değişimi üzerinde herhangi bir rolü olmadığı bulunmuştur (Fentz, Hoffart, Jensen, Arendt, O'Toole, Rosenberg ve Hougaard, 2013).

Felaketleştiren Bilişler Ölçeği'nin ülkemiz için yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında 5 alt boyut bulunmuştur. Bunlar; emosyonel tepkiler ile ilişkili tehlikeler için *emosyonel felaketler*, hastalık göstergeleri ile ilgili tehlikeler için *fiziksel felaketler*, zihinsel işlev ile ilgili tehlikeler için *mental felaketler*, sosyal durumlarda anksiyete duyma ile ilişkili tehditler için *sosyal felaketler* ve belirli bedensel duyuların tehlikeli algılanması ile ilgili olarak *bedensel felaketlerdir* (Kart, Önder ve Türkçapar, 2015).

1.4. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR, EBEVEYNLİK BİÇİMLERİ VE FELAKETLEŞTİREN BİLİŞLER İLE İLGİLİ ALANYAZIN

Alanyazında, erken dönem uyumsuz şemaları ebeveynlik biçimleri, cinsiyet, kişilik faktörleri, psikolojik belirtiler ve belirti profilleri gibi birçok bakımdan araştıran çalışmalar bulunmaktadır.

Muris (2006), yıkıcı ebeveynlik biçimlerinin (reddin, kontrolün, kaygının yüksek olduğu; duygusal yakınlığın düşük olduğu ebeveynlik) erken dönem uyumsuz şema yapılanmasında etkili olup olmadığını ve erken dönem uyumsuz şemaların psikopatolojik belirtilerle ilişkili olup olmadığını araştırmıştır. Bu araştırmanın sonucuna göre, yıkıcı ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şema

yapılanmasında ilgilidir ve erken dönem uyumsuz şemalar ise anksiyete belirtileri, depresyon, yıkıcı davranış, yeme problemleri ve madde bağımlılığı gibi birçok psikopatolojik belirtiyi yordamaktadır. Ülkemizde yapılan ve anne red algısı ile psikolojik sorunlar arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolünü araştıran bir çalışmada, kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şema alanlarının depresyon ve kaygı ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Sarıtaş Atalar, 2013). Buna göre, soğuk, reddedici ve tutarsız tutum sergileyen ebeveynlerin çocuklarının en temel gereksinimi olan güven ihtiyacının karşılanmamış olması, anne red algısının, kaygı ve depresyonu yordayan kopukluk ve reddedilme alanındaki şemalarla neden ilişkili olduğunu açıklayabilmektedir. Kapçı ve Hamamcı (2010) da yaptıkları çalışmada, olumsuz aile işlevlerinin psikolojik belirtileri, duygusal yoksunluk şemasının aracılığı ile yordadığına dikkat çekmişlerdir. Bu sonuç, aile işlevinin olumsuz olmasının kişilerin duygusal ihtiyaçlarının karşılanmaması neticesinde duygusal yoksunluk şemasını geliştirmeleriyle açıklanabilmektedir. Ebeveynlik biçimlerinden anne-baba reddi, duygusal yakınlık ve aşırı korumacı stil ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışmada, algılanan baba reddi ile beş şema alanının ve algılanan anne reddi ile zedelenmiş sınırlar hariç dört şema alanının ilişkili olduğuna kanaat getirilmiştir (Thimm, 2010).

Ebeveynlik biçimlerinin anksiyete üzerindeki etkisini bulmaya amaçlayan bir çalışmada ise, annelerini umursamaz ve aşırı koruyucu algılayanların, diğer ebeveynlik biçimlerini algılayanlara kıyasla daha fazla anksiyete semptomu gösterdiği saptanmıştır (McGinn, Cukor ve Sanderson, 2005). Ayrıca aynı çalışmada, ebeveynlerini umursamaz algılayanların kopukluk ve reddedilme şema alanında; ebeveynlerini aşırı koruyucu algılayanların yüksek standartlar ve bastırılmışlık, diğerleri yönelimlilik şema alanlarında; ebeveynlerini istismar edici algılayanların ise kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar alanlarında yüksek puanlar aldıkları görülmüştür. Jones, Leung ve Harris (2006)'in baba ve kız çocuğu ilişkisi üzerinden erken dönem uyumsuz şemaları araştıran çalışmasında, babanın sergilediği duygusal sıcaklık; duygusal yoksunluk, kusurluluk ve yüksek standartlar şemalarından alınan düşük puanlarla ilişkili bulunmuştur. Ayrıca aynı çalışmada, babanın reddedici tutumunun duygusal yoksunluk, terk edilme ve kusurluluk şemalarını; babanın aşırı korumacı tutumunun ise tehditler karşısında

dayanısızlık Şemasını yordadığı tespit edilmiştir. Buna göre, olumlu aile ilişkilerinin erken dönem uyumsuz Şema yapılanmasında önleyici veya onarıcı etkisi olduğu söylenbilir. Turner, Rose ve Cooper (2005b) erken dönem yaŐantılarla yeme bozuklukları arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz Şemaların aracı rolünü araŐtırmıŐlardır. Buna göre, annenin sergilediği aşırı korumacı tutum ile yeme bozukluğu arasında duygusal yoksunluk, terk edilme, güvensizlik, sosyal izolasyon, kusurluluk, tehditler karşısında dayanısızlık, boyun eğme ve yüksek standartlar Şemalarının aracı rolü bulunduğu tespit edilmiştir. Çalışmanın bir diğer sonucuna göre, babanın aşırı korumacı tutumu ile Şemaların ve yeme bozukluğunun anlamlı bir ilişkisi olmadığı tespit edilmiştir. Bu durum, belirli ebeveynlik biçimlerinin hastalıklara özgü belirli psikolojik belirtiler ve belirli Şemalar ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Harris ve Curtin (2002) ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz Şemalar ve depresyonu araŐtırdıkları çalışmalarında, ebeveynlerinden yetersiz bakım aldığını düŐünen genç eriŐkinlerin (yaş ortalaması 19.3) kusurluluk, yetersiz öz-denetim, bağımlılık ve tehditler karşısında dayanısızlık) Şemalarını; aşırı koruyucu ebeveynleri olduğunu ifade edenlerin ise kusurluluk ve yetersiz öz-denetim Şemaları geliŐtirdikleri grlmŐtir.

Ülkemizde yapılan ve ebeveynlik biçimlerinin psikolojik belirtiler üzerindeki etkisini araştıran bir çalışmada, annenin Kuralcı/Kalıplayıcı, Kmseyci/Kusur Bulucu ve Kötümser/Endişeli algılanması; babanın Kuralcı/Kalıplayıcı, Kmseyci/Kusur Bulucu, Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı, Kötümser/Endişeli algılanmasının ileride kişi üzerinde psikolojik belirtiler gösterme ihtimalini artırdığına kanaat getirmiŐlerdir (Soygüt ve akır, 2009). Algılanan ebeveynlik biçimi ile yetişkin ayrılma anksiyetesini ölçen bir çalışmada, babanın sömürücü/istismar edici ve annenin sınırsız/aşırı izin verici algılanması ile yetişkin ayrılık anksiyetesini arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur (Başbuğ, Cesur ve Batıgün, 2016). Ayrıca, erken dönem uyumsuz Şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmanın sonucuna göre, babanın sergilediği Koşullu/Başarı Odaklı ebeveynlik benlik değerindeki düşüşle; babanın sergilediği Kötümser/Endişeli ebeveynlik benlik değerindeki artışla; babanın sergilediği AŞırı İzin Verici/Sınırsız ebeveynlik ve Kötümser/Endişeli ebeveynlik kontrol

ihtiyacındaki artışla; babanın sergilediği Cezalandırıcı ebeveynlik kontrol ihtiyacındaki düşüşle ilişkilendirilmiştir (Kömürcü ve Soygüt, 2017).

Çocukluk çağı istismar yaşantıları ve genel psikolojik sağlık arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolüne odaklanan bir çalışmada, duygusal, fiziksel ve cinsel istismar yaşantılarının kopukluk ve reddedilme ve zedelenmiş otonomi şema alanları aracılığıyla genel psikolojik sağlığı yordadığı bulunmuştur (Yiğit ve Erden, 2015). Buna göre, fiziksel istismar yaşantısı ile kontrol, güven ve sorumluluk gibi duyguları zedelenen ve açıkça beden bütünlüğüne saldırılan kişilerde zedelenmiş otonomi alanı, özellikle tehditler karşısında dayanıksızlık şeması ve kopukluk ve reddedilme şema alanı, özellikle güvensizlik/suiistimal edilme şeması gelişim gösterebilir. Ayrıca, duygusal istismar yaşantısı ile doğrudan benliğine yönelik aşağılamaya maruz kalan ve yetersiz hissettirilen kişilerde kopukluk ve reddedilme şema alanı, özellikle güvensizlik/suiistimal edilme, sosyal izolasyon, kusurluluk/utanç, duygusal yoksunluk ve duyguları bastırma şemaları ve zedelenmiş otonomi şema alanı, özellikle karamsarlık, tehditler karşısında dayanıksızlık ve terk edilme şemalarını gelişim gösterebilir. Son olarak, cinsel istismara maruz kalmış kişiler de zedelenmiş otonomi şema alanındaki tehditlere karşı dayanıksızlık, bağımlılık ve başarısızlık şemaları ve kopukluk ve reddedilme şema alanındaki güvensizlik ve kusurluluk şemalarını geliştirebilirler. Lumley ve Harkness (2007) da çocukluk çağı istismar yaşantıları ile erken dönem uyumsuz şemalar ve belirti profilleri (hayattan zevk almayan, kaygılı vs.) arasındaki ilişkiye yönelik bir çalışma yürütmüşlerdir. Buna göre, cinsel istismara maruz kalan kişiler bağımlılık, başarısızlık, tehditler karşısında dayanıksızlık şemaları; fiziksel istismara maruz kalan kişiler duygusal yoksunluk, başarısızlık, tehditler karşısında dayanıksızlık şemaları; duygusal istismara maruz kalan kişiler ise duygusal yoksunluk, bağımlılık, sosyal izolasyon, başarısızlık ve tehditler karşısında dayanıksızlık şemaları geliştirmişlerdir. Kişiler fiziksel istismarda doğrudan şiddete maruz kalırlar ve tehlike algısına yönelik şemalar geliştirebilirler. Duygusal istismarda örtük tehditlerle karşı karşıya gelirler ve yine tehlike algısına yönelik şemalar geliştirebilirler. Cinsel istismarda ise fiziksel istismar gibi doğrudan şiddetle ve değersizlik hissiyle yüzleşirler. Bu da tehlike temalı şemaların gelişmesine neden olabilir. Bu nedenle, tehlike temalı şemalar

geliştiren kişilerde anksiyete belirtilerinin görülebileceğini söyleyebiliriz. Young ve arkadaşlarına (2003) göre, çocuklukta ebeveynleri tarafından kötü muamele gören kişiler, yetişkinlikte de ihtiyaçlarının karşılanmaması yönünde beklentiye girebilir, her an kötü bir şey olacaktı gibi bir korku hissine kapılabilir ve bu tehditlerle başa çıkmak adına kendi duygu ve düşüncelerini kontrol etmeye çalışabilir veya başkalarından kabul görmek adına kendilerini feda edebilirler.

Erken dönem uyumsuz şemalar ile sosyal fobi arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışmada ise, sosyal fobili hastaların panik bozukluk ya da obsesif-kompulsif bozukluk hastalarına göre şema ölçeğinde daha yüksek puan aldığı bulunmuştur (Pinto-Gouveia, Castilho, Galhardo, Cunha, 2006). Buna göre, sosyal fobisi olan hastaların diğer anksiyete bozukluğu olan hastalara göre daha fazla bozuk işlevli düşüncelere sahip olduğu söylenebilir. Thimm (2010)'in erken dönem uyumsuz şemalar ile Beş Faktörlü Kişilik modeli arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında, erken dönem uyumsuz şemaların yüksek duygusallık (neuroticism), düşük dışa dönüklük (extraversion), düşük uyumluluk (agreeableness) ve düşük sorumluluk (conscientiousness) ile ve yeni deneyimlerine açıklık (openness) ile zayıf ilişkisi olduğu bulunmuştur. Irkörüçü (2016)'nın yaptığı erken dönem uyumsuz şema yapılanmasında cinsiyet farklılığı araştırması neticesinde, özellikle duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon ve kusurluluk şemalarında kadınların erkeklerden daha yüksek puanlar aldığı görülmüştür. Bu farklılık, toplumun kadın ve erkeğe atfettiği rollerle ve cinsiyet bazlı çocuk yetiştirme stillerinden kaynaklanıyor olabilir.

Young Şema Ölçeği'nin psikometrik özelliklerini psikiyatri hastaları üzerinden araştıran Welburn, Coristine, Dagg, Pontefract ve Jordan (2002) kaygı belirtileri gösteren psikiyatri hastalarında, dayanıksızlık, terk edilme, bağımlılık, kendini feda etme ve duyguları bastırma şemalarının etkin olduğunu tespit etmişlerdir. Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav öncesi anksiyete düzeyi ile erken dönem uyumsuz şema yapılanması arasındaki ilişkilerinin incelendiği bir araştırmada, durumluk kaygı, kopukluk ve reddedilme ile zedelenmiş otonomi şema alanlarıyla ve sürekli kaygı, kopukluk ve reddedilme ile diğerleri yönelimlilik şema alanlarıyla ilişkili bulunmuştur (Atlı Özbaş, Sayın ve Coşar, 2012). Son olarak, Yancar Demir ve Soygüt (2014) panik bozukluk ile şemalar arasındaki ilişkiyi bir olgu bağlamında açıklamaya çalışmışlardır. Buna göre, panik

ataklar ile iç içe geçme/bağımlılık ve tehditler karşısında dayanıksızlık şemaları arasında ilişki vardır.



İKİNCİ BÖLÜM

2. YÖNTEM

2.1. ARAŞTIRMANIN AMACI VE HİPOTEZLERİ

Araştırmanın amacı, ikizlerde algılanan ebeveynlik biçimlerinin anne ve babaya göre farklı yorumlanıp yorumlanmadığına bağlı olarak, bu durumun erken dönem uyumsuz şema yapılanmasında ve felaketleştiren bilişlerin oluşmasındaki etkisinin incelenmesidir. Bu doğrultuda aşağıdaki hipotezlerin doğrulanması hedeflenmektedir.

H₁: Tek yumurta ikizlerinde felaketleştiren bilişler sosyo-demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.

H₂: Çift yumurta ikizlerinde felaketleştiren bilişler sosyo-demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.

H₃: İkizlerde anneye ilişkin algılanan ebeveynlik biçimleri ile erken dönem uyumsuz şema alanları ve felaketleştiren bilişler arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H₄: İkizlerde babaya ilişkin algılanan ebeveynlik biçimleri ile erken dönem uyumsuz şema alanları ve felaketleştiren bilişler arasında anlamlı bir ilişki vardır.

2.2. ÖRNEKLEM

Araştırmanın verileri internet üzerinden çevrimiçi araç ve kalem-kâğıt formatıyla ulaşılabilir örneklem üzerinden toplanmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmıştır. Araştırmanın örneklemini 18 yaşını doldurmuş tek ve çift yumurta ikizleri oluşturmuştur. Araştırmaya 48 tek yumurta ikizi ve 50 çift yumurta ikizi, toplamda 98 kişi katılmıştır. İkiz kardeşlerden sadece birinin araştırmaya katılması durumunda o ikizlere ait veriler kullanılmamıştır. Son durumda, 38 tek yumurta ve 32 çift yumurta ikizi, toplamda 70 kişinin verileri

kullanılmıştır. İkiz katılımcılara ilişkin sıklık ve yüzdelik değerler Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. İkiz Katılımcılara İlişkin Sayı ve Yüzde Değerleri

Değişkenler	Kişi Sayısı (n)	Yüzde (%)
Tek yumurta	38	54,3
Çift yumurta	32	45,7
Toplam	70	100,0

2.3. ARAÇ/GEREÇ

Araştırmada veri toplama araçları olarak Demografik Bilgi Formu, Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ), Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3) ve Felaketleştiren Bilişler Ölçeği (FBÖ) kullanılmıştır.

2.3.1. Demografik Bilgi Formu

Demografik bilgi formu, katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, anne ve babanın eğitim durumu, büyüdüğü aile tipi, tek ya da çift yumurta ikizi olmalarına dair bilgileri edinmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır ve 10 maddeden oluşmaktadır (EK A).

2.3.2. Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ)

Araştırmada algılanan ebeveynlik biçimlerini değerlendirmek amacıyla Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ) kullanılmıştır (EK B). Bu ölçek Young (1994) tarafından geliştirilmiştir ve erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasına neden olduğu düşünülen ebeveynlik tutumlarını ölçmektedir. Özbildirime dayalı olan 72 maddeli ölçek, altılı likert tiptir. Her madde anne ve baba için ayrı ayrı 1 (tamamı ile yanlış) ile 6 (ona tamamı ile uyuyor) arasında puanlanmaktadır. Ebeveynlik boyutlarından alınan yüksek puanlar işlevsel olmayan uyumsuz ebeveynlik biçimleri hakkında bilgi vermektedir.

Ölçekle ilgili Sheffield, Waller, Emanuelli, Murray ve Meyer (2005) geçerlik ve güvenilirlik çalışması yürütmüşlerdir. Bu revizyon çalışmasında, 37 madde ve 9 faktörlü bir yapı elde etmişlerdir. Daha sonra Louis, Wood ve Lockwood (2018)’un

yürüttüğü ikinci bir revizyon çalışmasında, 36 madde ve 6 faktörlü bir yapıya ulaşılmıştır. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmasında ise Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu (2008) 10 faktörlü bir yapı tespit etmişlerdir (EK B). Bunlar; sömürücü/istismar edici, aşırı koruyucu/evhamlı, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı, küçümseyici/kusur bulucu, kuralcı/kalıplı, aşırı izin verici/sınırsız, kötümser/endişeli, değişime kapalı/duygularını bastıran, cezalandırıcı, koşullu/başarı odaklı ebeveynliktir. Young Ebeveynlik Ölçeği'nin duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik alt boyutundaki tüm maddeler (1, 2, 3, 4, 5, 36, 45, 52) ters puanlanmaktadır.

Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmasına göre, test-tekrar test güvenirliği anne formu için $r = ,38-,83$ ($p < ,01$) ve baba formu için $r = ,56-,85$ ($p < ,01$) bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları ise anne formu için $\alpha = ,53 - ,86$; baba formu için $\alpha = ,61-,88$ bulunmuştur. Ölçeğin birleşen geçerliği, YEBÖ-A ve YEBÖ-B formları ile SCL-90'ın Genel Belirti Düzeyi İndeksi (GSI) ve Kaygı, Depresyon, Kişilerarası Duyarlık alt ölçekleri arasındaki korelasyonlar temel alınarak değerlendirilmiştir. Ölçeğin Kaygı alt boyutu ile YEBÖ-A arasında $r = ,15-,30$ ($p < ,05 - ,01$) aralığında ve Kaygı alt boyutu ile YEBÖ-B arasında $r = ,13 -,30$ ($p < ,05 - ,01$) aralığında anlamlı ilişkiler gözlenmiştir.

2.3.3. Young Şema Ölçeği- Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3)

Araştırmada erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi amacıyla Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3) kullanılmıştır (EK C). Young ve Brown (1990) tarafından geliştirilen bu ölçek, 90 maddeden oluşmaktadır ve kopukluk/reddedilme, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlik, aşırı tetikte olma/bastırılmışlık şema alanlarında yer alan 18 şemayı içermektedir. Özbildirime dayalı ölçek, altılı likert tiptir ve 1 (benim için tamamıyla yanlış) ile 6 (beni mükemmel şekilde tanımlıyor) arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar erken dönem uyumsuz şemaların varlığına ve şiddetine işaret etmektedir.

Ölçekle ilgili Schmidt, Joiner, Young ve Telch (1995) geçerlik ve güvenirlik çalışması yürütmüşlerdir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması ise Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır (2009) tarafından üniversite öğrencileri örnekleme

üzerinden gerçekleştirilmiştir (EK C). Çalışmada temel bileşenler analizi ile şema boyutları için 14 faktörlü bir yapıya ulaşılmış; temel bileşenler analizi ile 5 faktörlü bir yapının şema alanları konusunda en uygun olduğuna karar verilmiştir. Bu şema boyutları; duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlardır.

Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmasına göre, test-tekrar test güvenirliği şema alanları için $r = ,66-,83$ ($p < ,01$); şema boyutları için $r = ,66-,82$ ($p < ,01$) olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı şema alanları için $\alpha = ,53-,81$; şema boyutları için $\alpha = ,63-,80$ olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutları ile SCL-90'ın Genel Belirti Düzeyi İndeksi ve Kaygı, Depresyon, Kişilerarası Duyarlık alt ölçeklerinin korelasyonlarının temel alındığı birleşen geçerliğinin değerlendirilmesi sonucunda ise şema boyutları ile Kaygı alt faktörü arasında $r = ,13-,52$ ($p < ,01$); şema alanları ile Kaygı alt faktörü arasında $r = ,18-,54$ ($p < ,01$) aralığında değişen istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ölçeğin ayırt edici geçerlik değerlendirmesinde duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, kusurluluk ve tehditler karşısında dayanıksızlık alt boyutları açısından klinik ve normal gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($t = 2,27-16,64$, $p < ,05-,01$).

2.3.4. Felaketleştiren Bilişler Ölçeği (FBÖ)

Araştırmada felaketleştiren bilişlerin değerlendirilmesi amacıyla Felaketleştiren Bilişler Ölçeği (FBÖ) kullanılmıştır (EK D). Khawaja ve Oei (1992) tarafından geliştirilen ölçek, beş faktörlü bir yapıdan oluşmaktadır. Bu beş faktör; emosyonel felaketler, fiziksel felaketler, mental felaketler, sosyal felaketler, bedensel felaketlerdir. Özbildirime dayanan bu ölçek 50 maddeden oluşmaktadır ve her madde 1 (asla) ile 5 (aşırı düzeyde) arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar, kişinin olumsuz duyguları, fiziksel değişimleri veya düşünmedeki zorlukları ile ilgili tehlikeliliğin şiddetini belirlemektedir. Özgün ölçeğin iç tutarlık katsayısı ,86-,94 olarak bulunmuştur.

Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında Kart, Önder ve Türkçapar (2015) test-tekrar test güvenilirliğini $r = ,01-,87$; split-half metodu ile yapılan analizlerde ölçek yarılarına ait güvenilirlik katsayılarını ,917 ve ,832; Spearman-Brown katsayısını ise ,875 olarak bulmuşlardır (EK D). Ölçeğin iç tutarlığı ,92 olarak tespit edilmiştir. Temel bileşen yöntemi ile yapılan faktör belirleme işleminde beş faktöre ulaşılmıştır ve bu beş faktör ile ölçek toplam varyansının %66,2'si açıklanmıştır (Faktör 1: %24,64, Faktör 2: %16,93, Faktör 3: 11,05, Faktör 4: %8,41, Faktör 5: %5,20).

2.4. UYGULAMA

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi etik kurulundan araştırmaya dair onayın (EK F) alınmasının ardından veri toplama işlemine başlanmıştır. Veriler internet üzerinden çevrimiçi araç ve kalem-kağıt formatıyla toplanmıştır. Katılımcılardan isim ve adres gibi kişisel bilgilerinin talep edilmeyeceği, cevaplarının yalnızca bilimsel amaçla kullanılacağı ve gizli tutulacağı, araştırmanın amacı ve araştırma ölçme araçlarının uygulama süresi bilgilendirilmiş onam formunda bildirilmiştir (EK E). Veri toplama araçlarının uygulama süresi ortalama 20 dakikadır. Türkiye'nin İstanbul, Ankara, Bursa, Samsun, Ordu gibi çeşitli illerinden rastlantısal olarak çalışmaya katılan ikiz katılımcıların, çevrelerinde bulunan ikizleri de çalışmaya dâhil etmesi sonucunda örneklemin çoğunluğu kartopu örnekleme yöntemiyle seçilmiştir.

2.5. VERİ ANALİZİ

Araştırmaya katılan ikizlerin verileri ikiz tiplerine göre tek ve çift yumurta olmak üzere kodlanmıştır. Çalışmada kullanılan ölçme araçları, YŞÖ-KF3 için beş farklı şema alanının (kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik, yüksek standartlar ve bastırılmışlık) her birinin toplam puanları, YEBÖ için anne ve baba formları için 10'ar alt boyuttan (sömürücü/istismar edici, aşırı koruyucu/evhamlı, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı, küçümseyici/kusur bulucu, kuralcı/kalıplayıcı, aşırı izin verici/sınırsız,

kötümser/endişeli, değişime kapalı/duygularını bastıran, cezalandırıcı, koşullu/başarı odaklı) toplamda 20 puan türünün toplam puanları ve FBÖ için 5 farklı felakettiren bilişin (emosyonel felaketler, fiziksel felaketler, mental felaketler, sosyal felaketler, bedensel felaketler) toplam puanları hesaplanmıştır. Paket programının bazı komutları (split file ve select cases) ile işlemler gerektiğinde tek ve çift yumurta ikizleri için ayrı şekilde uygulanmıştır.

Araştırma kapsamında hipotezlerin doğrulanması amacıyla sırasıyla istatistiksel analizler gerçekleştirilmiştir. İlk olarak, ikiz katılımcılara ve ölçme araçlarına dair betimleyici analizler ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Daha sonra, ikizlerde sosyo-demografik değişkenler ile felakettiren bilişlerin değerlendirilmesi amacıyla Bağımsız Örnek t-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Son olarak, algılanan ebeveynlik biçimlerinin erken dönem uyumsuz şema alanları ve felakettiren bilişler arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır.

2.6. BULGULAR

Araştırma sonucunda elde edilen verilerin istatistiksel analizine ilişkin bulgular üç ana başlık altında toplanmıştır. İlk bölümde katılımcıların demografik bilgilerine dair sıklık ve yüzdelik değerleri, araştırmada kullanılan ölçme araçlarının betimleyici analizleri ve güvenilirlik analizine dair Cronbach Alpha katsayılarına yer verilmiştir. İkinci bölümde felakettiren bilişler ile sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkileri gösteren Bağımsız Örnek t-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçlarına yer verilmiştir. Üçüncü bölümde ise algılanan ebeveynlik biçimlerinin erken dönem uyumsuz şema alanları ve felakettiren bilişler arasındaki ilişkileri gösteren Pearson Korelasyon Analizine yer verilmiştir.

2.6.1. İkiz Katılımcıların Demografik Bilgileri ve Ölçme Araçlarına İlişkin Bulgular

Tablo 2. İkiz Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Sayı ve Yüzde Değerleri

Değişkenler		Kişi Sayısı (n)	Yüzde (%)
Yaş	19-24	24	34,4
	25-30	32	45,9
	31 ve üzeri	14	20,1
Toplam		70	100,0
Cinsiyet	Kadın	52	74,3
	Erkek	18	25,7
Toplam		70	100,0
Eğitim durumu	İlkokul	1	1,4
	Ortaokul	1	1,4
	Lise	9	12,9
	Lisans	44	62,9
	Yüksek lisans-Doktora	15	21,4
Toplam		70	100,0
Annenin eğitim durumu	İlkokul	24	34,3
	Ortaokul	10	14,3
	Lise	28	40,0
	Lisans	4	5,7
	Yüksek lisans-Doktora	4	5,7
Toplam		70	100,0
Babanın eğitim durumu	İlkokul	16	22,9
	Ortaokul	10	14,3
	Lise	22	31,4
	Lisans	16	22,9
	Yüksek lisans-Doktora	6	8,6
Toplam		70	100,0
İş durumu	Çalışmıyor	3	4,3
	Çalışıyor	44	62,9
	Öğrenci	20	28,6
	Emekli	3	4,3
Toplam		70	100,0
Gelir düzeyi	Düşük	9	12,9
	Orta	50	71,4
	Yüksek	11	15,7
Toplam		70	100,0
Yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yer	Köy	1	1,4
	Şehir	69	98,6
Toplam		70	100,0
Büyüdüğü aile tipi	Çekirdek aile	48	68,6
	Geniş aile	22	31,4
	Dağılmış aile	0	0
Toplam		70	100,0
İkizlik durumu	Tek yumurta	38	54,3

	Çift yumurta	32	45,7
Toplam		70	100,0

Çalışmaya katılan ikizlerden 38'i (%54,3) tek yumurta, 32'si (%45,7) çift yumurta ikizidir. Toplamda 70 kişiden 52'si (%74,3) kadın, 18'i (%25,7) erkektir. Çalışmaya 19-24 yaş arası 24 (%34,4), 25-30 yaş arası 32 (%45,9), 31 yaş ve üzeri 14 (%20,1) kişi katılmıştır. Neredeyse tamamı (%98,6) yaşamının çoğunu şehirde geçirmiş ve büyük çoğunluğu (%62,9) lisans mezunudur. Çoğu katılımcının (%40,0) annesi ve yine çoğu katılımcının (%31,4) babası lise mezunudur. Katılımcıların %62,9'u çalışmakta, %28,6'sı öğrenci, %4,3'ü emekli ve %4,3'ü çalışmamaktadır. Katılımcıların büyük kısmının (%71,4) gelir düzeyi ortadır ve büyük çoğunluğu (%68,6) çekirdek aile ortamında büyümüştür (Tablo 2).

Tablo 3. Tek Yumurta İkizi Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Sayı ve Yüzde Değerleri

Değişkenler		Kişi Sayısı (n)	Yüzde (%)
Yaş	19-24	16	42,1
	25-30	20	52,6
	31 ve üzeri	2	5,3
Toplam		38	100,0
Cinsiyet	Kadın	26	68,4
	Erkek	12	31,6
Toplam		38	100,0
Eğitim durumu	İlkokul	1	2,6
	Ortaokul	1	2,6
	Lise	6	15,8
	Lisans	21	55,3
	Yüksek lisans-Doktora	9	23,7
Toplam		38	100,0
Annenin eğitim durumu	İlkokul	12	31,6
	Ortaokul	6	15,8
	Lise	16	42,1
	Lisans	2	5,3
	Yüksek lisans-Doktora	2	5,3
Toplam		38	100,0
Babanın eğitim durumu	İlkokul	10	26,3
	Ortaokul	6	15,8
	Lise	8	21,1
	Lisans	16	26,3
	Yüksek lisans-Doktora	4	10,5
Toplam		38	100,0
İş durumu	Çalışmıyor	2	5,3
	Çalışıyor	20	52,6

	Öğrenci	13	34,2
	Emekli	3	7,9
Toplam		38	100,0
Gelir düzeyi	Düşük	6	15,8
	Orta	28	73,7
	Yüksek	4	10,5
Toplam		38	100,0
Yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yer	Köy	1	2,6
	Şehir	37	97,4
Toplam		38	100,0
Büyüdüğü aile tipi	Çekirdek aile	28	73,7
	Geniş aile	10	26,3
	Dağılmış aile	0	0
Toplam		38	100,0

Çalışmaya katılan tek yumurta ikizlerinden 26'sı (%68,4) kadın, 12'si (%31,6) erkektir. Tek yumurta ikizlerinden 19-24 yaş arası 16 (%42,1), 25-30 yaş arası 20 (%52,6), 31 yaş ve üzeri 2 (%5,3) kişi çalışmaya katılmıştır. Neredeyse tamamı (97,4) yaşamının çoğunu şehirde geçirmiş ve büyük çoğunluğu (%55,3) lisans mezunudur. Çoğu tek yumurta ikizi katılımcının (%42,1) annesi lise mezunudur. Katılımcıların baba eğitim durumu ilkökul ve lisans mezuniyetinde %26,3 ile aynıdır. Katılımcıların %62,9'u çalışmakta, %28,6'sı öğrenci, %4,3'ü emekli ve %4,3'ü çalışmamaktadır. Katılımcılardan büyük kısmının (%71,4) gelir düzeyi ortadır ve büyük çoğunluğu (%68,6) çekirdek aile ortamında büyümüştür (Tablo 3).

Tablo 4. Çift Yumurta İkizi Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Sayı ve Yüzde Değerleri

Değişkenler		Kişi Sayısı (n)	Yüzde (%)
Yaş	19-24	8	25,0
	25-30	12	37,5
	31 ve üzeri	12	37,5
Toplam		32	100,0
Cinsiyet	Kadın	26	81,3
	Erkek	6	18,8
Toplam		32	100,0
Eğitim durumu	İlkokul	0	0
	Ortaokul	0	0
	Lise	3	9,4
	Lisans	23	71,9
	Yüksek lisans-Doktora	6	18,8
Toplam		32	100,0

Annenin eğitim durumu	İlkokul	12	37,5
	Ortaokul	4	12,5
	Lise	12	37,5
	Lisans	2	6,3
	Yüksek lisans-Doktora	2	6,3
Toplam		32	100,0
Babanın eğitim durumu	İlkokul	6	18,8
	Ortaokul	4	12,5
	Lise	14	43,8
	Lisans	6	18,8
	Yüksek lisans-Doktora	2	6,3
Toplam		32	100,0
İş durumu	Çalışmıyor	1	3,1
	Çalışıyor	24	75,0
	Öğrenci	7	21,9
	Emekli	0	0
Toplam		32	100,0
Gelir düzeyi	Düşük	3	9,4
	Orta	22	68,8
	Yüksek	7	21,9
Toplam		32	100,0
Yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yer	Köy	0	0
	Şehir	32	100,0
Toplam		32	100,0
Büyüdüğü aile tipi	Çekirdek aile	20	62,5
	Geniş aile	12	37,5
	Dağılmış aile	0	0
Toplam		32	100,0

Çalışmaya katılan çift yumurta ikizlerinden 26'sı (%81,3) kadın, 6'sı (%18,8) erkektir. Çalışmaya 19-24 yaş arası 8 (%25,0), 25-30 yaş arası 12 (%37,5), 31 yaş ve üzeri 12 (%37,5) çift yumurta ikizi katılmıştır. Çift yumurta ikizi katılımcıların tamamı (100,0) yaşamının çoğunu şehirde geçirmiş ve büyük çoğunluğu (%71,9) lisans mezunudur. Çift yumurta ikizi katılımcıların anne eğitim durumu %37,5 ile ilkokul ve lise için aynıdır. Katılımcıların baba eğitim durumu ise %43,8 lise mezunu çoğunluğu şeklindedir. Katılımcıların %75'i çalışmakta, %21,9'u öğrenci, %3,1'i çalışmamaktadır. Katılımcılardan büyük kısmının (%68,8) gelir düzeyi ortadır ve büyük çoğunluğu (%62,5) çekirdek aile ortamında büyümüştür (Tablo 4).

Tablo 5. Young Ebeveynlik Ölçeği-Anne Formu (YEBÖ-A) ve Alt Boyutları Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri

Değişkenler	n	En küçük değeri	En büyük değeri	Ortalama	Standart Sapma
Young Ebeveynlik Ölçeği-Anne Formunun Toplam Puanı	70	85	260	160,54	31,91
Sömürücü/İstismar Edici Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	7	12	7,54	1,22
Aşırı Koruyucu/Evhamlı Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	9	42	20,45	6,16
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı Alt Boyut Toplam Puanı	70	10	48	37,54	9,50
Küçümseyici/Kusur Bulucu Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	9	47	13,68	8,37
Kuralcı/ Kalıplayıcı Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	12	67	31,71	12,84
Aşırı İzin Verici/Sınırsız Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	6	22	8,92	3,32
Kötümser/Endişeli Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	3	18	6,95	4,15
Formu Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	3	18	8,48	3,46
Cezalandırıcı Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	4	19	8,24	3,12
Koşullu/Başarı Odaklı Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	5	30	16,98	6,06

Young Ebeveynlik Ölçeği-Anne Formuna (YEBÖ-A) ait toplam puan ortalaması 160,54 ($ss= 31,91$), sömürücü/istismar edici ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 7,54 ($ss= 1,22$), koruyucu/evhamlı ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 20,45 ($ss= 6,16$), duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 37,54 ($ss= 9,50$), küçümseyici/kusur bulucu ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 13,68 ($ss= 8,37$), kuralcı/kalıplayıcı ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 31,71 ($ss= 12,84$), aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 8,92 ($ss= 3,32$), kötümser/endişeli ebeveynlik alt

boyut toplam puan ortalaması 6,95 ($ss= 4,15$), değişime kapalı/duygularını bastıran ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 8,48 ($ss= 3,46$), cezalandırıcı ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 8,24 ($ss= 3,12$) ve koşullu/başarı odaklı ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 16,98 ($ss= 6,06$) olarak bulunmuştur (Tablo 5).

Tablo 6. Young Ebeveynlik Ölçeği-Baba Formu (YEBÖ-B) ve Alt Boyutları Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri

Değişkenler	n	En küçük değeri	En büyük değeri	Ortalama	Standart Sapma
Young Ebeveynlik Ölçeği-Baba Formunun Toplam Puanı	70	84	239	156,65	28,83
Sömürücü/İstismar Edici Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	7	17	7,90	1,81
Aşırı Koruyucu/Evhamlı Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	9	37	19,12	6,57
Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı Alt Boyut Toplam Puanı	70	10	48	35,35	9,54
Küçümseyici/Kusur Bulucu Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	9	42	13,64	7,04
Kuralcı/ Kalıplayıcı Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	12	61	30,37	11,62
Aşırı İzin Verici/Sınırsız Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	6	24	9,37	3,89
Kötümser/Endişeli Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	3	18	6,87	3,71
Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	3	18	9,52	3,68
Cezalandırıcı Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	4	15	8,47	2,44
Koşullu/Başarı Odaklı Ebeveynlik Alt Boyut Toplam Puanı	70	5	29	16,01	5,93

Young Ebeveynlik Ölçeği-Baba Formuna (YEBÖ-B) ait toplam puan ortalaması 156,65 ($S= 28,83$), sömürücü/istismar edici ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 7,90 ($S= 1,81$), koruyucu/evhamlı ebeveynlik alt boyut toplam puan

ortalaması 19,12 ($S= 6,57$), duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 35,35 ($S= 9,54$), küçümseyici/kusur bulucu ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 13,64 ($S= 7,04$), kuralcı/kalıplayıcı ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 30,37 ($S= 11,62$), aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 9,37 ($S= 3,89$), kötümser/endişeli ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 6,87 ($S= 3,71$), değişime kapalı/duygularını bastıran ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 9,52 ($S= 3,68$), cezalandırıcı ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 8,47 ($S= 2,44$) ve koşullu/başarı odaklı ebeveynlik alt boyut toplam puan ortalaması 16,01 ($S= 5,93$) olarak bulunmuştur (Tablo 6).

Tablo 7. Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3) ve Alt Boyutları Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri

Değişkenler	n	En küçük değeri	En büyük değeri	Ortalama	Standart Sapma
Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 Toplam Puanı	70	123	329	194,27	47,83
Kopukluk ve Reddedilme Alt Boyut Toplam Puanı	70	23	79	40,22	13,53
Zedelenmiş Otonomi Alt Boyut Toplam Puanı	70	21	89	40,57	15,85
Zedelenmiş Sınırlar Alt Boyut Toplam Puanı	70	11	42	24,50	6,68
Diğerleri Yönelimlilik Alt Boyut Toplam Puanı	70	21	61	36,52	9,34
Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Alt Boyut Toplam Puanı	70	28	91	52,44	13,78

Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3'e (YŞÖ-KF3) dair toplam puan ortalaması 194,27 ($S= 47,83$), kopukluk ve reddedilme alt boyut toplam puan ortalaması 40,22 ($S= 13,53$), zedelenmiş otonomi alt boyut toplam puan ortalaması 40,57 ($S= 15,85$), zedelenmiş sınırlar alt boyut toplam puan ortalaması 24,50 ($S= 6,68$), diğerleri yönelimlilik alt boyut toplam puan ortalaması 36,52 ($S= 9,34$) ve yüksek standartlar ve bastırılmışlık alt boyut toplam puan ortalaması 52,44 ($S= 13,78$) olarak bulunmuştur (Tablo 7).

Tablo 8. Felaketleştiren Bilişler Ölçeği (FBÖ) ve Alt Boyutları Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri

Değişkenler	n	En küçük değeri	En büyük değeri	Ortalama	Standart Sapma
Felaketleştiren Bilişler Ölçeği (FBÖ) Toplam Puanı	70	68	242	163,18	32,56
Emosyonel Felaketler Alt Boyut Toplam Puanı	70	23	78	49,40	11,39
Fiziksel Felaketler Alt Boyut Toplam Puanı	70	10	45	33,75	6,71
Mental Felaketler Alt Boyut Toplam Puanı	70	10	50	37,04	8,17
Sosyal Felaketler Alt Boyut Toplam Puanı	70	6	29	18,15	4,70
Bedensel Felaketler Alt Boyut Toplam Puanı	70	10	40	24,82	6,10

Felaketleştiren Bilişler Ölçeği'ne (FBÖ) ait toplam puan ortalaması 163,18 ($S= 32,56$), emosyonel felaketler alt boyut toplam puan ortalaması 49,40 ($S= 11,39$), fiziksel felaketler alt boyut toplam puan ortalaması 33,75 ($S= 8,17$), mental felaketler alt boyut toplam puan ortalaması 37,04 ($S= 8,17$), sosyal felaketler alt boyut toplam puan ortalaması 18,15 ($S= 4,70$) ve bedensel felaketler alt boyut toplam puan ortalaması 24,82 ($S= 6,10$) olarak bulunmuştur (Tablo 8).

Tablo 9. Ölçme Araçlarının Güvenirlik Analizi Sonuçları

Değişkenler	k	Cronbach Alpha
Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ)	72	,703
Young Ebeveynlik Ölçeği-Anne Formu (YEBÖ-A)	72	,619
Young Ebeveynlik Ölçeği-Baba Formu (YEBÖ-B)	72	,568
Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3)	90	,837
Felaketleştiren Bilişler Ölçeği (FBÖ)	50	,895

Ölçme araçlarının güvenilirliklerinin ölçülmesi amacıyla yapılan güvenilirlik analizinde YEBÖ için Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,703, YEBÖ-A için 0,619 ve YEBÖ-B için 0,568; YŞÖ-KF3 için 0,837; FBÖ için 0,895 olarak bulunmuştur (Tablo 9).

2.6.2. Sosyo-Demografik Değişkenlerin Felaketleştiren Bilişler Üzerindeki Etkisine Dair Bulgular

Sosyo-demografik değişkenlerin felaketleştiren bilişler üzerinde etkisi olup olmadığını ölçmek amacıyla 2 kategoriye sahip bağımsız değişkenlerin olduğu durumlar için Bağımsız Örnek t-Testi ve 2’den fazla kategoriye sahip bağımsız değişkenlerin olduğu durumlar için ise Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. İşlemler tek ve çift yumurta ikiz katılımcılar için ayrı ayrı uygulanmıştır.

2.6.2.1 Tek Yumurta İkizlerine İlişkin Bulgular

Tablo 10. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Yaş Grupları Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması

	Yaş Grupları	Kişi Sayısı (n)	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Emosyonel Felaketler	19-24	16	52,87	11,30	3,201	,053
	25-30	20	45,75	6,68		
	31-57	2	36,50	19,09		
Toplam		38	48,26	11,39		
Fiziksel Felaketler	19-24	16	34,56	6,26	2,302	,115
	25-30	20	32,85	6,73		
	31-57	2	23,50	14,84		
Toplam		38	33,07	7,14		
Sosyal Felaketler	19-24	16	19,18	4,72	1,227	,305
	25-30	20	17,20	4,13		
	31-57	2	15,00	9,89		
Toplam		38	17,92	4,68		
Bedensel Felaketler	19-24	16	27,37	5,80	2,936	,066
	25-30	20	23,25	5,69		
	31-57	2	20,00	8,45		
Toplam		38	24,81	6,13		

Felaketleştiren bilişlerin yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla yaş grupları ile FBÖ alt boyutları arasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçları değerlendirilirken varyansların homojen dağılmadığı durumlar sonuç tablosunun dışında bırakılmıştır. Buna göre, tek yumurta ikizlerinde yaş gruplarının emosyonel felaketler ($F(2,35)=3,201$; $p>,05$), fiziksel felaketler ($F(2,35)=2,302$; $p>,05$), sosyal felaketler ($F(2,35)=1,227$; $p>,05$) ve bedensel felaketler ($F(2,35)=2,936$; $p>,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır (Tablo 10).

Tablo 11. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Kategorileri için Bağımsız Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması

Toplam Puanlar	Kategoriler	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
Emosyonel Felaketler	Kadın	26	49,50	12,04	,984	36	,332
	Erkek	12	45,58	9,79			
Fiziksel Felaketler	Kadın	26	33,61	6,74	,676	36	,503
	Erkek	12	31,91	8,15			
Mental Felaketler	Kadın	26	36,84	8,19	,465	36	,644
	Erkek	12	35,41	10,04			
Sosyal Felaketler	Kadın	26	18,19	4,75	,521	36	,606
	Erkek	12	17,33	4,65			
Bedensel Felaketler	Kadın	26	25,30	6,70	,723	36	,475
	Erkek	12	23,75	4,75			

Felaketleştiren bilişlerin cinsiyet değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığının incelenmesi amacıyla cinsiyet değişkeni ile FBÖ alt boyutları arasında Bağımsız Örnek t-Testi yapılmıştır. Analiz sonuçları, felaketleştiren bilişlerin cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığını göstermektedir. Buna göre, tek yumurta ikizlerinde cinsiyet değişkeninin emosyonel felaketler ($t(36)= ,984; p> ,05$), fiziksel felaketler ($t(36)= ,676; p> ,05$), mental felaketler ($t(36)= ,465; p> ,05$), sosyal felaketler ($t(36)= ,521; p> ,05$) ve bedensel felaketler ($t(36)= ,723; p> ,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığı bulunmamaktadır (Tablo 11).

Tablo 12. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Eğitim Durumu Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması

	Eğitim Durumu	Kişi Sayısı (n)	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Mental Felaketler	İlköğretim	2	26,50	23,33	1,036	,389
	Lise	6	38,66	9,15		
	Lisans	21	36,28	8,11		
	Yüksek Lisans-Doktora	9	37,33	6,00		
Toplam		38	36,39	8,70		

Felaketleştiren bilişlerin eğitim durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla eğitim durumu grupları ile FBÖ alt boyutları arasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçları değerlendirilirken varyansların homojen dağılmadığı durumlar sonuç tablosunun dışında bırakılmıştır.

Buna göre, tek yumurta ikizlerinde eğitim durumunun mental felaketler ($F(3,34)=1,036; p> ,05$) istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır (Tablo 12).

Tablo 13. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Anne Eğitim Durumu Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması

	Eğitim Durumu	Kişi Sayısı (n)	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Emosyonel Felaketler	İlkokul	12	49,83	13,34	,542	,706
	Ortaokul	6	46,66	14,17		
	Lise	16	47,00	9,81		
	Lisans	2	58,00	1,41		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	44,00	9,89		
Toplam		38	48,26	11,39		
Fiziksel Felaketler	İlkokul	12	32,83	7,73	,332	,854
	Ortaokul	6	34,00	4,09		
	Lise	16	32,06	8,46		
	Lisans	2	37,50	,70		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	35,50	,70		
Toplam		38	33,07	7,14		
Mental Felaketler	İlkokul	12	37,16	10,03	1,476	,232
	Ortaokul	6	35,33	5,57		
	Lise	16	34,00	8,50		
	Lisans	2	44,00	4,24		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	46,50	3,53		
Toplam		38	36,39	8,70		
Sosyal Felaketler	İlkokul	12	17,83	5,33	1,540	,214
	Ortaokul	6	19,33	2,65		
	Lise	16	16,37	4,58		
	Lisans	2	21,50	,70		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	23,00	4,24		
Toplam		38	17,92	4,68		
Bedensel Felaketler	İlkokul	12	25,91	6,55	,716	,587
	Ortaokul	6	24,00	6,87		
	Lise	16	23,93	6,10		
	Lisans	2	30,50	3,53		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	22,00	1,41		
Toplam		38	24,81	6,13		

Felaketeleştirilen bilişlerin annenin eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla anne eğitim durumu grupları ile FBÖ alt boyutları arasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, tek yumurta ikizlerinde anne eğitim durumunun emosyonel felaketler ($F(4,33)= ,542; p> ,05$), fiziksel felaketler ($F(4,33)= ,332; p> ,05$), mental felaketler ($F(4,33)= 1,476; p> ,05$), sosyal felaketler ($F(4,33)= 1,540; p> ,05$) ve bedensel felaketler ($F(4,33)= ,716; p> ,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır (Tablo 13).

Tablo 14. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Baba Eğitim Durumu Grupları Açısında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması

	Eğitim Durumu	Kişi Sayısı (n)	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Emosyonel Felaketler	İlkokul	10	50,40	14,58	,355	,838
	Ortaokul	6	50,00	6,35		
	Lise	8	46,37	12,09		
	Lisans	10	45,50	11,41		
	Yüksek Lisans-Doktora	4	51,00	9,93		
Toplam		38	48,26	11,39		
Fiziksel Felaketler	İlkokul	10	32,80	8,37	,499	,736
	Ortaokul	6	33,33	3,07		
	Lise	8	30,50	9,62		
	Lisans	10	33,90	7,07		
	Yüksek Lisans-Doktora	4	36,50	1,29		
Toplam		38	33,07	7,14		
Mental Felaketler	İlkokul	10	36,40	10,82	1,455	,238
	Ortaokul	6	37,33	4,45		
	Lise	8	33,37	9,95		
	Lisans	10	34,70	7,45		
	Yüksek Lisans-Doktora	4	45,25	3,50		
Toplam		38	36,39	8,70		
Sosyal Felaketler	İlkokul	10	18,80	6,03	1,463	,236
	Ortaokul	6	17,33	2,06		
	Lise	8	15,87	3,09		
	Lisans	10	17,30	5,29		
	Yüksek Lisans-Doktora	4	22,25	2,62		
Toplam		38	17,92	4,68		

Bedensel Felaketler	İlkokul	10	26,90	7,04	,637	,640
	Ortaokul	6	25,16	2,63		
	Lise	8	22,87	6,79		
	Lisans	10	23,50	6,68		
	Yüksek Lisans-Doktora	4	26,25	5,37		
Toplam		38	24,81	6,13		

Felaketeleştirilen bilişlerin babanın eğitim durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla baba eğitim durumu grupları ile FBÖ alt boyutları arasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, tek yumurta ikizlerinde baba eğitim durumunun emosyonel felaketler ($F(4,33) = ,355; p > ,05$), fiziksel felaketler ($F(4,33) = ,499; p > ,05$), mental felaketler ($F(4,33) = 1,455; p > ,05$), sosyal felaketler ($F(4,33) = 1,463; p > ,05$) ve bedensel felaketler ($F(4,33) = ,637; p > ,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır (Tablo 14).

Tablo 15. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının İş Durumu Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması

	İş Durumu	Kişi Sayısı (n)	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Fiziksel Felaketler	Çalışmıyor	2	37,50	,70	1,303	,289
	Çalışıyor	20	32,45	6,80		
	Öğrenci	13	34,76	6,58		
	Emekli	3	27,00	12,12		
Toplam		38	33,07	7,14		
Mental Felaketler	Çalışmıyor	2	44,00	4,24	1,408	,257
	Çalışıyor	20	35,20	7,91		
	Öğrenci	13	38,46	7,38		
	Emekli	3	30,33	17,78		
Toplam		38	36,39	8,70		
Sosyal Felaketler	Çalışmıyor	2	21,50	,70	4,646	,008
	Çalışıyor	20	15,95	3,81		
	Öğrenci	13	20,92	4,05		
	Emekli	3	15,66	7,09		
Toplam		38	17,92	4,68		
Bedensel Felaketler	Çalışmıyor	2	30,50	3,53	2,530	,074
	Çalışıyor	20	23,05	5,03		
	Öğrenci	13	27,46	6,85		
	Emekli	3	21,33	6,42		
Toplam		38	24,81	6,13		

Felaketeleştirilen bilişlerin iş durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla iş durumu grupları ile FBÖ alt boyutları arasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçları değerlendirilirken varyansların homojen dağılmadığı durumlar sonuç tablosunun dışında bırakılmıştır. Buna göre, tek yumurta ikizlerinde iş durumunun fiziksel felaketler ($F(3,34)= 1,303$; $p > ,05$), mental felaketler ($F(3,34)= 1,408$; $p > ,05$) ve bedensel felaketler ($F(3,34)= 2,530$; $p > ,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır. Ancak iş durumu gruplarının sosyal felaketler ($F(3,34)= 4,646$; $p < ,05$) üzerinde anlamlı bir farklılığı vardır. Farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla yapılan Scheffe testi (Post hoc) sonucunda anlamlı farklılığın öğrenci grubu ile çalışanlar grubu arasında olduğu bulunmuştur. Buna göre, öğrencilerin puan ortalamasının çalışanların puan ortalamasından anlamlı şekilde yüksek olduğu bulunmuştur ($p = ,018$; $p < ,05$) (Tablo 15).

Tablo 16. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Gelir Düzeyi Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması

	Gelir Düzeyi	Kişi Sayısı (n)	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Emosyonel Felaketler	Düşük	6	45,33	10,30	,234	,793
	Orta	28	48,71	12,14		
	Yüksek	4	49,50	8,73		
Toplam		38	48,26	11,39		
Fiziksel Felaketler	Düşük	6	30,83	4,53	,350	,707
	Orta	28	33,42	8,00		
	Yüksek	4	34,00	2,70		
Toplam		38	33,07	7,14		
Mental Felaketler	Düşük	6	32,66	5,71	,681	,512
	Orta	28	36,92	9,62		
	Yüksek	4	38,25	3,50		
Toplam		38	36,39	8,70		
Sosyal Felaketler	Düşük	6	15,00	5,72	1,428	,253
	Orta	28	18,42	4,50		
	Yüksek	4	18,75	3,59		
Toplam		38	17,92	4,68		
Bedensel Felaketler	Düşük	6	24,66	5,42	,161	,852
	Orta	28	24,60	6,71		
	Yüksek	4	26,50	2,38		
Toplam		38	24,81	6,13		

Felaketleştiren bilişlerin gelir düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla gelir düzeyi grupları ile FBÖ alt boyutları arasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, tek yumurta ikizlerinde gelir düzeyinin emosyonel felaketler ($F(2,35)= ,234; p> ,05$), fiziksel felaketler ($F(2,35)= ,350; p> ,05$), mental felaketler ($F(2,35)= ,681; p> ,05$), sosyal felaketler ($F(2,35)= 1,428; p> ,05$) ve bedensel felaketler ($F(2,35)= ,161; p> ,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır (Tablo 16).

Tablo 17. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Yaşantının Çoğunun Geçirildiği Yer Değişkeni Kategorileri için Bağımsız Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması

Toplam Puanlar	Kategoriler	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
Emosyonel Felaketler	Köy	1	48,00	-	-,023	36	,982
	Şehir	37	48,27	11,55			
Fiziksel Felaketler	Köy	1	33,00	-	-,011	36	,991
	Şehir	37	33,08	7,24			
Mental Felaketler	Köy	1	34,00	-	-,275	36	,785
	Şehir	37	36,45	8,81			
Sosyal Felaketler	Köy	1	16,00	-	,683	36	,683
	Şehir	37	17,97	4,73			
Bedensel Felaketler	Köy	1	26,00	-	,848	36	,848
	Şehir	37	24,78	6,21			

Felaketleştiren bilişlerin yaşantının çoğunun geçirildiği yere göre farklılaşıp farklılaşmadığının değerlendirilmesi amacıyla yaşantının çoğunun geçirildiği yer değişkeni ile FBÖ alt boyutları arasında Bağımsız Örnek t-Testi yapılmıştır. Analiz sonuçları, felaketleştiren bilişlerin yaşantının çoğunun geçirildiği yere göre farklılaşmadığını göstermektedir. Buna göre, tek yumurta ikizlerinde yaşantının çoğunun köyde ya da şehirde geçirilmiş olmasının emosyonel felaketler ($t(36)= -,023; p> ,05$), fiziksel felaketler ($t(36)= -,011; p> ,05$), mental felaketler ($t(36)= -,275; p> ,05$), sosyal felaketler ($t(36)= ,683; p> ,05$) ve bedensel felaketler ($t(36)= ,848; p> ,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığı bulunmamaktadır (Tablo17).

Tablo 18. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Büyüdüğü Aile Tipi Değişkeni Kategorileri için Bağımsız Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması

Toplam Puanlar	Kategoriler	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
Emosyonel Felaketler	Çekirdek aile	28	48,39	11,77	,116	36	,908
	Geniş aile	10	47,90	10,85			
Fiziksel Felaketler	Çekirdek aile	28	33,35	7,28	,397	36	,694
	Geniş aile	10	32,30	7,05			
Mental Felaketler	Çekirdek aile	28	37,17	8,62	,927	36	,360
	Geniş aile	10	34,20	9,01			
Sosyal Felaketler	Çekirdek aile	28	18,32	4,82	,880	36	,385
	Geniş aile	10	16,80	4,28			
Bedensel Felaketler	Çekirdek aile	28	25,07	6,69	,425	36	,673
	Geniş aile	10	24,10	4,43			

Felaketleştiren bilişlerin aile tipine göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi amacıyla aile tipi değişkeni ile FBÖ alt boyutları arasında Bağımsız Örnek t-Testi yapılmıştır. Analiz sonuçları, felaketleştiren bilişlerin aile tipine göre farklılaşmadığını göstermektedir. Buna göre, tek yumurta ikizlerinde çekirdek aile ya da geniş aile içerisinde büyütülmüş olmanın emosyonel felaketler ($t(36) = ,116; p > ,05$), fiziksel felaketler ($t(36) = ,397; p > ,05$), mental felaketler ($t(36) = ,880; p > ,05$) ve bedensel felaketler ($t(36) = ,425; p > ,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığı bulunmamaktadır (Tablo 18).

2.6.2.2. Çift Yumurta İkizlerine İlişkin Bulgular

Tablo 19. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Yaş Grupları Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması

	Yaş Grupları	Kişi Sayısı (n)	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Emosyonel Felaketler	19-24	8	53,87	9,37	2,802	,077
	25-30	12	54,50	11,22		
	31-57	12	44,91	11,24		
Toplam		32	50,75	11,42		
Fiziksel Felaketler	19-24	8	36,75	4,16	,737	,487
	25-30	12	34,33	8,53		
	31-57	12	33,33	4,27		
Toplam		32	34,56	6,16		
Mental Felaketler	19-24	8	39,75	4,46	1,647	,210
	25-30	12	39,58	9,58		
	31-57	12	34,75	6,29		
Toplam		32	37,81	7,54		
Sosyal Felaketler	19-24	8	20,37	4,40	2,121	,138
	25-30	12	19,25	4,47		

	31-57	12	16,33	4,92		
Toplam		32	18,43	4,79		
Bedensel Felaketler	19-24	8	26,50	5,42	1,332	,280
	25-30	12	26,00	6,75		
	31-57	12	22,58	5,82		
Toplam		32	24,84	6,17		

Felaketleştiren bilişlerin yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla yaş grupları ile FBÖ alt boyutları arasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, çift yumurta ikizlerinde yaş gruplarının emosyonel felaketler ($F(2,29)= 2,802$; $p> ,05$), fiziksel felaketler ($F(2,29)= ,737$; $p> ,05$), mental felaketler ($F(2,29)= 1,647$; $p> ,05$), sosyal felaketler ($F(2,29)= 2,121$; $p> ,05$) ve bedensel felaketler ($F(2,29)= 1,332$; $p> ,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi görülmemiştir (Tablo 19).

Tablo 20. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Kategorileri için Bağımsız Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması

Toplam Puanlar	Kategoriler	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
Emosyonel Felaketler	Kadın	26	50,19	12,32	-,569	30	,574
	Erkek	6	23,16	6,36			
Fiziksel Felaketler	Kadın	26	34,80	6,68	,462	30	,647
	Erkek	6	33,50	3,27			
Mental Felaketler	Kadın	26	37,88	8,19	,111	30	,913
	Erkek	6	37,50	4,18			
Sosyal Felaketler	Kadın	26	18,42	5,13	-,035	30	,972
	Erkek	6	18,50	3,27			
Bedensel Felaketler	Kadın	26	24,30	6,40	-1,024	30	,314
	Erkek	6	27,16	4,79			

Felaketleştiren bilişlerin cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi amacıyla cinsiyet değişkeni ile FBÖ alt boyutları arasında Bağımsız Örnek t-Testi yapılmıştır. Analiz sonuçları, felaketleştiren bilişlerin cinsiyete göre farklılaşmadığını göstermektedir. Buna göre, çift yumurta ikizlerinde cinsiyetin emosyonel felaketler ($t(30)= -,569$; $p> ,05$), fiziksel felaketler ($t(30)= ,462$; $p> ,05$), mental felaketler ($t(30)= ,111$; $p> ,05$), sosyal felaketler ($t(30)= -,035$; $p> ,05$) ve bedensel felaketler ($t(30)= -1,024$; $p> ,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığı bulunmamaktadır (Tablo 20).

Tablo 21. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Eğitim Durumu Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması

	Eğitim Durumu	Kişi Sayısı (n)	Ortalama	Standartma Sapma	F	p
Emosyonel Felaketler	Lise	3	43,66	16,28	,858	,434
	Lisans	23	52,21	10,18		
	Yüksek Lisans-Doktora	6	48,66	14,17		
Toplam		32	50,75	11,42		
Fiziksel Felaketler	Lise	3	36,00	7,54	,085	,919
	Lisans	23	34,43	6,55		
	Yüksek Lisans-Doktora	6	34,33	4,76		
Toplam		32	34,56	6,16		
Mental Felaketler	Lise	3	37,00	8,8	,113	,894
	Lisans	23	38,21	7,34		
	Yüksek Lisans-Doktora	6	36,66	9,04		
Toplam		32	37,81	7,54		
Sosyal Felaketler	Lise	3	16,00	5,29	,455	,639
	Lisans	23	18,82	4,83		
	Yüksek Lisans-Doktora	6	18,16	4,95		
Toplam		32	18,43	4,79		
Bedensel Felaketler	Lise	3	21,00	10,44	,745	,484
	Lisans	23	25,52	5,35		
	Yüksek Lisans-Doktora	6	24,16	7,38		
Toplam		32	24,84	6,17		

Felaketeleştirilen bilişlerin eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla eğitim durumu grupları ile FBÖ alt boyutları arasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, çift yumurta ikizlerinde eğitim durumunun emosyonel felaketler ($F(2,29) = ,858; p > ,05$), fiziksel felaketler ($F(2,29) = ,085; p > ,05$), mental felaketler ($F(2,29) = ,113; p > ,05$), sosyal felaketler ($F(2,29) = ,455; p > ,05$) ve bedensel felaketler ($F(2,29) = ,745; p > ,05$) üzerinde istatistiksel olarak bir etkisi bulunmamaktadır (Tablo 21).

Tablo 22. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Anne Eğitim Durumu Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması

	Eğitim Durumu	Kişi Sayısı (n)	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Emosyonel Felaketler	İlkokul	12	49,33	3,37	,510	,729
	Ortaokul	4	44,75	7,19		
	Lise	12	52,83	3,42		
	Lisans	2	55,00	5,00		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	54,50	4,50		
Toplam		32	50,75	2,01		
Fiziksel Felaketler	İlkokul	12	33,16	8,62	,705	,596
	Ortaokul	4	31,75	2,98		
	Lise	12	35,91	4,37		
	Lisans	2	37,50	3,53		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	37,50	,70		
Toplam		32	34,56	6,16		
Mental Felaketler	İlkokul	12	36,50	9,00	,866	,497
	Ortaokul	4	33,75	6,70		
	Lise	12	39,16	6,73		
	Lisans	2	44,50	6,36		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	39,00	,00		
Toplam		32	37,81	7,54		
Sosyal Felaketler	İlkokul	12	19,16	4,85	,745	,570
	Ortaokul	4	15,25	4,11		
	Lise	12	18,00	4,86		
	Lisans	2	21,00	8,48		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	20,50	,70		
Toplam		32	18,43	4,79		
Bedensel Felaketler	İlkokul	12	24,58	7,48	,731	,578
	Ortaokul	4	20,25	4,78		
	Lise	12	26,33	5,83		
	Lisans	2	25,50	2,12		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	26,00	,00		
Toplam		32	24,84	6,17		

Felaketeleştirilen bilişlerin annenin eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla anne eğitim durumu grupları ile FBÖ alt boyutları arasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz

sonuçlarına göre, çift yumurta ikizlerinde anne eğitim durumunun duygusal felaketler ($F(4,27)= ,510; p> ,05$), fiziksel felaketler ($F(4,27)= ,705; p> ,05$), duygusal felaketler ($F(4,27)= ,866; p> ,05$), sosyal felaketler ($F(4,27)= ,745; p> ,05$) ve bedensel felaketler ($F(4,27)= ,731; p> ,05$) üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır (Tablo 22).

Tablo 23. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Baba Eğitim Durumu Grupları Açısında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması

	Eğitim Durumu	Kişi Sayısı (n)	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Emosyonel Felaketler	İlkokul	6	48,00	4,25	,664	,623
	Ortaokul	4	50,50	3,30		
	Lise	14	53,71	3,43		
	Lisans	6	45,50	5,24		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	54,50	4,50		
Toplam		32	50,75	2,01		
Fiziksel Felaketler	İlkokul	6	31,33	10,78	,749	,568
	Ortaokul	4	34,00	3,36		
	Lise	14	36,07	4,96		
	Lisans	6	33,66	5,00		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	37,50	,70		
Toplam		32	34,56	6,16		
Mental Felaketler	İlkokul	6	35,16	11,19	,385	,818
	Ortaokul	4	38,25	5,37		
	Lise	14	39,35	6,29		
	Lisans	6	36,16	9,41		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	39,00	,00		
Toplam		32	37,81	7,54		
Sosyal Felaketler	İlkokul	6	17,50	3,93	,249	,908
	Ortaokul	4	19,25	7,88		
	Lise	14	18,78	4,45		
	Lisans	6	17,33	5,75		
	Yüksek Lisans-Doktora	2	20,50	,70		
Toplam		32	18,43	4,79		
Bedensel Felaketler	İlkokul	6	23,16	8,44	,363	,833
	Ortaokul	4	26,25	5,12		
	Lise	14	25,78	6,48		
	Lisans	6	23,00	5,25		

	Yüksek Lisans-Doktora	2	26,00	,00		
Toplam		32	24,84	6,17		

Felaketleştiren bilişlerin babanın eğitim durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla baba eğitim durumu grupları ile FBÖ alt boyutları arasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, çift yumurta ikizlerinde baba eğitim durumunun emosyonel felaketler ($F(4,27)=,664; p>,05$), fiziksel felaketler ($F(4,27)=,749; p>,05$), mental felaketler ($F(4,27)=,385; p>,05$), sosyal felaketler ($F(4,27)=,249; p>,05$) ve bedensel felaketler ($F(4,27)=,363; p>,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmemektedir (Tablo 23).

Tablo 24. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının İş Durumu Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması

	İş Durumu	Kişi Sayısı (n)	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Emosyonel Felaketler	Çalışmıyor	1	59,00	-	,425	,658
	Çalışıyor	24	49,83	11,66		
	Öğrenci	7	52,71	11,57		
Toplam		32	50,75	11,42		
Fiziksel Felaketler	Çalışmıyor	1	38,00	-	,609	,551
	Çalışıyor	24	33,87	6,72		
	Öğrenci	7	36,42	3,90		
Toplam		32	34,56	6,16		
Mental Felaketler	Çalışmıyor	1	39,00	-	,496	,614
	Çalışıyor	24	37,04	8,40		
	Öğrenci	7	40,28	3,72		
Toplam		32	37,81	7,54		
Sosyal Felaketler	Çalışmıyor	1	21,00	-	1,413	,260
	Çalışıyor	24	17,62	4,79		
	Öğrenci	7	20,85	4,48		
Toplam		32	18,43	4,79		
Bedensel Felaketler	Çalışmıyor	1	26,00	-	,501	,611
	Çalışıyor	24	24,20	6,60		
	Öğrenci	7	26,85	4,81		
Toplam		32	24,84	6,17		

Felaketleştiren bilişlerin iş durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla iş durumu grupları ile FBÖ alt boyutları arasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, çift yumurta

ikizlerinde iş durumunun emosyonel felaketler ($F(2,29)= ,425; p> ,05$), fiziksel felaketler ($F(2,29)= ,609; p> ,05$), mental felaketler ($F(2,29)= ,496; p> ,05$), sosyal felaketler ($F(2,29)= 1,413; p> ,05$) ve bedensel felaketler ($F(2,29)= ,501; p> ,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır (Tablo 24).

Tablo 25. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Gelir Düzeyi Grupları Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması

	Gelir Düzeyi	Kişi Sayısı (n)	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Emosyonel Felaketler	Düşük	3	48,66	22,05	,053	,949
	Orta	22	50,90	11,09		
	Yüksek	7	51,14	8,89		
Toplam		32	50,75	11,42		
Bedensel Felaketler	Düşük	3	23,00	11,53	,143	,867
	Orta	22	25,09	5,73		
	Yüksek	7	24,85	5,92		
Toplam		32	24,84	6,17		

Felaketeleştiren bilişlerin gelir düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla gelir düzeyi grupları ile FBÖ alt boyutları arasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçları değerlendirilirken varyansların homojen dağılmadığı durumlara sonuç tablosunda yer verilmemiştir. Buna göre, çift yumurta ikizlerinde gelir düzeyinin emosyonel felaketler ($F(2,29)= ,053; p> ,05$) ve bedensel felaketler ($F(2,29)= ,143; p> ,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi görülmemektedir (Tablo 25).

Tablo 26. FBÖ Alt Boyutları Toplam Puanlarının Büyüdüğünüz Aile Tipi Değişkeni Kategorileri için Bağımsız Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması

Toplam Puanlar	Kategoriler	n	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
Emosyonel Felaketler	Çekirdek aile	20	48,50	9,95	1,465	30	,153
	Geniş aile	12	54,50	13,11			
Fiziksel Felaketler	Çekirdek aile	20	33,45	6,50	1,333	30	,192
	Geniş aile	12	36,41	5,29			
Mental Felaketler	Çekirdek aile	20	37,15	8,25	-,635	30	,530
	Geniş aile	12	38,91	6,38			
Sosyal Felaketler	Çekirdek aile	20	18,30	4,96	-,206	30	,838
	Geniş aile	12	18,66	4,71			
Bedensel Felaketler	Çekirdek aile	20	23,80	5,89	1,246	30	,222
	Geniş aile	12	26,58	6,47			

Felaketleştiren bilişlerin aile tipine göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek amacıyla aile tipi değişkeni ile FBÖ alt boyutları arasında Bağımsız Örnek t-Testi yapılmıştır. Analiz sonuçları, felaketleştiren bilişlerin aile tipine göre farklılaşmadığını göstermektedir. Buna göre, çift yumurta ikizlerinde çekirdek aile ya da geniş aile içerisinde büyümüş olmanın emosyonel felaketler ($t(30) = -1,465; p > ,05$), fiziksel felaketler ($t(30) = -1,333; p > ,05$), mental felaketler ($t(30) = -,635; p > ,05$), sosyal felaketler ($t(30) = -,206; p > ,05$) ve bedensel felaketler ($t(30) = -1,246; p > ,05$) üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığı bulunmamaktadır (Tablo 26).

2.6.3. Algılanan Ebeveynlik Biçimleri, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Felaketleştiren Bilişler Arasındaki İlişkiye İlişkin Bulgular

Tablo 27. YEBÖ-A, YŞÖ-KF3 ve FBÖ Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Katsayıları

Alt Boyut Toplam Puanları	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1-Kuralcı/Kalıplayıcı Ebeveynlik	1																			
2- Küçümseyici/Kusur Bulucu	,607**	1																		
3- Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı Ebeveynlik		-,611**	1																	
4- Sömürücü/İstismar Edici Ebeveynlik		,444**	-,447**	1																
5- Aşırı Korumacı/Evhamlı Ebeveynlik	,454**	,493**			1															
6- Koşullu/Başarı Odaklı Ebeveynlik	,602**	,378**			,380**	1														
7- Aşırı İzin Verici/Sınırsız Ebeveynlik		,488**	-,504**	,359**			1													
8- Kötümser/Endişeli Ebeveynlik	,660**	,617**	-,317**	,361**	,444**	,437**		1												
9- Cezalandırıcı Ebeveynlik	,473**	,500**	-,280*	,325**	,451**	,414**		,419**	1											
10- Değişime Kapalı/Duyguları Bastıran Ebeveynlik	,289*						,331**	,354**		1										
11-YŞÖ-KF3 Kopukluk ve Reddedilme	,401**	,406**	-,266*				,272*	,404**		,346**	1									
12-YŞÖ-KF3 Zedelenmiş Otonomi	,409**	,410**			,263*		,274*	,332**	,253*		,857**	1								
13-YŞÖ-KF3 Zedelenmiş Sınırlar	,339**	,315**				,290*		,286*			,270*		1							
14-YŞÖ-KF3 Diğerleri Yönelimlilik						,269*					,462**	,439**	,302*	1						
15-YŞÖ-KF3 Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık	,308*							,291*			,721**	,641**	,399**	,615**	1					
16-FBÖ Emosyonel Felaketler					,260*	,289*							,438**			1				
17-FBÖ Fiziksel Felaketler				,239*									,407**	,251*		,620**	1			
18-FBÖ Mental Felaketler	,254*												,348**	,387**	,250*	,757**	,848**	1		
19-FBÖ Sosyal Felaketler											,381**	,398**	,315**	,466**	,455**	,728**	,550**	,718**	1	
20-FBÖ Bedensel Felaketler	,252*			,300*		,305*							,467**	,244*		,722**	,796**	,693**	,543**	1

* $p < ,05$, ** $p < ,01$

Pearson Korelasyon Analizi sonucunda katılımcıların anneye ilişkin algıladıkları kuralcı/kalıplayıcı ebeveynlik biçimi ile küçümseyici/kusur bulucu ($r = ,607$; $p < ,01$), aşırı koruyucu/evhamlı ($r = ,454$; $p < ,01$), koşullu/başarı odaklı ($r = ,602$; $p < ,01$), kötümser/endişeli ($r = ,660$; $p < ,01$), cezalandırıcı ($r = ,473$; $p < ,01$), değişime kapalı/duyguları bastıran ($r = ,289$; $p < ,05$) ebeveynlik biçimleri; kopukluk ve reddedilme ($r = ,401$; $p < ,01$), zedelenmiş otonomi ($r = ,409$; $p < ,01$), zedelenmiş sınırlar ($r = ,339$; $p < ,01$), yüksek standartlar ve bastırılmışlık ($r = ,308$; $p < ,05$) şema alanları; mental ($r = ,254$; $p < ,05$) ve bedensel ($r = ,252$; $p < ,05$) felaketler arasında pozitif yönde, genel olarak zayıf ve orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Anneye ilişkin algılanan küçümseyici/kusur bulucu ebeveynlik biçimi ile duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ($r = -,611$; $p < ,01$) ebeveynlik biçimi arasında negatif yönde; sömürücü/istismar edici ($r = ,444$; $p < ,01$), aşırı koruyucu/evhamlı ($r = ,493$; $p < ,01$), koşullu/başarı odaklı ($r = ,378$; $p < ,01$), aşırı izin verici/sınırsız ($r = ,488$; $p < ,01$), kötümser/endişeli ($r = ,617$; $p < ,01$), cezalandırıcı ($r = ,500$; $p < ,01$) ebeveynlik biçimleri ve kopukluk ve reddedilme ($r = ,406$; $p < ,01$), zedelenmiş otonomi ($r = ,410$; $p < ,01$), zedelenmiş sınırlar ($r = ,315$; $p < ,01$) şema alanları arasında pozitif yönde, genel olarak zayıf ve orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu gözlenmiştir. Ancak, anneye ilişkin algılanan bu ebeveynlik biçimi ile felaketleştiren bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

Anneye ilişkin algılanan duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik biçimi ile sömürücü/istismar edici ($r = -,447$; $p < ,01$), aşırı izin verici/sınırsız ($r = -,504$; $p < ,01$), kötümser/endişeli ($r = -,317$; $p < ,01$), cezalandırıcı ($r = -,280$; $p < ,05$) ebeveynlik biçimleri ve kopukluk ve reddedilme ($r = -,266$; $p < ,05$) şema alanı arasında negatif yönde, genel olarak zayıf ve orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ancak, anneye ilişkin algılanan bu ebeveynlik biçimi ile felaketleştiren bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Anneye ilişkin algılanan sömürücü/istismar edici ebeveynlik biçimi ile aşırı izin verici/sınırsız ($r = ,359$; $p < ,01$), kötümser/endişeli ($r = ,361$; $p < ,01$), cezalandırıcı ($r = ,325$; $p < ,01$) ebeveynlik biçimleri ve fiziksel ($r = ,239$; $p < ,05$) ve

bedensel ($r = ,300$; $p < ,05$) felaketler arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Ancak, anneye ilişkin algılanan bu ebeveynlik biçimi ile şema alanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Anneye ilişkin aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik biçimi ile koşullu/başarı odaklı ($r = ,380$; $p < ,01$), kötümser/endişeli ($r = ,444$; $p < ,01$), cezalandırıcı ($r = ,451$; $p < ,05$) ebeveynlik biçimleri; zedelenmiş otonomi ($r = ,263$; $p < ,05$) şema alanı ve emosyonel ($r = ,260$; $p < ,05$) felaketler arasında pozitif yönde, zayıf ve orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Anneye ilişkin koşullu/başarı odaklı ebeveynlik biçimi ile kötümser/endişeli ($r = ,437$; $p < ,01$), cezalandırıcı ($r = ,414$; $p < ,01$) ebeveynlik biçimleri; zedelenmiş sınırlar ($r = ,290$; $p < ,05$), diğerleri yönelimlilik ($r = ,269$; $p < ,05$) şema alanları; emosyonel ($r = ,289$; $p < ,05$) ve bedensel ($r = ,305$; $p < ,05$) felaketler arasında pozitif yönde, genel olarak zayıf ve orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür.

Anneye ilişkin aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik biçimi ile değişime kapalı/duyguları bastıran ($r = ,331$; $p < ,01$) ebeveynlik biçimi; kopukluk ve reddedilme ($r = ,272$; $p < ,05$) ve zedelenmiş otonomi ($r = ,274$; $p < ,05$) şema alanları arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Ancak, anneye ilişkin algılanan bu ebeveynlik biçimi ile felaketleştiren bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

Anneye ilişkin algılanan kötümser/endişeli ebeveynlik biçimi ile cezalandırıcı ($r = ,419$; $p < ,01$), değişime kapalı/duyguları bastıran ($r = ,354$; $p < ,01$) ebeveynlik biçimleri; kopukluk ve reddedilme ($r = ,404$; $p < ,01$), zedelenmiş otonomi ($r = ,332$; $p < ,01$), zedelenmiş sınırlar ($r = ,286$; $p < ,05$), yüksek standartlar ve bastırılmışlık ($r = ,291$; $p < ,05$) şema alanları arasında pozitif yönde, zayıf ve orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ancak, anneye ilişkin algılanan ebeveynlik biçimi ile felaketleştiren bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Anneye ilişkin algılanan cezalandırıcı ebeveynlik biçimi ile zedelenmiş otonomi ($r = ,253$; $p < ,05$) şema alanı arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ancak, anneye ilişkin algılanan

ebeveynlik biçimi ile felaketleştiren bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Anneye ilişkin algılanan değişime kapalı/duyguları bastıran ebeveynlik biçimi ile kopukluk ve reddedilme ($r= ,346$; $p< ,01$) şema alanı arasında pozitif yönde, orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ancak, anneye ilişkin algılanan ebeveynlik biçimi ile felaketleştiren bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Tablo 27).



Tablo 28. YEBÖ-B Formu, YŞÖ-KF3 ve FBÖ Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Katsayıları

Alt Boyut Toplam Puanları	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1-Kuralcı/Kalıplayıcı Ebeveynlik	1																			
2- Küçümseyici/Kusur Bulucu	,308**	1																		
3- Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı Ebeveynlik		-,472**	1																	
4- Sömürücü/İstismar Edici Ebeveynlik	,387**	,605**	-,291*	1																
5- Aşırı Koruyucu/Evhamlı Ebeveynlik	,471**	,249*	,278*		1															
6- Koşullu/Başarı Odaklı Ebeveynlik	,529**				,237*	1														
7- Aşırı İzin Verici/Sınırsız Ebeveynlik		,526**	-,553**	,239*			1													
8- Kötümser/Endişeli Ebeveynlik	,417**	,664**	-,246*	,537**	,400**	,284*	,257*	1												
9- Cezalandırıcı Ebeveynlik							,312**		1											
10- Değişime Kapalı/Duyguları Bastırıcı Ebeveynlik							,315**			1										
11-YŞÖ-KF3 Kopukluk ve Reddedilme		,349**			,242*			,240*			1									
12-YŞÖ-KF3 Zedelenmiş Otonomi		,310**			,294*			,251*			,857**	1								
13-YŞÖ-KF3 Zedelenmiş Sınırlar		,283*						,284*		,264*	,270*		1							
14-YŞÖ-KF3 Diğerleri Yönelimlilik	,263*		,244*			,281*		,292*			,462**	,439**	,302*	1						
15-YŞÖ-KF3 Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık	,254*		,256*		,238*						,721**	,641**	,399**	,615**	1					
16-FBÖ Emosyonel Felaketler													,438**			1				
17-FBÖ Fiziksel Felaketler													,407**	,251*		,620**	1			
18-FBÖ Mental Felaketler													,348**	,387**	,250*	,737**	,848**	1		
19-FBÖ Sosyal Felaketler			,315**		-,264*						,381**	,398**	,315**	,466**	,455**	,728**	,550**	,718**	1	
20-FBÖ Bedensel Felaketler								,267*					,467**	,244*		,722**	,796**	,693**	,543**	1

* $p < ,05$, ** $p < ,01$

Pearson Korelasyon Analizi sonucunda katılımcıların babaya ilişkin algıladıkları kuralcı/kalıplayıcı ebeveynlik biçimi ile küçümseyici/kusur bulucu ($r = ,308$; $p < ,01$), sömürücü/istismar edici ($r = ,387$; $p < ,01$), aşırı koruyucu/evhamlı ($r = ,471$; $p < ,01$), koşullu/başarı odaklı ($r = ,529$; $p < ,01$), kötümser/endişeli ($r = ,417$; $p < ,01$) ebeveynlik biçimleri ve diğerleri yönelimlilik ($r = ,263$; $p < ,05$), yüksek standartlar ve bastırılmışlık ($r = ,254$; $p < ,05$) şema alanları arasında pozitif yönde, zayıf ve orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu gözlenmiştir. Ancak, babaya ilişkin algılanan bu ebeveynlik biçimi ile felaketleştiren bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

Babaya ilişkin algılanan küçümseyici/kusur bulucu ebeveynlik biçimi ile duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ($r = -,472$; $p < ,01$) ebeveynlik biçimi arasında negatif yönde; sömürücü/istismar edici ($r = ,605$; $p < ,01$), aşırı koruyucu/evhamlı ($r = ,249$; $p < ,05$), aşırı izin verici/sınırsız ($r = ,526$; $p < ,01$), kötümser/endişeli ($r = ,664$; $p < ,01$) ebeveynlik biçimleri ve kopukluk ve reddedilme ($r = ,349$; $p < ,01$), zedelenmiş otonomi ($r = ,310$; $p < ,01$), zedelenmiş sınırlar ($r = ,283$; $p < ,05$) şema alanları arasında ise pozitif yönde, zayıf ve orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ancak, babaya ilişkin algılanan bu ebeveynlik biçimi ile felaketleştiren bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Babaya ilişkin algılanan duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik biçimi ile sömürücü/istismar edici ($r = -,291$; $p < ,05$), aşırı izin verici/sınırsız ($r = -,553$; $p < ,01$) ve kötümser/endişeli ($r = -,246$; $p < ,05$) ebeveynlik biçimleri arasında negatif yönde; aşırı koruyucu/evhamlı ($r = ,278$; $p < ,05$) ebeveynlik biçimi arasında ise pozitif yönde, genel olarak orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Buna ek, babaya ilişkin algılanan duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik biçimi ile diğerleri yönelimlilik ($r = ,244$; $p < ,05$), yüksek standartlar ve bastırılmışlık ($r = ,253$; $p < ,05$) şema alanları ve sosyal ($r = ,315$; $p < ,01$) felaketler arasında pozitif yönde, zayıf ve orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Babaya ilişkin algılanan sömürücü/istismar edici ebeveynlik biçimi ile aşırı izin verici/sınırsız ($r = ,239$; $p < ,05$) ve kötümser/endişeli ($r = ,537$; $p < ,01$) ebeveynlik biçimleri arasında pozitif yönde, sırasıyla düşük ve yüksek düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler gözlenmiştir. Ancak, babaya ilişkin algılanan bu

ebeveynlik biçimi ile şema alanları ve feaketleştirilen bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

Babaya ilişkin algılanan aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik biçimi ile koşullu/başarı odaklı ($r= ,237$; $p< ,05$) ve kötümser/endişeli ($r= ,400$; $p< ,01$) ebeveynlik biçimleri arasında pozitif yönde, sırasıyla düşük ve iyi düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca, babaya ilişkin algılanan aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik biçimi ile kopukluk ve reddedilme ($r= ,242$; $p< ,05$), zedelenmiş otonomi ($r= ,294$; $p< ,05$), yüksek standartlar ve bastırılmışlık ($r= ,238$; $p< ,05$) şema alanları arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ve sosyal ($r= -,264$; $p< ,05$) felaketler arasında negatif yönde, zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

Babaya ilişkin algılanan koşullu/başarı odaklı ebeveynlik biçimi ile kötümser/endişeli ($r= ,284$; $p< ,05$) ebeveynlik biçimi ve diğerleri yönelimlilik ($r= ,281$; $p< ,05$) şema alanı arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Ancak, babaya ilişkin algılanan bu ebeveynlik biçimi ile felaketleştirilen bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanamamıştır.

Babaya ilişkin algılanan aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik biçimi ile kötümser/endişeli ($r= ,257$; $p< ,05$), cezalandırıcı ($r= ,312$; $p< ,01$) ve değişime kapalı/duyguları bastıran ($r= ,315$; $p< ,01$) ebeveynlik biçimleri arasında pozitif yönde, orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Ancak, babaya ilişkin algılanan bu ebeveyn biçiminin şema alanları ve feaketleştirilen bilişlerle istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkisi bulunamamıştır.

Babaya ilişkin algılanan kötümser/endişeli ebeveynlik biçimi ile kopukluk ve reddedilme ($r= ,240$; $p< ,05$), zedelenmiş otonomi ($r= ,251$; $p< ,05$), zedelenmiş sınırlar ($r= ,284$; $p< ,05$), diğerleri yönelimlilik ($r= ,292$; $p< ,05$) şema alanları ve bedensel ($r= ,267$; $p< ,05$) felaketler arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Babaya ilişkin algılanan cezalandırıcı ebeveynlik biçimi ile şema alanları ve feaketleştirilen bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Babaya ilişkin algılanan değişime kapalı/duyguları bastıran ebeveynlik biçimi ile zedelenmiş sınırlar ($r= ,264$; $p< ,05$) şema alanı arasında pozitif yönde, orta

düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunurken; felaketleştiren bilişlerle istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkisi bulunamamıştır (Tablo 29)



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. TARTIŞMA VE SONUÇ

Clark (1986)'ın panik bozukluk için öne sürdüğü bilişsel modelde, bedensel ve psikolojik belirtiler felaketleştirici şekilde yorumlanır ve bu duyular daha tehlikeli algılanmaya başlanır. Böylece panik ataklar başlar ve kısır döngü içinde sürdürülür (Cox, 1996). Felaketleştiren bilişlerin oluşmasında ise erken dönem uyumsuz şemalar etkili olmaktadır. Freeman ve DiTimasso (2005), anksiyete bozukluklarında tehdit ve tehlike şemalarının hâkim olduğunu; Kwak ve Lee (2015) panik bozuklukta tehditlere karşı dayanıksızlık ve ilişkisel tehlikeler için kendini feda şemalarının görüldüğünü söylemişlerdir. Erken dönem uyumsuz şemaların yapılanmasında ise ebeveynlik biçimlerinin etkili olduğu bilinmektedir (Kapçı ve Hamamcı, 2010; Kömürcü ve Soygüt, 2017; McGinn, Cukor ve Sanderson, 2005; Muris, 2006; Saritaş Atalar ve Gençöz, 2013; Soygüt ve Çakır, 2009; Thimm, 2010). Ebeveynlik biçimleri ikiz kardeşler örnekleminde de erken dönem uyumsuz şema yapılanmasında etkilidir. Ayrıca, ebeveynlik biçimleri felaketleştiren bilişlerin oluşmasında etkilidir. Bu çalışmada, ebeveynlik biçimlerinin erken dönem uyumsuz şema yapılanmasında ve felaketleştiren bilişler üzerindeki etkisi yapılan Pearson Korelasyon Analizi ile ilişkisel olarak sunulmuştur.

Türkiye'nin İstanbul, Ankara, İzmir, Bursa, Samsun, Ordu gibi illerinden katılım sağlayan ikiz kardeşlerle yapılan çalışmada, öncelikle felaketleştiren bilişlerin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmıştır. Daha sonra, anneye ve babaya ilişkin algılanan ebeveynlik biçimleri ile erken dönem uyumsuz şema alanları ve felaketleştiren bilişler arasında ilişkiler incelenmiştir.

Analizler yapılmadan önce çalışmada kullanılan ölçme araçlarının alt boyutlarının toplam puanlarının betimleyici istatistik değerleri hesaplanmıştır (Tablo

5, Tablo 6, Tablo 7, Tablo 8). Akabinde, ölçme araçlarının güvenirlik analizleri yapılarak Cronbach Alpha katsayıları verilmiştir (Tablo 9). Buna göre, YEBÖ, YŞÖ-KF3 ve FBÖ iyi düzeyde bir güvenirliğe sahiptir.

Felaketleştiren bilişlerin sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığının analizi için Bağımsız Örnek t-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) tek ve çift yumurta ikizleri için ayrı ayrı uygulanmıştır. Buna göre, tek ve çift yumurta ikizlerde felaketleştiren bilişler yaş gruplarına göre farklılık göstermemektedir (Tablo 10 ve Tablo 19). Tek ve çift yumurta ikizlerinde, emosyonel felaketlerin, fiziksel felaketlerin, mental felaketlerin, sosyal felaketlerin ve bedensel felaketlerin cinsiyete (Tablo 11 ve Tablo 20), eğitim durumuna (Tablo 12 ve Tablo 21), annenin eğitim durumuna (Tablo 13 ve Tablo 22) ve babanın eğitim durumuna (Tablo 14 ve Tablo 23) göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Tek yumurta ikizlerinde, iş durumunun sosyal felaketler üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığı olduğu görülmüştür (Tablo 15). Farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığının tespiti için yapılan Scheffe testi sonucunda öğrenci grubunun puan ortalamasının çalışan grubunun puan ortalamasından anlamlı şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer felaketleştiren bilişler alt boyutları için ise iş durumunun anlamlı farklılık yaratmadığı görülmüştür. Çift yumurta ikizlerinde de felaketleştiren bilişlerin iş durumundan etkilenmediği yönünde bulgular elde edilmiştir (Tablo 24). Aynı şekilde tek ve çift yumurta ikizlerinde algılanan gelir düzeyine göre felaketleştiren bilişlerin farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Tablo 16 ve Tablo 25). Yaşantının çoğunun köyde ya da şehirde geçirilmiş olmasının felaketleştiren bilişler üzerinde bir etkisinin olmadığı bulgularımız arasındadır (Tablo 17 ve Tablo 26). Son olarak, ikiz katılımcıların büyüdüğü aile tipinin çekirdek ya da geniş aile olmasının felaketleştiren bilişler üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur (Tablo 18 ve Tablo 27).

Anneye ve babaya ilişkin algılanan ebeveynlik biçimleri ile erken dönem uyumsuz şema alanları ve felaketleştiren bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur (Tablo 27 ve Tablo 28). Bu çalışmanın sonuçları, alanyazında yer alan belirli yıkıcı ebeveynlik biçimlerinin erken dönem uyumsuz şema yapılanmasında ve psikopatolojik belirtilerle ilişkili olduğunun bulunduğu çalışmalarla tutarlıdır (Harris ve Curtin, 2002; Kapçı ve Hamamcı, 2010; Lumley ve

Harkness, 2007; Muris, 2006; Soygüt ve Çakır, 2009; Turner, Rose ve Cooper, 2005b; Yiğit ve Erden, 2015).

İkiz katılımcıların anneye ilişkin algıladıkları kuralcı/kalıplayıcı ebeveynlik biçimi ile küçümseyici/kusur bulucu aşırı koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı, kötümser/endişeli, cezalandırıcı, değişime kapalı/duyguları bastıran ebeveynlik biçimleri arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Yani, annenin tutumlarını kuralcı/kalıplayıcı algılayan ikizler aynı zamanda annelerini küçümseyici/kusur bulucu, aşırı koruyucu/evhamlı, kötümser/endişeli, cezalandırıcı ve değişime kapalı/duyguları bastıran şekilde algılamaktadırlar. Bu algılama biçimi ile kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre, ikizlerde annenin kuralcı/kalıplayıcı oluşu kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanlarının yapılanmasında etkilidir. Ayrıca anneye ilişkin algılanan kuralcı/kalıplayıcı tutum ile mental felaketler ve bedensel felaketler arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Sonuç olarak, annenin kuralcı/kalıplayıcı tutumu ikizlerde aklını yitirme veya kalp krizi geçirme gibi felaketeleştirici bilişlerin oluşmasında etkilidir.

İkiz katılımcıların anneye ilişkin algıladıkları küçümseyici/kusur bulucu ebeveynlik biçimi ile duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik biçimi arasında negatif yönde; sömürücü/istismar edici, aşırı koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı, aşırı izin verici/sınırsız, kötümser/endişeli, cezalandırıcı ebeveynlik biçimleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre, ikizlerde annenin küçümseyici/kusur bulucu algılandığı durumlarda aynı zamanda sömürücü/istismar edici, aşırı koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı, aşırı izin verici/sınırsız, kötümser/endişeli ve cezalandırıcı olarak algılandığı söylenebilir. Ayrıca, anneye yönelik algılanan küçümseyici/kusur bulucu ebeveynlik biçiminin toplam puan ortalaması arttıkça duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik biçiminin toplam puan ortalaması azalmaktadır. Bu durum ile kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar şema alanları arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Yani, annenin küçümseyici/kusur bulucu oluşu kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şema alanlarının yapılanmasında etkilidir. Ancak

anneninin küçümseyici/kusur bulucu tutumu ile felaketleştiren bilişler arasında bir ilişki bulunamamıştır.

İkiz katılımcıların anneye ilişkin algıladıkları duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik biçimi ile sömürücü/istismar edici, aşırı izin verici/sınırsız, kötümser/endişeli ve cezalandırıcı ebeveynlik biçimleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre, ikizlerde anneye yönelik algılanan duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik biçiminin toplam puan ortalaması arttıkça sömürücü/istismar edici, aşırı izin verici/sınırsız, kötümser/endişeli ve cezalandırıcı ebeveynlik biçimlerinin toplam puan ortalamaları azalmaktadır. Bu durum ile kopukluk ve reddedilme şema alanı arasında negatif yönde bir ilişki saptanmıştır. Yani ikiz katılımcıların annelerini duygusal bakımdan yoksun bırakıcı algılama toplam puan ortalaması arttıkça kopukluk ve reddedilme şema alanı geliştirmeleri azalmaktadır. Ancak annenin duygusal bakımdan yoksun bırakıcı tutumunun ikizler üzerinde felaketleştiren bilişlerin oluşmasında bir etkisi bulunmamaktadır. Bu sonuç, Sarıtaş Atalar (2013)'ın annenin soğuk ve reddedici algılandığı durumlarda kaygıyı yordayan kopukluk ve reddedilme şema alanının geliştiğini gösteren çalışmasıyla paralellik göstermemektedir.

İkiz katılımcıların anneye ilişkin algıladıkları sömürücü/istismar edici ebeveynlik biçimi ile aşırı izin verici/sınırsız, kötümser/endişeli ve cezalandırıcı ebeveynlik biçimleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre, annelerini sömürücü/istismar edici algılayan ikizler aynı zamanda aşırı izin verici/sınırsız, kötümser/endişeli ve cezalandırıcı olarak algılamaktadırlar. Ancak bu durum ile erken dönem uyumsuz şema alanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Annenin sömürücü/istismar edici algılanması ile saldırıya uğramak gibi fiziksel felaketler ve göğüste baskı hissi gibi bedensel felaketler arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Ancak bu sonuç, alanyazında yer alan algılanan istismar edici tutumun kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şema alanlarını geliştirdiğini öne süren çalışmayla paralellik göstermemektedir (McGinn, Cukor ve Sanderson, 2005).

İkiz katılımcıların anneye ilişkin algıladıkları aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik biçimi ile koşullu/başarı odaklı, kötümser/endişeli, cezalandırıcı ebeveynlik biçimleri; zedelenmiş otonomi şema alanı ve emosyonel felaketler

arasında anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Buna göre, annelerini aşırı koruyucu/evhamlı algılayan ikiz katılımcıların aynı zamanda koşullu/başarı odaklı, kötümser/endişeli ve cezalandırıcı algıladıkları söylenebilir. Ayrıca bu durum zedelenmiş otonomi şema alanının yapılanmasında ve patlayacak gibi olma, rahatlayamama, sıkılganlık şeklinde ifade edilen emosyonel felaketlerin gelişmesinde etkilidir. McGinn, Cukor ve Sanderson (2005)'un çalışmasına göre ise ebeveynin aşırı koruyucu olması yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanını geliştirmektedir. Harris ve Curtin (2002)'e göre ebeveynlerini aşırı koruyucu algılayanlar kusurluluk (kopukluk ve reddedilme şema alanı) ve yetersiz öz-denetim (zedelenmiş sınırlar şema alanı) şemalarını geliştirmektedirler.

İkiz katılımcıların anneye ilişkin algıladıkları koşullu/başarı odaklı ebeveynlik biçimi ile kötümser/endişeli, cezalandırıcı ebeveynlik biçimleri; zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik şema alanları; emosyonel ve bedensel felaketler arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre, annelerini koşullu/başarı odaklı algılayan ikizler aynı zamanda kötümser/endişeli ve cezalandırıcı olarak algılanmaktadır. Bu durum, zedelenmiş sınırlar ve diğerleri yönelimlilik şema alanlarının yapılanmasında ve emosyonel ve bedensel felaketlerin gelişmesinde etkilidir. Bu kişilerde, patlayacak gibi olma, rahatlayamama ya da midede rahatsızlık hissi, göğüste baskı hissi gibi belirtiler görülmesi beklenmektedir.

İkiz katılımcıların anneye ilişkin algıladıkları aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik biçimi ile değişime kapalı/duyguları bastıran ebeveynlik biçimi ve kopukluk ve reddedilme ve zedelenmiş otonomi şema alanları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre, aşırı izin verici/sınırsız olarak algılanan anneler aynı zamanda değişime kapalı/duyguları bastıran şekilde de algılanmaktadır. Bu durum, kopukluk ve reddedilme ve zedelenmiş otonomi şema alanlarının yapılanmasında etkilidir. Ancak felaketeleştirilen bilişler ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Başbuğ, Cesur ve Batıgün (2016) ebeveynlik biçimleri ile yetişkin ayrılık anksiyetesi arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında anneye yönelik algılanan aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik biçimi ile ayrılık anksiyetesi arasında anlamlı bir ilişki bulmuşlardır.

İkiz katılımcıların anneye ilişkin algıladıkları kötümser/endişeli ebeveynlik biçimi ile cezalandırıcı ve değişime kapalı/duyguları bastıran ebeveynlik biçimleri

arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kötümser/endişeli algılanan anne, aynı zamanda cezalandırıcı ve değişime kapalı/duyguları bastıran şekilde algılanmaktadır. Bu durum ile kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar ve yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanları arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Ancak felaketleştiren bilişler ile anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Sonuç olarak, kötümser/endişeli anne aynı zamanda cezalandırıcı ve değişime kapalı/duygularını bastıran şekilde algılanmakta ve kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanlarının yapılanmasında etkiliyken felaketleştiren bilişlerin gelişmesinde etkisi bulunamamıştır.

İkiz katılımcıların anneye ilişkin algıladıkları cezalandırıcı ebeveynlik biçimi ile zedelenmiş otonomi şema alanı arasında anlamlı bir ilişki bulunurken felaketleştiren bilişlerle arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Buna göre, ikizlerde anne tutumunun cezalandırıcı algılanması, özerklik algısını zedelemekte ve zedelenmiş otonomi şema alanının yapılanmasında etkili olmaktadır.

İkiz katılımcıların anneye ilişkin algıladıkları değişime kapalı/duyguları bastıran ebeveynlik biçimi ile kopukluk ve reddedilme şema alanı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş; ancak felaketleştiren bilişler ile arasında bir ilişki saptanamamıştır. Buna göre, annenin değişime kapalı/duyguları bastıran tutumu neticesinde sevgi ve aidiyet ihtiyacı karşılanmayan ikizler kopukluk ve reddedilme şema alanını geliştirmektedirler.

İkiz katılımcıların babaya ilişkin algıladıkları kuralcı/kalıplayıcı ebeveynlik biçimi ile küçümseyici/kusur bulucu, sömürücü/istismar edici, aşırı koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı, kötümser/endişeli ebeveynlik biçimleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kuralcı/kalıplayıcı algılanan baba aynı zamanda küçümseyici/kusur bulucu, sömürücü/istismar edici, aşırı koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı ve kötümser/endişeli olarak algılanmaktadır. Bu durum ile diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuş; ancak felaketleştiren bilişler ile arasında anlamlı ilişkiler bulunamamıştır. Babanın kuralcı/kalıplayıcı tutumu, diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanları üzerinde etkiliyken felaketleştiren bilişler üzerinde etkisi saptanamamıştır.

İkiz katılımcıların babaya ilişkin algıladıkları küçümseyici/kusur bulucu ebeveynlik biçimi ile duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik biçimi arasında negatif yönde; sömürücü/istismar edici, aşırı koruyucu/evhamlı, aşırı izin verici/sınırsız, kötümser/endişeli ebeveynlik biçimleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre, babaya yönelik algılanan küçümseyici/kusur bulucu tutuma dair toplam puan ortalaması arttıkça duygusal bakımdan yoksun bırakıcı tutuma dair toplam puan ortalaması azalmaktadır. Ayrıca, babalarını küçümseyici/kusur bulucu algılayanların aynı zamanda sömürücü/istismar edici, aşırı koruyucu/evhamlı, aşırı izin verici/sınırsız ve kötümser/endişeli olarak da algıladıkları söylenebilir. Bu durum ile kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şema alanları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Babanın bahsi geçen şekilde algılanışı, bu şema alanlarının yapılanmasında etkilidir. Ancak felaketleştirilen bilişler ile arasında anlamlı bir ilişki gözlenememiştir.

İkiz katılımcıların babaya ilişkin algıladıkları duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik biçimi ile sömürücü/istismar edici, aşırı izin verici/sınırsız ve kötümser/endişeli ebeveynlik biçimleri arasında negatif yönde; aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik biçimi arasında ise pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur. Buna göre, babalarını duygusal bakımdan yoksun bırakıcı algılayan ikizler aynı zamanda aşırı koruyucu/evhamlı olarak algılamaktadır. Ancak, babanın duygusal bakımdan yoksun bırakıcı tutumuna dair toplam puan ortalaması arttıkça sömürücü/istismar edici, aşırı izin verici/sınırsız, kötümser/endişeli tutumlarına yönelik toplam puan ortalamaları azalmaktadır. Buna ek, babaya ilişkin algılanan duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik biçimi ile diğerleri yönelimlilik, yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanları ve sosyal felaketler arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bahsi geçen durumda, babanın duygusal bakımdan yoksun bırakıcı tutumunun diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanlarının yapılanmasında ve sosyal felaketlerin meydana gelmesinde etkisi vardır. Bu sonuç, Jones, Leung ve Harris (2006)'in babanın sergilediği duygusal sıcaklığın duygusal yoksunluk (kopukluk ve reddedilme şema alanı), kusurluluk (kopukluk ve reddedilme) ve yüksek standartlar (yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanı) şemalarından alınan düşük puanlarla ilişkili olmasını kısmen destekler niteliktedir.

İkiz katılımcıların babaya ilişkin algıladıkları sömürücü/istismar edici ebeveynlik biçimi ile aşırı izin verici/sınırsız ve kötümser/endişeli ebeveynlik biçimleri arasında anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Yani, babanın sömürücü/istismar edici algılanması, aynı zamanda aşırı izin verici/sınırsız ve kötümser/endişeli olarak algılanmasıyla da ilişkilidir. Ancak, bu durum ile şema alanları ve felaketleştiren bilişler arasında anlamlı ilişkiler bulunamamıştır. Başbuğ, Cesur ve Batıgün (2016) babaya ilişkin algılanan sömürücü/istismar edici ebeveynlik biçimi ile yetişkin ayrılık anksiyetesi arasında anlamlı bir ilişki bulmuşlardır.

İkiz katılımcıların babaya ilişkin algıladıkları aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik biçimi ile koşullu/başarı odaklı ve kötümser/endişeli ebeveynlik biçimleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Babalarını aşırı koruyucu/evhamlı algılayan ikizler aynı zamanda koşullu/başarı odaklı ve kötümser/endişeli olarak algılamaktadırlar. Bu durum ile kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi, yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanları arasında pozitif yönde ve sosyal felaketler arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yani, babaya ilişkin algılanan aşırı koruyucu/evhamlı ebeveynlik biçimi toplam puan ortalaması arttıkça kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi, yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanları toplam puan ortalamaları artmakta; ancak sosyal felaketler toplam puan ortalaması azalmaktadır. Jones, Leung ve Harris (2006) yaptıkları çalışmada farklı bir sonuca ulaşarak, babanın aşırı korumacı tutumunun neticesinde tehditler karşısında dayanıksızlık (zedelenmiş otonomi şema alanı) şemasını yordadığını tespit etmişlerdir.

İkiz katılımcıların babaya ilişkin algıladıkları koşullu/başarı odaklı ebeveynlik biçimi ile kötümser/endişeli ebeveynlik biçimi ve diğerleri yönelimlilik şema alanı arasında anlamlı ilişkiler gözlenmiştir. Ancak, koşullu/başarı odaklı ebeveynlik biçimi ile felaketleştiren bilişler arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Buna göre, babalarının koşullu/başarı odaklı olarak algılayan ikiz katılımcıların aynı zamanda kötümser/endişeli olarak algıladıkları ve bu durumun diğerleri yönelimlilik şema alanının yapılanmasında etkili olduğu söylenebilmektedir.

İkiz katılımcıların babaya ilişkin algıladıkları aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik biçimi ile kötümser/endişeli, cezalandırıcı ve değişime kapalı/duyguları

bastıran ebeveynlik biçimleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buna göre, babalarını aşırı izin verici/sınırsız algılayan ikiz katılımcıların aynı zamanda kötümser/endişeli, cezalandırıcı ve değişime kapalı/duyguları bastıran şekilde algıladıkları da söylenebilir. Ancak babaya ilişkin bu algının şema alanları ve felaketleştiren bilişler üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır.

İkiz katılımcıların babaya ilişkin algıladıkları kötümser/endişeli ebeveynlik biçimi ile kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik şema alanları ve bedensel felaketler arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Buna göre, babaya yönelik algılanan kötümser/endişeli ebeveynlik biçiminin kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar ve diğerleri yönelimlilik şema alanlarının yapılanmasında ve bedensel felaketlerin oluşmasında etkisi vardır.

İkiz katılımcıların babaya ilişkin algıladıkları cezalandırıcı ebeveynlik biçimi ile şema alanları ve felaketleştiren bilişler arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu durum, toplumumuzda babanın daha çok kural koyan ve uygulama noktasında cezalandırıcı olabilen bir rolde olmasının kabul görmesi ve ilgili ve değer veren bir model olarak görünmesinden kaynaklanıyor olabilir.

İkiz katılımcıların babaya ilişkin algıladıkları değişime kapalı/duyguları bastıran ebeveynlik biçimi ile zedelenmiş sınırlar şema alanı arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Ancak, felaketleştiren bilişler ile arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Buna göre, babanın değişime kapalı/duyguları bastıran tutumu zedelenmiş sınırlar şema alanının yapılanmasında etkili olabilmektedir.

Çalışmaya dair bulgular aşağıda yer aldığı şekilde 10 maddede özetlenebilir:

1. Kopukluk ve reddedilme şema alanının yapılanmasında anneye ilişkin algılanan ebeveynlik biçimleri babaya dair algılanan ebeveynlik biçimlerine göre daha etkilidir. Annenin kuralcı/kalıplayıcı, küçümseyici/kusur bulucu, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı, aşırı izin verici/sınırsız, kötümser/endişeli, değişime kapalı/duyguları bastıran tutumları ile babanın küçümseyici/kusur bulucu, aşırı koruyucu/evhamlı, kötümser/endişeli tutumları bu şema alanının gelişmesinde etkilidir.
2. Zedelenmiş otonomi şema alanının yapılanmasında yine anneye ilişkin algılanan ebeveynlik biçimleri babaya dair algılanan ebeveynlik

biçimlerine göre daha etkilidir. Annenin kuralcı/kalıplayıcı, küçümseyici/kusur bulucu, aşırı koruyucu/evhamlı, aşırı izin verici/sınırsız, kötümser/endişeli, cezalandırıcı tutumları ile babanın küçümseyici/kusur bulucu, aşırı koruyucu/evhamlı, kötümser/endişeli tutumları bu şema alanının gelişmesinde etkilidir.

3. Zedelenmiş sınırlar şema alanının yapılanmasında annenin kuralcı/kalıplayıcı, küçümseyici/kusur bulucu, koşullu/başarı odaklı, kötümser/endişeli algılanması ve babanın küçümseyici/kusur bulucu, kötümser/endişeli, değişime kapalı/duyguları bastıran algılanması etkilidir.
4. Diğerleri yönelimlilik şema alanının yapılanmasında babaya ilişkin algılanan ebeveynlik biçimleri anneye ilişkin algılanan ebeveynlik biçimlerine göre daha etkilidir. Annenin koşullu/başarı odaklı tutumu ile babanın kuralcı/kalıplayıcı, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı, koşullu/başarı odaklı, kötümser/endişeli tutumları bu şema alanının gelişmesinde etkilidir.
5. Yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanının yapılanmasında annenin kuralcı/kalıplayıcı, kötümser/endişeli tutumları ve babanın kuralcı/kalıplayıcı, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı, aşırı koruyucu/evhamlı tutumları etkilidir.
6. Emosyonel felaketlerin gelişmesinde anneye ilişkin algılanan aşırı koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı ebeveynlik biçimleri etkiliyken babaya dair algılanan ebeveynlik biçimleri etkili değildir.
7. Fiziksel felaketlerin gelişmesinde anneye ilişkin algılanan sömürücü/istismar edici ebeveynlik biçimi etkiliyken babaya dair algılanan ebeveynlik biçimleri etkili değildir.
8. Mental felaketlerin gelişmesinde anneye ilişkin algılanan kuralcı/kalıplayıcı tutum etkiliyken babaya ilişkin herhangi bir tutum etkili değildir.
9. Sosyal felaketlerin gelişmesinde babaya dair algılanan duygusal bakımdan yoksun bırakıcı, aşırı koruyucu/evhamlı tutumlar etkiliyken anneye dair herhangi bir tutum etkili değildir.

10. Bedensel felaketlerin gelişmesinde hem anneye hem babaya dair algılanan ebeveynlik biçimleri etkilidir. Annenin kuralcı/kalıplı, sömürücü/istismar edici, koşullu/başarı odaklı olarak ve babanın kötümser/endişeli olarak algılanması bu felaketleştirilen bilişin gelişmesinde etkilidir.

Yukarıda bahsi geçen analiz sonuçlarının genellenebilirliği, örneklemin sayısı ve demografik özellikleri bağlamında değerlendirilmelidir. Çalışmaya katılan ikiz kardeşlerin sayısının 70, tek yumurta ikizlerinin sayısının 38 ve çift yumurta ikizlerinin sayısının 32 olması genellenebilirlik bağlamında bu çalışmanın en büyük sınırlılığıdır. İkiz katılımcıların yaş grupları açısından en büyük kısmını 25-30 yaş grubu (% 45,9), cinsiyet açısından kadın kategorisi (%74,3), eğitim durumu açısından lisans kategorisi (% 62,9), anne eğitim durumu açısından lise kategorisi (% 40,0), baba eğitim durumu açısından lise kategorisi (% 31,4), iş durumu açısından çalışanlar grubu kategorisi (% 62,9), algılanan gelir düzeyi açısından orta kategorisi (% 71,4), yaşamının büyük çoğunluğunu geçirdiği yer açısından şehir kategorisi (% 98,6), büyüdüğü aile tipi açısından çekirdek aile kategorisi (% 68,6) oluşturmaktadır. Örneklem sayısının daha yüksek olduğu çalışmalarda bu oranların ortalamaya daha fazla yaklaşabileceği ve bu durumda tüm ikiz nüfusuna genellenebileceği düşünülmektedir.

Çalışmanın algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemalar ve felaketleştirilen bilişlerin arasındaki ilişkileri genel nüfusta değil de ikizler örnekleminde sunmuş olması, çalışmayı güçlü kılan taraftır. Young ve Klosko (2011) şemaların gelişmesinde mizaç, çevre ve çevrenin ilk unsuru ailenin etkili olduğunu söylemişlerdir. Bu çalışmada, ikiz kardeşlerin aynı biyolojik temele sahip olmaları nedeniyle mizaç özelliklerinin büyük oranda benzerlik gösterdiği kabul edilerek bu unsur dışarıda bırakılırsa çocuğun ilk çevresi olarak aile şemaların gelişmesinde ne kadar etkilidir sorusuna cevap aranmıştır. Ayrıca ebeveynlik biçimlerini genel olarak değil, anne ve baba bağlamında ayrı değerlendirmesi ile babanın ebeveynlik rolünün erken dönem uyumsuz şema yapılanmasında ve felaketleştirilen bilişlerin oluşmasında anne kadar etkili olduğunu sunması, çalışmayı önemli kılmaktadır. Alanyazında,

ikizler örnekleme üzerinde benzer bir çalışma olmadığı için analiz sonuçları ancak genel nüfus üzerinde yapılmış olan çalışmalarla kıyaslanmıştır.

Bundan sonra yapılacak çalışmalarda ikiz kardeş örneklem sayısının daha fazla olması, demografik soru sayılarının artırılması, ikiz kardeşlerin ikisinin birden çalışmaya katılımının sağlanması önerilmektedir.



KAYNAKÇA

- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *DSM-5 Tanı ölçütleri başvuru el kitabı*. (Ertuğtul Köroğlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği Yayıncılık.
- Asmundson, G. J. G. ve Stein, M. B. (1994). Selective processing of social threat in patients with generalized social phobia: Evaluation using a dot-probe paradigm. *Journal of Anxiety Disorders*, 8(2), 107-117.
- Atlı Özbaş, A., Sayın, A. ve Coşar, B. (2012). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav öncesi anksiyete düzeyi ile erken dönem uyumsuz şema ilişkilerinin incelenmesi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1, 81-89.
- Austin, D. W. ve Richards, J. C. (2001). The catastrophic misinterpretation model of panic disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 1277-1291.
- Barışkın, E. (2009). Panik ve Yaygın Anksiyete Bozukluklarında Bilişsel-Davranışçı Tedaviler, I. SAVAŞIR, G. SOYGÜT, E. BARIŞKIN, *Bilişsel-davranışçı terapiler* (s. 125-148). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Başbuğ, S., Cesur, G. ve Durak Batıgün, A. (2016). Algılanan ebeveynlik biçimi ve yetişkin ayrılma anksiyetesi: Kişilerarası bilişsel çarpıtmaların aracı rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27.
- Beck, A. T. ve Emery, G. (1985). *Anxiety disorders and phobias*. Amerika: HarperCollins Publishers.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, Volume II: Separation anxiety and anger*. Londra: The Tavistock Institute of Human Relations.
- Calvete, E., Orue, I. ve Gonzalez-Diez, Z. (2013). An examination of the structure and stability of early maladaptive schemas by means of the Young Schema Questionnaire-3. *European Journal of Psychological Assessment*, 29, 283-290.
- Casey, L. M., Oei, T. P. S., Newcombe, P. A. ve Kenardy, J. (2004). The role of catastrophic misinterpretation of bodily sensations and panic self-efficacy in

- predicting panic severity. *Anxiety Disorders*, 18, 325-340.
- Clark, D. M. (1986). A cognitive approach to panic. *Behaviour Research and Therapy*, 24(4), 461-470.
- Cox, B. J. (1996). The nature and assessment of catastrophic thoughts in panic disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 34(4), 363-374.
- Fava, L. ve Morton, J. (2009). Causal modeling of panic disorder theories. *Clinical Psychology Review*, 29, 623-637.
- Fentz, H. N., Hoffart, A., Jensen, M. B., Arendt, M., O'Toole, M. S., Rosenberg, N. K. ve Hourgaard, E. (2013). *Behaviour Research and Therapy*, 51, 579-587.
- Gör, N., Yiğit, İ., Kömürçü, B. ve Şenkal Ertürk, İ. (2017). Geçmişin mirası ve geleceğin haritası: Erken dönem uyumsuz şemalar. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 5(10), 197-217.
- Harris, A. E. ve Curtin, L. (2002). Parental perceptions, early maladaptive schemas and depressive symptoms in young adults. *Cognitive Therapy and Research*, 26(3), 405-416.
- Hermans, D., De Cort, K., Noortman, D., Vansteenwegen, D., Beckers, T., Spruyt, A. ve Schruers, K. (2010). Priming associations between bodily sensations and catastrophic misinterpretations: Specific for panic disorder? *Behaviour Research and Therapy*, 48, 900-908.
- Irkörücü, A. (2016). Bilişsel şemalarda cinsiyet farkı. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9, 103-119.
- Jones, C. J., Leung, N. ve Harris, G. (2006). Father-daughter relationship and eating psychopathology: The mediating role of core beliefs. *British Journal of Clinical Psychology*, 45, 319-330.
- Kapçı, E. G. ve Hamamcı, Z. (2010). Aile işlevi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü. *Klinik Psikiyatri*, 13, 127-136.
- Kart, A., Önder, Ö. ve Türkçapar, M. H. (2015). Felaketleştiren bilişler ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliği. *Journal of Clinical and Analytical Medicine*, 6, 121-124.
- Khawaja, N. ve Oei, T. P. (1992). Development of a catastrophic cognition questionnaire. *Journal of Anxiety Disorders*, 6(4), 305-318.

- Kömürcü, B. ve Gör, N. (2016). Erken dönem uyumsuz şemalar ve kaygı üzerine bir derleme. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 4(8), 183-203.
- Kömürcü, B. ve Soygüt, G. (2017). Erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler. *Klinik Psikiyatri*, 20, 6-18.
- Kwak, K. ve Lee, S. J. (2015). A comparative study of early maladaptive schemas in obsessive-compulsive disorder and panic disorder. *Psychiatry Research*, 230, 757-762.
- Louis, J. P., Wood, A. M. ve Lockwood, G. (2018). Psychometric validation of the Young parenting inventory-revised (YPI-R2): Replication and extension of a commonly used parenting scale in schema therapy (ST) research and practice. *PLoS ONE* 13(11): e0205605.
- Lumley, M. ve 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, 639-657.
- McGinn, L. K., Cukor, D. ve Sanderson, W. C. (2005). The relationship between parenting style, cognitive style, and anxiety and depression: Does increased early adversity influence symptom severity through the mediating role of cognitive style? *Cognitive Therapy and Research*, 29 (2), 219-242.
- Moore, M. C. ve Zebb, B. J. (1999). The catastrophic misinterpretation of physiological distress. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 1105-1118.
- Muris, P. (2006). Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: Relations to perceived parental rearing behaviours, big five personality factors and psychopathological symptoms. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 405-413.
- Pinto-Gouveia, J., Castilho, P., Galhardo, A. ve Cunha, M. (2006). Early maladaptive schemas and social phobia. *Cognitive Therapy and Research*, 30, 571-584.
- Rafaelli, E., Bernstein, D. P. ve Young, J. E. (2012). *Şema terapi: ayırıcı özellikler*. İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Rodeiger, E. (2015). *Şema terapi nedir?* Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Rohner, R. P. (2004). The parental “acceptance-rejection syndrome”: Universal correlates of perceived rejection. *American Psychologist*, 59(8), 830-840.

- Salkovskis, P. M. (1991). The importance of behaviour in the maintenance of anxiety and panic: A cognitive account. *Behavioural Psychotherapy*, 19, 6-19.
- Sandin, B., Sanchez Arribas, C., Chorot, P. ve Valient, R. M. (2015). Anxiety sensivity, catastrophic misinterpretations and panic self-efficacy in the prediction of panic disorder severity: Towards a tripartite cognitive model of panic disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 67, 30-40.
- Sarıtaş Atalar, D. ve Gençöz, T. (2013). The mediating role of early maladaptive schemas in the relationship between maternal rejection and psychological problems. *Turkish Journal of Psychiatry*, 24.
- Schmidt, N. B., Joiner, T. H., Young, J. E. ve Telch, M. J. (1995). The schema questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 19 (3), 295-321.
- Sheffield, A., Waller, G., Emanuelli, F., Murray, J. ve Meyer, C. (2005). Links between parenting and core beliefs: Preliminary psychometric validation of the Young parenting inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 29 (6), 787-802.
- Seligman, M. E. (1971). Phobias and preparedness. *Behavior Therapy*, 2, 307-320.
- Soygüt, G. ve Çakır, Z. (2009). Ebeveynlik biçimleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerde kişiler arası şemaların aracı rolü: Şema odaklı bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(2), 144-152.
- Soygüt, G., Çakır, Z. ve Karaosmanoğlu, A. (2008). Ebeveynlik biçimlerinin değerlendirilmesi: Young ebeveynlik ölçeği'nin psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(22), 17-30.
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z. (2009). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi: Young şema ölçeği kısa form-3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 75-84.
- Thimm, J. C. (2010). Personality and early maladaptive schemas: A five-factor model perspective. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41, 373-380.

- Thimm, J. C. (2010). Mediation of early maladaptive schemas between perceptions of parental rearing style and personality disorder symptoms. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41, 52-59.
- Turner, H. M., Rose, K. S. ve Cooper, M. J. (2005b). Parental bonding and eating disorder symptoms in adolescents: The mediating role of core beliefs. *Eating Behaviors*, 6, 113-118.
- Welburn, K., Coristine, M., Dagg, P. Pontefract, A. ve Jordan, S. (2002). The schema questionnaire-short form: Factor analysis and relationship between schemas and symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 26(4), 519-530.
- Wells, A.(1997). *Cognitive therapy of anxiety disorders*. West Sussex: John Wiley & Sons Ltd.
- Yancar Demir, E. ve Soygüt, G. (2014). Şema terapisi ile izlenen bir olgu bağlamında panik bozukluğu ile şemalar arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 3, 109-115.
- Yiğit, İ. ve Erden, G. (2015). Çocukluk çağı istismar yaşantıları ile genel psikolojik sağlık arasındaki ilişkide erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(75), 47-59.
- Young, J. E. (1994). *Young Ebeveynlik Ölçeği*. Basılmamış Rapor.
- Young, J. E. ve Brown, G. (1990). *Young Schema Questionnaire*. New York: Cognitive Therapy Center of New York.
- Young, J. E. ve Klosko, J. S. (2011). *Hayatı yeniden keşfetin*. İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press.

EKLER

EK A

SOSYO-DEMOGRAFİK FORM

1. Yaşınız
2. Cinsiyetiniz Kadın Erkek
3. Eğitim durumunuz İlkokul Ortaokul Lise Lisans Yüksek lisans-Doktora
4. Annenizin eğitim durumu İlkokul Ortaokul Lise Lisans Yüksek lisans-Doktora
5. Babanızın eğitim durumu İlkokul Ortaokul Lise Lisans Yüksek lisans-Doktora
6. İş durumunuz Çalışıyor Öğrenci Ev Hanımı Emekli Çalışmıyor
7. Gelir düzeyiniz Düşük Orta Yüksek
8. Yaşantınızın çoğunu nerede geçirdiniz Köy Şehir
9. Büyüdüğünüz aile tipi Çekirdek aile (anne, baba, kardeşler) Geniş aile (anne, baba, kardeşler, diğer) Dağılmış aile
10. Tek yumurta ikiziyiz Çift yumurta ikiziyiz

EK B

YOUNG EBEVEYNLİK ÖLÇEĞİ ANNE VE BABA FORMU (YEBÖ-A ve YEBÖ-B)

Aşağıda anne ve babanızı tarif etmekte kullanabileceğiniz tanımlamalar verilmiştir. Lütfen her tanımlamayı dikkatle okuyun ve ebeveynlerinize ne kadar uyduğuna karar verin. 1 ile 6 arasında, çocukluğunuz sırasında annenizi ve babanızı tanımlayan en yüksek dereceyi seçin. Eğer sizi anne veya babanız yerine başka insanlar büyüttü ise onları da aynı şekilde derecelendirin. Eğer anne veya babanızdan biri hiç olmadı ise o sütunu boş bırakın.

1 - Tamamı ile yanlış

3 - Uyan tarafı daha fazla

5-Çoğunlukla doğru

2 - Çoğunlukla yanlış

4 - Orta derecede doğru

6 - Ona tamamı ile uyuyor

Anne Baba

1. ____ Beni sevdi ve bana özel birisi gibi davrandı.
2. ____ Bana vaktini ayırdı ve özen gösterdi.
3. ____ Bana yol gösterdi ve olumlu yönlendirdi.
4. ____ Beni dinledi, anladı ve duygularımızı karşılıklı paylaştık.
5. ____ Bana karşı sıcaktı ve fiziksel olarak şefkatliydi.
6. ____ Ben çocukken öldü veya evi terk etti.
7. ____ Dengesizdi, ne yapacağı belli olmazdı veya alkolikti.
8. ____ Kardeş(ler)imi bana tercih etti.
9. ____ Uzun süreler boyunca beni terk etti veya yalnız bıraktı.
10. ____ Bana yalan söyledi, beni kandırdı veya bana ihanet etti.
11. ____ Beni dövdü, duygusal veya cinsel olarak taciz etti.
12. ____ Beni kendi amaçları için kullandı.
13. ____ İnsanların canını yakmaktan hoşlanırdı.
14. ____ Bir yerimi inciteceğim diye çok endişelenirdi.
15. ____ Hasta olacağım diye çok endişelenirdi.
16. ____ Evhamlı veya fobik/korkak bir insandı.
17. ____ Beni aşırı korurdu.

18. ___ ___ Kendi kararlarım ya da yargılarıma güvenememe neden oldu
19. ___ ___ İşleri kendi başıma yapmama fırsat vermeden çoğu işimi o yaptı.
20. ___ ___ Bana hep daha çocukmuşum gibi davrandı.
21. ___ ___ Beni çok eleştirirdi.
22. ___ ___ Bana kendimi sevilmeye layık olmayan veya dışlanmış bir gibi hissettirdi.
23. ___ ___ Bana hep bende yanlış bir şey varmış gibi davrandı.
24. ___ ___ Önemli konularda kendimden utanmama neden oldu.
25. ___ ___ Okulda başarılı olmam için gereken disiplini bana kazandırmadı.
26. ___ ___ Bana salakmışım ya da beceriksizmişim gibi davrandı.
27. ___ ___ Başarılı olmamı gerçekten istemedi.
28. ___ ___ Hayatta başarısız olacağıma inandı.
29. ___ ___ Benim fikrim ya da isteklerim önemsizmiş gibi davrandı.
30. ___ ___ Benim ihtiyaçlarımı gözetmeden kendisi ne isterse onu yaptı.
31. ___ ___ Hayatımı o kadar çok kontrol altında tuttu ki çok az seçme özgürlüğüm oldu.
32. ___ ___ Her şey onun kurallarına uymalıydı.
33. ___ ___ Aile için kendi isteklerini feda etti.
34. ___ ___ Günlük sorumluluklarının pek çoğunu yerine getiremiyordu ve ben her zaman kendi payıma düşenden fazlasını yapmak zorunda kaldım.
35. ___ ___ Hep mutsuzdu ; destek ve anlayış için hep bana dayandı.
36. ___ ___ Bana güçlü olduğumu ve diğer insanlara yardım etmem gerektiğini hissettirdi.
37. ___ ___ Kendisinden beklentisi hep çok yüksekti ve bunlar için kendini çok zorlardı.
38. ___ ___ Benden her zaman en iyisini yapmamı bekledi.
39. ___ ___ Pek çok alanda mükemmeliyetçiydi; ona göre her şey olması gerektiği gibi olmalıydı.
40. ___ ___ Yaptığım hiçbir şeyin yeterli olmadığını hissetmeme sebep oldu.

41. ____ ____ Neyin doğru neyin yanlış olduğu hakkında kesin ve katı kuralları vardı.
42. ____ ____ Eğer işler düzgün ve yeterince hızlı yapılmazsa sabırsızlanırdı.
43. ____ ____ İşlerin tam ve iyi olarak yapılmasına, eğlenme veya dinlenmekten daha fazla önem verdi.
44. ____ ____ Beni pek çok konuda şımarttı veya aşırı hoşgörülü davrandı.
45. ____ ____ Diğer insanlardan daha önemli ve daha iyi olduğumu hissettirdi.
46. ____ ____ Çok talepkardı; her şeyin onun istediği gibi olmasını isterdi.
47. ____ ____ Diğer insanlara karşı sorumluluklarımın olduğunu bana öğretmedi.
48. ____ ____ Bana çok az disiplin veya terbiye verdi.
49. ____ ____ Bana çok az kural koydu veya sorumluluk verdi.
50. ____ ____ Aşırı sinirlenmeme veya kontrolümü kaybetmeme izin verirdi.
51. ____ ____ Disiplinsiz bir insandı.
52. ____ ____ Birbirimizi çok iyi anlayacak kadar yakındık.
53. ____ ____ Ondan tam olarak ayrı bir birey olduğumu hissedemedim veya bireyselliğimi yeterince yaşayamadım.
54. ____ ____ Onun çok güçlü bir insan olmasından dolayı büyürken kendi yönümü belirleyemiyordum.
55. ____ ____ İçimizden birinin uzağa gitmesi durumunda, birbirimizi üzebileceğimizi hissederdim.
56. ____ ____ Ailemizin ekonomik sorunları ile ilgili çok endişeli idi.
57. ____ ____ Küçük bir hata bile yapsam kötü sonuçların ortaya çıkacağını hissettirirdi.
58. ____ ____ Kötümser bir bakışı açısı vardı, hep en kötüsünü beklerdi.
59. ____ ____ Hayatın kötü yanları veya kötü giden şeyler üzerine odaklanırdı.
60. ____ ____ Her şey onun kontrolü altında olmalıydı.
61. ____ ____ Duygularını ifade etmekten rahatsız olurdu.
62. ____ ____ Hep düzenli ve tertipliydi; değişiklik yerine bilineni tercih ederdi.
63. ____ ____ Kızgınlığını çok nadir belli ederdi.
64. ____ ____ Kapalı birisiydi; duygularını çok nadir açardı.

65. ____ ____ Yanlış bir şey yaptığımda kızardı veya sert bir şekilde eleştirdiği olurdu.
66. ____ ____ Yanlış bir şey yaptığımda beni cezalandırdığı olurdu.
67. ____ ____ Yanlış yaptığımda bana aptal veya salak gibi kelimelerle hitap ettiği olurdu.
68. ____ ____ İşler kötü gittiğinde başkalarını suçlardı.
69. ____ ____ Sosyal statü ve görünümüne önem verirdi.
70. ____ ____ Başarı ve rekabete çok önem verirdi.
71. ____ ____ Başkalarının gözünde benim davranışlarımın onu ne duruma düşüreceği ile çok ilgiliydi.
72. ____ ____ Başarılı olduğum zaman beni daha çok sever veya bana daha çok özen gösterirdi.

EK C

YOUNG ŞEMA ÖLÇEĞİ-KISA FORM 3 (YŞÖ-KF3)

Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olmadığınız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, sizin **duygusal olarak** ne hissettiğinize dayanarak cevap verin.

Bir kaç soru, anne babanızla ilişkiniz hakkındadır. Eğer biri veya her ikisi şu anda yaşamıyorlarsa, bu soruları o veya onlar hayatta iken ilişkinizi göz önüne alarak cevaplandırın.

1 den 6'ya kadar olan seçeneklerden sizi tanımlayan en yüksek şıkkı seçerek her sorudan önce yer alan boşluğa yazın.

Derecelendirme:

- | | |
|--|-------------------------------------|
| 1- Benim için tamamıyla yanlış | 4- Benim için orta derecede doğru |
| 2- Benim için büyük ölçüde yanlış | 5- Benim için çoğunlukla doğru |
| 3- Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla | 6- Beni mükemmel şekilde tanımlıyor |

1. _____ Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.
2. _____ Beni terkedeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.
3. _____ İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum
4. _____ Uyumsuzum.
5. _____ Beğendiğim hiçbir erkek/kadın, kusurlarımı görürse beni sevmez.
6. _____ İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum
7. _____ Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.
8. _____ Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.
9. _____ Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşitlarım kadar, başaramadım.

10. ____ Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.
11. ____ Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.
12. ____ Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseddiğimi göstermek gibi).
13. ____ Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.
14. ____ Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.
15. ____ Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.
16. ____ Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.
17. ____ Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim.
18. ____ Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hakkederim.
19. ____ Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.
20. ____ Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.
21. ____ İnsanlara karşı tedbiri elden bırakmam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.
22. ____ Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.
23. ____ Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.
24. ____ İşleri halletmede son derece yetersizim.
25. ____ Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.
26. ____ Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissedyorum.
27. ____ Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
28. ____ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissedyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.
29. ____ Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.
30. ____ Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.
31. ____ En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.
32. ____ Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.

33. _____ Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.
34. _____ Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.
35. _____ İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.
36. _____ Eğer yanlış yaparsam, bunun özürü yoktur.
37. _____ Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.
38. _____ Yakınlarımla beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım
39. _____ Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.
40. _____ Bir yere ait değilim, yalnızım.
41. _____ Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.
42. _____ İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.
43. _____ Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.
44. _____ Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.
45. _____ Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hissedebilir veya suçluluk duyarız
46. _____ İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.
47. _____ Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.
48. _____ İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur.
49. _____ Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.
50. _____ İstediklerimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.
51. _____ Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakarlık etmekte zorlanırım.
52. _____ Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissedirim.
53. _____ Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.
54. _____ Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.
55. _____ Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarımı ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı
56. _____ Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersen çok kötü hissedirim.
57. _____ Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.
58. _____ Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.
59. _____ Kendimi sevilebilecek biri gibi hissetmiyorum.

60. ____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.
61. ____ Gündelik işler için benim kararlarım güvenilemez.
62. ____ Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.
63. ____ Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum- Benim kendime ait bir hayatım yok.
64. ____ Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.
65. ____ Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.
66. ____ Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.
67. ____ Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.
68. ____ Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.
69. ____ Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.
70. ____ Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.
71. ____ Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.
72. ____ Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.
73. ____ Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.
74. ____ İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.
75. ____ Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.
76. ____ Kendimi hep grupların dışında hissederim.
77. ____ Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.
78. ____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.

79. _____ Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum.
80. _____ Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.
81. _____ Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum.
82. _____ Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum.
83. _____ Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar.
84. _____ Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar.
85. _____ Kendimi sorumluluktan kolayca sıyrıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.
86. _____ Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.
87. _____ Kararlarıma nadiren sadık kalabilirim.
88. _____ Bir dolu övgü ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.
89. _____ Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.
90. _____ Ben cezalandırılmayı hakeden kötü bir insanım.

EK D

FELAKETLEŞTİREN BİLİŞLER ÖLÇEĞİ (FBÖ)

Bu anket aŐaĐıda yer alan maddelere iliŐkin inançlarımızı ve dűŐüncelerinizi ölçmeyi amaçlamaktadır. Bazen bu maddelerde yazan durumların *tehlikeli* olduğuna inanılır. AŐaĐıda tanımlanan durumları lűtfen dikkatle okuyunuz ve bu durumların ne kadar tehlikeli olduğuna inandığımızı ölçėđi kullanarak iŐaretleyiniz.

NE KADAR TEHLİKELİ?	Hiçbir zaman	Biraz	Bazen	Çok	AŞırı derecede
1. Asabi olma					
2. Kaza geçirme					
3. Zihnin normal çalışmaması					
4. Size gülünmesi					
5. Bulantı hissetme					
6. Patlayacak gibi olma					
7. Yaralanmak					
8. Akılcı düşünememe					
9. Sosyal ortamlarda utanmak					
10. Kusma					
11. Sallantı hissetmek					
12. Öfkeli olmak					
13. Kalp krizi geçirmek					

14. Muhakeme güçlüğü yaşama					
15. Bir hata yapma					
16. Baş dönmesi hissetmek					
17. Rahatlayamama					
18. Kaygılı hissetme					
19. İnme geçirmek					
20. Korkmak					
21. Düşünmeyi kontrol edememe					
22. Ne söyleyeceğini bilmeme					
23. Kalpte yanma					
24. Uyarılmış halde olma					
25. Gergin hissetme					
26. Hasta olma					
27. Duyularını kaybetme					
28. Başarısız olma					
29. Midede rahatsızlık hissi					
30. Berbat hissetme					
31. Saldırıya uğramak					
32. Çıldırma					
33. İnsanları huzursuz etmek					

34. Göğüste baskı hissi					
35. Depresif olma					
36. Görme kaybı					
37. Zihnin durması					
38. Uyuşma hissi					
39. Panikleme					
40. Sinirlilik					
41. Boğuluyor gibi olmak					
42. Zihinde bulanıklık					
43. Zayıf hissetme					
44. Huzursuz hissetmek					
45. Ağrı hissetme					
46. Çaresizlik hissi					
47. Belleğini yitirme					
48. Sinirsel gerginlik					
49. Başetmede zorlanma					
50. Sıkılganlık					

EK E

BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Sayın katılımcı,

Bu çalışma, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisi Merve Nur Tökel tarafından Prof. Dr. Sefa Saygılı danışmanlığında yürütülen bir tez çalışmasıdır. Çalışmanın amacı, ikiz kardeşlerde algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemaları ve felaketleştiren bilişler arasındaki ilişkiyi incelemektir.

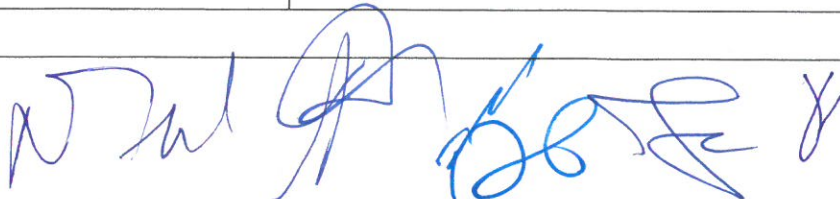
Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışma esnasında kimliğiniz veya kimliğinizi belirleyecek herhangi bir bilgi sizden talep edilmeyecektir. Yanıtlarınız sadece bilimsel amaçlı kullanılacak ve gizli tutulacaktır. Elde edilecek bilgiler bilimsel amaçlı kullanılacağından sorulara eksiksiz ve samimi bir şekilde cevap vermeniz önemlidir. Çalışma yaklaşık 20 dakika sürecektir.

Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Prof. Dr. Sefa Saygılı veya Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisi Merve Nur Tökel ile iletişime geçebilirsiniz.

Prof. Dr. Sefa Saygılı: ssaygili@fsm.edu.tr

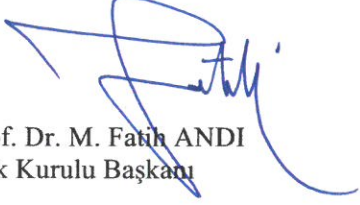
Merve Nur Tökel: mervenur.saglik@stu.fsm.edu.tr

Tarih Yer	8./2./2019 Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Rektörlüğü, Zeyrek Mah. Büyükkaraman Cad. No:53 Fatih /İSTANBUL Tel: 0212 521 81 00 Pbx Faks:0212 521 84 84, fatihsultan@fatihisultan.edu.tr
Katılımcılar	Prof. Dr. Fatih ANDI Etik Kurulu Başkanı Prof. Dr. Fevzi YILMAZ Etik Kurulu Üyesi Prof. Dr. Fahameddin BAŞAR Etik Kurulu Üyesi Prof. Dr. M. Hüsrev SUBAŞI Etik Kurulu Üyesi Prof. Dr. Ahmet Turan ARSLAN Etik Kurulu Üyesi Prof. Dr. İbrahim NUMAN Etik Kurulu Üyesi Prof. Dr. Hasan BACANLI Etik Kurulu Üyesi Doç. Dr. Naim DEMİREL Etik Kurulu Üyesi
Klinik Psikoloji yüksek lisans tezinin öneri metni kurulumuza sunulmuştur. Söz konusu tezin özeti aşağıdaki gibidir.	
Araştırmanın Başlığı:	İkizlerde Algılanan Ebeveynlik Biçimlerinin Erken Dönem Uyumsuz Şema Yapılanmasında ve Felaketleştiren Bilişler Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi
Araştırmacılar ve adres bilgisi:	Merve Nur TÖKEL Esatpaşa Mah. Sazanlar Çıkması Sok. No:2/5 Ataşehir/İSTANBUL
Araştırmanın Süresi (ay):	3 (Üç)
Araştırmanın Amacı:	İkizlerde, algılanan ebeveynlik biçimlerinin erken dönem uyumsuz şema yapılanmasında ve felaketleştiren bilişlerin oluşmasındaki etkisini saptamak ve kardeşler arasındaki farklılıkları ölçmek amaçlanmaktadır.
Araştırmada Kullanılacak Ölçme Araçları (adları):	Young Ebeveynlik Ölçeği (Soygüt, G., Çakır, Z. & Karaosmanoğlu, A.; 2008) Young Şema Ölçeği (Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. & Çakır, Z. ; 2009) Felaketleştiren Bilişler Ölçeği (Kart, A., Önder, Ö. & Türkçapar, H. ; 2015)
Araştırmaya Katılacak Denek Sayısı ve Nereden Seçileceği:	50 (Elli) çift ikiz kardeş, toplamda 100 deneğin çalışmaya katılması planlanmaktadır. Denekler popülasyondan rastgele seçilecektir.
Araştırmada Deneklerin Nasıl Seçileceği:	Araştırmada denekler tabakalı örnekleme yöntemi ile tek veya çift yumurta ikizi olarak iki tabakada seçilecektir. Her tabaka kendi içinde basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilecektir.
Uygulamanın veya Ölçeklerin Doldurma Süresi	20 (Yirmi) dakika
KARAR	ARAŞTIRMA FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİNİN ETİK DURUŞUNA AYKIRI DEĞİLDİR.



Tarih : 14. / 3. / 2017

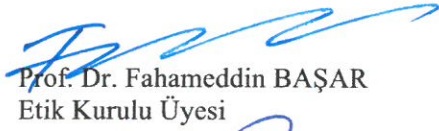
Bu rapor ... ilgilili moka... sunulmak üzere Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi Etik Kurulu tarafından hazırlanmıştır.



Prof. Dr. M. Fatih ANDI
Etik Kurulu Başkanı



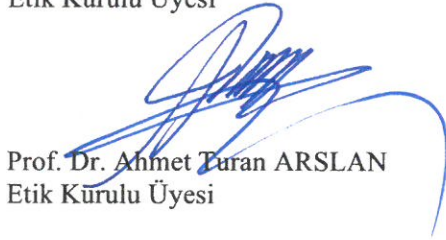
Prof. Dr. Fevzi YILMAZ
Etik Kurulu Üyesi



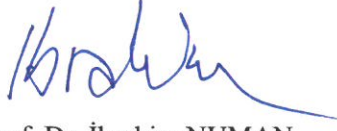
Prof. Dr. Fahameddin BAŞAR
Etik Kurulu Üyesi



Prof. Dr. M. Hüsrev SUBAŞI
Etik Kurulu Üyesi



Prof. Dr. Ahmet Turan ARSLAN
Etik Kurulu Üyesi



Prof. Dr. İbrahim NUMAN
Etik Kurulu Üyesi



Prof. Dr. Hasan BACANLI
Etik Kurulu Üyesi



Doç. Dr. Naim DEMİREL
Etik Kurulu Üyesi