

T.C.

MALTEPE ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

**GENÇ YETİŞKİNLERDE KENDİLİK ALGISI, ERKEN
DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR, ALGILANAN
EBEVEYNLIK STİLLERİ VE KİŞİLERARASI
İLİŞKİLER**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ELİF TUĞÇE ÇOLAKOĞLU

101106102

İstanbul, Eylül 2012

T.C.

MALTEPE ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

**GENÇ YETİŞKİNLERDE KENDİLİK ALGISI, ERKEN
DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR, ALGILANAN
EBEVEYNLIK STİLLERİ VE KİŞİLERARASI
İLİŞKİLER**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ELİF TUĞÇE ÇOLAKOĞLU

101106102

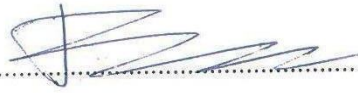
Danışman Öğretim Üyesi:

Yrd. Doç. Özden BADEMCİ

İstanbul, Eylül 2012

T.C. Maltepe Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

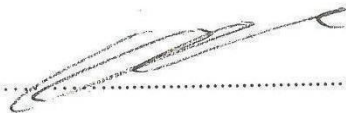
11.10.2012 tarihinde tezinin savunmasını yapan Elif Tuğçe ÇOLAKOĞLU'na ait "Genç Yetişkinlerde Kendilik Algısı, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Algılanan Ebeveynlik Stilleri ve Kişilerarası İlişkiler" başlıklı çalışma, Jürimiz Tarafından Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji (Klinik Psikoloji) Tezli Yüksek Lisans Programında Yüksek Lisans Tezi Olarak **Oy Birliği/Oy Çokluğuyla** Kabul Edilmiştir.



Yrd. Doç. Dr. Figen KARADAYI
(Başkan)



Yrd. Doç. Dr. İrem AKDUMAN
(Üye)



Yrd. Doç. Dr. Özden BADEMCI
(Üye)
(Danışman)

ÖNSÖZ

Tez yazmak benim için çok farklı bir deneyimdi, gerginliklerin baskın, mutlulukların da arada kendini gösterdiği yorucu bir süreç oldu. Bu süreçte elbette yalnız değildim, buradan yanımda olan ve yardımcı olan kişilere teşekkürlerimi sunmak isterim. Öncelikle katılımcılara teşekkür ederim, ölçekler doldurulması zaman alan ölçeklerdi ve fazla sayıda katılımcıya ihtiyacım vardı. Sabırla ölçekleri doldurdular ve örneklem kriterlerine uyan katılımcılara ulaşmamı da sağladılar.

Sevgili danışmanım Yrd. Doç. Özden Bademci'ye ve jürimde bulunan sevgili hocalarım Yrd. Doç. İrem Akduman ve Yrd. Doç. Figen Karadayı'ya çalışmamın son halini almasında önemli katkılarda buldukları için teşekkür ederim.

Tez sürecimin çoğu zamanında çalışmalarımı iş yerinden yürütmek durumunda kaldım, bu süreçte bana katkı sağlayan ve destek olan arkadaşlarım Uzm. Psk. Evin Güldoğan, SHU Gözde Değirmenci, SHU Nurdan Aktaş, SHU Hüseyin Gazi Karacan, Haydar Eşsiz, Caner Avanaş'a, iş ortamının dışında jürimde de bulunarak bana moral ve güven sağlayan Uzm. Psk. Gülçin Şenyuva ve Psk. Nurdan Toptan'a içten teşekkürlerimi sunmak isterim, tüm iş arkadaşlarımın bu süreçte yanımda olmaları benim için çok önemliydi.

Takım arkadaşlarım olarak tanımladığım Uzm. Psk. Selin Oyman, Uzm. Psk. Nurhan Tiftik, Uzm. Psk. Rukiye Burma, Uzm. Psk. Selin Karaköse ve Uzm. Psk. Ozan Altın'a her aradığımda bana yardımcı oldukları için çok teşekkür ederim.

Hayatımda samimi olarak görüştüğüm ilkokuldan ve liseden arkadaşlarım, sizlere de çok teşekkür ederim; tez sürecinde sık sık beni buluşmaya ya da etkinlik yapmaya çağırarak, ya da bulduğunuz zamanlarda beni de arayarak motivasyonumu arttırdığınız(!) için..

Tez yazmak her ne kadar benim için farklı ve zor bir süreç olduysa ailem için tanıdık olmayan ve zor bir süreçti; en başta beni bu yüksek lisans konusunda motive eden ve bu iki yıllık süreçte ellerinden geldiğince maddi ve manevi olarak beni destekleyen, sorunlara çözüm arayan ve fedakarlık gösteren aileme ve kardeşime, ailemden biri saydığım, yakın arkadaşım Merve Selin Altun'a, yanımda ve hayatımda oldukları için çok teşekkür ederim..

ÖZET

GENÇ YETİŞKİNLERDE KENDİLİK ALGISI, ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR, ALGILANAN EBEVEYNLİK STİLLERİ VE KİŞİLERARASI İLİŞKİLER

İnsanoğlu doğası gereği ihtiyaçlarını karşılamak ve topluma uyum sağlamak adına yaşamının erken dönemlerinden itibaren ilişki kurmaya başlamaktadır. Kişisel paylaşımın olduğu, düzenli ve tekrarlı olarak kurulan ilişkiler, “kişilerarası ilişkiler” olarak adlandırılmaktadır (Siyez, 2010; Gürüz & Eğinli, 2008).

Literatürde kişilerarası ilişkilerde birçok faktörün rol oynadığı ifade edilmektedir. Bunlardan birisi de erken dönem uyumsuz şemalar olmaktadır. şema terapi kapsamında ele alınan erken dönem uyumsuz şemaların, kişilerarası ilişkilerde uyumsuz davranışlara yol açtığı ve olumsuz ilişkilerin gelişmesine sebep olduğu ifade edilmektedir (Young ve ark., 2009). Erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminde algılanan ebeveynlik stilleri önemli yer tutmaktadır. Erken dönemde ebeveynle kurulan ilişkiler sonucu gelişen algılanan ebeveynlik stilleri, ebeveyne ilişkin olumsuz algıları ifade etmektedir.

Erken dönemde oluşmakla birlikte kişilerarası ilişkilerde rol oynayan faktörlerden birisi de kendilik algısı olmaktadır. Kendilik algısı erken dönemden itibaren yaşam deneyimlerinden, ebeveynlerden ve sosyal çevreden alınan geri bildirimler sonucu oluşmaktadır (Epstein, 1973).

Bahsedilen bilgiler doğrultusunda kendilik algısı, erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveynlik stilleri ve kişilerarası ilişkiler arasındaki ilişkileri göstermek bu araştırmanın amacını oluşturmaktadır.

Araştırmanın örneklemini yoğun olarak ilişkilerin kurulduğu dönem olarak kabul edilen (Erikson, 1982 aktaran Göçener, 2010) 20 – 45 yaş aralığında bulunan 325 genç yetişkin oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplamak için Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ), Young Erken Dönem Uyumsuz şemalar Ölçeği (YşÖ – KF3), Young Algılanan Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ-A ve YEBÖ-B) ve Kişilerarası Tarz Ölçeği (KİT) kullanılmıştır.

Çok aşamalı regresyon analizleri sonucunda erken dönem uyumsuz şema alanı ve boyutlarına sahip olma arttıķça ve anneden algılanan aşırı izin verici/sınırsız, koşullu/başarı odaklı;

babadan algılanan kuralcı/kalıplayıcı ebeveynlik stillerine maruz kaldıkça olumsuz ilişki tarzları ortaya çıkmaktadır. Yapılan korelasyon analizi sonucu ise kendilik algısı düzeyi arttıkça kaçınan ve manipulatif ilişki tarzlarının kullanımının arttığı sonucu elde edilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Kendilik Algısı, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Algılanan Ebeveynlik Stilleri, Kişilerarası İlişki Tarzları

ABSTRACT

SELF – CONCEPT, EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS, PERCEIVED PARENTING STYLES AND INTERPERSONAL RELATIONS IN YOUNG ADULTS

Human beings have set up relationships since early life periods to satisfy their needs and accommodations in society. The relationships which are steady, recurrent and where personal sharing is available are described as “interpersonal relationships” (Siyez, 2010; Gürüz & Eğinli, 2008).

In the literature, it is clear that there are many factors that play a role in interpersonal relations. One of them is early maladaptive schemas. Early maladaptive schemas which take place in schema therapy are assumed to cause behaviours in interpersonal relations such that dysfunctional relations are set up. The developing process of early maladaptive schemas are affected by perceived parenting styles. Perceived parenting styles are described as dysfunctional perception of parents which occurs from the early life period.

One of the important factors affecting interpersonal relations and which starts to develop in early life periods is self – concept. Self – concept develops from early childhood and adolescent periods through response to life events, interactions with parents and social surroundings (Epstein, 1973).

Based upon the information above the subject of this research is to describe relations between self – concept, early maladaptive schemas, perceived parenting styles and interpersonal relations.

The sample of research consists in total of 325 young adults whose ages range between 20 and 45 years. For assessing the self – concept, early maladaptive schemas, perceived parenting styles and interpersonal relations styles of the sample group, Social Comparison Scale, Young Schema Questionnaire - Short Form - 3, Interpersonal Style Questionnaire and personal information questionnaire were carried out. After collecting the data stepwise regression analyses were conducted.

The results show that higher scores of early maladaptive schemas predict dysfunctional relationship styles. In addition, non – controlling, perfectionist perceived maternal styles and

normative paternal styles predict dysfunctional relationship styles. The correlation analyses show higher scores of self – concept positively correlated to manipulative style

Key Words: Self – Concept, Early Maladaptive Schemas, Perceived Parenting Styles, Interpersonal Styles

İÇİNDEKİLER

| | |
|---|-----------|
| ÖNSÖZ..... | iii |
| ÖZET..... | iv |
| ABSTRACT..... | vi |
| İÇİNDEKİLER..... | viii |
| KISALTMALAR..... | xi |
| TABLolar LİSTESİ..... | xii |
| | |
| 1. GİRİŞ..... | 1 |
| 1.1. Kişilerarası İlişkiler..... | 4 |
| 1.1.1. Kişilerarası İlişkilere Yönelik Kuramlar..... | 6 |
| 1.1.1.1. Nesne İlişkileri ve Bağlanma Kuramı..... | 6 |
| 1.1.1.2. Sullivan'ın Kişilerarası Kuramı..... | 11 |
| 1.1.1.3. Kişilerarası Şemalar ve Kişilerarası Döngü..... | 14 |
| 1.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar..... | 17 |
| 1.2.1. Şema Alanları ve Erken Dönem Uyumsuz Şema Boyutları..... | 21 |
| 1.2.2. Şema İşlemleri ve Uyumsuz Baş Etme Stilleri..... | 24 |
| 1.3. Algılanan Ebeveynlik Stilleri..... | 26 |
| 1.4. Kendilik Algısı..... | 29 |
| 1.5. Araştırmanın Amacı..... | 37 |

| | |
|--|-----------|
| 1.6. Araştırmanın Önemi..... | 41 |
| 2. YÖNTEM..... | 44 |
| 2.1. Örneklem..... | 44 |
| 2.2. Veri Toplama Araçları..... | 47 |
| 2.2.1. Kişisel Bilgi Formu..... | 47 |
| 2.2.2. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ)..... | 47 |
| 2.2.3. Young Şema Ölçeği Kısa Formu - 3 (YŞÖ-KF3)..... | 48 |
| 2.2.4. Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ)..... | 50 |
| 2.2.5. Kişilerarası Tarz Ölçeği (KTÖ)..... | 52 |
| 2.3. İşlem..... | 52 |
| 3. BULGULAR..... | 54 |
| 3.1. Betimleyici İstatistiksel Analizler..... | 54 |
| 3.1.1. Örneklem Grubunun Sosyodemografik Yapısına İlişkin Bulgular..... | 54 |
| 3.1.2. Araştırmada Yer Alan Değişkenleri Ölçen Ölçeklere İlişkin Betimleyici İstatistikler..... | 58 |
| 3.1.3. Araştırmada Yer Alan Değişkenleri Ölçen Ölçeklerden ve Alt Bölümlerinden Alman Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması..... | 64 |
| 3.1.4. Araştırmada Yeralan Değişkenleri Ölçen Ölçeklerden ve Alt Bölümlerinden Alman Puanların Medeni Durum Değişkeni Açısından Karşılaştırılması..... | 67 |
| 3.2. Kişilerarası İlişki Tarzlarının Yordayan Değişkenlere İlişkin Analizleri..... | 70 |

| | |
|---|------------|
| 3.3. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanlarını Yordayan Algılanan Ebeveynlik Stillerine İlişkin Regresyon Analizleri..... | 81 |
| 3.4. Kendilik Algısı, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Algılanan Ebeveynlik Stillerini Yordayan Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Bulgular..... | 87 |
| 4. TARTIŞMA..... | 94 |
| 4.1. Betimleyici İstatistiksel Analizlere İlişkin Bulguların Tartışılması..... | 94 |
| 4.1.1. Cinsiyet ve Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Tartışılması..... | 94 |
| 4.1.2. Medeni Durum ve Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Tartışılması..... | 97 |
| 4.1.3. Kişilerarası İlişki Tarzlarını Yordayan Değişkenlerin Tartışılması..... | 100 |
| 4.1.4. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanlarını Yordayan Algılanan Ebeveynlik Stillerinin Tartışılması..... | 112 |
| 4.1.5. Araştırma Değişkenlerinin Sosyodemografik Değişkenler Tarafından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması..... | 115 |
| 5. KAYNAKLAR..... | 123 |
| 6. EKLER..... | 139 |
| EK 1: Kişisel Bilgi Formu..... | 139 |
| EK 2: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ)..... | 140 |
| EK 3: Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3 (YŞÖ-KF3)..... | 141 |
| EK 4: Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ)..... | 146 |
| EK 5: Kişilerarası Tarz Ölçeği (KTÖ)..... | 150 |
| 7. ÖZGEÇMİŞ..... | 154 |

KISALTMALAR

SKÖ: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği

YŞÖ – KF3: Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3

YEBÖ: Young Ebeveynlik Ölçeği

YEBÖ – A: Young Ebeveynlik Ölçeği Anne Formu

YEBÖ – B: Young Ebeveynlik Ölçeği Baba Formu

KİT: Kişilerarası Tarz Ölçeği

TABLULAR LİSTESİ

| | |
|--|----|
| Tablo 1. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3: Şema Alanları ve Boyutları..... | 51 |
| Tablo 2. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3: Şema Alanları ve Boyutları (Türkiye Örnekleme Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması Sonucu. Soygüt ve ark., 2009.)..... | 52 |
| Tablo 3. Çalışmaya Katılanların Sosyodemografik Verilerinin Dağılımı..... | 56 |
| Tablo 4. Katılımcıların Sosyal Karşılaştırma Ölçeğinden Aldıkları Puanların Dağılımı..... | 57 |
| Tablo 5. Katılımcıların Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)’deki Şema Alanları Ve Şema Boyutlarından aldıkları puanların Dağılımı..... | 58 |
| Tablo 6. Katılımcıların Young Ebeveynlik Ölçeği ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Dağılımı..... | 59 |
| Tablo 7. Katılımcıların Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği ve Alt Bölümlerinden Aldıkları Puanların Dağılımı..... | 60 |
| Tablo 8. Katılımcıların Sosyal Karşılaştırma Ölçeğinden Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması | 61 |

| | |
|--|----|
| Tablo 9. Katılımcıların Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)’deki Şema Alanları ve Şema Boyutlarından aldıkları puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması..... | 62 |
| Tablo 10. Katılımcıların Young Ebeveynlik Ölçeği Anne Formu (YEBÖ-A) ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması | 64 |
| Tablo 11. Katılımcıların Young Ebeveynlik Ölçeği Baba Formu (YEBÖ-B) ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması | 65 |
| Tablo 12. Katılımcıların Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği ve Alt Bölümlerinden Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması..... | 66 |
| Tablo 13. Katılımcıların Sosyal Karşılaştırma Ölçeğinden Aldıkları Puanların Medeni Durum Değişkeni Açısından Karşılaştırılması | 67 |
| Tablo 14. Katılımcıların Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)’deki Şema Alanları ve Şema Boyutlarından Aldıkları Puanların Medeni Durum Değişkeni Açısından Karşılaştırılması..... | 68 |
| Tablo 15. Katılımcıların Young Ebeveynlik Ölçeği Anne Formu (YEBÖ-A) ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Medeni Durum Değişkeni | |

| | |
|--|----|
| Açısından Karşılaştırılması | 70 |
| Tablo 16. Katılımcıların Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ-B) Ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Medeni Durum Değişkeni Açısından Karşılaştırılması..... | 71 |
| Tablo 17. Katılımcıların Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği ve Alt Bölümlerinden Aldıkları Puanların Medeni Durum Değişkeni Açısından Karşılaştırılması..... | 72 |
| Tablo 18. Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları- Baskın Tarz Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Regresyonu..... | 73 |
| Tablo 19. Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları- Kaçman Tarz Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi | 75 |
| Tablo 20. Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları- Öfkeli Tarz Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi..... | 76 |
| Tablo 21. Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları- Duyarsız Tarz Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analiz..... | 77 |
| Tablo 22. Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları- Manüplatif Tarz Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi..... | 79 |

| | |
|---|----|
| Tablo 23. Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları- Alaycı Tarz Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi..... | 8 |
| Tablo 24. Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları Toplam Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi..... | 82 |
| Tablo 25. Katılımcıların Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği ve Alt Bölümlerinden Aldıkları Puanların Kendilik Algısı Değişkeni Açısından Karşılaştırılması..... | 83 |
| Tablo 26. Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki Kopukluk/Reddedilmişlik Şema Alanı Puanlarına Etki Eden Algılanan Ebeveynlik Stillerinin Aşamalı Regresyon Analizi..... | 85 |
| Tablo 27. Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki Zedelenmiş Özerklik Şema Alanı Puanlarına Etki Eden Algılanan Ebeveynlik Stillerinin Aşamalı Regresyon Analizi..... | 86 |
| Tablo 28. Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı Puanlarına Etki Eden Algılanan Ebeveynlik Stillerinin Aşamalı Regresyon Analizi..... | 87 |
| Tablo 29. Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki Başkaları Yönelimlilik Şema Alanı Puanlarına Etki Eden Algılanan Ebeveynlik Stillerinin Aşamalı Regresyon Analizi..... | 83 |

| | |
|---|----|
| Tablo 30. Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)’deki Yüksek Standartlar Şema Alanı Puanlarına Etki Eden Algılanan Ebeveynlik Stillерinin Aşamalı Regresyon Analizi..... | 90 |
| Tablo 31. Bağımlı Değişken Olarak Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3) Puanlarına Etki Edebilecek Sosyodemografik Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi..... | 92 |
| Tablo 32. Bağımlı Değişken Olarak Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ-A) ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanlarına Etki Edebilecek Sosyodemografik Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi..... | 94 |
| Tablo 33. Bağımlı Değişken Olarak Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ-B) Ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanlarına Etki Edebilecek Sosyodemografik Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi..... | 96 |

1. BÖLÜM

GİRİŞ

İnsanoğlu doğası gereği doğumundan itibaren çevresindeki diğer kişilerle ilişki içindedir. İlişki kurmak, temelini iletişim kurmaktan almaktadır ve yaşam boyu devam etmektedir. İletişim, doğru ve tekrarlı bir şekilde iletişim kurulduğunda, bireyler arasında duygu ve düşünce paylaşımı artmaktadır ve kişilerarası ilişkiler bu şekilde kurulmaktadır (Siyez, 2010; Gürüz ve Eğinli, 2008).

Kişilerarası ilişkiler geçmişten bu yana bir çok çalışmaya konu olmuş (Heider, 1958) ve çok sayıda kuramcı tarafından tanımlanmıştır. Genel bir tanım yapmak gerekirse kişilerarası ilişki, iki ya da daha fazla birey arasında gelişen, düşünce, duygu ve davranışlardan oluşan, farklı samimiyet düzeylerinde karşılıklı olarak meydana gelen bir örüntüdür (Plutchnik, 1997, aktaran İmamoğlu, 2008). Sadler ve Woody (2003) bu tanıma ek olarak, her bireyin kendine özgü bir ilişki tarzının olduğunu, bu tarzların ve bahsedilen boyutların bir uyum çerçevesi içinde gerçekleştiğini eklemişlerdir (aktaran Karslı, 2008; Koç, 2008). İşte kişilerarası ilişki tarzları bu şekilde oluşmaktadır ve bireyden bireye farklılık göstermektedir .

Kişilerarası ilişkilerin her bireyde farklılık göstermesi, bir çok bireysel değişkene bağlı olarak ortaya çıkmaktadır. Bu değişkenler kendilik algısı, özsaygı, özdeğer, kontrol odağı, şemalar, kişilik özellikleri, stresle baş etme, saldırganlık, öfke, bağlanma, ebeveyn tutumları ve depresyon, anksiyete,

psikosomatik rahatsızlıklar olarak tanımlanabilir (Robinson, 2000; Saymaz, 2003; Oral, 2006; Karşlı, 2008; Koç, 2008; Alkan, 2008; Uzun, 2008; Kaya, 2010; Tümkiye, Çelik ve Aybek, 2010). Bu değişkenlerin her bireyde farklı seviyelerde ve farklı şekillerde ortaya çıkması, kurulan kişilerarası ilişki tarzlarını oldukça etkilemektedir. Kişilerarası ilişkilerin bu kadar geniş kapsamda ele alınmasının bir sebebi de, bebeğin daha anne karnından itibaren hareket etmesiyle iletişim içinde olmasından kaynaklanmaktadır.

Kişilerarası ilişkilerin yaşam sürecinde ön planda olduğu ve daha yoğun olarak kurulduğu dönem, 20 - 45 yaş aralığını kapsayan genç yetişkinlik dönemi (Zimbardo, 1979, aktaran Onur, 2000) olarak kabul edilmektedir. Bu dönemde birey aktif olarak kendine bir yaşam düzeni kurarak ve sorumluluk alarak kendi geleceğiyle ilgili adımlar atmaya başlamaktadır. Birey, bu dönemde kurduğu ilişkilerle eş seçimi, aile kurma, toplum içinde statü kazanma, kariyer yapma, sosyal çevre edinme gibi gelişim evrelerini gerçekleştirmektedir (Aydın, 2002 aktaran İmamoğlu, 2008).

Kişilerarası ilişkilerde önem arz eden konulardan birisi de kendilik algısıdır. Safran ve Segal (1990), kendilik algısının bireyin kişilerarası ilişki kurmaya başladığı andan itibaren şekillendiğini belirtmiştir (aktaran Koç, 2008). Kendilik algısının oluşması ve kurulan kişilerarası ilişki tarzları birbirini çift yönlü etkileyen durumlardır. Mead (1934), bireylerin çevrelerindeki diğer bireylerle kurdukları ilişkilerin kendilik algılarını etkilediğini belirtmiştir. Bireyin doğumundan itibaren iletişim kurmaya başladığı göz önünde bulundurulduğunda, kişilerarası ilişkilerin en başta bireyin yetiştiği ortamda, yani aile ortamında şekillenmeye başladığı sonucu çıkarılabilir. Bireyin yetiştiği aile ortamı, yaşamla ilgili ilk deneyimlerin kazanılması ve dünyaya ilişkin ilk

bilgilerin elde edilmesi bakımından bireylerin hayatında büyük önem taşımaktadır. Hopkins ve Klein (1993), yaptıkları bir çalışmada çocukluk döneminde anne ya da birinci derecede bakım veren kişi tarafından verilen bakımın niteliğinin kendilik algısı gelişiminde önemli rol oynadığına dair bulgular elde etmişlerdir. Bu süreçte birey edindiği bilgiler sonucu hem kendine, hem ebeveynlerine, hem de dünyaya ilişkin bilgiler (şemalar) edinmekte, bu bilgiler bireyin yetişkinlik yaşamını ve sonraki süreçteki seçimlerini etkilemektedir.

Bireyin erken dönemde yaşadığı deneyimler sonucu çevresi ve dünya hakkında edindiği bilgiler, yukarıda da bahsedildiği üzere “şemalar” olarak adlandırılmaktadır. Ebeveynlerle kurulan olumsuz ilişkiler ve deneyimler sonucu oluşan şemalar ise “erken dönem uyumsuz şemalar” olarak tanımlanmaktadır. Ebeveyn ve birey arasındaki olumsuz yaşantılar, olumsuz ebeveyn algısını da beraberinde getirmektedir. Bu kavramlar, Young, Klosko ve Weishaar (2009) tarafından geliştirilmiştir. Ortak noktaları, çocukluk döneminde ebeveynler ile kurulan olumsuz ilişkiler sonucu ortaya çıkmış olmalarıdır.

Yukarıda bahsedilen bilgiler doğrultusunda, insan varlığının doğumundan itibaren iletişim kurarak ihtiyaçlarını gidermeye başladığı düşünülmektedir. Kişilerarası ilişkilerin erken dönemden itibaren kurulmaya başladığı; kendilik algısı, algılanan ebeveynlik stilleri ve erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunun da yine erken dönemde çevreyle kurulan ilişkiler ve deneyimler sonucu oluştuğu bilgilerinden yola çıkılarak kendiliğe dair değerlendirmelerin, erken dönemde oluşan şemaların ve algılanan ebeveyn tutumlarının bireylerin kişilerarası ilişki tarzlarını yordayacağını düşünülmektedir.

Bu araştırma literatürde yapılan çalışmalardan farklı olarak erken dönemde gelişmeye başlamakta olan kendilik algısı, erken dönemde oluşan şemalar ve bireylerin algıladığı ebeveyn tutumlarının kişilerarası ilişkileri ne kadar yordadığına dair betimsel sonuçlar ortaya çıkarmayı amaçlamaktadır. Araştırmanın giriş kısmında, kişilerarası ilişkiler, erken dönem uyumsuz şemalar, algılanan ebeveynlik stilleri ve kendilik algısı kavramları kuramsal çerçeve içinde sunulmaya çalışılacak ve bu kavramlarla ilgili yapılan çalışmalardan bahsedilecektir. Yöntem kısmında örneklem ve araştırma değişkenlerini ölçmek amacıyla kullanılan ölçekler hakkında bilgi verilecektir. Bulgular kısmında araştırmanın temel hipotezi ve araştırma sorularına ilişkin analizlerin sonuçları verilecek, tartışma kısmında ise elde edilen bulgular literatür bilgisi çerçevesinde tartışılacaktır.

1.1. Kişilerarası İlişkiler

Kişilerarası ilişkiler, bir süreç olarak tanımlanmaktadır ve temelini iletişim kavramından almaktadır. İletişim, bireyler arasında bilgi ve duygu paylaşımına yönelik, güven bağına barındıran, çift yönlü, geribildirime dayalı, sözlü ve sözsüz etkileşimi içeren bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Gürüz, & Eğinli, 2008; Siyez, 2010). Kişilerarası iletişim ise, kişisel yaşantıların paylaşılması sonucu meydana gelmektedir. Bu paylaşım sürekli ve düzenli hale geldikçe sosyal bağ, ilişki ya da yakınlık kurulması sonucu “kişilerarası ilişkiler” ortaya çıkmaktadır.

Kişilerarası ilişki kurma geçmişten beri insanoğlunun ilgi alanı dahilinde olmuş, bir çok efsaneye, hikayeye, romana, şiire, tiyatroya ve makaleye konu

olmuştur (Heider, 1958). Çalışma alanı olarak popüler hale geldikçe, literatürde sosyal, davranışsal bilimler ve sağlık bilimleri kapsamında ilişki kurmayla ilgili geniş kaynaklı bir bilgi birikimi oluşmuştur. Bu sayede konu literatürde belirgin bir yer edinmiş, multidisipliner bir çalışma alanı yaratmıştır. Psikoloji alanı doğrultusunda gelişimsel, sosyal ve klinik psikoloji alanları ilişki kurma konusuyla bağlantılı alanlardır ve yapılan çalışmalarla hala katkı sunmaya devam etmektedirler (Berscheid, 1994).

Kişilerarası ilişkilerle ilgili ilk tanım, 20. yüzyılın başında “kişilerarası iletişim” kapsamında Simmel (1908, 1950)’in edindiği gözlemler sonucu yapılmıştır. Simmel, kişilerarası iletişimin karşılıklı bilgi paylaşımı, etkileşim ritüelleri, gizlilik, yalanlar ve doğrular, sosyal iletişim tipleri gibi kavramlardan oluştuğunu ifade etmiştir. 20. yüzyılın ortalarında Eliot Chapple (1953, 1970), iletişim kurma sürecinin “etkileşim ritimleri” kapsamında gerçekleştiğini, ilişki yoğunluğu, zamanlama ve organizasyon öğelerinin ise bu kapsamda önem taşıdığını belirtmiştir. Aynı zamanda Chapple, “etkileşim ritimleri”nin iletişim kurma sürecinin anlaşılmasında olduğu kadar psikopatolojiyi anlamada da önemli bir rol oynadığını ifade etmiştir. Chapple’dan sonra Sullivan (1954), yetişkinlik döneminde ortaya çıkan şizofreninin temelinde, çocukluk ve ergenlik döneminde kurulan problemlili kişilerarası ilişkilerin bulunduğunu belirtmiştir (aktaran Knapp & Daly, 2002). 1950’lerin sonuna doğru, Fritz Heider’in *The Psychology of Interpersonal Relations* (1958) kitabının yayınlanması, “kişilerarası ilişkiler” kavramıyla ilgili teorilerin araştırılmasına yönelik bir çalışma alanının ortaya çıkmasını sağlamıştır.

Bu çalışma alanının ortaya çıkmasından sonra, kişilerarası ilişkilere yönelik çeşitli tanımlamalar yapılmıştır. Heider (1958) kişilerarası ilişkileri, sosyal

etkileşimin özel bir boyutu olarak, iki ya da daha fazla kişi arasındaki her türlü ilişki olarak tanımlamıştır. Leary (1957) kişilerarası ilişki tanımında “iki bireyin birbirlerine karşılıklı olarak açık, bilinçli, sembolik ve etik davranışları” vurgularken; Kiesler (1983) ise bireyin belirli durumlarda gösterdiği davranış yerine çeşitli durum ve ilişkilerde sergilediği davranış örüntülerini “kişilerarası ilişki tarzları” olarak tanımlamıştır (aktaran Göçener, 2010). Plutchik (1997), kişilerarası ilişkilerde duygu, düşünme ve davranış stilleri boyutlarının ilişki süreci kapsamında ortaya çıktığını, tanışıklık ve samimiyet uçları arasında farklı yoğunluklarda yaşanabileceğini ifade etmiştir (aktaran İmamoğlu, 2008). Birey ister aktif ister pasif olsun, ilişki sürecinde bir amaç taşımaktadır (Birtchnell, 1993 aktaran Koç, 2008), bu süreçte bulunan her bireyin ilişkiye katkısı ya da ilişki üzerinde etkisi bulunmaktadır (Heider, 1958) ve birbirlerini nasıl algıladıkları da süreci etkileyen önemli bir öge olarak karşımıza çıkmaktadır (Tagiuri & Petrullo, 1958).

1.1.1. Kişilerarası İlişkilere Yönelik Kuramlar

1.1.1.1. Nesne İlişkileri ve Bağlanma Kuramı

Freud ve Freud sonrası psikanalitik kuramcılar, kişilerarası ilişkilerle ilgili ilk kuramsal çalışmaları başlatmışlardır (Karşlı, 2008). Psikanalitik yaklaşımlardan biri olan nesne ilişkileri, bu sebeple kişilerarası etkileşime psikopatoloji bağlamında atıfta bulunan ilk yaklaşımlardan kabul edilmektedir (Kaya, 2010).

Freud (1917), “Yas ve Melankoli” çalışmasında depresyonu kişilerarası etkileşim bağlamında incelemiş, ortaya çıkış sebebi olarak nesne kaybı ve

içselleştirilmiş ilişkilere atıfta bulunmuştur. Buna göre Freud (1917), kişilerarası ilişkileri, nesne ilişkileri kavramıyla özdeşleştirmiş, nesne kaybının depresyona yol açtığını öne sürmüştür. Freud sonrası Melanie Klein, Donald Winnicott, Margaret Mahler ve Otto Kernberg nesne ilişkileri kuramını genişletmişlerdir (Burger, 2006). Nesne ilişkileri kuramı kendilik algısının diğerleriyle kurulan etkileşim bağlamında oluştuğunu savunur. Başta birincil bakım veren kişi (anne figürü) ve çevreyle kurulan etkileşim sonucu birey kendine, diğerlerine ve dünyaya ilişkin algısını geliştirmektedir (Edkins, 1985; Greenberg ve Mitchell, 1983; Kropp, 1990 aktaran Parker, 2008). Klein bu kuramın öncülerindedir; anne ile erken dönemde kurulan ilişkilerin kişilik gelişiminin ve davranışlarının temelini oluşturduğunu ifade etmiştir (Göka, Yüksel ve Göral, 2006). Klein (1948)'e göre bebek, libidinal ve saldırgan dürtüleri doğrultusunda anneyi “iyi nesne” ya da “kötü nesne” olarak tanımlar (aktaran Dereboy, 2000). Klein bebeğin ilk 1 yıl içindeki gelişim dönemini ikiye ayırmış, ilk 6 ayı paranoid şizoid, ikinci 6 ayı ise depresif dönem olarak tanımlamıştır (Özmen, 2001). Paranoid şizoid dönemde bebek çevresindeki nesnelere iyi ya da kötü özelliklere sahip “parçalar” (örneğin iyi meme – kötü meme) olarak algılamaktadır. Bu dönemde bebek nesnelere karşı duyduğu saldırgan ve yıkıcı içselleştirmelerin onlara zarar vereceğinden dolayı kaygı yaşar. Klein'a göre kaygı depresif anksiyete olarak tanımlanmaktadır ve bu sürecin devamını depresif dönem izlemektedir. Depresif dönemde bebek, etrafındaki nesnelere bir bütün olarak algılamaya başlamaktadır (Cebeci, 2004). Anne artık bir bütündür ve sevgi nesnesidir. Bebek, sevgi objesi olan annesini kaybetme korkusu yaşarken bir yandan da nefret duyguları hisseder. Bunun sonucu olarak suçluluk duygusu yaşar (Özmen, 2001).

Mahler (1975) ise nesne ilişkileri için anne ve bebek arasında kurulan “sembiyotik ilişki” tanımını getirmiştir. Mahler (1975)’e göre bebek yaşamın ilk aylarında annesini ve kendisini ayrılmaz bir bütün olarak düşünmekte, büyüdükçe annesinden ayrı bir birey olduğunun farkına varmaya başlamaktadır (aktaran Dereboy, 2000).

Nesne ilişkilerine yönelik kuramlar kendi içlerinde farklılık göstermekle birlikte, nesne kavramı genel anlamda dış dünyadaki kişi ve imgeleri sembolize etmektedir. Kişilerarası ilişkiler de bireyin dış dünyasını sembolize edilmektedir (Kaya, 2010).

Nesne ilişkileri kuramı bağlanma kuramı için temel oluşturmıştır. Bağlanma kuramı Bowlby (1969, 1973, 1980) tarafından geliştirilmiştir (aktaran Burger, 2006).

Bağlanma kuramına göre, birey çevresindekilere ve kendisine ilişkin içsel temsillere sahiptir ve bu temsiller çocukluk yaşantısı boyunca bireyin birincil bakım veren kişiyle (anne figürü ile) kurduğu ilişki sonucu oluşmaktadır. Birey bu ilişki sonucu bakım verenin tepkileri doğrultusunda çevresine ilişkin zihinsel temsiller oluşturmaktadır ve bu temsiller bireyin yetişkinlik ve çocukluk dönemindeki yakın ilişkilerini şekillendirmektedir (Kaya, 2010).

Birey verilen tepkiler doğrultusunda kendine ve dünyaya ait bilgiler toplar, bu sayede kendine ve diğerlerine ait olmak üzere içselleştirilmiş iki tip zihinsel temsil geliştirmektedir. Birincil bakım veren (anne figürü) – birey arasındaki ilişkinin tutarlı, güven verici, kabul edici tarzda olması ve ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik olması, bireyin kendini değerli ve önemli hissetmesini sağlayarak, kendine dair “olumlu benlik” algısı oluşturmaya ve başkalarını da

olumlu, destekleyici ve ulaşılır olarak algıladığı “olumlu başkaları” modelini geliştirmesini sağlamaktadır. Fakat bakım veren (anne figürü) – birey arasındaki ilişkide bakım verenin bireye karşı reddedici tutum içinde olması, ihtiyaçların karşılanmasında ihmalkâr davranması bireyin “olumsuz benlik” geliştirmesine, başkalarına ait güvenilmez, tutarsız, soğuk algı oluşturarak “olumsuz başkaları” modeli edinmesine sebep olmaktadır (Main, 1990, aktaran İmamoğlu, 2008).

Bowlby (1980, 1982), bireyin birincil bakım vereni ile tekrarlı olarak kurduğu etkileşimi sonucu oluşturduğu bağlanma stiline kişilik yapısının bir parçası haline geldiğini ifade etmektedir (aktaran Kaya, 2010). Bowlby bağlanmayla ilgili yaptığı çalışmalar sonucu güvenli, kaygılı – kararsız ve kaçınan olmak üzere üç bağlanma stili olduğunu ifade etmiştir (Hazan & Shaver, 1987). Bowlby (1985;1989)’e göre erken dönemde bağlanma figürüyle oluşan bu stiller bireyin ileriki yaşantısındaki ilişkileri için temel oluşturmakta ve ilişkilerini şekillendirmektedir (aktaran Koç, 2008; Karslı, 2008).

Bartholomew ve Horowitz (1991) ise Bowlby’nin yapmış olduğu tanımları geliştirerek “Dörtlü Bağlanma Modeli” adını verdikleri yeni bir model oluşturmuşlardır. Bu bağlanma modeli, kendilik ve diğerlerine ait modelleri olumlu ve olumsuzluk boyutlarında değerlendirmektedir. Bu iki boyutun çaprazlanması sonucu ortaya çıkan dört bağlanma stili şu şekildedir (Feyzioğlu, 2008):

- i. Güvenli bağlanma stili (olumlu kendilik – olumlu diğerleri modeli):
Güvenli bağlanma stiline sahip bireyler kendilerini değerli görmekte, diğer

bireylerin de kendisini kabul ettiklerini ve güvenilir bulduklarını düşünmektedirler.

- ii. Saplantılı bağlanma stili (olumsuz kendilik – olumlu diğerleri modeli): Saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler kendilerini olumsuz ya da değersiz algılamakta, fakat diğerlerini olumlu ve güvenilir algılamaktadırlar.
- iii. Kayıtsız (kaçman) bağlanma stili (olumlu kendilik – olumsuz diğerleri modeli): Kayıtsız (kaçman) bağlanma stiline sahip bireyler kendilerinin sevilebilir olduğuna, fakat başkalarının güvenilir olmadığına inanmaktadırlar.
- iv. Korkulu bağlanma stili (olumsuz kendilik – olumsuz diğerleri modeli): Korkulu bağlanma stiline sahip bireyler kendilerine ve diğer bireylere ait değersizlik, sevilmezlik ve güvenilmezlik inancını taşımaktadırlar (Tutarel ve Çavuşoğlu, 2006, aktaran Feyzioğlu, 2008; Koç, 2008).

Son zamanlarda yapılan çalışmalar, güvenli bağlanma ile kişilerarası ilişki tarzları arasında anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir. Özellikle anne ile kurulan güvenli bağlanım ilişkisinin sonraki yıllarda olumlu ilişkiler kurulmasında etkisi olduğu anlaşılmıştır (Göçener, 2010). Saymaz (2003)'ün çalışmasında güvenli bağlanma ile olumlu kişilik özellikleri arasında anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuş, Demirkan (2006)'ın çalışması ile de bu bulgular desteklenmiştir.

1.1.1.2. Sullivan’ın Kişilerarası Kuramı

Temelini nesne ilişkileri kuramından alan bir diğer yaklaşım ise kişilerarası kuramdır. Bu kurama göre nesne ilişkileri bağlamında ele alınan kişilerarası ilişkiler, psikolojik sağlığın temelini oluşturmaktadır. Bu görüşü kuram çerçevesinde açık bir şekilde ifade eden Fairburn ve Sullivan olmuştur (Koç, 2008).

Sullivan “bireylerarası terapi” olarak adlandırdığı bir terapi yöntemi geliştirmiş ve bu yöntem ile şizofren hastalarla çalışmıştır. Bu konuda başarı gösteren Sullivan, psikopatolojik semptomların tedavisinde kişilerarası ilişkilerin önemini vurgulayan bir yaklaşım geliştirmiştir (Budak, 2005). Yaklaşım “kişilerarası kuram” olarak adlandırılmıştır ve bireyden çok bireyin dış dünyayla kurduğu ilişkiye odaklanmaktadır (Kaya, 2010). Kurama göre birey herhangi bir sosyal organizasyonun içinde bulunduğu belirli yollarla sosyal ortama adapte olmakta ve bu süreçte ilişki kurmaktadır. Kuram, bireyin ilişki kurarken sergilediği davranış örüntülerinin önemine dikkat çekmekte (Koç, 2008), kişiliğin ise kişilerarası ilişkilerden ayrıştırılamayacak bir bütün olduğunu ve bireylerin çevreleriyle ilişki kurarak var olduklarını öne sürmektedir (Sullivan, 1953 aktaran Koç, 2008).

Sullivan’a göre, kişilik yapısı kişilerarası ilişkilerin bir ürünüdür ve ilişki durumları dışında incelenemez. Kişilik yapısı dinamizm, personifikasyon (kişileştirme) ve benlik sistemi gibi dahilinde bir çok süreci barındırmaktadır (Karlı, 2008).

Dinamizm, kişilik yapısının incelenmesini sağlayan en küçük birim olmakla beraber, organizmanın canlılığını sürdürmekte ve davranışları oluşturan tekrarlı

enerji dönüşümünü sağlamaktadır. Dinamizmler tüm bireylerde aynı temele sahiptirler. Fakat ifade ediliş biçimleri her bireyin durumuna ve yaşantısına göre farklılaşmaktadır (Geçtan, 2002). Kişilerarası dinamizmler, bireylerin diğer bireylere yönlendirdikleri alışkanlıklarla ilgili tepkilerdir ve duygu, davranış, tutum formlarında ifade edilebilmektedirler (Hail ve Lindzey, 1985, aktaran Göçener, 2010).

Sullivan (1953), anksiyetenin insan ilişkileri sonucu ortaya çıktığını ileri sürmüştür, bunu da benlik sistemi olarak adlandırmıştır. Bu sebeple bireylerin anksiyeteyi azaltmak adına önemsedikleri kişilerden onay almaya çabaladıklarını, bunu da davranışlarını şekillendirerek, denetleyerek ya da uyumlu hale getirerek yaptıklarını belirtmiştir (aktaran Geçtan, 2002).

Kişileştirme (personifikasyon), bireyin kendisine ya da başkalarına ilişkin geliştirdiği zihinsel imgelerdir. Bu imgeler, bireyin ihtiyaçlarının tatmin edilmesi ya da anksiyetenin azaltılmasına yönelik çabaları sonucu oluşmaktadır. İhtiyaçların tatminini sağlayan kişilerarası ilişkiler olumlu imgelerin, anksiyetenin artmasına yol açan kişilerarası ilişkiler ise olumsuz imgelerin ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Buna örnek olarak anne – çocuk ilişkisi verilebilir. Anne çocuğun ihtiyaçlarını karşıladığında çocuk iyi anne kişileştirmesi geliştirmekte, anne olumsuz tutumlar sergilediğinde ise çocuk ayrıca kötü anne kişileştirmesi geliştirmektedir. Bu farklı kişileştirmeler anneyle yaşanan diğer deneyimlerle bir araya geldiğinde, çocuk anneye dair genel bir kişileştirme elde etmiş olmaktadır. Kişileştirmeler başlangıçta bireyin çevresindeki diğerlerini değerlendirmesinde kendisine algı dayanağı sağlamakta, bir kez oluştuktan sonra bireyin tutumlarını sürekli ve değişmez hale getirmektedir. Bu sebeple kişileştirmeler, bazı durumlarda kişinin çevresini

yanlış algılamasına ve kişilerarası ilişkilerinin bozulmasına yol açabilmektedir (aktaran Geçtan, 2002).

Bu durum bireyin kendisini değerlendirmesinde de yaşanmaktadır. Çocuk, kendisini çevresinden ayırt etmeye başladığında kendisiyle ilgili kişileştirmeler de oluşturmaktadır. Sullivan (1996)'a göre 3 tür kişileştirme vardır:

- i. İyi – ben kişileştirmesi (good me): Çocuk ihtiyaçları karşılandığında (olumlu deneyimler ve ödüllendirici ilişkiler) kendine dair iyi – ben kişileştirmesi geliştirmektedir. Bu yapı kendilik saygısının önemli kaynaklarından biridir ve bilinç düzeyindedir (Sullivan, 1996).
- ii. Kötü – ben kişileştirmesi (bad me): Çocuk ihtiyaçları karşılanmadığında (olumsuz anne tutumu ve onaylanmama), kötü – ben kişileştirmesi geliştirmektedir. Bu yapı kendilik algısının bireyin farkında olduğu olumsuz yanlarını oluşturmaktadır (Sullivan, 1996).
- iii. Ben olmayan kişileştirmesi (not me): Anne figürünün çocuğa karşı aşırı memnuniyetsiz tutum göstermesi çocukta belirgin anksiyete oluşmasına sebep olmaktadır. Ben olmayan kişileştirmesi bu şekilde gelişmekte, kendiliğin kabul edilemez ve istenilmeyen bölümlerini oluşturmaktadır (Sullivan, 1996).

Benlik sistemi ise, benliğin kişileştirilmesini temsil etmekle beraber kaygıyı önlemek ya da minimuma indirmek için ortaya çıkmaktadır. Kaygı, bireyin bebeklik döneminde anne ile ilişki kurduğu dönemde ortaya çıkmakta, birey bu kaygıdan kaçınmak için çeşitli tepkiler geliştirmektedir. Bu tepkilerden biri anne ya da babanın isteklerine uygun davranışlar sergileyerek uyum sağlamak, diğeri ise kaygıya yol açan olumsuz durumları görmezden gelerek seçici

dikkatsizlik göstermektir (Hall & Lindzey, 1985, aktaran Göçener, 2010). Seçici dikkatsizlik bireyin yaşamında hem olumlu hem de olumsuz rol üstlenmektedir. Olumlu rol, birey için çok önemli olmayan durumlarda bireyin seçici dikkatsizliği kullanarak o durum hakkında kaygılanmasını önlediği zaman, olumsuz rol ise birey kendisi için önemli olan durumları da görmezden geldiğinde kişilik sisteminin benlikten izole olmasıyla ortaya çıkmaktadır (Sullivan, 1953 aktaran Göçener, 2010).

Sullivan son olarak olarak davranışsal bozuklukların bireylerarası ilişkilerden kaynaklandığını, bu sebeple davranış bozukluklarının tedavisinin kişilerarası ilişkiler ile yapılabileceğini belirtmiş; sözlü ve sözsüz iletişimi, ilişki kurma sürecinin en önemli öğeleri olarak görmüştür. İletişim sürecinin yanlış anlama ya da yorumlamalar sonucu sorunlara yol açtığı gibi, çözüm üretilen bir süreç olduğunu da belirten Sullivan, çalışmalarında kişilerarası ilişkilere ve iletişime ağırlık vermiştir (Geçtan, 2002).

1.1.1.3. Kişilerarası Şemalar ve Kişilerarası Döngü

Safran (1990a, 1990b) bireylerin psikolojik süreçlerinin değerlendirilmesinde bilişsel süreçler ile kişilerarası süreçlerin birlikte ele alınması gerektiğini öne sürmüş, özellikle kişilerarası süreçlerin önemine vurgu yaparak bireyi “bilişsel – kişilerarası döngü” çerçevesinde değerlendirmek gerektiğini belirtmiştir (aktaran Koç, 2008). Klinik psikoloji kapsamında bilişsel boyutun değerlendirilmesi psikopatolojinin açıklanması ve tedavi edilmesinde bilişsel süreçlere, duygulara ve düşüncelere odaklanmakta ve önemli katkılarda

bulunmaktadır. Özellikle depresyon ve kaygı bozukluklarının tedavisinde etkili olduğu bilinmektedir (Soygüt ve Türkçapar, 2001, aktaran Alkan, 2008). Fakat Safran, psikopatolojinin tanımı ve tedavisine yönelik müdahalelerde bilişsel boyuta fazla önem verildiğini, sağlıklı bir değerlendirilme yapılabilmesi için bilişsel boyutun yanında kişilerarası boyutun da ele alınması gerektiğini vurgulamıştır (Soygüt ve Türkçapar, 2001, aktaran Oral, 2006).

Safran ve Segal (1990)'in kişilerarası yaklaşım ve bilişsel yaklaşımı bir araya getirerek öne sürdüğü kuramda, bilişlerin, duyguların ve davranışların kişilerarası süreçler bağlamında ortaya çıkan ve işlev gören mekanizmalar oldukları ifade edilmiş, kapsamlı bir bilişsel model üzerinde incelenmiştir (aktaran Karşlı, 2008).

Kuramın temelini “kişilerarası şema” ve “kişilerarası döngü” kavramları oluşturmaktadır. Kişilerarası şema kavramı, bireyin çevresindeki diğerleri ile olan geçmiş ilişkileri temelinde oluşan bilgi yapısıdır ve kişilerarası ilginin korunmasına dair bilgiyi depolamaktadır. İşlevsel olmayan kişilerarası şemalar, işlevsel olmayan kişilerarası ilişkilerin kurulmasına sebep olmaktadır. Safran (1990) bu durumu şu örnekle açıklamaktadır: “Kişi diğer bireyleri düşman olarak görüyorsa, onların nötr davranışlarını seçici olarak düşmanca algılayacak ve buna göre tepkide bulunacaktır. Bunun sonucu olarak diğerlerinden de düşmanca davranışlar alacaktır. Bu durum kişide kızgınlık yaratacak ve diğer bireylere karşı düşmanlık beklentisi geliştirecektir (s. 95).” Bilişsel - kişilerarası döngü bu karşılıklı etkileşim sonucu oluşmakta ve şekillenmekte, kişilerarası şemalar ise bireyin kişilerarası algısı doğrultusunda gelişim sürecine uyumlu olarak ortaya çıkmaktadır. Aynı sebeple kişilerarası şemalar bilişsel – kişilerarası döngü nedeniyle bulunulan her ortamda şekillenmeye devam

etmekte, yeni durumlara uyumu güçleşebilmektedir. Safran'a göre psikopatolojinin gelişimi ve sürekli hale gelmesi bu döngü sonucu oluşmaktadır (aktaran Alkan, 2008).

Bu döngüde “kontrol” ve “birlikte olma” olarak adlandırılan iki ayrı boyut bulunmaktadır. Kontrol boyutuna dahil olan davranış özellikleri “baskın” ve “pasif” sıfatları kullanılarak tanımlanmakta, birlikte olma boyutuna dahil olan davranış özellikleri ise “dostça” ve “düşmanca” sıfatları kullanılarak tanımlanmaktadır. Kontrol boyutundaki davranışlar karşıt karşıtlılık ilkesine dayandırılmaktadır, buna göre baskınlık pasifliği, pasiflik ise baskınlığı ortaya çıkarmaktadır. Birlikte olma boyutunda ise davranışlar tamamlayıcılık ilkesine dayandırılmaktadır, dostluk dostluğu, düşmanlık düşmanlığı ortaya çıkarmaktadır. Belirli duyguların hissedilmesinin ya da deneyimlenmesinin ilişkileri tehdit edeceğine dair kişilerarası şemaları olan bireyler tutarlı olmayan iletişim kurmaktadır. Bunun sonucu olarak çevrelerine ilettikleri mesajlar da tutarsız olabilmektedir (Safran, 1990 aktaran, Alkan, 2008). Mesela birey öfke duygusunun ilişki sürecini tehdit eden bir unsur olduğunu içeren şemaya sahip ise, öfkesini sözel olarak ifade etmeyecektir; fakat sözel olmayan iletişimlerinde öfke duygusu gözlenecektir. Bunun dışında psikolojik olarak uyumsuz bireyler, davranışları doğrultusuyla ilettikleri mesajların farkında olmadıklarından aldıkları karmaşık ve rahatsız edici geribildirimleri adlandıramamakta, sonuç olarak ortaya çıkan patolojik durum süreklilik göstermektedir (Safran ve Segal, 1990 aktaran Alkan, 2008).

Kişilerarası ilişkilere yönelik literatür bilgisine bakıldığında, çevreden (arkadaş, ebeveyn, sosyal ortam vb.) alınan geri bildirim ve bireyin psikolojik iyi halinin olumlu kişilerarası ilişkiler kurmada önemli rol oynadığı izlenimi

edinilmektedir. Olumsuz kişilerarası ilişkilerin temelinde ise erken dönem uyumsuz şemalardan kaynağını alan uyumsuz davranışların bulunduğu ifade edilmektedir (Young & ark., 2009). Bu bilgiye istinaden bir sonraki bölümde kişilerarası ilişkilerde uyumsuz davranışlara yol açan erken dönem uyumsuz şemalardan bahsedilecektir.

1.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Şemalara ilişkin basit bir tanım yapmak gerekirse, bireylerin dünyaya ait algılarının ve yaşantılarının, bilişsel olarak belirli ortak özelliklerine göre sınıflandırılması sonucu oluştuğu söylenebilmektedir. Şema sınıflandırması, yaşam deneyimleri sonucu elde edilen bilgilerin bir düzen içinde barındırılmasını sağlamaktadır ve her gelen yeni bilgi bu sınıflandırmalar dahilinde belleğe işlenmektedir. Şemalar çoğunlukla bireyin çocukluğundan itibaren şekillenmekte, yaşam deneyimleri edinildikçe de gelişmeye devam etmektedir (Beck ve ark., 1979).

Erken dönem uyumsuz şemalar, yukarıda da bahsedildiği gibi çocukluk ya da ergenlik dönemi boyunca gelişmekte olup; olumsuz anılar, duygular, bilişler ve bedensel duyumlar sonucu oluşmaktadır. Bireyin başkalarıyla olan ilişkilerine ve kendisine yönelik, yaşam boyu devam eden, çoğunlukla yıkıcı, uyum bozucu, işlevsel olmayan duygusal ve bilişsel örüntülerdir (Young & ark., 2009).

Young ve arkadaşları (2009), erken dönem uyumsuz şemalar kapsamında bireylerin uyumsuz davranış geliştirdiğini belirtmekte, bu uyumsuz davranışları

belirli şemalara verilen tepkiler olarak tanımlamaktadır. Bir başka deyişle, uyumsuz davranışlar şemanın bir parçası değildir, şema güdülenmesi sonucu ortaya çıkmaktadır.. Zamanla kişiliğin belirli bir parçası haline gelebilen bu davranışlar, kişilik bozukluklarının temelini oluşturabilmektedir.

Erken dönem uyumsuz şemaların özelliklerine bakıldığında, olumsuz ya da travmatik erken dönem yaşantıları sonucu oluşmaları ön plana çıkmaktadır. Bireylerin yaşamlarının sonraki dönemlerinde benzer olumsuz yaşantıyı deneyimlediklerinde şemalar tetiklenmektedirler. Bir şema tetiklendiğinde, bireyler korku, üzüntü, hayal kırıklığı, öfke gibi olumsuz duygular hissederler. Fakat uyumsuz şemaların oluşması için her zaman travmatik ya da olumsuz yaşantı deneyimlenmesi şart değildir. Çocukluk döneminde belirli ihtiyaçların karşılanmaması sonucu da erken dönem uyumsuz şemalar ortaya çıkabilmektedir (Young & ark., 2009). Çocukluk döneminde belirli ihtiyaçların karşılanmamasının yol açtığı bir durum da işlevsiz bağlanma stilleri olarak ortaya çıkmaktadır. Özellikle kaygılı/korkulu bağlanma stili geliştiren bireylerin, yüksek oranda erken dönem uyumsuz şemaya sahip olduğu belirtilmektedir (Mason, Platts ve Tyson, 2005).

Şemaların bir başka özelliği değişime oldukça dirençli olmalarıdır, bu sebeple psikopatolojik semptomların tedavisi açısından güçlük oluşturmaktadır. Aslında şema bireye tanıdık, bireyce bilinir. Olumsuz duygulanımlara yol açtığı halde bireye doğru gelmektedir, insanlar şemalarını tetikleyen durumlara daha yakın hissetmektedirler (Young & ark., 2009). Bu durum uyumsuz şemaların temelini sağlamlaştırıcı ve sürdürücü olmakla birlikte (Karahana, 2006), bireylerin bu şemaların farkında olmamasına ve bu şemaların dirençli olmasına da yol açmaktadır. Yapılan çalışmalarda özellikle psikopatolojik tanı alan bireylerde

uyumsuz şemaların daha güçlü ve değişime oldukça dirençli oldukları sonuçlarına ulaşılmıştır (Riso & ark., 2006; Nordahl, Holthe & Haugum, 2005; Muris, 2006).

Son olarak şemalar boyutsaldır, yaygınlık ve şiddet seviyesi bireyden bireye farklılaşmaktadır. Şemayı tetikleyen benzer olumsuz yaşantılar arttıkça, şemanın şiddeti artar. Bu durum, şema tetiklenmesi sonucu ortaya çıkan olumsuz duyguların şiddetinin ve süresinin de, paralel bir şekilde artması anlamına gelmektedir. Şema terapi ile bireylerin sahip olduğu bu şemaların daha az tetiklenmesi ve şemaların şiddetinin azaltılması amaçlanmaktadır (Young & ark., 2009).

Her ne kadar şemaların şiddeti ve yaygınlığı bireyden bireye farklılaşsa da, bahsedilen ortak özellikler gibi şemaların oluşumuna yol açan ortak temel nedenler vardır. Bu temel nedenlerin, şema özellikleri aksine her bireyde aynı durum ve koşullarda ortaya çıktığı varsayılmaktadır (Young & ark., 2009).

Varsayılan temeller 4 başlıkta sınıflandırılmıştır:

1) Temel Duygusal İhtiyaçlar: Young'a göre, çocukluk döneminde karşılanması gereken bazı temel ihtiyaçlar vardır ve bu ihtiyaçların yoğunluğu her bireyde farklılaşmaktadır. Young bu ihtiyaçları evrensel olarak tanımlamaktadır, bu ihtiyaçlarını uyumlu bir şekilde giderebilen bireyler sağlıklı psikolojik bireyler olarak kabul edilmektedirler. Bu ihtiyaçlar aşağıdaki gibi sıralanmaktadır:

- Diğerlerine güvenli bağlanma (güvenlik, istikrar, bakım ve benimsenme)
- Bağımsızlık, beceri, olumlu kimlik algısı
- Duygu ve ihtiyaçları ifade etmede özgürlük

- Spontanlık ve rol yapma
- Akılcı sınırlar ve öz denetim (Young & ark., 2009).

Giderilemeyen her ihtiyacın kendine özgü şema alanı ya da problemi oluşturduğu ifade edilmektedir (Polatlı, 2009).

2) *Erken Dönemde Oluşan Yaşantılar*: Erken dönemde edinilen yaşantılar erken dönem uyumsuz şemaların çekirdeğini oluşturmaktadır. Çocuğun erken dönemdeki dinamikleri oldukça güçlüdür ve bu dinamiklerin büyük bir kısmını aile yaşantısı oluşturmaktadır. Bireylerin yetişkinlik döneminde aktive olan uyumsuz şemaları, genelde çocukluk döneminde edinilen olumsuz bir aile yaşantısıyla ilgilidir. Kültürel çevre, yaşlılarla ilişkiler, okul gibi değişkenlerin etkileri birey olgunlaştıkça şemalar üzerinde de etki yaratabilmektedir. Ergenlik ve sonrasında gelişen uyumsuz şemalar, çocukluk döneminde gelişen uyumsuz şemalar kadar dirençli değildir. Young'a göre bir şema ne kadar erken dönemde oluşmuşsa, o kadar güçlü ve yaygındır (Young & ark., 2009). Özellikle çocukluk döneminin 9 – 10 yaş aralığında erken dönem uyumsuz şemaların net olarak var olduğu ve sabit hale geldiği ifade edilmektedir (Stallard, 2007). Şema edinimini besleyen dört durumun olduğu varsayılmaktadır; ihtiyaçların engellenmesi, travmatize olma ya da kurbanlaştırılma, ihtiyaçların normalden fazla karşılanması, seçici içselleştirme ya da önem verdiği kişilerle özdeşleşme (Polatlı, 2009).

3) *Duygusal Mizaç*: Her bireyin kişilik yapısı farklı özellik ve karakteristiklerdedir , bu yüzden her birey benzersizdir. Bazı bireyler girişken, bazıları daha uyumlu, bazıları ise daha agresif olabilir. Bireylerin çocukluklarında oluşan uyumsuz şemalar, kişilik yapısının biyolojik

temelleriyle ilgili olan mizaçtan ayrı düşünülmemektedir. Farklı mizaçlar bireylerin çocukluk dönemlerinde farklı çevreler ve farklı yaşantılar edinmelerine yol açmaktadır, ya da aynı çevre koşullarında farklı mizaca sahip çocuklar farklı yaşantılar deneyimlemektedirler (Young & ark., 2009). Örnek verilecek olursa, reddedici bir çevre, yeterince girişken olan bir çocuğun içe kapanık olmasına yol açabileceği gibi, ihtiyaçlarının karşılanmaması sonucu saldırganlaşmasına da yol açabilir.

1.2.1. Şema Alanları ve Erken Dönem Uyumsuz Şema Boyutları

Toplamda 14 alt boyuttan oluşan erken dönem uyumsuz şemalar 5 şema alanı altında toplanmıştır. Bu 5 alan ise daha önce şemaların ortaya çıkmasında rol oynayan durumlar olarak bahsedilen giderilmemiş ihtiyaçlar maddelerinin geniş kapsamda tanımlandığı alanlardır (Young & ark., 2009).

1) Kopukluk ve Reddedilmişlik Alanı: Bu alandaki şemalara sahip olan bireylerin çoğunun travmatik bir çocukluk yaşantıları olmuştur. Bu yüzden başkalarına bağlanmada ve güvenli ilişkiler kurmada başarısız olmakta, yakın ilişkiler kurmaktan kaçınmakta ve sevgi, bakım, istikrar, ait olma gibi duygusal ihtiyaçlarının karşılanamayacağına inanmaktadırlar (Bayalan, 2011). Bu alanda bulunan şemalar:

- a. Terk Edilme / İstikrarsızlık
- b. Duygusal Yoksunluk
- c. Kusurluluk / Utanç

d. Sosyal İzolasyon / Yabancılaşma olarak ortaya çıkmaktadır (Young ve ark., 2009; Bayalan, 2011).

2) *Zedelenmiş Özerklik ve Performans*: Özerlik, bireyin ailesinden sağlıklı olarak ayrışması, ait olduğu yaş grubundaki bireyler gibi ebeveynlerinden bağımsız şekilde hareket edebilme yetisidir. Bu şema alanı, ebeveynlerin bireyin ihtiyaçlarını fazlasıyla karşılaması sonucu ya da hiç karşılamaması, ilgisiz kalması sonucu oluşmaktadır (Bayalan, 2011). Bu alandaki şemalara sahip bireyler, bağımsız hareket edebilme ve ebeveynlerinden ayrışma konusunda çatışma yaşamaktadırlar (Young & ark., 2009). Bu alanda bulunan şemalar:

e. İç İç Geçme / Bağımlılık (Yetersizlik)

f. Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık

g. Başarısızlık olarak ortaya çıkmaktadır (Young & ark., 2009; Bayalan, 2011).

3) *Zedelenmiş Sınırlar*: Bu alanda bulunan şemalara sahip bireyler içsel sınırlarını belirlemede ve kendilerini disipline etmede çatışma yaşamaktadırlar. Çoğu zaman bencillik, sorumsuzluk, narsistlik ve şımarıklık gösterirler (Young & ark., 2009). Uzun vadeli amaçlara ulaşmada zorluk, başkalarının haklarına saygı gösterememe, iş birliği yapamama, verilen sözleri tutamama bu şema alanına özgü davranış ve tutumlara örnektir (Bayalan, 2011). Bu alanda bulunan şemalar:

h. Yetersiz Özdenetim / Ayrıcalıklılık olarak ortaya çıkmaktadır (Young ve ark., 2009).

4) *Başkaları Yönelimlilik*: Bu alandaki şemalara sahip bireyler başkalarının ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarından ön planda tutmaktadırlar. Bunun temelinde ilişkide buldukları kişilerden onay alma, süregelen duygusal bağlantıyı devam ettirme ya da olumsuz tepkiden kaçınma yatmaktadır (Young & ark., 2009). Bu alanda bulunan şemalar:

i. Kendini Feda

j. Onay Arayıcılık / Tanınma Arayıcılık olarak ortaya çıkmaktadır (Young & ark., 2009).

5) *Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama Alanı*: Bu alandaki şemalara sahip bireyler yakın ilişkiler kurma, sağlık, mutluluk, kendini ifade etme, başarı, rahatlama gibi yaşamın bir çok alanında içselleştirdikleri sınırlı kurallara uymaya çalışmakta, kendiliğinden gelişen duygularını ve içgüdülerini baskılamaktadırlar.. Çocukluk dönemlerinde, olumlu olaylardan çok olabilecek olumsuz olaylara karşı tetikte olmayı, hayata karşı soğuk bakmayı öğrenmektedirler (Bayalan, 2011). Bunu başaramadıklarında korku, endişe, karamsarlık hissedeceklerini ve bunun yaşamlarını dağıtacağını düşünmektedirler (Young & ark., 2009). Bu alanda yer alan şemalar:

k. Olumsuzluk / Karamsarlık

l. Duyguları Baskılama

m. Yüksek Standartlar / Aşırı Eleştiricilik

n. Cezalandırıcılık olarak ortaya çıkmaktadır (Young & ark., 2009).

Olumsuz davranışlara yol açan bu şemalar bilişsel olarak aktive olduğunda, birey yine bilişsel olarak şemalara tepki vermektedir. Bir sonraki bölümde şemalara tepki olarak verilen baş etme stillerine yer verilmektedir.

1.2.2. Şema İşlemleri ve Uyumsuz Baş Etme Stilleri

Şema işlemleri, şemaların iyileşmesi ve şemaların devamlılığı süreçlerinden oluşmaktadır (Young & ark., 2009).

Şema iyileşmesi, şema terapinin en temel amacıdır. Şemaya bağlı anıların şiddeti, şemanın duygusal değişimi, bedensel duyuların gücü ve uyumsuz bilişler azaldığında, şema iyileşmesinin gerçekleşmesi beklenmektedir. Şema iyileşmesinin gerçekleşmesi için beklenen bir başka durum da uyumlu davranış örüntüleri ile uyumsuz baş etme biçimlerinin yer değiştirmesidir. Bu sayede uyumsuz şemanın daha az aktive olması amaçlanmaktadır (Young & ark., 2009).

Şema devamlılığı, şemanın iyileşmesi yerine devam etmesini sağlayan ve destekleyen bütün davranış, duygu ve düşünceleri içermektedir. Bilişsel çarpıtmalar, kendilik yıkıcı yaşam örüntüleri ve uyumsuz şema baş etme biçimleri, şema devamlılığında rol oynayan üç temel mekanizmadır. Bilişsel çarpıtma, bireyin şemayı gerçekleştiren bilgiye dair algısının yüksek olması, şemayı inkâr eden bilginin ise görmezden gelinmesi yoluyla gerçekleşir. Birey davranışsal olarak şemanın iyileşmesini sağlayan durumlardan kaçınırken, şemayı tetikleyen ve devam ettiren ilişkiler ve durumlara yönelerek kendiliğine zarar veren yaşam deneyimleri edinmektedir (Young & ark., 2009).

Uyumsuz baş etme biçimleri ise, bireylerin şemaların yol açtığı duygulardan kaçınmak ya da baş etmek için kullandığı davranışsal stratejilerden oluşmaktadır. Bu stratejiler, bireyin farkındalığı dışında gerçekleşmektedir. Her bireyin farklı ortamlarda, farklı durumlarda, farklı şemalara karşı uyguladığı stratejiler farklıdır. Uyumsuz baş etme stilleri üçe ayrılmaktadır; şemaya teslim olma, şemayı aşırı telafi, şemadan kaçınma (Young & ark., 2009).

i. Şemaya teslim olma, bireyin şemadan kaçınmaması, şemaya uyum sağlaması, şemayı onaylayan davranış örüntüleri sergilemesi anlamına gelmektedir (Young & ark., 2009).

ii. Şema kaçınması, bireyler şema hiç var olmamış gibi davrandıklarında, şema hakkında düşünmekten kaçındıklarında ortaya çıkmaktadır (Young & ark., 2009).

iii. Şemayı aşırı telafi etme, bireyler şemanın tersi yönde düşündüğünde, konuştuğunda, davrandığında, hareket ettiğinde ya da hissettiğinde ortaya çıkan baş etme yöntemidir, mesela çocukken boyun eğici olma, yetişkinlikte herkese karşı gelme (Young & ark., 2009).

Şemalar ve şema terapi konusunda verilen bilgi ışığında, erken dönem uyumsuz şemaların her bireyde görülebildiği, fakat şemaların yoğunluğunu ve sayısının fazlalaşmasının psikopatolojik bozukluklar başta olmak üzere (Nordahl, Holte & Haugum, 2005; Mason, Platss & Tyson, 2005; Muris, 2006; Stallard, 2007, Çakır, 2007; Sheffield, Waller, Emanuelli, Murray & Meyer, 2006; Hamamcı ve Kapçı, 2010; Eberhart, Auerbach, Peyton ve Abela, 2011) bir çok alanda (tükenmişlik, sosyal beceri eksikliği gibi) bireyin psikolojik iyi halini ve işlevselliğini etkilediğini (Bamber & McMahon, 2008; Thimm, 2010)

söylemek mümkündür. Şemaların oluşmasındaki temel etkene bakıldığında, bireyin erken dönemde ebeveynleriyle kurduğu ilişki ve maruz kaldığı olumsuz tutumların önemli rol oynadığı görülmektedir. Bir sonraki bölümde erken dönemde ebeveynle ilişki sonucu oluşan algılanan ebeveyn tutumlarından bahsedilmektedir.

1.3. Algılanan Ebeveynlik Stilleri

Erken dönem uyumsuz şemalar konusunda da bahsedildiği üzere erken dönemde maruz kalınan ebeveynlik tutumları ve ebeveyn – çocuk ilişkisi, uzun dönemde bireyin ruhsal iyilik hali (Maynard & Harding, 2010) başta olmak üzere sosyal yeterlilik, akademik performans, psikososyal gelişim, davranış gibi bir çok alana etki etmektedir (Barnes & Farrel, 1992; Steinberg, Lamborn & Darling, 1994 aktaran Montgomery, Fisk & Craig, 2008).

Algılanan ebeveynlik stilleri, Young ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen bir kavramdır. Young ve arkadaşlarına (2009) göre, bireylerin yetişkinliklerinde sağlıklı ve uyumlu olabilmeleri için, evrensel olan bazı temel duygusal gereksinimlerinin çocukluk döneminde karşılanması gerekmektedir. Bunlar, diğerlerine güvenli bağlanma, kimlik algısı, otonomi, duyguların ifade edilmesi, spontan olma ve oyun olarak belirlenmiştir. Bu gereksinimler kapsamında yazarlar erken dönem yaşantıların ve erken dönemde bakıcıyla (örneğin aile) kurulan iletişimin önemli rolünün olduğundan bahsetmektedir. Çünkü çocuğun ailesine ilişkin temsilleri, yani şemaları, dünyaya ilişkin temsillerinin temelini (erken dönem uyumsuz şemalar) de oluşturmaktadır (Muris, 2006). Bu durumda, bireyin yaşamının ileriki döneminde uyumsuz

şemaları aktive olduğunda, ebeveynlerle yaşanan bir durumun benzeri yaşanmış olmaktadır. Her ne kadar şemaların gelişimden okul hayatı, yaşlılarla iletişim, yaşanan sosyal çevre gibi değişkenlerin etkisi olsa da, bu şemalar ebeveynlerle kurulan iletişim sonucu oluşan şemalar kadar güçlü, dayanıklı (Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu, 2008) ve stabil (Adalbjarnardottir & Hafsteinsson, 2001 aktaran Montgomery & ark., 2008) değildir. Bir örnek vermek gerekirse, sürekli olarak ebeveynleri tarafından eleştirilen bir çocuk, eksiklik inancı geliştirebilmekte ve çocuğun bütün dünyasını bu inanca göre şekillendirmesine neden olabilmektedir. Eğer bu inanç şartların değişmesinin kaçınılmaz olduğu yetişkinlik döneminde de devam ederse, bireyin psikososyal pek çok faktör açısından hayatını etkileyebilmektedir. Mesela bu kişi reddedilme korkusuyla yakın ilişkilerden kaçınabilmekte, bu kaçınma davranışı da onu sosyal izolasyona itebilmekte, bunun sonucu birey psikolojik bozukluk geliştirebilmektedir (Sheffield & ark., 2005, aktaran Soygüt ve Çakır 2009a). Reddedilme korkusunun bir başka sonucu da, bireyleri, özellikle kadınları depresyona yatkın hale getirdiği olmaktadır (Akse ve ark., 2004). Bu bilgiler doğrultusunda ebeveynlerini olumlu algılayan ya da bakım gören bireylerin psikolojik olarak daha sağlıklı olduğunu söylemek doğru olacaktır (Kobak & Sceery, 1988 aktaran Harris & Curtin, 2002; Herz & Gullone, 1999 aktaran Cheng & Furnham, 2003; Bartsch, Eisemann, Richter, Richter & Seering, 1995; Gerlsma, Gilbert & 1999; Eisemann, Richter, Richter & 2000 aktaran Anlı ve Karşı, 2010; Maynard & Harding, 2010).

Son zamanlarda yapılan çalışmalarda daha spesifik sonuçlar elde edilmiş, ebeveynler tarafından reddedici ya da aşırı koruyucu tutuma maruz kalmanın bir çok bireysel değişkenin yordayıcısı olduğu yönünde bulgular ortaya

çıkıştır. McClun ve Merrell (1998) ergenler ile yürüttükleri çalışmada ebeveynlerini demokratik olarak algılayan ergenlerin olumlu kendilik algısı geliştirdikleri ve pozitif sosyal-duygusal gelişim gösterdikleri ortaya çıkarken, aşırı izin verici ve otoriter olarak algılayan bireylerin ise olumsuz kendilik algısı geliştirdikleri ortaya çıkmıştır. Muris, Meesters ve Van der Berg (2003)'in yürüttükleri çalışmada da ebeveynlerini duygusal sıcaklık bakımından yoksun, reddedici ve aşırı koruyucu algılayan ergenlerin ihmalkar, agresif ve suça yatkın oldukları gözlemlenmiştir (aktaran Buschgens & ark., 2010). Türkiye'de üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada ise ebeveynlerinden kabul edici tutum görme özsaygı geliştirmeyi yordarken, sıkı disiplin görme negatif değerlendirilme korkusunu yordamaktadır (Koydemir - Özden ve Demir, 2009).

Özellikle birey tarafından anne figürünün farklı stillerde algılanışının bireysel gelişime etki ettiği gözlenmiştir. Buna göre anneden algılanan ebeveynlik stilinin babadan algılanan ebeveynlik stiline kıyasla mutluluk, kendilik saygısı ve kişilik özelliklerini yordadığına dair çalışmalar bulunmaktadır (Cheng & Furnham, 2000; 2003). Chan ve Chan (2005) üniversite öğrencileri ile yürüttükleri çalışmada bireylerin annelerini, babalarına kıyasla daha sözü geçen kişi olarak algıladıklarını ifade etmiş, bunu da anneyle daha yakın ilişkilerin kurulmasına bağlamıştır.

Şema terapi kapsamında ise algılanan ebeveynlik stilleri şu şekilde değerlendirilmektedir; algılanan ebeveynlik ölçeği danışana sunulmakta ve danışan tarafından yanıtlanması sonucu ölçek değerlendirilmeye alınmaktadır. Yüksek puan verilen maddeler ebeveyn ile ilgili olumsuz erken yaşantılara işaret ettiğinden, birey terapi sürecinde bu yaşantılar bağlamında

değerlendirilmektedir. Bu sayede danışanın uyumsuz şemalarına ilişkin bilgi edinilmekte, terapi sürecinde danışana ait bir formülasyon ve tedavi planı oluşturulmaktadır (Soygüt ve ark., 2008).

Ele alınan literatür bilgisi ışığında; bireylerin farklı algılanan ebeveynlik tutumlarına sahip olmalarının bireysel gelişimlerini ve psikolojik iyilik hallerini etkilediği sonucuna varılmaktadır. Bu sonuca istinaden bir sonraki bölümde kendilik algısı kavramı tanıtılmakta ve kendilik algısına ilişkin literatür bilgisi verilmektedir.

1.4. Kendilik Algısı

Kendilik algısı erken dönemde gelişmeye başlamakla birlikte, yaşam boyu edinilen hayat tecrübeleri ile oluşmaya devam etmektedir (Çetin, 2008). Bu kavrama yönelik tanımlamalara bakıldığında, konunun farklı boyutlarıyla ele alındığı ve konuya çok sayıda kuramcı tarafından açıklama getirildiği gözlenmektedir.

Kendilik algısına ilişkin yapılan ilk açıklamalardan biri Cooley'e aittir. Cooley (1902), bireyin dialoglar esnasında kendisini “ben”, “kendim”, “benim” ve “bana ait olan” zamirleriyle ifade etmesini “kendilik” olarak tanımlamıştır. Bunun yanında Cooley (1902) “Kendiliğe aynadan bakma” (looking – glass self) kavramını öne sürerek, bireyin kendisine ilişkin algısını, başkalarının kendisine (bireye) yönelik algılarını benimseyerek oluşturduğunu ifade etmiştir.

Mead, Cooley'in “kendiliğe aynadan bakma” kavramını genişletmiştir. *Mind, Self and Society* (1934) adlı kitabında kendilik algısını şu şekilde açıklamıştır:

“Kendilik, doğumda belirgin bir şekilde bulunmayan, yaşam sürecinde sosyal deneyimler ve aktiviteler sonucu oluşan, bireyin psikolojik organizmasından farklı bir karaktere sahip, dil (konuşma) sürecinin katkıda bulunduğu ve bireyin diğer bireylerle ilişki kurmasını sağlayan bir süreçtir” (s. 135). Mead’e göre, sahip olduğumuz sosyal rol sayısı kadar kendilik vardır. Bu rollerin bazıları birey için dikkat çekici derecede anlamlı ve hayatının geniş bir alanını kaplarken, bazıları belirli durumlar çerçevesinde ortaya çıkmaktadır (aktaran Epstein, 1973). Örneğin bir kadının aile içinde annelik rolü, büyük aile yapısı içinde kız evlat rolü, iş yerinde öğretmen rolü ve arkadaş ortamı içinde çözümcü kişi rolü varsa; bu kadın için annelik rolü hayatında daha geniş bir alan kaplıyorken, çözümcü kişi rolü ise yalnızca arkadaşları ile birlikte olduğu durumlarda ortaya çıkıyor olabilir. Sosyal rollerle ilgili yetişkin örnekleminde yapılan bir çalışmada yetişkinlik döneminde bireylerin sahip olduğu sosyal rol sayısının, ergenlik ve yaşlılık dönemine göre üst seviyede olduğu ve sahip olunan sosyal rol sayısı arttıkça kendilik algısının da arttığı ortaya konulmuştur (Lodi-Smith & Roberts, 2010).

Cooley (1902) ve Mead (1934) gibi, Sullivan (1953) da kendilik algısının sosyal etkileşimler sonucu oluştuğunu ifade etmiştir. Fakat onlardan farklı olarak, bireyin sosyal çevresinden ziyade, çocukluk döneminde kendisi için anlamlı diğerleri (özellikle anne) ile kurduğu etkileşim sonucu kendilik algısı geliştirdiğini belirtmiştir (aktaran Epstein, 1973).

Festinger (1954) ise, kendilik algısına farklı bir bakış açısı getirmiş, bireylerin kendi davranış ve tutumlarını çevresindeki diğerlerinin davranışları ve tutumlarıyla karşılaştırdıktan sonra oluşturduklarını öne sürmüştür. “Sosyal Karşılaştırma Teorisi” olarak adlandırılan bu yaklaşıma göre, birey dış

dünyadaki imgeleri incelemekte, kendi düşüncelerini ve yeteneklerini değerlendirmek amacıyla kendisini diğer bireylerle karşılaştırmaktadır. Bireyler bu karşılaştırmaları yaparken öncelikli olarak kendilerine benzer kişilerle yapmaktadırlar. Bu tür sosyal karşılaştırmaların temelindeki ihtiyacın, kişilerin kendiliklerini oluşturma ve düzenleme çabaları olduğu varsayılmaktadır (Gürüz ve Eğinli, 2012). Bu şekilde kişiler toplum içinde ve sosyal ilişkilerinde sergiledikleri davranış ve tutumlarını belirleyebilmektedirler. Aynı zamanda buldukları karşılıklı etkileşim sürecinde bu davranış ve tutumlarının şekillenmesini sağlamaktadırlar (Çetin, 2008). Kendiliğe ilişkin değerlendirme yapabilmek için objektif ölçüm araçları bulunmadığından, bireyler sosyal standartları göz önünde bulundurarak karşılaştırma yapmaktadır (Taylor & arkadaşları, 1997, aktaran Tatar, 2006). Mesela satranç yeni öğrenmeye başlayan insanların satranç becerilerini iyi bilenlerle değil, yeni başlayan kişilerle karşılaştırması bu teoriye örnek olarak verilebilir (Çetin, 2008). Karşılaştırdıkları kriterler yalnızca tutumları değil, kişilikleri, duyguları, düşünceleri, statüleri, maaşları gibi çeşitli durumlar olabilir. Eğer birey, karşılaştırma yaptığı birey ile arasında çok fazla fark olduğunu düşünürse, karşılaştırma yapmamaktadır (Koç, 2008; Gürüz ve Eğinli, 2012).

Taylor, Peplau ve Sears (2006) ise Sosyal Karşılaştırma Kuramı'ndan şu şekilde bahsetmektedir; bireyler ulaşmak istedikleri en yüksek hedefin ne olduğunu anlamak istediklerinde “yukarı dönük sosyal karşılaştırmalar” yapmaktadırlar. Yukarı dönük sosyal karşılaştırmalar bireylerin kendilerini belirli özellikler bakımından (kariyer, maaş, eğitim vs.) daha iyi durumda olan kişilerle karşılaştırdıklarında ortaya çıkmaktadır. Kişi bu şekilde, hedefini belirleyerek kendini geliştirme stratejisi oluşturur. Kişi sosyal karşılaştırmayı

belirli özellikler bakımından kendinden düşük seviyede olduğunu düşündüğü kişilerle yaptığında ise, “aşağı dönük sosyal karşılaştırma” yapmış olur. Bu tür karşılaştırmanın amacı kişinin kendini büyütme stratejisi olarak açıklanmaktadır. Fakat kişi kendi hakkında doğru ve gerçeğe yakın bilgiler edinmek isterse, belirli özellikler bakımından kendine benzeyen kişilerle karşılaştırma yapacaktır (aktaran Çetin, 2008).

Markus (1977) kendiliği tanımlarken “kendilik şeması”nın varlığını öne sürmüştür. Kendilik şeması bilişsel bir yapıdır, bireyin geçmiş deneyim ve yaşantılarından oluşmakta ve sosyal hayatı boyunca kendisiyle ilgili bilgiyi işlemesine öncülük etmektedir. Kendilik şeması, bireyin yaşam deneyimleri sonucu edindiği bilişsel temsilleri içermektedir. Aynı zamanda bireyin kendisi ve çevresindeki diğer bireyler tarafından sergilenen davranış örüntülerinin değerlendirilmesi gibi daha genel temsiller de, kendilik şeması kapsamında bulunmaktadır. Şema modelinin avantajı, şemaların aktif ve çalışan bir yapı olmalarından ötürü algıları, hatıraları, duygusal ve davranışsal tepkileri şekillendirdiğidir. Yapılan çalışmalar bireylerin daha önceden var olan şemalarına ilişkin durumlarla karşılaştıklarında, bu durumlara daha hızlı tepki verdiklerini, şema işlemini daha hızlı gerçekleştirdiklerini ve gelecekle ilgili daha hızlı tahmin yapabildiklerini göstermiştir (Bargh, 1982; Kuiper & Rogers, 1979; Markus, 1977; Rogers, Kuiper & Kirker, 1977, aktaran Stein, 1995). Bireyin geçmişte deneyimlediği duygu, düşünce, davranışları ve gelecekle ilgili tahminleri, kendiliğe ait bilişsel yapılardan etkilenmektedir. Bu sebeple belirli bir alanda kendilik şemasına sahip bireyler, o alanda kendileriyle ilgili oldukça hızlı bir şekilde yargılarda bulunabilmekte ya da yorum yapabilmektedirler (Markus, 1977).

Şema kavramına ek olarak Markus (1983), kendiliğin kişilik yapısının önemli yapı taşlarından olduğunu belirtmiştir. Kendilik algısı kavramının bireylere ait tercihleri, değerleri, amaçları, motivasyonları, kuralları ve stratejileri içerdiğini ifade etmiş, bu içeriklerin davranış düzenlemede aktif rol oynadığını bildirmiştir. Markus (1983)'a göre kendilik algısının içeriği ve organizasyonu iki açıdan önemlidir; (a) davranışın hangi alanlarının kendiliğe ait olduğunu göstermektedir, (b) bilişsel olarak kendiliğin arzulan ve arzulanmayan durum temsillerini içermekte, arzulanmayan durumlardan kaçınmasını sağlamaktadır.

Bem (1970)'in kendilik algısı kuramına göre ise bireyler nasıl diğerlerine ilişkin bilgiyi onların davranışlarını gözlemleyerek ediniyorsa, kendiliklerine ait bilgiyi de kendi duygularını, düşüncelerini, tutumlarını ve diğer içsel durumlarını gözlemleyerek edinmektedirler (Bem & McConnell, 1970; Haemmerlie & Montgomery, 1982, aktaran Karşlı, 2008). İçsel durumlara ait ipuçları zayıf olduğunda, birey gözlemci gibi içsel durumlarını çıkarsamak adına dışsal ipuçlarından yararlanmaktadır. Burada birey kendisini tıpkı başka bireylerin onu gözlemlediği gibi gözlemlemektedir (Bem, 1967;1972, aktaran Koç, 2008).

Wylie (1979), *The Self-Concept: Theory and Research on Selected Topics* isimli kitabında, “kendilik algısı” terimini kendi açısından 3 ayrı şekilde yorumladığını belirtmektedir: (a) kendiliğin spesifik görünümüyle ilişkili bilişler ve kendiliğe dair değerlendirmelerden oluştuğu varsaymakta (matematik yeteneği, ebeveynlik rolü, etnik kimliği, cinsiyet kimliği gibi), (b) ideal kendilik anlamında; akademik yönden bilgili olma, espri yeteneği, yaşlıları tarafından kabul görme gibi, bireyin kendiliğine ilişkin ideal özelliklere sahip olması kadar iyi eğitilmiş olmayı ya da kariyer edinmeye çabalaması gibi fenomenal amaçları

da içermekte, (c) kendini olduğu gibi kabul etme; kendilik saygısı, kendilik kabulü gibi kendiliğe atfedilen bir çok biliş ve değerlendirmelerin kombinasyonu tarafından yapılan tahmini tanımlamaları içermektedir.

Markus ve Zajong (1985), “kendilik algısı” kavramını psikoloji alanında bireyin bilişsel süreçlerinin en büyük elementlerinden biri olduğunu ifade etmiş, Robak (1986a) ise “kendilik algısı” kavramını “bireyin kendiliğine ilişkin hiç referans kullanmadan edindiği düşünce ve duygularının toplamı” olarak tanımlamıştır (aktaran Rosenberg, 1989).

Baumeister (1998) ise, kendilik algısının değişken olduğunu, bireylerin zaman içinde farklı yapılarda kendilik algısı oluşturabileceğini ifade etmiştir (aktaran Robak, 2001). Kişilerin kendilerini ifade edişlerinin zamanla değişmesi sebebiyle kendilik inançlarının değiştiğini, bu gibi değişimlerin ise kişilerin davranışlarını ve kendilik algılarını etkilediğini bu duruma örnek olarak vermiştir (Fazio, Effrein, & Falender, 1981; Schlenker 1994, aktaran Robak, 2001).

Çağdaş psikologlar ise kendilik algısı kavramının bir çok alanda (klinik, sosyal, gelişimsel ve danışmanlık) psikolojik iyilik haline etki eden bir köşe taşı görevi taşıdığını ifade etmiş (Leary, Terdal, Ellen & Downs, 1995) ve bu yapıya ait iki baskın görüş olduğunu belirtmiştir. İlk görüşe göre kendilik algısı, sosyal çevrede paylaşılan gerçeğe ve deneyimlere dayanmaktadır (Oyserman, 2001). Diğer bireyleri algılamakla oluşan benzer bir süreç sonucu ortaya çıkmakta, bireyin davranışlarının net geribildirimleri ile (Tatar, 2006) desteklenmektedir. İkinci görüş ise temelde kendilik algısının çarpıtıldığını, bireyin kendisine hizmet ettiğini ve daha olumlu olduğunu savunmaktadır (John & Robbins, 1994, aktaran Karşlı, 2008). Kendiliğin oluşmasında önemli diğerlerinden gelen

geribildirimler, bireyin kendini değerlendirmesi, diğer bireylerle kendini karşılaştırması gibi süreçler etkin rol oynamaktadır. Bu sayede kendilik kavramı bireylerin sosyal çevrelerini anlamlandırmalarını ve gelecekteki davranışlarını yönlendirebilmelerini sağlamaktadır (McCombs & Marzano, 1990, aktaran Çetin, 2008).

Yukarıda yapılan tanımlamalar göz önünde bulundurulduğunda, bireylerin kendilerine ait biyolojik bir kimliğe sahip olarak doğduğu, fakat kişisel ve psikolojik kimliğe henüz sahip olmadığı söylenebilmektedir. Birey, çevreden gelen uyarınları yorumlamak ve tepki vermek için biyolojik bir eğilime sahiptir (Zucker, 1989). Bu eğilim sayesinde dış dünyayı ve kendisini keşfetmeye başlamakta ve bilgi toplamaktadır. Yavaş ve aşamalı bir süreçte çevresiyle aktif olarak etkileşime girerek bu bilgileri toplayan birey, kendine ilişkin bir kimlik ve algı oluşturur (Guidano & Liotti, 1986, aktaran Koç, 2008). Bunlarla birlikte, bireyin bebeklik döneminde dış dünyayı keşfetmesi sürecinde birincil bakım veren kişi önemli rol oynamaktadır. Bu sebeple kendiliğe ilişkin algının oluşumunda erken dönemde birincil bakım veren kişiyle güven ilişkisinin kurulması önem temsil etmektedir (Hopkins & Klein, 1993). Cassidy (1988) 6 yaş grubu çocuk örnekleminde bağlanma ve kendilik ile ilgili yürüttüğü çalışmada, gelişimsel süreç içinde bebeğin bakıcısıyla kurduğu bağlanma örüntüleri ve kendilik algısı arasında ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır (aktaran Koç, 2008). Bağlanma ve kimlik oluşumu arasında kendilik algısının aracı rolünün incelendiği bir başka çalışmada ise, erken dönemde oluşan bağlanma stillerinin bireylerin kendilik oluşumunda rol oynadığına dair sonuçlara ulaşılmıştır (Demidenko, Tasca, Kennedy, ve Bissada, 2010). Hopkins ve Klein (1993), üniversite öğrencileri ile yürüttükleri çalışmada kendilik algısının

ortaya çıkmasında ebeveynin önemli rolü olduğuna ifade etmiş, Singer ve Weinstein (2000) ise geç ergenlik örneklemleri ile yaptıkları çalışmada çocuklarına karşı tutarsız tutum sergileyen ebeveynlerin ergenlerde kendilik algısını yordadığı sonucuna ulaşmıştır (aktaran Karlı, 2008). Brown ve arkadaşları (2009) da bahsedilen çalışmalarla tutarlı olarak 3 – 4 yaş aralığında bulunan çocuklarda aileyle kurulan iletişimin kendilik algısı, mizaç gibi değişkenleri yordadığına ilişkin bulgular elde etmiştir.

Kağıtçıbaşı (1999), kendilik algısına farklı bir yaklaşım getirmiş, içinde bulunulan kültürün kendilik algısını önemli ölçüde etkilediğini ifade etmiştir. Kağıtçıbaşı (1999)'na göre yapılan kültürlerarası psikoloji çalışmalarında iki tür kendilik yapısı ortaya çıkmaktadır. Bunlardan birisi batı kültürüne ait ayrışık, başkalarından ayrılmış bir yapı gösteren “bireyci (ayrışık) kendilik”, diğeri ise batı kültürü dışındaki toplulukçu kültürlerde görülen iç içe geçmişlik, sosyal bağlamdan ayrılmayan yapı gösteren “ilişkili kendilik”tir. Bireyci kültürlerde kişisel yetenekler ve amaçlar, kişilik özellikleri ve diğerlerinden farklı olmak ön plana çıkmaktadır. Bu sebeple bireyci kendilik yapısında kendilik, diğer bireylerden açıkça farklılaşmaktadır. İlişkili kendilik yapısında ise başka kendilik yapılarıyla örtüşmeler görülebilmektedir, kendilik yapıları arasında net sınırlar yoktur. Esas olan diğer bireylere uyum sağlayarak onlarla olan bağlılığı sürdürmek ve kuvvetlendirmektir. Toplulukçu kültürlerde aile birimi öncelik tutmaktadır, bu sebeple toplulukçu kültürlerde bireyci kültürlere oranla kendilik algısı ögesi olarak aile değerlerinin belirgin olarak ortaya çıktığı söylenmektedir (Watkins & ark., 1998).

Her iki kültürde de beklentiler, gelenekler ve yaşam biçimleri doğrultusunda bireyler arasında benzer benlik yapıları oluşabilmektedir. Bu durum, içinde

bulunulan kültürde uyumlu bir şekilde yaşayabilmek adına gerekli görülmektedir. Farklı kendilik yapıları, farklı kendilik algısı oluşumuna yol açmakla beraber, başkalarının algılanmasında da farklılıklar ortaya çıkarmaktadır (Kağıtçıbaşı, 1999).

Buraya kadar bahsedilen kuramsal bilgi göz önünde bulundurulduğunda, kendiliğin oluşumunda bir çok farklı durumun devreye girdiği ve yapılan çalışmalar arttıkça da kendilikle ilgili yeni bilgiler elde edildiği sonucu ortaya çıkmaktadır. Ele alınan kuramsal bilgiler göz önünde bulundurulduğunda kendiliğin çocukluk döneminden itibaren oluşmaya başladığı ve yaşam boyu devam eden bir süreçte, içsel olarak tutarlı, hiyerarşik, dinamik ve işlevsel olmakla birlikte; sosyal çevre ve birey için önemli olan diğer kişilerle edinilen yaşam deneyimleri sonucu oluştuğunu söylemek yanlış olmayacaktır (Epstein, 1973).

1.5. Araştırmanın Amacı

Yapılan yerli ve yabancı literatür taraması, kişilerarası ilişki tarzlarıyla ilgili araştırmaların varlığını göstermektedir. Bu araştırmalar yetişkinlik dönemindeki ya da ergenlik dönemindeki, sağlıklı olan – patolojik tanısı bulunan bireylerin katılımıyla gerçekleştirilen ve ilişki tarzlarını bu örneklerde çeşitli durumlar ile açıklamaya çalışmakta ya da ilişkisini ortaya koymaktadır (Alkan, 2008; Erözkan, 2009; İmamoğlu, 2010; Göçener, 2010; Karslı, 2008; Kaya, 2010; Koç, 2008; Tümkaya, Çelik ve Aybek, 2010; Uzun, 2008).

Türkiye’de yapılan çalışmalara bakıldığında; Karslı (2008), Alkan (2008), Koç (2008) ve Uzun (2008)’un sırasıyla psikosomatik rahatsızlıklar, cinsel işlev bozuklukları, depresyon ve kaygı bozuklukları tanı grupları ve tanı almayan

sağlıklı gruplar ile yürüttükleri çalışmalarda tanı alan grupların olumsuz ilişkiler kurdukları ortaya çıkmıştır. İmamoğlu (2010), genç yetişkinler ile yürüttüğü çalışmada eğitim düzeyi ve medeni durumun kişilerarası ilişki boyutlarını farklılaştırdığı sonucunu elde etmiştir. Erözkan (2009) ergenler ile yaptığı çalışmada bağlanma stilleri, iletişim ve problem çözme becerilerinin ilişki tarzlarını yordadığı sonucuna ulaşırken; Tümkaya, Çelik & Aybek (2010) ergenler ile yaptıkları çalışmada olumlu ebeveyn iletişimine sahip olma ve kadın olmanın olumlu ilişki tarzlarını yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Göçener (2010), üniversite öğrencileri örnekleminde kadınların daha fazla olumlu ilişkiler kurduğu sonucunu elde etmiştir. Söz konusu yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde, farklı değişkenlerle yapılacak yeni araştırmaların kişilerarası ilişkiler ile ilgili yapılan çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yabancı literatüre bakıldığında; Lombardo ve Wood (1979), psikoloji öğrencileri ile yaptıkları çalışmada kendini ılımlı derecede karşısındaki bireylere açan bireylerin kişilerarası ilişkilerinde en yüksek tatmini yaşadığı sonucunu bulmuşlardır. McCabe, Blankstein ve Mills (1999)'in üniversite öğrencileri ile yürüttükleri çalışmada, kişilerarası ilişkilerde hassas davranmanın özsaygı, akademik başarı ve depresif semptomlar ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Schutte ve arkadaşları (2001) duygusal zeka puanı arttıkça bireylerin daha fazla yakın ve sevecen ilişkiler kurdukları sonucuna ulaşmışlardır. Benzer sonuç Afolabi, Okediji ve Ogunmwonyi (2009) üniversite öğrencileri örnekleminde yürüttüğü çalışmada duygusal zeka ve başarıma isteği arttıkça olumlu kişilerarası ilişkilerin geliştiğine yönelik bulgularla desteklenmiştir. Lindberg ve Swanberg (2006)'in 12 yaşındaki çocuk

katılımcılar ile yürüttükleri çalışmada olumlu kişilerarası ilişkiler ile psikolojik iyi hal arasındaki pozitif ilişki sonucunun elde edilmesi, Corsano, Majorano ve Champretavy (2006)'nin arkadaş ve aileyle kurulan olumlu ilişkilerin psikolojik iyi hal ile pozitif yönde ilişki olduğu sonucunu elde etmeleri ile de desteklenmiştir. Literatür kapsamında yapılan çalışmalara bakıldığında olumlu kişilerarası ilişkilerin psikolojik iyi hal başta olmak üzere bir çok durum ile ilişkili olduğu görülmektedir.

Bu çalışma kapsamında ise kişilerarası ilişkiler ile kendilik algısı, erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveynlik stilleri arasındaki ilişkiler incelenecektir. Ele alınan kavramların ortak özelliği erken dönemde gelişmeye başlıyor olmalarıdır. Değerlendirilecek kavramlardan olan kendilik algısının ve kişilerarası ilişki tarzlarının döngüsel olarak birbirini etkilediği bilinmektedir (Alkan, 2008; Koç, 2008; Karslı, 2008; Uzun, 2008). Bireylerde kendilik algısının oluşumunda, etrafındaki insanlarla kurduğu etkileşim ve onlardan aldığı geribildirimler önemli role sahiptir, aynı zamanda kendilik algısı kişilerin çevreyle kuracağı ilişkiyi yordayan etmenlerden biridir (Mead, 1934, Alkan, 2008; Karslı, 2008; Koç, 2008). Çalışma kapsamında ele alınacak olan diğer kavramlardan erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveynlik stillerinin, bireylerin kendilik algısının oluşumunda önemli role sahip olduğu düşünülmektedir. Çünkü bireyler doğumlarından itibaren ihtiyaçlarını giderebilmek adına iletişim kurmaya başlarlar ve bireylerin erken dönemde en yoğun olarak ilişki kurdukları kişiler ebeveynleridir. Erken dönemde ebeveynlerle kurulan ilişkiler sonucu, bireyler ebeveynlerine ilişkin algılarını oluşturmaktadır (Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu, 2008). Bu dönemde oluşan

şemalar ve algılanan ebeveynlik stillerinin de birbiriyle ilişkili olması kaçınılmazdır.

Bu bilgilerden yola çıkılarak bu çalışmada en sık ve en yoğun ilişki kurulan dönem olarak kabul edilen genç yetişkinlik örnekleminde kendilik algısı, erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveynlik stilleri ile kişilerarası ilişki tarzlarının değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. Bir diğer amaç ise algılanan ebeveynlik stilleri ve erken dönem uyumsuz şema boyutları arasındaki ilişkileri ortaya koyarak, daha önce yapılan araştırma sonuçlarıyla karşılaştırmaktır.

Araştırmanın temel hipotezi;

1. Kendilik algısı düzeylerinin, erken dönem uyumsuz şema boyutlarının ve algılanan ebeveynlik stillerinin kişilerarası ilişki tarzlarını yordayacağı beklentisi yönündedir.

Hipotezin yanı sıra aşağıdaki araştırma sorularına cevap aranacaktır:

- a. Kendilik algısı düzeyleri, erken dönem uyumsuz şema boyutları, algılanan ebeveynlik stilleri ve kişilerarası ilişki tarzlarının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşacağı beklenmektedir.
- b. Kendilik algısı düzeyleri, erken dönem uyumsuz şema boyutları, algılanan ebeveynlik stilleri ve kişilerarası ilişki tarzlarının medeni durum değişkeni açısından farklılaşacağı beklenmektedir.
- c. Sosyodemografik değişkenlerin kendilik algısı düzeyleri, erken dönem uyumsuz şema boyutları ve algılanan ebeveynlik stillerini yordayacağı beklenmektedir.

1.6. Araştırmanın Önemi

Çalışmanın çıkış noktası, çevresel gözlemlere dayanmaktadır. Günlük hayatta bireylerin en fazla insan ilişkilerinde sıkıntı yaşadığı ve bu sebeple psikolojik yardım almaya başvurduklarının gözlemlenmesi üzerine, kişilerarası ilişkileri açıklayacağı düşünülen değişkenler incelenerek bir araştırma deseni oluşturulmuştur.

Bu çalışmayla beraber literatürde var olan kişilerarası tarz ile yapılan çalışmalardan farklı olarak, kendilik algısı, erken dönem uyumsuz şemalar, algılanan ebeveynlik stilleri değişkenlerinin kişilerarası ilişki tarzlarıyla ilişkili olabileceği düşünülmüş ve literatüre katkı sağlanması amaçlanmıştır. Ele alınan değişkenler erken yaşantı döneminden itibaren oluşmaya başlayan durumlar olduğundan (Hopkins & Klein, 1993; Young & ark., 2009), bağımsız değişkenler olan kendilik algısı, erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveynlik stillerinin bağımlı değişken olan ilişki tarzlarını yordayacağı düşünülmektedir. Özellikle kişilerarası ilişkilerin kurulmasında erken dönem yaşantıların etkili olduğu bilinmektedir (İmamoğlu, 2008). Yine bireylerin kişilerarası süreçlerinin kendileriyle ilgili değerlendirmelerini etkilediğini öne süren çalışmalar vardır (Mead, 1934; Safran ve Segal, 1990 aktaran Alkan, 2008; Oyserman, 2001). Ebeveyn – çocuk ilişkisinin ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde kurulan ilişkilere etkisinin araştırıldığı bir çalışmada ise aile sistemi içinde olumlu gelişen ilişkilerin bireyin yetişkinlik döneminde yakın ilişkiler kurmasını yordadığı sonucu bulunmuştur (Robinson, 2000). Benzer olarak Colman ve Wildom (2004) de yaşamın ilk döneminde bakım veren kişi ya da anne figürüyle kurulan ilişkinin yaşamın sonraki dönemlerinde kurulan ilişkileri belirleyici olduğunu ifade etmiştir. Bu

çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda ele alınan değişkenlerin ilişki tarzlarını yordayacağı düşünülmektedir.

Örneklem olarak genç yetişkinler seçilmiştir, çünkü genç yetişkinlik dönemi kişilerarası ilişki yapılarının önemli yer tuttuğu bir gelişim sürecidir. Ergenlik ve yetişkinlik dönemi arasında bulunan bu süreç, bireyin kimlik gelişimini tamamladığı ve diğer bireylerle yakın ilişkiler kurmaya hazır olduğu (Erikson, 1982 aktaran Göçener, 2010); aile içinde, iş dünyasında ve arkadaş topluluğunda yeni ve yoğun olarak ilişkiler kurduğu, bu sayede toplumsal bir ilişki ağı edindiği (Onur, 2000), kendine dair algı ve değer yargıları oluşturduğu, kendini geliştirdiği (İmamoğlu, 2008) ve gelişimin devamını sağladığı bir dönem olma özelliği taşımanın yanı sıra pek çok önemli yaşam olayının (evlilik, işe başlama, doğum, farklı sosyal gruplara dahil olma, kariyer vb.) gerçekleştiği bir evre olma özelliğine sahiptir. Bu bilgiler doğrultusunda örneklemin genç yetişkinlerden oluşturulmasına karar verilmiştir.

Ayrıca olumsuz şemaların, olumsuz kendilik algısının ve işlevsel olmayan ilişki tarzlarının, bireyleri psikopatoloji geliştirmeye yatkın hale getirdiği bilinen bir gerçektir (Gilbert, Allan & Goss, 1996; Moore & Florsheim, 2001; Moore, Florsheim & Butner, 2007; Koç, 2008; Alkan, 2008; Karlı, 2008; Vlierberghe, Braet, Bosmans, Rosseel & Bögels, 2010). Algılanan ebeveynlik stilleri, erken dönem uyumsuz şemalar ve ilişki tarzları arasındaki ilişkileri tanımlamak, işlevsel olmayan ilişki tarzlarını yordayan ebeveynlik stillerinin ve uyumsuz şema alanlarının tanımlanmasını sağlayacaktır. Elde edilen tanımlamalar terapötik süreçte, özellikle şema terapi ve kişilerarası terapilerde bireylere yönelik daha uygun müdahalelerle çalışılmasını kolaylaştırabilir. Bu doğrultuda uyumsuz ebeveyn stillerini azaltmaya yönelik bilgilendirici aile eğitim

programları düzenlenebilir ve aileler bilinçlendirilerek yeni nesilin psikopatoloji eğilimini azaltmaya yönelik çalışmalar yapılabilir. Bundan farklı olarak şema terapi sürecinde algılanan ebeveynlik stilleri ve erken dönem uyumsuz şemaları tanımlamaya yönelik ölçeklerin kullanılmasının (YEBÖ ve YŞÖ – KF3) Türkiye’de yapılan şema terapi uygulamalarının olumlu yönde gelişmesine olanak sağlayacağını düşündürmektedir. Terapi sürecinde aktive olan uyumsuz şema alanlarının tanımlanarak danışanların içgörü geliştirmesinin sağlanacağı, uyumsuz şema ve ebeveynlik stillerinin daha az aktive olmasına yönelik müdahalelerin yapılmasının kolaylaşacağı öngörülmektedir.

2. BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Örneklem

Araştırma örneklemini amaca yönelik ve kartopu örnekleme yöntemiyle oluşturulmuştur. 20 – 45 yaş aralığında bulunan, evreni mümkün olduğunca iyi temsil etmesi adına Türkiye'nin çeşitli şehirlerinde yaşayan (İstanbul, Ankara, İzmir, Erzurum, Adana, Mersin, İzmit, Zonguldak, Edirne, Ağrı) toplamda 449 genç yetişkine (225 kadın, 224 erkek) ulaşılmıştır. Veriler, ölçek bataryalarının katılımcılara elden verilmesi ve ölçeklerin internet ortamına yüklenerek katılımcılara internet üzerinden ulaşılması olarak iki biçimde toplanmıştır.

449 kişiden ölçekleri uygun şekilde doldurmayan 81 kişi ve herhangi bir psikiyatrik tanısı bulunun katılımcılar (43 kişi) araştırmaya dahil edilememiştir. Araştırma 325 genç yetişkin üzerinden yürütülmüştür. Katılımcıların yaş ortalaması 26.75'tir. Ayrıca katılımcıların 181'i (%55.7) kadın, 144'ü (%44.3) erkektir. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların eğitim düzeylerine bakıldığında 2 kişi ilkokul, 26 kişi lise, 240 kişi üniversite, 50 kişi yüksek lisans, 7 kişi doktora mezunudur. Ayrıca katılımcıların 239'u bekar, 86'sı evlidir. Katılımcıların bazı sosyodemografik verilerinin dağılımları Tablo 1'de, meslek gruplarına göre dağılımı ise Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 1: Çalışmaya Katılanların Sosyodemografik Verilerinin Dağılımı

| N=325 | | Min-Max | Ort±Std.S |
|---------------------|------------------------------|---------|------------|
| Yaşı | | 20-45 | 26.75±5.25 |
| | | N | % |
| Cinsiyet | Kadın | 181 | 55.7 |
| | Erkek | 144 | 44.3 |
| Eğitim | İlkokul /Lise | 28 | 8.6 |
| | Üniversite | 240 | 73.8 |
| | Yüksek lisans/Doktora | 57 | 17.6 |
| Medeni durum | Bekar | 239 | 73.5 |
| | Evli | 86 | 26.5 |

Tablo 2: Çalışmaya Katılanların Meslek Gruplarına Göre Dağılımı

| Meslek Grubu | Kişi Sayısı | Meslek Grubu | Kişi Sayısı |
|-------------------------|-------------|-------------------------|-------------|
| Akademisyen | 3 | Memur | 18 |
| Arkeolog | 1 | Model | 1 |
| Avukat | 2 | Muhasebeci | 4 |
| Bankacı | 3 | Mühendis | 30 |
| Biyolog | 5 | Müzisyen | 2 |
| Danışman | 8 | Öğrenci | 46 |
| Deniz Subayı | 1 | Öğretmen | 25 |
| DJ (Disc Jokey) | 1 | Özel Güvenlik Görevlisi | 3 |
| Doktor | 7 | Polis | 1 |
| Eczacı | 1 | Pilot | 1 |
| Editör | 1 | Politika | 1 |
| Esnaf-Serbest Meslek | 16 | Psikolog | 52 |
| Finansman | 1 | Reklamcı | 2 |
| Grafiker | 1 | Satış - Pazarlama | 14 |
| Halkla İlişkiler Uzmanı | 6 | Sekreter | 2 |
| Hemşire | 20 | Sosyolog | 1 |
| İşçi | 3 | Spiker | 1 |
| İşletmeci | 2 | Taksici | 1 |
| İşsiz | 4 | Tekniker | 5 |
| Kaptan | 2 | Turizmci | 4 |
| Kimyager | 6 | Web Tasarım Uzmanı | 3 |
| Laborant | 11 | Yazılım Uzmanı | 1 |
| Mali Müşavir | 2 | Yönetmen | 1 |

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, araştırmanın kim tarafından yürütüldüğü, elde edilen bilgilerin ne amaçla kullanılacağı, katılımcıların çalışmayla ilgili bilgi almak istedikleri takdirde araştırmacıya ulaşabilecekleri iletişim adresi ve gizlilik ilkesi hakkında bilgi vermektedir. Katılımcıların kişilerarası ilişki tarzları, erken dönem uyumsuz şemaları, kendilik algıları ve algılanan ebeveynlik stilleri ile ilişkili olabileceği düşünülen demografik özelliklere ait bilgi elde etmek için hazırlanmıştır. Yaş, cinsiyet, meslek grubu, medeni durum, eğitim düzeyi, psikiyatrik tanı alma – tedavi görme durumlarıyla ilgili bilgi alınması amaçlanan formda çoktan seçmeli ve kapalı uçlu sorular bulunmaktadır.

2.2.2 Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ): Sosyal Karşılaştırma Ölçeği, Gilbert, Allan ve Trent tarafından 1995 yılında 5 madde olarak geliştirilmiş, 1992 yılında Şahin ve Şahin tarafından madde eklemeleri yapılarak Türkçe'ye uyarlanmıştır (aktaran Koç, 2008). Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama uygulaması Şahin ve Durak (1993) tarafından 501 katılımcı ile yapılmıştır (aktaran Alkan, 2008). Yapılan araştırma sonucu, ölçeğin Türkçe formunun Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı $\alpha=.89$ olarak bulunmuştur (Savaşır ve Şahin, 1997 aktaran Karşlı, 2008). Öksüz ve Malhan (2012) tarafından yayımlanan çalışmada ise ölçeğin toplam puanı için elde edilen Cronbach Alfa katsayısı $\alpha=.89$, test – tekrar test güvenilirlik değeri $\alpha=.91$ ve iç tutarlılık değeri $\alpha=.87$ olarak bulunmuştur. 18 maddeden oluşan ölçek, 1 – 6 arası likert tipi puanlamayla hesaplanmaktadır. Kişinin kendini bazı alanlarda/boyutlarda başkaları ile

kıyasladığında nasıl gördüğüne dair algılarını belirlemeyi amaçlar. Yüksek puanlar olumlu kendilik algısına, düşük puanlar olumsuz kendilik algısına işaret etmektedir. Ölçeğin orjinal formundan elde edilen Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .87 olarak ifade edilmektedir.

2.2.3. Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3): Erken dönem uyumsuz şemaları tanımlamaya yöneliktir. Orjinal Young Şema Ölçeği 205 maddeden oluşmaktadır ve 16 şema boyutunu ölçmektedir. Bu form uzun olduğundan 15 şema boyutunu ölçen ve 75 maddeden oluşan daha kısa bir form oluşturulmuştur (YŞÖ – KF2). Bu kısa forma üç boyutun daha eklenmesiyle (Onay Arayıcılık, Cezalandırıcılık ve Karamsarlık), 90 maddelik Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 hazırlanmıştır (Young 2004, aktaran Sarıtaş, 2007).

Tablo 3. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3: Şema Alanları ve Boyutları

| ŞEMA ALANLARI | | | | | |
|----------------|--|--|---|--|--|
| | KOPUKLUK | ZEDELENMİŞ ÖZERLİK | ZEDELENMİŞ SINIRLAR | BAŞKALARINA YÖNEMLİLİK | AŞIRI TETİKTE OLMA |
| ŞEMA BOYUTLARI | -Terkedilme/ İstikrarsızlık -Duygusal Yoksunluk -Kusurluluk/ Utanç -Sosyal İzolasyon/ Yabancılaşma -Güvensizlik/ Suistimal Edilme | -İç içe Geçme/ Bağımlılık -Başarısızlık -Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık -Yapışıklık/ Gelişmemiş Benlik | -Yetersiz Özdenetim/ Ayrıcalıklık -Hak Görme/ Büyükleme | -Kendini Feda -Onay Arayıcılık/ Tanınma Arayıcılık -Boyun Eğicilik | -Olumsuzluk/ Karamsarlık -Duyguları Baskılama -Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik -Cezalandırıcılık |

Ölçeğin Türkiye'deki geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını Soygüt ve arkadaşları (2009b) yürütmüştür. Çalışmaya 1071 katılımcı dâhil edilmiştir. Bunun sonucunda beş şema alanı (zedelenmiş otonomi, kopukluk, aşırı tetikte olma, diğerleri yönelimlilik ve zedelenmiş sınırlar) ve bu alanlara ait terkedilme/istikrarsızlık (2., 20., 28., 38., 74. maddeler), duygusal yoksunluk (1., 19., 37., 55., 73. maddeler), kusurluluk/utanç (23., 41., 43., 59., 77., 90. maddeler), sosyal izolasyon/yabancılaşma (3., 4., 40., 57., 58., 75., 76. maddeler), iç içe geçme/bağımlılık (7., 9., 10., 25., 63., 64., 79., 81., 82. maddeler), başarısızlık (6., 24., 33., 42., 60., 78. maddeler), hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık (21., 39., 44., 62. maddeler), yetersiz özdenetim/ayrıcalıklılık (15., 22., 32., 50., 51., 68., 69. maddeler), kendini feda (11., 29., 47., 65., 83. maddeler), onay arayıcılık (16., 34., 52., 56., 70., 88. maddeler), karamsarlık (8., 17., 26., 35., 80. maddeler), duyguları baskılama (12., 30., 48., 66., 84. maddeler), yüksek standartlar(13., 14., 31. maddeler) ve cezalandırıcılık (18., 49., 53., 54., 72., 89. maddeler) olmak üzere toplamda 14 alt boyutun uygun olduğu ortaya çıkmıştır. Ölçek 1(tamamıyla yanlış) – 6(tamamıyla doğru) puan aralığından oluşan likert tipi bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısının şema alanları için $\alpha = .63-.80$, şema boyutları için $\alpha = .53-.81$ arasında değiştiği tespit edilmiştir. Ölçeğin test tekrar test güvenirliliği şema alanları için $r = .66-.83$ ($p < .01$), şema boyutları için ise $r = .66-.82$ ($p < .01$) arasında değişmektedir.

Tablo 4. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3: Şema Alanları ve Boyutları (Türkiye Örnekleme Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması Sonucu. Soygüt ve ark., 2009.)

| ŞEMA ALANLARI | | | | | |
|----------------|--|--|---|---|--|
| | KOPUKLUK | ZEDELENMİŞ ÖZERLİK | ZEDELENMİŞ SINIRLAR | BAŞKALARINA YÖNEMLİLİK | AŞIRI TETİKTE OLMA |
| ŞEMA BOYUTLARI | -Terkedilme/ İstikrarsızlık -Duygusal Yoksunluk -Kusurluluk/ Utanç -Sosyal İzolasyon/ Yabancılaşma | -İç içe Geçme/ Bağımlılık -Başarısızlık -Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık | -Yetersiz Özdenetim/ Ayrıcalıklık | -Kendini Feda -Onay Arayıcılık/ Tanınma Arayıcılık | -Olumsuzluk/ Karamsarlık -Duyguları Baskılama -Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik -Cezalandırıcılık |

2.2.4. Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ): Ölçek Young tarafından 1994 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğin özgün formu, ebeveynlerin erken dönem uyumsuz şemaların temelini oluşturduğu düşünülen davranışlarını tanımlamaya yöneliktir. Ölçek YEBÖ – A ve YEBÖ – B olmak üzere ayrı ayrı anne ve baba için uygulanmaktadır. Katılımcı, ölçek maddelerinde bulunan ifadelerle göre anne ve babasının davranışlarını ayrı ayrı göz önünde bulundurarak 1(tamamen yanlış) – 6(tamamen uyuyor) arasında değişen likert tipi puanlama sonucu değerlendirmektedir. Yüksek puanlanan maddeler, ebeveynin erken dönem uyumsuz şema oluşumuna yönelik olumsuz ebeveynlik tutumlarını ifade etmektedir.

Ölçeğin özgün formuna dair bir çalışma Sheffield ve arkadaşları (2005) tarafından üniversite öğrencilerinin katılımıyla yürütmüştür. Bu çalışma sonucu

ölçeğin 37 maddeden meydana gelen kısaltılmış formunun kullanılabilir ve kabul edilebilir düzeyde geçerli ve güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu kısa formda duygusal olarak yoksun bırakan, aşırı koruyucu, küçümseyici, mükemmeliyetçi, karamsar/korkulu, kontrol edici, duygusal bakımdan bastırılmış, cezalandırıcı ve koşullu/narsistik ebeveynlik boyutlarına ulaşılmıştır. Bu boyutların iç tutarlılık değerinin $\alpha=.67-.92$ değerleri arasında değiştiği ve test – tekrar test güvenilirliğinin $\alpha=.53-.85$ değerleri arasında olduğu bulunmuştur.

Ölçeğin Türkiye’deki geçerlik-güvenirlik çalışmasını Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır (2008) gerçekleştirmiştir. Çalışma üniversite öğrencileri ile yürütülmüştür. Çalışma sonucu anne (YEBÖ-A) ve baba (YEBÖ-B) formları için ortak yapıdan oluşan 10 faktörlü toplamda 72 maddeden oluşan formun uygun olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan faktör analizi sonucu kuralcı/kalıplayıcı (42., 41., 6., 46., 39., 32., 4., 54., 65., 40., 31., 37. maddeler), koşullu/başarı odaklı (7., 71., 72., 69., 38. maddeler), küçümseyici/kusur bulucu (3., 8., 21., 22., 23., 24., 26., 28., 29. maddeler), aşırı izin verici/sınırsız (48., 49., 51., 47., 25., 5. maddeler), duygusal bakımdan yoksun bırakıcı (1., 2., 3., 4., 36., 45., 52. maddeler), kötümser/endişeli (58., 59., 56. maddeler), sömürücü/istismar edici (12., 13., 1., 11., 9., 7., 6. maddeler), cezalandırıcı (63., 66., 67., 68. maddeler), aşırı koruyucu/evhamlı (2., 14., 16., 17., 18., 19., 53. maddeler), değişime kapalı/duygularını bastıran (61., 62., 64. maddeler) ebeveynlik stilleri tanımlanmıştır. Ölçeğin ebeveynlik stilleri bakımından anne formu için iç tutarlılık katsayısı $\alpha=.53-.86$, baba formu için iç tutarlılık katsayısı ise $\alpha=.61-.89$ değerleri arasında değişmektedir. Anne ve baba formlarına ilişkin toplam iç tutarlılık katsayıları toplamı $\alpha=.90$ olarak bulunmuştur.

2.2.5. Kişilerarası Tarz Ölçeği (KTÖ): Şahin ve arkadaşları tarafından 2007 yılında geliştirilmiştir (aktaran Koç, 2008). Güvenirlik analizinde Cronbach Alpha güvenirlilik katsayısı $\alpha = .93$ olarak bulunmuştur. Alt faktörler için bulunan güvenirlilik katsayıları ise .88 ile .67 arasında değişmektedir. 60 maddeden oluşan, 1 – 5 arası likert tipi puanlanan ölçek, kişilerarası ilişki tarzlarını belirlemek amacıyla kullanılmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 60, en yüksek puan 300'dür. Ölçekte bulunan maddeler kişilerarası tarza ilişkin olumsuz ifadelerden oluştuğundan, yüksek puanlar olumsuz, düşük puanlar olumlu iletişim tarzlarını ifade etmektedir. Yapılan faktör analizi sonucu ölçeğin baskın tarz (5., 6., 8., 9., 31., 42., 43., 46., 48., 49., 51., 52., 59., 60. maddeler), öfkeli tarz (4., 20., 21., 25., 33., 34., 54., 56., 57. maddeler), duygudan kaçınan/duyarsız tarz (2., 3., 15., 17., 23., 24., 26., 28., 29., 30., 39. maddeler), manipülatif tarz (7., 16., 18., 19., 40., 41., 44., 45., 53., 55. maddeler), kaçınan tarz (11., 12., 13., 27., 32., 35., 36., 37., 38., 50., 58. maddeler) ve alaycı tarz (1., 10., 14., 22., 47. maddeler) olmak üzere altı alt faktörü olduğu bulunmuştur.

2.3. İşlem

Katılımcılar gönüllülük esasına dayanarak araştırmaya katılmışlardır. Araştırmada kullanılacak ölçekler sırasıyla olmak üzere kişisel bilgi formu, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği, Young Şema Ölçeği, Young Ebeveynlik Ölçeği ve Kişilerarası Tarz Ölçeği olacak şekilde bir batarya halinde verilmiştir. Elde edilen veriler SPSS 16 for Windows programına girilmiş ve istatistiksel analizler bu program üzerinde yapılmıştır. Çalışma verileri değerlendirilirken

bu program kapsamında SKÖ, YŞÖ – KF3, YEBÖ ve KTÖ'den alınan puanlara ilişkin tanımlayıcı istatistiksel analiz metodları (ortalama, standart sapma, frekans) kullanılmıştır. YŞÖ – KF3'ün, YEBÖ'nin ve KTÖ'nin cinsiyet ve medeni durum değişkenleri açısından gruplararası karşılaştırmaları için Student's T Test, ve Mann Whitney U Test kullanılmıştır. SKÖ'nin cinsiyet ve medeni durum değişkenleri açısından gruplararası karşılaştırması için ise Ki-Kare testi kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan KTÖ'nin her bir alt boyutuna (baskın tarz, kaçınan tarz, manipülatif tarz, duyarsız tarz, öfkeli arz, alaycı tarz) etki edebilecek SKÖ, YŞÖ – KF3 ve YEBÖ alt boyutlarının belirlenmesi amacıyla her KTÖ alt boyutu için aşamalı regresyon analizi yürütülmüştür. YŞÖ – KF3 alt alanlarına etki edebilecek YEBÖ altboyutlarını belirlemek amacıyla yine aşamalı regresyon analizi yürütülmüştür. Anlamlılık $p<0.05$ ve $p<0.01$ düzeyinde değerlendirilmiştir, anlamlı boyutlar analizlere ilişkin tablolarda gösterilmektedir.

3. BÖLÜM

BULGULAR

Araştırmanın amacı kapsamında elde edilen verilere ilişkin ifade edilen hipotez ve araştırma sorularına ait istatistiksel analizler bu bölümde ele alınacaktır.

3.1. Betimleyici İstatistiksel Analizler

3.1.1. Araştırmada Yer Alan Değişkenleri Ölçen Ölçeklere İlişkin

Betimleyici İstatistikler

Tablo 5: Katılımcıların Sosyal Karşılaştırma Ölçeğinden Aldıkları Puanların Dağılımı

| N=325 | Min- Max | Ort±Std.S |
|--|-------------|-------------|
| Sosyal Karşılaştırma Ölçeği Toplam Puan | 33-108 | 85.55±11.21 |
| | N | % |
| Kendilik Algısı Ortalamasının Altında Olan Grup | 158 | 48.6 |
| Kendilik Algısı Ortalamasının Üstünde Olan Grup | 167 | 51.4 |

Katılımcıların kendilik algısı düzeyleri sosyal karşılaştırma ölçeğinden aldıkları puanlar ile değerlendirilmiştir. Alınan toplam puan aralığı 33 - 108 (Ort±Std.S;

85.55±11.21) arasında değişmektedir. Sosyal karşılaştırma ölçeğinden ortalamanın altında alınan düşük puanlar olumsuz kendilik algısını, ortalamanın üzerinde alınan yüksek puanlar olumlu kendilik algısını göstermektedir. Katılımcılardan 158 (%48.6) kişi olumsuz kendilik algısına sahipken, 167 (%51.4) kişi olumlu kendilik algısına sahiptir. Verilerinin dağılımları tabloda verilmiştir.

Tablo 6: Katılımcıların Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki Şema Alanları Ve Şema Boyutlarından aldıkları puanların Dağılımı

| N=325 | Min-Max | Ort±Std.S |
|--|---------|--------------|
| <i>Young Şema Ölçeği Toplam Puan</i> | 90-475 | 212.42±52.55 |
| <i>Kopukluk/Reddedilmişlik Şema Alanı</i> | 23-107 | 39.42±14.11 |
| Terk edilme Boyutu | 5-23 | 7.92±3.42 |
| Duygusal Yoksunluk Boyutu | 5-23 | 7.91±3.70 |
| Kusurluluk Boyutu | 6-33 | 8.77±3.97 |
| Sosyal İzolasyon Boyutu | 7-37 | 14.81±5.86 |
| <i>Zedelenmiş Özerklik Şema Alanı</i> | 19-110 | 34.76±12.82 |
| Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık Boyutu | 4-22 | 9.06±3.92 |
| İç İç Geçme Boyutu | 9-54 | 15.01±6.62 |
| Başarısızlık Boyutu | 6-34 | 10.69±4.62 |
| <i>Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı</i> | 7-42 | 25.20±6.73 |
| Yetersiz Özdenetim Boyutu | 7-42 | 25.20±6.73 |
| <i>Başkaları Yönelimlilik Şema Alanı</i> | 11-59 | 36.32±9.45 |
| Kendini Feda Boyutu | 5-29 | 15.29±5.27 |
| Onay Arayıcılık Boyutu | 6-34 | 21.02±6.19 |
| <i>Aşırı Tetikte Olma Şema Alanı</i> | 19-103 | 51.69±13.59 |
| Karamsarlık Boyutu | 5-29 | 10.28±4.74 |
| Duyguları Bastırma Boyutu | 5-28 | 10.33±4.73 |
| Yüksek Standartlar Boyutu | 3-18 | 9.92±4.03 |
| Cezalandırılma Boyutu | 6-36 | 21.14±5.81 |

Katılımcıların young şema ölçeği kısa form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki şema alanları ve şema boyutlarından aldıkları puanların dağılımı tabloda verilmiştir.

Tablo 7: Katılımcıların Young Ebeveynlik Ölçeği ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Dağılımı

| N=325 | | Min-Max | Ort±Std.S |
|---------------|--|---------|-------------|
| YEBÖ-A | Kuralcı/ Kalıplayıcı | 12-72 | 30.53±12.01 |
| | Küçümseyici/ Kusur Bulucu | 9-54 | 13.11±7.03 |
| | Duygusal bakımdan Yoksun Bırakıcı | 8-48 | 17.19±7.73 |
| | Sömürücü/ İstismar Edici | 7-40 | 8.06±4.07 |
| | Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | 7-42 | 19.72±6.68 |
| | Koşullu/ Başarı Odaklı | 5-30 | 16.31±5.70 |
| | Aşırı İzin Verici/ Sınırsız | 6-32 | 10.02±4.49 |
| | Kötümser/ Endişeli | 3-18 | 7.48±3.88 |
| | Cezalandırıcı | 4-24 | 8.82±3.32 |
| | Değişime Kapalı/ Duygularını Bastıran | 3-18 | 8.04±3.44 |
| YEBÖ-B | Kuralcı/ Kalıplayıcı | 11-63 | 30.58±11.70 |
| | Küçümseyici/ Kusur Bulucu | 9-54 | 14.20±7.62 |
| | Duygusal bakımdan Yoksun Bırakıcı | 8-48 | 21.01±10.37 |
| | Sömürücü/ İstismar Edici | 7-33 | 8.90±4.25 |
| | Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | 7-41 | 17.56±6.46 |
| | Koşullu/ Başarı Odaklı | 5-30 | 16.90±6.16 |
| | Aşırı İzin Verici/ Sınırsız | 6-31 | 10.57±5.26 |
| | Kötümser/ Endişeli | 3-18 | 7.43±3.85 |
| | Cezalandırıcı | 4-20 | 8.97±3.51 |
| | Değişime Kapalı/ Duygularını Bastıran | 3-18 | 9.49±3.69 |

Katılımcıların young ebeveynlik ölçeği ve alt boyutlarından aldıkları puanların dağılımı tabloda verilmiştir.

Tablo 8: Katılımcıların Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği ve Alt Bölümlerinden Aldıkları Puanların Dağılımı

| N=325 | Min-Max | Ort±Std.S |
|---|---------|--------------|
| <i>Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği Toplam Puan</i> | 60-245 | 134.44±35.93 |
| Baskın Tarz | 14-60 | 28.22±10.41 |
| Kaçınan Tarz | 11-51 | 23.88±7.95 |
| Öfkeli Tarz | 9-42 | 23.53±7.30 |
| Duyarsız(Duygudan Kaçınan) Tarz | 11-45 | 21.88±6.89 |
| Manipulatif Tarz | 10-42 | 24.44±7.21 |
| Alaycı Tarz | 5-25 | 12.47±4.28 |

Katılımcıların kişiler arası ilişki tarzları ölçeği ve alt bölümlerinden aldıkları puanların dağılımı tabloda verilmiştir.

3.1.2. Araştırmada Yer Alan Değişkenleri Ölçen Ölçeklerden ve Alt Bölümlerinden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

Tablo 9: Katılımcıların Sosyal Karşılaştırma Ölçeğinden Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

| N=325 | Kadın (N=181) | | Erkek (N=144) | |
|---|------------------|--------------------------|--------------------------|----------------|
| | Ort±Std.S | Ort±Std.S | T | P |
| ⁺ Sosyal Karşılaştırma Ölçeği Toplam Puan | 84.59±11.71 | 86.75±10.45 | -1.731 | 0.084 |
| | N(%) | N % | X ² | P |
| ⁺⁺ Kendilik Algısı | Düşük Yüksek | 95 (%52.5) 86 (%47.5) | 63 (%43.8) 81 (%56.2) | 2.450 0.120 |

⁺Student t test ⁺⁺Ki-Kare

Katılımcıların kendilik algılarının düşük ya da yüksek olması ile cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır (p>0.05). Karşılaştırmaya ilişkin veriler tabloda verilmiştir.

Tablo 10: Katılımcıların Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki Şema Alanları ve Şema Boyutlarından aldıkları puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

| N=325 | Kadın | Erkek | z/t | p |
|---|--------------|--------------|---------------------|---------------------|
| | (N=181) | (N=144) | | |
| | Ort±Std.S | Ort±Std.S | | |
| ⁺ Young Şema Ölçeği Toplam Puan | 203.67±45.11 | 223.43±58.96 | -3.146 ^a | 0.002 ^{**} |
| ⁺ Kopukluk/Reddedilmişlik Şema Alanı | 37.01±11.90 | 42.45±16.00 | -3.098 ^a | 0.002 ^{**} |
| ⁺ Terk edilme Boyutu | 7.44±3.01 | 8.52±3.81 | -2.520 ^a | 0.012 [*] |
| ⁺ Duygusal Yoksunluk Boyutu | 7.25±3.25 | 8.73±4.06 | -3.820 ^a | 0.001 ^{**} |
| ⁺ Kusurluluk Boyutu | 8.06±2.78 | 9.66±4.96 | -2.633 ^a | 0.008 ^{**} |
| ⁺ Sosyal İzolasyon Boyutu | 14.25±5.67 | 15.52±6.03 | -2.012 ^a | 0.044 [*] |
| ⁺ Zedelenmiş Özerklik Şema Alanı | 33.43±10.76 | 36.44±14.88 | -1.352 ^a | 0.176 |
| ⁺ Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık Boyutu | 8.95±3.74 | 9.19±4.13 | -0.221 ^a | 0.825 |
| ⁺ İç İç Geçme Boyutu | 14.19±5.76 | 16.04±7.44 | -2.317 ^a | 0.020 [*] |
| ⁺ Başarısızlık Boyutu | 10.28±3.77 | 11.20±5.48 | -0.441 ^a | 0.681 |
| ⁺⁺ Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı | 24.69±6.35 | 25.86±7.15 | -1.559 ^b | 0.120 |
| ⁺⁺ Yetersiz Özdenetim Boyutu | 24.69±6.35 | 25.86±7.15 | -1.559 ^b | 0.120 |
| ⁺⁺ Başkaları Yönelimlilik Şema Alanı | 35.50±9.05 | 37.35±9.86 | -1.759 ^b | 0.079 |
| ⁺⁺ Kendini Feda Boyutu | 14.66±5.28 | 16.09±5.17 | -2.453 ^b | 0.015 [*] |
| ⁺⁺ Onay Arayıcılık Boyutu | 20.83±6.01 | 21.25±6.42 | -0.603 ^b | 0.547 |
| ⁺⁺ Aşırı Tetikte Olma Şema Alanı | 49.14±12.32 | 54.90±14.44 | -3.881 ^b | 0.001 ^{**} |
| ⁺ Karamsarlık Boyutu | 9.75±4.41 | 10.96±5.05 | -2.088 ^a | 0.037 [*] |
| ⁺ Duyguları Bastırma Boyutu | 9.60±4.43 | 11.26±4.93 | -3.194 ^a | 0.001 ^{**} |
| ⁺ Yüksek Standartlar Boyutu | 9.45±4.01 | 10.52±3.98 | -2.477 ^a | 0.013 [*] |
| ⁺⁺ Cezalandırılma Boyutu | 20.33±5.37 | 22.15±6.19 | -2.838 ^b | 0.005 ^{**} |

⁺Mann-Whitney U ⁺⁺ Student t test, ^az değeri ^bt değeri, * p<0.05 ** p<0.01

Katılımcıların young şema ölçeği kısa form – 3 (KF3)'deki YŞÖ toplam puan, kopukluk/reddedilmişlik şema alanı ve aşırı tetikte olma şema alanından alınan puanlar cinsiyet açısından istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmaktadır ($p<0.01$). Erkek katılımcıların YŞÖ-KF3'den aldıkları toplam puan ve şema alanlarından aldıkları puanlar kadın katılımcılara oranla daha yüksektir. Katılımcıların diğer şema alanlarından aldıkları puanlar arasında cinsiyet açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$).

Şema boyutları cinsiyet açısından karşılaştırıldığında; terk edilme boyutu ($p<0.05$), duygusal yoksunluk boyutu ($p<0.01$), kusurluluk boyutu ($p<0.01$), sosyal izolasyon boyutu ($p<0.05$), iç içe geçme boyutu ($p<0.05$), kendini feda boyutu ($p<0.05$), karamsarlık boyutu ($p<0.05$), duyguları baskılama boyutu ($p<0.01$), yüksek standartlar boyutu ($p<0.05$) ve cezalandırılma boyutundan ($p<0.01$) alınan puanlar istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmaktadır. Erkek katılımcıların bu şema boyutlarından aldıkları puanlar kadın katılımcılara oranla daha yüksektir. Katılımcıların diğer şema boyutlarından aldıkları puanlar arasında cinsiyet açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$). Karşılaştırmaya ilişkin veriler tabloda verilmiştir.

Tablo 11: Katılımcıların Young Ebeveynlik Ölçeği Anne Formu (YEBÖ-A) ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

| N=325 | Kadın | Erkek | z/t | P | |
|--------|--|-------------|-------------|---------------------|---------------------|
| | (N=181) | (N=144) | | | |
| | Ort±Std.S | Ort±Std.S | | | |
| YEBÖ-A | ⁺ Kuralcı/ Kalıplıyıcı | 30.84±12.70 | 30.15±11.11 | -0.219 ^a | 0.827 |
| | ⁺ Küçümseyici/ Kusur Bulucu | 13.18±6.95 | 13.01±7.15 | -0.998 ^a | 0.313 |
| | ⁺ Duygusal bakımdan Yoksun Bırakıcı | 17.55±8.32 | 16.75±6.91 | -0.477 ^a | 0.633 |
| | ⁺ Sömürücü/ İstismar Edici | 7.95±3.48 | 8.20±4.71 | -1.474 ^a | 0.141 |
| | ⁺⁺ Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | 18.67±6.73 | 21.05±6.41 | -3.235 ^b | 0.001 ^{**} |
| | ⁺⁺ Koşullu/ Başarı Odaklı | 15.87±5.86 | 16.87±5.46 | -1.576 ^b | 0.116 |
| | ⁺ Aşırı İzin Verici/ Sınırsız | 9.79±4.05 | 10.30±4.99 | -0.375 ^a | 0.708 |
| | ⁺ Kötümser/ Endişeli | 7.69±4.01 | 7.21±3.71 | -0.890 ^a | 0.374 |
| | ⁺ Cezalandırıcı | 8.71±3.32 | 8.95±3.31 | -0.695 ^a | 0.487 |
| | ⁺ Değişime Kapalı/ Duygularını Bastıran | 7.85±3.63 | 8.28±3.17 | -1.521 ^a | 0.128 |

⁺Mann-Whitney U ⁺⁺ Student t test, ^az değeri ^bt değeri, ^{**}p<0.01

Katılımcıların young ebeveynlik ölçeği anne formu (YEBÖ-A) aşırı koruyucu/evhamlı alt boyutundan aldıkları puanlar cinsiyet açısından istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmaktadır (p<0.01). Erkek katılımcılar aşırı koruyucu/evhamlı alt boyutundan daha yüksek puan almışlardır. Diğer alt boyutlardan alınan puanlara bakıldığında cinsiyet değişkeni istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır (p>0.05). Karşılaştırmaya ilişkin veriler tabloda verilmiştir.

Tablo 12: Katılımcıların Young Ebeveynlik Ölçeği Baba Formu (YEBÖ-B) ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

| N=325 | Kadın | Erkek | z/t | P | |
|--------|--|-------------|-------------|---------------------|--------------------|
| | (N=181) | (N=144) | | | |
| | Ort±Std.S | Ort±Std.S | | | |
| YEBÖ-B | ⁺ Kuralcı/ Kalıplayıcı | 29.66±11.70 | 31.73±11.63 | -1.728 ^a | 0.084 |
| | ⁺ Küçümseyici/ Kusur Bulucu | 13.82±7.00 | 14.69±8.33 | -0.810 ^a | 0.418 |
| | ⁺ Duygusal bakımdan Yoksun Bırakıcı | 21.03±10.66 | 20.97±10.03 | -0.089 ^a | 0.929 |
| | ⁺ Sömürücü/ İstismar Edici | 8.95±4.07 | 8.84±4.49 | -0.834 ^a | 0.404 |
| | ⁺⁺ Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | 16.53±6.07 | 18.86±6.72 | -3.287 ^b | 0.001 [*] |
| | ⁺⁺ Koşullu/ Başarı Odaklı | 15.92±6.18 | 18.13±5.92 | -3.249 ^b | 0.001 [*] |
| | ⁺ Aşırı İzin Verici/ Sınırsız | 10.87±5.65 | 10.20±4.72 | -0.437 ^a | 0.662 |
| | ⁺ Kötümser/ Endişeli | 7.08±3.71 | 7.88±3.99 | -1.893 ^a | 0.058 |
| | ⁺ Cezalandırıcı | 8.71±3.53 | 9.31±3.47 | -1.608 ^a | 0.108 |
| | ⁺ Değişime Kapalı/ Duygularını Bastran | 9.24±3.89 | 9.80±3.41 | -1.494 ^a | 0.135 |

⁺Mann-Whitney U ⁺⁺ Student t test, ^az değeri ^bt değeri, ^{**}p<0.01

Katılımcıların young ebeveynlik ölçeği baba formu (YEBÖ-B) aşırı koruyucu /evhamlı ve koşullu/başarı odaklı alt boyutlarından aldıkları puanlar cinsiyet açısından istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmaktadır (p<0.01). Erkek katılımcılar iki alt boyuttan da kadın katılımcılara oranla daha yüksek puanlar almışlardır. Diğer alt boyutlardan alınan puanlar arasında cinsiyet açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır (p>0.05). Karşılaştırmaya ilişkin veriler tabloda verilmiştir.

Tablo 13: Katılımcıların Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği ve Alt Bölümlerinden Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

| N=325 | Kadın | Erkek | z/t | P |
|--|--------------|--------------|---------------------|---------------------|
| | (N=181) | (N=144) | | |
| | Ort±Std.S | Ort±Std.S | | |
| ⁺ Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği Toplam Puan | 127.54±32.04 | 143.11±38.69 | -3.614 ^a | 0.001 ^{**} |
| ⁺ Baskın Tarz | 26.02±9.40 | 30.97±10.99 | -4.235 ^a | 0.001 ^{**} |
| ⁺ Kaçınan Tarz | 22.95±7.12 | 25.06±8.78 | -2.012 ^a | 0.044 [*] |
| ⁺⁺ Öfkeli Tarz | 23.33±7.19 | 23.78±7.45 | 0.555 ^b | 0.579 |
| ⁺⁺ Duyarsız Tarz | 20.48±6.22 | 23.65±7.30 | 4.235 ^b | 0.001 ^{**} |
| ⁺⁺ Manipulatif Tarz | 22.97±6.69 | 26.27±7.43 | 4.202 ^b | 0.001 ^{**} |
| ⁺ Alaycı Tarz | 11.77±4.17 | 13.34±4.27 | -3.526 ^a | 0.001 ^{**} |

⁺Mann-Whitney U ⁺⁺ Student t test, ^az değeri ^bt değeri, ^{*}p<0.05 ^{**}p<0.01

Katılımcıların kişilerarası ilişki tarzları ölçeği toplam puanlar (p<0.01), baskın tarz alt bölümünden aldıkları puanlar (p<0.01), kaçınan tarz alt bölümünden aldıkları puanlar (p<0.05), duyarsız tarz alt bölümünden aldıkları puanlar (p<0.01), manipulatif tarz alt bölümünden aldıkları puanlar (p<0.01) ve alaycı tarz alt bölümünden aldıkları puanlar (p<0.01) cinsiyet açısından karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmaktadır. Erkek katılımcıların aldıkları puanlar kadın katılımcıların aldıkları puanlardan daha yüksektir. Öfkeli tarz alt bölümünden aldıkları puanlar cinsiyet açısından karşılaştırıldığında istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (p>0.05). Karşılaştırmaya ilişkin veriler tabloda verilmiştir.

3.1.3. Araştırmada Yer Alan Değişkenleri Ölçen Ölçeklerden ve Alt Bölümlerinden Alınan Puanların Medeni Durum Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

Tablo 14: Katılımcıların Sosyal Karşılaştırma Ölçeğinden Aldıkları Puanların Medeni Durum Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

| N=325 | | Bekar (N=239) | Evli (N=86) | | |
|--|--------|------------------|----------------|----------------|---------|
| | | Ort±Std.S | Ort±Std.S | t | P |
| ⁺ Sosyal Karşılaştırma Ölçeği Toplam Puan | | 84.64±10.4 2 | 88.09±12.86 | -2.469 | 0.014* |
| | | N(%) | N % | X ² | P |
| ⁺⁺ Kendilik Algısı | Düşük | 129 (%54) | 29 (%33.7) | 10.385 | 0.002** |
| | Yüksek | 110 (%46) | 57 (%66.3) | | |

⁺Student t test ⁺⁺Ki-Kare *p<0.05 **p<0.01

Katılımcıların sosyal karşılaştırma ölçeğinden aldıkları toplam puan medeni durum açısından karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmaktadır (p<0.05). Evli katılımcıların aldıkları puanlar bekar katılımcıların aldıkları puanlardan daha yüksektir. Kendilik algılarının düşük ya da yüksek olması ile medeni durum arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmaktadır (p<0.01). Evli katılımcıların olumlu kendilik algılarının oranı bekar katılımcılardan daha yüksektir. Karşılaştırmaya ilişkin veriler tabloda verilmiştir.

Tablo 15: Katılımcıların Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki Şema Alanları ve Şema Boyutlarından Aldıkları Puanların Medeni Durum Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

| N=325 | Bekar | Evli | z/t | p |
|---|--------------|--------------|---------------------|---------------------|
| | (N=239) | (N=86) | | |
| | Ort±Std.S | Ort±Std.S | | |
| ⁺⁺Young Şema Ölçeği Toplam Puan | 215.66±54.30 | 203.43±46.47 | 1.858 ^b | 0.064 |
| ⁺Kopukluk/Reddedilmişlik Şema Alanı | 40.20±14.78 | 37.23±11.85 | -1.412 ^a | 0.158 |
| ⁺ Terk edilme Boyutu | 8.06±3.59 | 7.53±2.90 | -1.048 ^a | 0.295 |
| ⁺ Duygusal Yoksunluk Boyutu | 8.00±3.83 | 7.66±3.33 | -0.605 ^a | 0.546 |
| ⁺ Kusurluluk Boyutu | 8.96±4.24 | 8.23±3.05 | -1.152 ^a | 0.249 |
| ⁺ Sosyal İzolasyon Boyutu | 15.17±6.03 | 13.80±5.27 | -1.412 ^a | 0.158 |
| ⁺Zedelenmiş Özerklik Şema Alanı | 35.25±13.12 | 33.41±11.92 | -1.194 ^a | 0.232 |
| ⁺ Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık Boyutu | 9.31±3.88 | 8.36±3.95 | -2.231 ^a | 0.026 [*] |
| ⁺ İç İçe Geçme Boyutu | 15.12±6.82 | 14.70±6.04 | -0.278 ^a | 0.781 |
| ⁺ Başarısızlık Boyutu | 10.82±4.68 | 10.34±4.46 | -0.919 ^a | 0.358 |
| ⁺Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı | 26.00±6.83 | 23.01±5.98 | -3.645 ^a | 0.001 ^{**} |
| ⁺ Yetersiz Özdenetim Boyutu | 26.00±6.83 | 23.01±5.98 | -3.645 ^a | 0.001 ^{**} |
| ⁺⁺Başkaları Yönelimlilik Şema Alanı | 36.45±9.60 | 35.96±9.07 | 0.409 ^b | 0.683 |
| ⁺⁺ Kendini Feda Boyutu | 14.96±5.38 | 16.23±4.86 | 1.922 ^b | 0.055 |
| ⁺⁺ Onay Arayıcılık Boyutu | 21.48±6.22 | 19.73±5.92 | 2.271 ^b | 0.024 [*] |
| ⁺⁺Aşırı Tetikte Olma Şema Alanı | 52.09±13.99 | 50.59±12.42 | 0.879 ^b | 0.380 |
| ⁺ Karamsarlık Boyutu | 10.42±4.80 | 9.91±4.56 | -0.803 ^a | 0.422 |
| ⁺ Duyguları Bastırma Boyutu | 10.49±4.95 | 9.89±4.04 | -0.486 ^a | 0.627 |
| ⁺ Yüksek Standartlar Boyutu | 10.01±4.14 | 9.67±3.69 | -0.496 ^a | 0.620 |
| ⁺⁺ Cezalandırılma Boyutu | 21.15±5.84 | 21.10±5.75 | 0.074 ^b | 0.941 |

⁺Mann-Whitney U ⁺⁺ Student t test, ^az değeri ^bt değeri, * p<0.05 ** p<0.01

Katılımcıların young şema ölçeği kısa form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki zedelenmiş sınırlar şema alanı boyutundan alınan puanlar medeni durum açısından

istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmaktadır ($p<0.01$). Bekar katılımcıların zedelenmiş sınırlar şema alanı boyutundan aldıkları puanlar, evli katılımcılara oranla daha yüksektir. Katılımcıların diğer şema alanlarından aldıkları puanlar arasında medeni durum açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$).

Şema boyutları medeni durum açısından karşılaştırıldığında; hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık ($p<0.05$), yetersiz özdenetim ($p<0.01$), onay arayıcılık ($p<0.05$) boyutlarından alınan puanlar istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmaktadır. Bekar katılımcıların bu şema boyutlarından aldıkları puanlar evli katılımcılara oranla daha yüksektir. Katılımcıların diğer şema boyutlarından aldıkları puanlar arasında medeni durum açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$). Karşılaştırmaya ilişkin veriler tabloda verilmiştir.

3.1.4. Araştırmada Yeralan Değişkenleri Ölçen Ölçeklerden ve Alt Bölümlerinden Alınan Puanların Medeni Durum Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

Tablo 16: Katılımcıların Young Ebeveynlik Ölçeği Anne Formu (YEBÖ-A) ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Medeni Durum Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

| N=325 | Bekar | Evli | z/t | p | |
|--------|--|-------------|-------------|---------------------|-------|
| | (N=239) | (N=86) | | | |
| | Ort±Std.S | Ort±Std.S | | | |
| YEBÖ-A | +Kuralcı/ Kalıplı | 30.53±12.44 | 30.53±10.78 | -0.330 ^a | 0.741 |
| | +Küçümseyici/ Kusur Bulucu | 12.34±7.58 | 12.45±5.18 | -0.844 ^a | 0.398 |
| | +Duygusal bakımdan Yoksun Bırakıcı | 17.15±7.88 | 17.30±7.33 | -0.440 ^a | 0.660 |
| | +Sömürücü/ İstismar Edici | 8.13±4.34 | 7.87±3.21 | -0.379 ^a | 0.705 |
| | +Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | 19.93±6.79 | 19.16±6.39 | -0.654 ^a | 0.513 |
| | +Koşullu/ Başarı Odaklı | 16.29±5.72 | 16.38±5.67 | -0.126 ^b | 0.899 |
| | +Aşırı İzin Verici/ Sınırsız | 10.27±4.68 | 9.31±3.85 | -1.778 ^a | 0.075 |
| | +Kötümser/ Endişeli | 7.30±3.86 | 7.96±3.93 | -1.420 ^a | 0.156 |
| | +Cezalandırıcı | 8.71±3.41 | 9.10±3.05 | -1.381 ^a | 0.167 |
| | +Değişime Kapalı/ Duygularını Bastıran | 8.08±3.60 | 7.93±2.96 | -0.223 ^a | 0.824 |

⁺Mann-Whitney U ⁺⁺ Student t test, ^az değeri ^bt değeri,

Katılımcıların young ebeveynlik ölçeği anne formu (YEBÖ-A) alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında medeni durum açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır (p>0.05). Karşılaştırmaya ilişkin veriler tabloda verilmiştir.

Tablo 17: Katılımcıların Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ-B) Ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Medeni Durum Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

| N=325 | Bekar (N=239) | Evli (N=86) | z/t | p | |
|--------|---|----------------|-------------|---------------------|---------------------|
| | Ort±Std.S | Ort±Std.S | | | |
| YEBÖ-B | ⁺⁺ Kuralcı/ Kalıplıyıcı | 30.89±11.76 | 29.69±11.53 | 0.816 ^b | 0.415 |
| | ⁺ Küçümseyici/ Kusur Bulucu | 14.82±8.10 | 12.48±5.81 | -2.816 ^a | 0.005 ^{**} |
| | ⁺ Duygusal bakımdan Yoksun Bırakıcı | 21.65±10.68 | 19.22±9.29 | -1.675 ^a | 0.094 |
| | ⁺ Sömürücü/ İstismar Edici | 9.06±4.47 | 8.44±3.55 | -1.444 ^a | 0.149 |
| | ⁺ Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | 17.63±6.66 | 17.38±5.88 | -0.187 ^a | 0.852 |
| | ⁺⁺ Koşullu/ Başarı Odaklı | 17.38±6.13 | 15.56±6.08 | 2.358 ^b | 0.019 [*] |
| | ⁺ Aşırı İzin Verici/ Sınırsız | 10.94±5.43 | 9.54±4.63 | -2.482 ^a | 0.013 [*] |
| | ⁺ Kötümser/ Endişeli | 7.40±4.03 | 7.53±3.33 | -1.023 ^a | 0.306 |
| | ⁺ Cezalandırıcı | 8.98±3.65 | 8.95±3.11 | -0.275 ^a | 0.783 |
| | ⁺ Değişime Kapalı/ Duygularını Bastıran | 9.86±3.74 | 8.46±3.37 | -3.096 ^a | 0.002 ^{**} |

⁺Mann-Whitney U ⁺⁺ Student t test, ^az değeri ^bt değeri, ^{*}p<0.05 ^{**}p<0.01

Katılımcıların young ebeveynlik ölçeği (YEBÖ-B) küçümseyici/kusur bulucu (p<0.01), koşullu/başarı odaklı (p<0.05), aşırı izin verici/sınırsız (p<0.05) ve değişime kapalı/duygularını bastıran (p<0.01) alt boyutlarından aldıkları puanlar medeni durum açısından istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmaktadır. Bekar katılımcılar alt boyutlardan evli katılımcılara oranla daha yüksek puanlar almışlardır. Diğer alt boyutlardan alınan puanlar arasında medeni durum açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır (p>0.05). Karşılaştırmaya ilişkin veriler tabloda verilmiştir.

Tablo 18: Katılımcıların Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği ve Alt Bölümlerinden Aldıkları Puanların Medeni Durum Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

| N=325 | Bekar | Evli | z/t | p |
|--|--------------|--------------|---------------------|---------------------|
| | (N=239) | (N=86) | | |
| | Ort±Std.S | Ort±Std.S | | |
| ⁺⁺ Kişiler Arası İlişki Tarzları Ölçeği Toplam Puan | 137.13±36.19 | 126.95±34.31 | 2.268 ^b | 0.024 [*] |
| ⁺ Baskın Tarz | 29.15±10.64 | 25.61±9.33 | -2.736 ^a | 0.006 ^{**} |
| ⁺ Kaçınan Tarz | 24.41±8.11 | 22.43±7.36 | -1.825 ^a | 0.068 |
| ⁺⁺ Öfkeli Tarz | 23.98±7.32 | 22.27±7.15 | 1.863 ^b | 0.063 |
| ⁺ Duyarsız Tarz | 21.54±6.79 | 22.84±7.12 | -1.557 ^a | 0.120 |
| ⁺⁺ Manipulatif Tarz | 24.98±7.32 | 22.91±6.68 | 2.296 ^b | 0.022 [*] |
| ⁺ Alaycı Tarz | 13.05±4.20 | 10.86±4.13 | -4.482 ^a | 0.001 ^{**} |

⁺Mann-Whitney U ⁺⁺ Student t test, ^az değeri ^bt değeri, ^{*}p<0.05 ^{**}p<0.01

Katılımcıların kişilerarası ilişki tarzları ölçeğinden toplam aldıkları puanlar (p<0.05), baskın tarz alt bölümünden aldıkları puanlar (p<0.01), manipulatif tarz alt bölümünden aldıkları puanlar (p<0.05) ve alaycı tarz alt bölümünden aldıkları puanlar (p<0.01) medeni durum açısından karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmaktadır. Bekar katılımcıların aldıkları puanlar evli katılımcıların aldıkları puanlardan daha yüksektir. Diğer alt bölümlerden aldıkları puanlar medeni durum açısından karşılaştırıldığında istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (p>0.05). Karşılaştırmaya ilişkin veriler tabloda verilmiştir.

3.2. Kişilerarası İlişki Tarzlarını Yordayan Değişkenlere İlişkin Regresyon Analizleri

Tablo 19: Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları - Baskın Tarz Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Regresyonu

| Yordanan | Yordayıcılar | R | R ² | Beta | T | Df | F | P |
|--|--|-------|----------------|--------|--------|-------|----------|---------|
| Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği (KTÖ)- Baskın Tarz | Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ)-B Koşullu/Başarı Odaklı | 0.568 | 0.323 | 0.188 | 3.795 | 6,318 | 36.569** | 0.001** |
| | YŞÖ-Kendini Feda | 0.593 | 0.351 | -0.259 | -4.601 | | | 0.001** |
| | YŞÖ-Zedelenmiş Özerklik | 0.612 | 0.375 | -0.386 | -4.152 | | | 0.001** |
| | YEBÖ-A-Kuralcı/ Kalıplayıcı | 0.630 | 0.397 | 0.150 | 3.078 | | | 0.002** |
| | YEBÖ-A-Aşırı İzin Verici/ Sınırsız | 0.639 | 0.408 | 0.120 | 2.436 | | | 0.015* |

* p<0.05, ** p<0.01

KTÖ baskın tarz boyutundan alınan puanları YEBÖ-B koşullu/başarı odaklı, YŞÖ kendini feda etme ve zedelenmiş özerklik, YEBÖ-A kuralcı/kalıplayıcı ve son olarak da YEBÖ-A aşırı izin verici/sınırsız alt ölçeklerinden elde edilen puanların yordadığı (F(6,318)=36.569, p<0.01) ve bu değişkenlerin toplam varyansın %40.8'ini açıkladığı görülmektedir. Buna göre YEBÖ-B koşullu/başarı odaklı, YEBÖ-A kuralcı/kalıplayıcı ve YEBÖ-A aşırı izin

verici/sınırsızlık puanları arttıkça, YŞÖ kendini feda etme ile YŞÖ zedelenmiş özerklik puanları da azaldıkça kişilerin baskın tarzı kullanma düzeyinin arttığını söylemek mümkündür. Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tabloda gösterildiği gibidir.

Tablo 20: Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları - Kaçınan Tarz Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcılar | R | R ² | Beta | t | Df | F | P |
|----------|--|-------|----------------|--------|--------|-------|----------|---------|
| | YŞÖ-Kendini Fedası | 0.541 | 0.292 | -0.271 | -4.616 | 5,319 | 37.054** | 0.001** |
| | YŞÖ-Zedelenmiş Özerklik | 0.570 | 0.325 | -0.412 | -4.402 | | | 0.001** |
| | YEBÖ-A-Kuralcı/Kalıplıyıcı | 0.597 | 0.356 | 0.199 | 4.138 | | | 0.001** |
| | Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ) Toplam | 0.606 | 0.367 | -0.118 | -2.411 | | | 0.016* |

*p<0.05, **p<0.01

KTÖ kaçınan tarz boyutundan alınan puanları; YŞÖ kendini feda etme ve zedelenmiş özerklik, YEBÖ-A kuralcı/kalıplıyıcı ve SKÖ'den elde edilen puanların yordadığı (F(5,319)=37.054, p<0.01) ve bu değişkenlerin toplam varyansın %36.7'sini açıkladığı görülmektedir. Buna göre YEBÖ-A kuralcı/kalıplıyıcı puanları arttıkça, YŞÖ kendini feda etme ve zedelenmiş özerklik, SKÖ toplam puanları da azaldıkça kişilerin kaçınan tarzı kullanma düzeyinin arttığını söylemek mümkündür. Modele alınan değişkenler ve modele ait elde edilen veriler tabloda gösterildiği gibidir.

Tablo 21: Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları - Öfkeli Tarz Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcılar | R | R ² | Beta | t | Df | F | P |
|-----------------|--------------------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|----------|---------|
| KTÖ-Öfkeli Tarz | YEBÖ-B-Kuralcı/ Kalıplayıcı | 0.523 | 0.273 | 0.139 | 2.649 | 5,319 | 34.798** | 0.008** |
| | YŞÖ-Yetersiz Özdenetim | 0.555 | 0.308 | 0.209 | 3.966 | | | 0.001** |
| | YEBÖ-A-Kuralcı/ Kalıplayıcı | 0.571 | 0.326 | 0.165 | 3.329 | | | 0.001** |
| | YŞÖ-Sosyal İzolasyon | 0.585 | 0.342 | 0.241 | 4.669 | | | 0.001** |
| | YŞÖ-Yüksek Standartlar | 0.594 | 0.353 | 0.119 | 2.346 | | | 0.020* |

*p<0.05, **p<0.01

KTÖ öfkeli tarzdan alınan puanları; YEBÖ-B kuralcı/kalıplayıcı, YEBÖ-A kuralcı/kalıplayıcı, YŞÖ ayrıcalıklılık, sosyal izolasyon ve yüksek standartlar ölçek ve alt ölçeklerinden elde edilen puanların yordadığı (F(5,319)=374.798, p<0.01) ve bu değişkenlerin toplam varyansın %35.3'ünü açıkladığı görülmektedir. Buna göre YEBÖ-B kuralcı/kalıplayıcı, YEBÖ-A kuralcı/kalıplayıcı, YŞÖ ayrıcalıklılık, sosyal izolasyon ve yüksek standartlar ölçek puanları arttıkça kişilerin öfkeli tarzı kullanma düzeyinin arttığını söylemek mümkündür. Modele alınan değişkenler ve modele ait elde edilen veriler tabloda gösterildiği gibidir.

Tablo 22: Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları - Duyarsız Tarz Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analiz

| Yordanan | Yordayıcılar | R | R ² | Beta | T | Df | F | P |
|---|---------------------------------|-------|----------------|--------|--------|-------|----------|----------|
| KTÖ – Duyarsız Tarz (Duygudan Kaçınan Tarz) | YŞÖ- İç içe Geçme | 0.480 | 0.230 | 0.484 | 4.201 | 6,318 | 28.768** | 0.001 ** |
| | YŞÖ- Duyguları Baskılama | 0.553 | 0.306 | 0.293 | 5.341 | | | 0.001 ** |
| | YEBÖ-B- Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | 0.572 | 0.327 | 0.137 | 2.782 | | | 0.006 ** |
| | YŞÖ- Zedelenmiş Özerklik | 0.579 | 0.336 | -0.310 | -2.553 | | | 0.011 * |
| | YŞÖ- Duygusal Yoksunluk | 0.586 | 0.344 | 0.125 | 2.057 | | | 0.041 * |
| | YEBÖ-A- Koşullu/Başarı Odaklı | 0.593 | 0.352 | 0.094 | 1.968 | | | 0.050 * |

*p<0.05, **p<0.01

KTÖ duyarsız tarz boyutundan alınan puanları; YŞÖ iç içe geçme, zedelenmiş özerklik, duyguları bastırma, YEBÖ-B aşırı koruyucu/evhamlı, YŞÖ duygusal yoksunluk ve YEBÖ-A koşullu/başarı odaklı ölçek ve alt ölçeklerinden elde edilen puanların yordadığı (F(6,318)=28.768, p<0.01) ve bu değişkenlerin toplam varyansın %35.2'sini açıkladığı görülmektedir. Buna göre YŞÖ iç içe geçme, duygusal yoksunluk ve duyguları baskılama, YEBÖ-B aşırı koruyucu/evhamlı ve YEBÖ-A koşullu/başarı odaklı alt ölçeklerinden alınan

puanlar arttıkça ve YŞÖ zedelenmiş özerklik puanları da azaldıkça kişilerin duyarsız tarzı kullanma düzeyinin arttığını söylemek mümkündür. Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tabloda gösterildiği gibidir.

Tablo 23: Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları - Manüplatif Tarz Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcılar | R | R ² | Beta | T | Df | F | P |
|----------------------|--|-------|----------------|--------|--------|-------|----------|---------|
| KTÖ- Manüplatif Tarz | YŞÖ-Onay arayıcılık | 0.591 | 0.349 | 0.298 | 6.058 | 8,316 | 30.573** | 0.001** |
| | YEBÖ-B-Koşullu/Başarı Odaklı | 0.612 | 0.375 | 0.093 | 1.780 | | | 0.076 |
| | YEBÖ-A Aşırı izin verici/Sınırsız | 0.626 | 0.392 | 0.227 | 4.564 | | | 0.001** |
| | YEBÖ-B-Sömürücü/İstismar Edici | 0.637 | 0.406 | -0.123 | -2.722 | | | 0.007** |
| | YŞÖ-Sosyal İzolasyon | 0.647 | 0.418 | 0.236 | 4.561 | | | 0.001** |
| | YEBÖ-A-Koşullu/Başarı Odaklı | 0.649 | 0.421 | 0.128 | 2.506 | | | 0.013* |
| | YEBÖ-A-Duygusal bakımdan yoksun bırakıcı | 0.655 | 0.429 | -0.101 | -2.190 | | | 0.029* |
| | SKÖ-Toplam | 0.661 | 0.436 | -0.095 | -2.046 | | | 0.042* |

*p<0.05, **p<0.01

KTÖ manüplatif tarzdan alınan puanları; YŞÖ onay arayıcılık, YEBÖ-B koşullu/başarı odaklı ve sömürücü/istismar edici, YEBÖ-A aşırı izin

verici/sınırsız, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ve koşullu/başarı odaklı, YŞÖ sosyal izolasyon, SKÖ toplam ölçek ve alt ölçeklerinden elde edilen puanların yordadığı ($F(8,316)=30.573$, $p<0.01$) ve bu değişkenlerin toplam varyansın %43.6'sını açıkladığı görülmektedir. Buna göre YŞÖ onay arayıcılık, sosyal izolasyon ve iç içe geçme, YEBÖ-A aşırı izin verici/sınırsız ve koşullu/başarı odaklı alt ölçeklerinden alınan puanlar arttıkça ve YEBÖ-B sömürücü/istismar edici, YEBÖ-A duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ve SKÖ toplam puanları da azaldıkça kişilerin kişilerarası ilişkilerde manüplatif tarzı kullanma düzeyinin arttığını söylemek mümkündür.

YEBÖ-B-koşullu/başarı odaklı değişkeni kendinden sonra denkleme giren diğer değişkenlerle birlikte yordamaya katkı sağlarken, tek başına yordamaya katkısının anlamsız olduğu görülmektedir ($t=1.780$, $p>0.05$). Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tabloda gösterildiği gibidir.

Tablo 24: Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları - Alaycı Tarz Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcılar | R | R ² | Beta | t | Df | F | P |
|------------------|---|-------|----------------|--------|--------|-------|----------|---------|
| KTÖ- Alaycı Tarz | YŞÖ-Zedelenmiş Sınırlar | 0.414 | 0.171 | 0.289 | 4.892 | 4,320 | 22.225** | 0.001** |
| | YŞÖ-Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık | 0.456 | 0.208 | -0.151 | -2.119 | | | 0.035* |
| | YEBÖ-A-Koşullu/Başarı Odaklı | 0.466 | 0.217 | 0.106 | 1.999 | | | 0.046* |

*p<0.05, ** p<0.01

KTÖ alaycı tarz boyutundan alınan puanları; YŞÖ zedelenmiş sınırlar, ve hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık, YEBÖ-A koşullu/başarı odaklı alt ölçeklerinden elde edilen puanların yordadığı (F(4,320)=22.225, p<0.01) ve bu değişkenlerin toplam varyansın %21.7'sini açıkladığı görülmektedir. Buna göre YŞÖ zedelenmiş sınırlar ve YEBÖ-A koşullu/başarı odaklı alt ölçeklerinden alınan puanlar arttıkça ve YŞÖ hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık puanları da azaldıkça kişilerin kişilerarası ilişkilerde alaycı tarzı kullanma düzeyinin arttığını söylemek mümkündür. Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tabloda gösterildiği gibidir.

Tablo 25: Bağımlı Değişken Olarak Kişilerarası İlişki Tarzları Toplam Puanlarına Etki Edebilecek Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcı | R | R ² | Beta | t | Df | F | P |
|----------|---------------------------------------|-------|----------------|--------|--------|-------|--------|---------|
| | YEBÖ-B-Kuralcı/ Kalıplayıcı | 0.637 | 0.406 | 0.165 | 3.555 | 8,316 | 37.539 | 0.001** |
| | YEBÖ-A-Koşullu/Başarı Odaklı | 0.651 | 0.424 | 0.132 | 3.004 | | | 0.003** |
| | YŞÖ-Kendini Feda | 0.666 | 0.443 | -0.227 | -4.306 | | | 0.001** |
| | YŞÖ-Zedelenmiş Özerklik | 0.680 | 0.463 | -0.519 | -3.921 | | | 0.001** |
| | YEBÖ-A-Aşırı İzin Verici/ Sınırsız | 0.688 | 0.474 | 0.133 | 2.821 | | | 0.005** |
| | YEBÖ-B-Sömürücü/İstismar Edici | 0.694 | 0.481 | -0.088 | -2.022 | | | 0.044* |
| | YŞÖ-İç içe Geçme | 0.698 | 0.487 | 0.204 | 1.968 | | | 0.050* |

*p<0.05, **p<0.01

KTÖ'den alınan toplam puanları; YEBÖ-B kuralcı/kalıplayıcı ve sömürücü/istismar edici, YEBÖ-A koşullu/başarı odaklı ve aşırı izin verici/sınırsız, YŞÖ kendini feda, zedelenmiş özerklik ve iç içe geçme alt ölçeklerinden elde edilen puanların yordadığı (F(8,316)=37.539, p<0.01) ve bu değişkenlerin toplam varyansın %48.7'sini açıkladığı görülmektedir. Buna göre YEBÖ-B kuralcı/kalıplayıcı, YEBÖ-A koşullu/başarı odaklı ve aşırı izin

verici/sınırsız alt ölçeklerinden alınan puanlar arttıkça ve YŞÖ kendini feda ve zedelenmiş özerklik, YEBÖ-B-sömürücü/istismar edici puanları da azaldıkça kişilerin KTÖ'den aldıkları toplam puanların arttığını söylemek mümkündür. Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tabloda gösterildiği gibidir.

Tablo 26: Katılımcıların Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği ve Alt Bölümlerinden Aldıkları Puanların Kendilik Algısı Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

| N=325 | Kendilik Algısı | Kendilik Algısı | z/t | p |
|---|------------------|-------------------|-------------------------|---------------------|
| | Düşük (N=158) | Yüksek (N=167) | | |
| | Ort±Std.S | Ort±Std.S | | |
| ⁺⁺Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği Toplam Puan | 141.31±35.41 | 127.94±35.31 | 3.405 ^b | 0.001 ^{**} |
| ⁺Baskın Tarz | 29.47±10.22 | 27.03±10.49 | - 2.548 ^a | 0.011 [*] |
| ⁺Kaçman Tarz | 25.58±7.98 | 22.28±7.61 | - 3.960 ^a | 0.001 ^{**} |
| ⁺⁺Öfkeli Tarz | 24.72±7.08 | 22.40±7.34 | 2.887 ^b | 0.004 ^{**} |
| ⁺⁺Duyarsız Tarz | 22.46±7.26 | 21.34±6.50 | 1.475 ^b | 0.141 |
| ⁺⁺Manipulatif Tarz | 26.22±7.08 | 22.74±6.93 | 4.473 ^b | 0.001 ^{**} |
| ⁺Alaycı Tarz | 12.82±4.24 | 12.13±4.31 | - 1.759 ^a | 0.079 |

⁺Mann-Whitney U ⁺⁺ Student t test, ^az değeri ^bt değeri, *p<0.05 **p<0.01

Katılımcıların kişilerarası ilişki tarzları ölçeğinden aldıkları toplam puanlar (p<0.01), baskın tarz alt bölümünden aldıkları puanlar (p<0.05), kaçınan tarz alt bölümünden aldıkları puanlar (p<0.01), öfkeli tarz alt bölümünden aldıkları puanlar (p<0.01), manipulatif tarz alt bölümünden aldıkları puanlar (p<0.01), kendilik algısı değişkeni açısından karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaşmaktadır. Kendilik algısı düşük olan katılımcıların

aldıkları puanlar kendilik algısı yüksek olan katılımcıların aldıkları puanlardan daha yüksektir. Diğer alt bölümlerden aldıkları puanlar kendilik algısı değişkeni açısından karşılaştırıldığında istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır ($p>0.05$). Karşılaştırmaya ilişkin veriler tabloda verilmiştir.

3.3. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanlarını Yordayan Algılanan Ebeveynlik Stillerine İlişkin Regresyon Analizleri

Tablo 27: Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)’deki Kopukluk/Reddedilmişlik Şema Alanı Puanlarına Etki Eden Algılanan Ebeveynlik Stillerinin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcı | R | R ² | Beta | t | Df | F | P |
|---|------------------------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|----------|---------|
| YŞÖ-Kopukluk/ Reddedilmişlik Şema Alanı | YEBÖ-A Aşırı izin verici/ Sınırsız | 0.429 | 0.184 | 0.196 | 3.454 | 5,319 | 32.580** | 0.001** |
| | YEBÖ-B Küçümseyici/Kusur bulucu | 0.503 | 0.253 | 0.224 | 4.192 | | | 0.001** |
| | YEBÖ-A Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | 0.561 | 0.315 | 0.202 | 4.053 | | | 0.001** |
| | YEBÖ-A Kötümser/ Endişeli | 0.573 | 0.328 | 0.123 | 2.354 | | | 0.019* |
| | YEBÖ-A Sömürücü/ İstismar Edici | 0.581 | 0.338 | 0.122 | 2.180 | | | 0.030* |

* $p<0.05$, ** $p<0.01$

YŞÖ kopukluk/reddedilmişlik şema alanından alınan puanları; YEBÖ-A aşırı izin verici/sınırsız, aşırı koruyucu/evhamlı, kötümser/endişeli ve

sömürücü/istismar edici, YEBÖ-B küçümseyici/kusur bulucu alt ölçeklerinden elde edilen puanların yordadığı ($F(5,319)=32.580$, $p<0.01$) ve bu değişkenlerin toplam varyansın %33.8'ini açıkladığı görülmektedir. Buna göre YEBÖ-A aşırı izin verici/sınırsız, YEBÖ-B küçümseyici/kusur bulucu, YEBÖ-A aşırı koruyucu/evhamlı, kötümser/endişeli ve sömürücü/istismar edici ebeveyn tutumlarına maruz kaldıkça bireyin YŞÖ kopukluk/reddedilmişlik şemasının alanı kapsamındaki şemaları geliştirme oranı da artmaktadır. Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tablo da gösterildiği gibidir.

Tablo 28: Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki Zedelenmiş Özerklik Şema Alanı Puanlarına Etki Eden Algılanan Ebeveynlik Stilllerinin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcı | R | R ² | Beta | t | Df | F | p |
|------------------------------------|---------------------------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|----------|---------|
| YŞÖ-Zedelenmiş Özerklik Şema Alanı | YEBÖ-A Aşırı izin verici/ Sınırsız | 0.438 | 0.192 | 0.243 | 4.265 | 4,320 | 39.725** | 0.001** |
| | YEBÖ-A Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | 0.543 | 0.295 | 0.314 | 6.721 | | | 0.001** |
| | YEBÖ-B Küçümseyici/Kusur bulucu | 0.567 | 0.322 | 0.154 | 2.960 | | | 0.003** |
| | YEBÖ-A Sömürücü/ İstismar Edici | 0.576 | 0.332 | 0.124 | 2.210 | | | 0.028* |

* $p<0.05$, ** $p<0.01$

YŞÖ zedelenmiş özerklik şema alanından alınan puanları; YEBÖ-A aşırı izin verici/sınırsız, aşırı koruyucu/evhamlı, ve sömürücü/istismar edici, YEBÖ-B küçümseyici/kusur bulucu alt ölçeklerinden elde edilen puanların yordadığı (

F(4,320)=39.725, $p<0.01$) ve bu değişkenlerin toplam varyansın %33.2'sini açıkladığı görülmektedir. Buna göre YEBÖ-A aşırı izin verici/sınırsız, aşırı koruyucu/evhamlı ve sömürücü/istismar edici, YEBÖ-B küçümseyici/kusur bulucu ebeveyn tutumlarına maruz kaldıkça bireyin YŞÖ zedelenmiş özerklik şema alanı kapsamındaki şemaları geliştirme oranı da artmaktadır. Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tabloda gösterildiği gibidir.

Tablo 29: Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı Puanlarına Etki Eden Algılanan Ebeveynlik Stillerinin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcı | R | R ² | Beta | t | Df | F | p |
|-------------------------------------|--|-------|----------------|-------|-------|-------|----------|---------|
| YŞÖ- Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı | YEBÖ-B Koşullu/Başarı Odaklı | 0.331 | 0.110 | 0.207 | 3.640 | 3,321 | 22.253** | 0.001** |
| | YEBÖ-B Değişime Kapalı/ Duygularını Bastıran | 0.383 | 0.146 | 0.182 | 3.283 | | | 0.001** |
| | YEBÖ-A Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | 0.415 | 0.172 | 0.172 | 3.161 | | | 0.002** |

* $p<0.05$, ** $p<0.01$

YŞÖ zedelenmiş sınırlar şema alanından alınan puanları; YEBÖ-B koşullu/başarı odaklı, -değişime kapalı/duygularını bastıran ve YEBÖ-A aşırı koruyucu/evhamlı, alt ölçeklerinden elde edilen puanların yordadığı (F(3,321)=22.253, $p<0.01$) ve bu değişkenlerin toplam varyansın %17.2'sini

açıkladığı görülmektedir. Buna göre YEBÖ-B koşullu/başarı odaklı ve değişime kapalı/duygularını bastıran, YEBÖ-A aşırı koruyucu/evhamlı ebeveyn tutumlarına maruz kaldıkça bireyin YŞÖ zedelenmiş sınırlar şema alanı kapsamındaki şemaları geliştirme oranı da artmaktadır. Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tabloda gösterildiği gibidir.

Tablo 30: Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki Başkaları Yönelimlilik Şema Alanı Puanlarına Etki Eden Algılanan Ebeveynlik Stilllerinin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcı | R | R ² | Beta | t | Df | F | p |
|---|--|-------|----------------|--------|--------|-------|----------|---------|
| YŞÖ Başkalarına Yönelimlilik Şema Alanı | YEBÖ-A Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | 0.451 | 0.204 | 0.153 | 2.743 | 5,319 | 22.660** | 0.006** |
| | YEBÖ-A Değişime Kapalı/ Duygularını Bastıran | 0.483 | 0.233 | 0.172 | 3.129 | | | 0.002** |
| | YEBÖ-A Koşullu/ Başarı Odaklı | 0.494 | 0.244 | 0.187 | 3.367 | | | 0.001** |
| | YEBÖ-B Kuralcı Kalıplayıcı | 0.500 | 0.250 | 0.212 | 4.019 | | | 0.001** |
| | YEBÖ-A Duygusal bakımdan yoksun bırakıcı | 0.512 | 0.262 | -0.114 | -2.258 | | | 0.025* |

*p<0.05, **p<0.01

YŞÖ başkaları yönelimlilik şema alanından alınan puanları; YEBÖ-A aşırı koruyucu/evhamlı, değişime kapalı/duygularını bastıran, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ve koşullu/başarı odaklı, YEBÖ-B kuralcı/kalıplı, alt ölçeklerinden elde edilen puanların yordadığı ($F(5,319)=22.660, p<0.01$) ve bu değişkenlerin toplam varyansın %26.2'sini açıkladığı görülmektedir. Buna göre YEBÖ-Aaşırı koruyucu/evhamlı, değişime kapalı/duygularını bastıran, koşullu/başarı odaklı ve YEBÖ-B kuralcı/kalıplı ebeveyn tutumları puanları arttığında, YEBÖ-A duygusal bakımdan yoksun bırakıcı tutum puanları da azaldığında bireyin YŞÖ diğerleri yönelimlilik şema alanı kapsamındaki şemaları geliştirme oranı da artmaktadır. Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tabloda gösterildiği gibidir.

Tablo 31: Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3)'deki Aşırı Tetikte Olma Şema Alanı Puanlarına Etki Eden Algılanan Ebeveynlik Stilllerinin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcı | R | R ² | Beta | t | Df | F | p |
|-----------------------------------|---|-------|----------------|-------|-------|-------|----------|---------|
| YŞÖ Aşırı Tetikte Olma Şema Alanı | YEBÖ-A Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | 0.383 | 0.147 | 0.237 | 4.310 | 5,319 | 22.281** | 0.001** |
| | YEBÖ-B Kuralcı Kalıplayıcı | 0.456 | 0.208 | 0.129 | 2.182 | | | 0.030* |
| | YEBÖ-A Koşullu/ Başarı Odaklı | 0.481 | 0.231 | 0.143 | 2.573 | | | 0.011* |
| | YEBÖ-B Küçümseyici/ Kusur bulucu | 0.499 | 0.249 | 0.142 | 2.529 | | | 0.012* |
| | YEBÖ-A Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran | 0.509 | 0.259 | 0.109 | 2.032 | | | 0.043* |

*p<0.05, **p<0.01

YŞÖ aşırı tetikte olma şema alanından alınan puanları; YEBÖ-A aşırı koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı ve değişime kapalı/duygularını bastıran, YEBÖ-B kuralcı/kalıplayıcı ve küçümseyici/kusur bulucu alt ölçeklerinden elde edilen puanların yordadığı (F(5,319)=22.281, p<0.01) ve bu değişkenlerin toplam varyansın %25.9'unu açıkladığı görülmektedir. Buna göre YEBÖ-A aşırı koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı ve değişime kapalı/duygularını bastıran, YEBÖ-B kuralcı/kalıplayıcı ve küçümseyici/kusur bulucu ebeveyn tutumlarına maruz kaldıkça bireyin YŞÖ aşırı tetikte olma şema alanı kapsamındaki şemaları geliştirme oranı da artmaktadır. Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tabloda gösterildiği gibidir.

3.4. Kendilik Algısı, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Algılanan Ebeveynlik Stillerini Yordayan Sosyodemografik Değişkenlere İlişkin Bulgular

Tablo 32: Bağımlı Değişken Olarak Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Kısa Form – 3 (YŞÖ – KF3) Puanlarına Etki Edebilecek Sosyodemografik Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcı | R | R ² | Beta | T | Df | F | p |
|--|---|-------|----------------|--------|--------|-------|---------|---------|
| SKÖ Toplam | Eğitim Durumu | 0.156 | 0.024 | -0.139 | -2.520 | 2,322 | 6.152** | 0.012* |
| | Yaş | 0.192 | 0.037 | 0.113 | 2.037 | | | 0.042* |
| YŞÖ-Kopukluk/ Reddedilmişlik Şema Alanları | Cinsiyet | 0.192 | 0.037 | 0.192 | 3.513 | 1,323 | 12.338* | 0.001** |
| YŞÖ-Zedelenmiş Özerklik Şema Alanları | Cinsiyet | 0.117 | 0.014 | 0.117 | 2.112 | 1,323 | 4.460** | 0.035* |
| YŞÖ Zedelenmiş Sınır Şema Alanları | Yaş | 0.246 | 0.061 | -0.246 | -4.566 | 1,323 | 20.847* | 0.001** |
| YŞÖ Başkaları Yönelimlilik Şema Alanları | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| YŞÖ Aşırı Tetikte Olma Şema Alanları | Cinsiyet | 0.211 | 0.045 | 0.211 | 3.881 | 1,323 | 15.059 | 0.001** |
| YŞÖ Toplam | Cinsiyet | 0.187 | 0.035 | 0.187 | 3.422 | 1,323 | 11.708 | 0.001** |

*p<0.05, **p<0.01

Sosyodemografik değişkenler SKÖ, YŞÖ toplam ve alt ölçeklerini yordaması için aşamalı regresyon analizine sokulmuştur. SKÖ toplam puanına dair varyansın toplamda %3.7'sini yaş ve cinsiyet değişkenlerinin açıkladığı görölmektedir ($F(2,322)=22.289$ $p<0.01$). Yaş arttıkça ve eğitim düzeyi azaldıkça SKÖ toplam puanı artmaktadır.

YŞÖ kopukluk/reddedilmişlik şema alanları($F(1,323)=12.338$, $p<0.01$), YŞÖ zedelenmiş özerklik şema alanını ($F(1,323)=4.460$, $p<0.05$), YŞÖ aşırı tetikte olma şema alanını ($F(1,323)=15.059$, $p<0.01$) ve YŞÖ toplam puanlarını ($F(1,323)=11.708$, $p<0.01$) demografik değişkenlerden sadece cinsiyet değişkeninin yordadığı bulunmuştur ($p<0.05$).

YŞÖ zedelenmiş sınırlar standartlar şema alanından alınan puanların yaş değişkeni tarafından yordanabildiği ($F(1,323)=20.847$, $p<0.01$) ve yaş değişkeninin toplam varyansın %6.1'inin açıklandığı bulunmuştur. Yaş ve YŞÖ zedelenmiş sınır şema alanları arasında negatif yönlü bir ilişki vardır. Yaş arttıkça YŞÖ zedelenmiş sınır şema alanlarına kapsamındaki şemaları geliştirme oranı da artmaktadır. Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tabloda gösterildiği gibidir.

Tablo 33: Bağımlı Değişken Olarak Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ-A) ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanlarına Etki Edebilecek Sosyodemografik Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcı | R | R ² | Beta | T | Df | F | p | |
|---|---|---|----------------|-------|------------|------------|-------|----------|---------|
| YEBÖ-A | Kuralcı/ Kalıplıyıcı | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| | Küçümseyici/ Kusur Bulucu | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| | Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| | Sömürücü/ İstismar Edici | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| | Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | Cinsiyet | 0.177 | 0.031 | 0.157 | 2.867 | 1,323 | 10.466** | 0.004** |
| | | Eğitim | 0.209 | 0.044 | - 0.132 | - 2.369 | | | 0.018* |
| | | Yaş | 0.245 | 0.060 | - 0.129 | - 2.353 | | | 0.019* |
| | Koşullu/Başarı Odaklı | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| | Aşırı İzin Verici/Sınırsız | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| | Kötümser/ Endişeli | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| | Cezalandırıcı | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| Değişime Kapalı/Duygul arını Bastıran | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | | |

*p<0.05, **p<0.01

Sosyodemografik değişkenleri kullanarak young ebeveynlik ölçeği (YEBÖ-A) alt boyutlarından sadece aşırı koruyucu/evhamlı boyutunu yordamak mümkün olmuştur ($F(1,323)=20.847$, $p<0.01$). Cinsiyet, eğitim durumu ve yaş değişkenleri toplam varyansın %6'lık bir kısmını açıklamaktadır. YEBÖ-A aşırı koruyucu/evhamlı puanları eğitim ve yaş ile negatif yönde bir ilişki içindeyken ($p<0.05$), cinsiyet ile pozitif yönde bir ilişki ($p<0.01$) göstermektedir. Yaşı ve eğitim durumu yüksek olan kadınların YEBÖ-A aşırı koruyucu/evhamlı alanından daha düşük puan alma eğiliminde olduğu söylenebilir. Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tabloda gösterildiği gibidir.

Tablo 34: Bağımlı Değişken Olarak Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ-B) Ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanlarına Etki Edebilecek Sosyodemografik Değişkenlerin Aşamalı Regresyon Analizi

| Yordanan | Yordayıcı | R | R ² | Beta | T | Df | F | p | |
|--|--|---|----------------|--------|--------|--------|----------|----------|---------|
| YEBÖ-B | Kuralcı/ Kalıplayıcı | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| | Küçümseyici /Kusur Bulucu | Medeni Durum | 0.136 | 0.018 | -0.136 | -2.459 | 1,323 | 6.048* | 0.014* |
| | Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| | Sömürücü/ İstismar Edici | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| | Aşırı Koruyucu/ Evhamlı | Cinsiyet | 0.180 | 0.032 | 0.180 | 3.287 | 1,323 | 10.806** | 0.001** |
| | Koşullu/Baş arı Odaklı | Yaş | 0.197 | 0.039 | -0.201 | -3.735 | 1,322 | 12,464** | 0.001** |
| | | Cinsiyet | 0.268 | 0.072 | 0.182 | 3.391 | | | 0.001** |
| | Aşırı İzin Verici/Sınırs ız | Medeni Durum | 0.118 | 0.014 | -0.118 | -2.130 | 1,323 | 4.538* | 0.034* |
| | Kötümser/ Endişeli | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| | Cezalandırıcı | Hiçbir sosyodemografik değişken bu alanı yordamamıştır. | | | | | | | |
| Değişime Kapalı/ Duygularını Bastıran | Yaş | 0.187 | 0.035 | -0.187 | -3.421 | 1,323 | 11.705** | 0.001** | |

*p<0.05, ** p<0.01

Sosyodemografik değişkenler kullanarak young ebeveynlik ölçeği (YEBÖ-B) alt boyutlarından küçümseyici/kusur bulucu ($F(1,323)=6.048$, $p<0.05$), aşırı koruyucu/evhamlı ($F(1,323)=10.806$, $p<0.01$), koşullu/başarı odaklı ($F(2,322)=12.464$, $p<0.01$), aşırı izin verici/sınırsız ($F(1,323)=1.323$, $p<0.05$) ve değişime kapalı/duygularını bastıran ($F(1,323)=11.705$, $p<0.01$) boyutlarını yordamak mümkün olmuştur. Modele alınan değişkenler ve elde edilen modele ait veriler tabloda gösterildiği gibidir.

YEBÖ-B küçümseyici/kusur bulucu alanından alınan puanların varyansının %1.8'lik kısmı medeni durum değişkeni ile açıklanabilmektedir. Medeni durum ile bu alan arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($p<0.05$). Evli olma durumunun YEBÖ-B küçümseyici/kusur bulucu alanından düşük puan alınmasına neden olabileceği söylenebilir.

YEBÖ-B aşırı koruyucu/evhamlı varyansının %3.2'si cinsiyet değişkeni ile açıklanabilmektedir. Cinsiyet ile bu alan arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($p<0.01$). Erkek olmanın YEBÖ-B aşırı koruyucu/evhamlı puanlarının artmasına neden olabileceği söylenebilir.

YEBÖ-B koşullu/başarı odaklı alanından alınan puanların varyansının %7.2'lik kısmı yaş ve cinsiyet değişkenleri ile açıklanabilmektedir. Yaş ile bu alan arasında negatif yönde, cinsiyet ile ise pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($p<0.01$). Cinsiyetin erkek ve yaşın küçük olması durumunun YEBÖ-B koşullu/başarı odaklı alanından alınan puanların yükselmesine neden olabileceği söylenebilir.

YEBÖ-B aşırı izin verici/sınırsız alanından alınan puanların varyansının %1.4'lük kısmı medeni durum değişkeni ile açıklanabilmektedir. Medeni

durum ile bu alan arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($p<0.05$). Evli olma durumunun YEBÖ-B aşırı izin verici/sınırsız alanından düşük puan alınmasına neden olabileceği söylenebilir.

YEBÖ-B değişime kapalı/duygularını bastıran alanından alınan puanların varyansının %3.5'lik kısmı cinsiyet değişkeni ile açıklanabilmektedir. Yaş ile bu alan arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($p<0.01$). Yaş küçüldükçe kadınların YEBÖ-B değişime kapalı/duygularını bastıran alanından alacağı puanların yükseleceği söylenebilir.

4. BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu araştırmanın temel amacı, en sık ilişki kurulan yaşam dönemi olan genç yetişkinlik örnekleminde kendilik algısı, erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveynlik stillerinin ilişki tarzlarını yordama gücünü incelemektedir. Araştırmanın temel hipotezi, kendilik algısı düzeylerinin, erken dönem uyumsuz şema boyutlarının ve algılanan ebeveynlik stillerinin kişilerarası ilişki tarzlarını yordayacağı beklentisi yönündedir. Bu bölümde çalışma kapsamında ele alınan değişkenlere ilişkin kurulan hipoteze ve araştırma sorularına ilişkin istatistiksel bulgular ilgili literatür kapsamında tartışılmaktadır.

4.1. Betimleyici İstatistiksel Analizlere İlişkin Bulguların Tartışılması

4.1.1. Cinsiyet ve Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Tartışılması

Araştırma bulgularına göre örneklem grubunda kendilik algısı düzeyi ve cinsiyet arasında herhangi bir ilişki bulunmamıştır. Bu durum literatürde değişkenlik göstermektedir. Bu çalışmadaki bulgu McMullin ve Cairney (2004); İskender ve Tanrikulu (2010) ve Erözkan (2004)'ın ergenlerle yaptığı çalışma sonuçlarıyla tutarlıdır. Bazı çalışmalarda ise kadınların kendilik algısı erkeklerden daha olumlu

iken (Tutar, Altınöz ve Çakıroğlu 2009; Sayiner, Savaşan, Sözen ve Köknel 2007), bazı çalışmalarda erkeklerin kendilik algısı kadınlardan daha olumlu olarak ortaya çıkmıştır (Wongpakaran, Wongpakaran, & Wedding, 2012; Sezer, 2010). Bu durumun çalışmaların farklı kültürel özellikler ve yaş aralığında yürütülmesi ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Bunun yanında kadın ve erkek katılımcı sayısının eşit olmaması da anlamlı farkın ortaya çıkmamasına sebep olmuş olabilir.

Cinsiyete göre baskın olan erken dönem uyumsuz şema boyutlarına bakıldığında, anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Erkek katılımcılarda kopukluk/reddedilmişlik ve aşırı tetikte olma şema alanlarının kadın katılımcılara göre daha fazla aktive olduğu ortaya çıkmıştır. Kopukluk/reddedilmişlik şema alanı duygusal ihtiyaçların karşılanmayacağına dair inanca sahip olma ile tanımlanırken, aşırı tetikte olma şema alanı ise içselleştirilmiş sınırlara uyma zorunluluğu inancı taşıma ile açıklanmaktadır (Young & ark., 2009). Erkeklerin bu şema alanlarından sahip oldukları baskın şema boyutlarına bakıldığında ise kopukluk/reddedilmişlik şema alanından kusurluluk ve duygusal yoksunluk şema boyutlarının; aşırı tetikte olma şema alanından ise duyguları bastırma ve cezalandırılma şema boyutlarının baskın olduğu ortaya çıkmıştır.. Bu bulgular Kaya (2010) tarafından yapılan çalışma bulgularıyla desteklenmekle birlikte, erkeklerin kadınlara oranla duygularını daha fazla bastırdıkları (Brody, 1985) ya da daha az ifade ettikleri (Dökmen, 2010), farklı kaynaklar tarafından desteklenmektedir. Elde edilen bulgu erkeklerin toplumda duygularını daha az ifade ettikleri, bu sebeple duygusal olarak yoksun olmaları ve duygusal ihtiyaçlarının diğerleri tarafından karşılanmayacağına dair inançlara sahip olduklarını düşündürmektedir. Aynı zamanda Gottman (1986) erkek çocuklarda duygu ifadesinin teşvik edilmemesinin başkalarının duygularını anlamada zorluk yaşamaya sebep olduğunu belirtmiştir (aktaran Tuğrul, 1999). Bu

şekilde bir inanca sahip erkek bireylerin, hem kendilerinin hem de başkalarının duygularını karşılamada isteksiz davranıyor olabileceklerini düşündürmektedir

Katılımcıların algılanan ebeveynlik stillerine (anne için) ilişkin değerlendirmelerinin cinsiyete göre farklılaştığı ortaya çıkmıştır. Buna göre erkek katılımcılar kadın katılımcılara oranla annelerini aşırı koruyucu olarak algılamaktadır. Bu durumun kültüre özgü olduğu düşünülmektedir. Örneğin Amerika'da ergenler 18 yaşına geldiğinde evden ayrılabilir ve çalışarak kendi ihtiyaçlarının kendileri tarafından karşılanması beklenmektedir. Fakat Türk kültüründe bu durum hoş karşılanmamakta, hatta bu duruma izin verilmemektedir. Türk kültüründe genel olarak anne babalar çocuklarına karşı koruyucu davranmaktadır. Bu durum bireyler evlendikten sonra da devam edebilmekte, bireyler evlilik yaşamlarında da aileleri tarafından koruyucu tutuma maruz kalabilmektedirler. Fakat algılanan ebeveynlik stillerinden aşırı koruyucu/evhamlı boyutunun aksine bu durum Türk kültüründe olumlu olarak karşılanmaktadır (Anlı ve Karşlı, 2010). Bu durumun olumlu olarak algılanması sonucu katılımcıların bu boyutu ölçen maddelere yüksek puan vermiş olabilecekleri, kültüre özgü olarak düşünüldüğünde bu bulgunun beklendiği yönde olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların algılanan ebeveynlik stillerine (baba için) ilişkin değerlendirmelerinin cinsiyete göre farklılaşmakta olduğu ortaya çıkmıştır. Erkek katılımcılar, kadın katılımcılara oranla babalarını aşırı koruyucu/evhamlı ve başarı odaklı algılamaktadırlar. Bu durumun yine kültüre özgü olduğu düşünülmektedir. Erkek bireyin toplumda aktif ve baskın olması sebebiyle ev geçindirme, statü kazanma, iş sahibi olma, kariyer yapma, aile kurma gibi alanlarda kadınlara oranlara daha başarılı olması beklenmektedir (Dökmen, 2010). Ataerki toplum yapısı, erkek bireylerden beklentilerin yüksek olmasına yol açabilmektedir. Bu

sebeple erkek katılımcılar babalarını aşırı koruyucu ve başarı odaklı olarak algılıyor olabilmektedirler.

Olumsuz kişilerarası tarzlar bakımından da cinsiyetler arası anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Erkek katılımcılar baskın, kaçınan, duyarsız, manipulatif ve alaycı tarzları kadınlara oranla daha fazla kullanmaktadır. Bu durum kadınların çevreleriyle erkeklere oranla daha samimi ilişkiler kurması, empati kurma becerisini daha aktif olarak kullanmasıyla açıklanabilir. Bu sonuçlar Kaya (2010), Alkan (2008), Göçener (2010), Tümkaya, Çelik ve Aybek (2010)'in yetişkinlerde kişilerarası ilişki tarzlarını belirlemeye yönelik yaptıkları çalışmalarında bulunan sonuçlarla uyumaktadır. Bu bulgular aynı zamanda Dökmen (2010)'in kadınların sözel olmayan iletişimi ve empati becerisini daha aktif kullanmaları sebebiyle daha olumlu bir tarz sergiledikleri bilgisi ile de örtüşmektedir.

4.1.2. Medeni Durum ve Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Tartışılması

Örneklem grubunda kendilik algısı düzeyi ve medeni durum arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Buna göre evli katılımcılar bekar katılımcılara oranla olumlu kendilik algısına sahiptirler. Bu durumun örneklem yapısı ve homojenitesiyle ilgili olacağı düşünülmekle birlikte, Tutar, Altınöz ve Çakıroğlu (2009)'nun TEDAŞ çalışanları ile yaptıkları çalışma bulguları ile tutarlılık göstermektedir. Ayrıca Türk kültüründe evlilik yapmanın ve aile kurmanın başarılı yaşam süreci adına bir kriter olduğu (Moore, 2003 aktaran Yavuzer ve ark., 2003) göz önünde bulundurulduğunda bulguların beklendik yönde ortaya çıktığı düşünülmektedir.

Medeni durum ve baskın olan erken dönem uyumsuz şemalara bakıldığında anlamlı farklılıklar olduğu ortaya çıkmıştır. Bekar katılımcıların zedelenmiş sınırlar şema alanı evli katılımcılara göre daha fazla aktive olmaktadır. Literatürde zedelenmiş sınırlar alanına sahip bireylerin bencil, narsist ve sorumsuz olduklarından bahsedilmektedir (Young & ark., 2009). Bunun sonucu olarak bekar bireyler evli bireylerden daha az sorumluluk sahibi ve daha bireysel yaşamakta oluyor olabilirler. Ya da evli olduktan sonra bireyler kendilerini ailelerinden daha bağımsız hissederek, özerk olduklarını düşünüyor olabilirler.

Şema boyutlarına yönelik yapılan karşılaştırmada ise, bekar katılımcıların hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık, yetersiz özdenetim ve onay arayıcılık şema boyutları, evli katılımcılara göre daha baskındır. Evli bireylerin hayatında, bekar bireylere oranla duygusal anlamda daha yoğun sosyal destek bulunmaktadır (Öztürk, Sevindik ve Yaman, 2006; Güven, Şener ve Yıldırım, 2003). Bu sebeple bekar bireylerin sosyal destek yoksunluğuna bağlı olarak bu şema boyutları daha baskın olarak ortaya çıkıyor olabilir.

Katılımcıların annelerini değerlendirdikleri algılanan ebeveyn tutumları değerlendirmeleri medeni durum bakımından anlamlı olarak farklılaşmazken, babalarını değerlendirdikleri ebeveynlik tutumları farklılaşmaktadır. Buna göre bekar katılımcılar evli katılımcılara göre küçümseyici/kusur bulucu, koşullu/başarı odaklı, aşırı izin verici/sınırsız ve değişime kapalı/duygularını bastıran kişiler olarak algılamaktadırlar. Bu farklılığın bekar ve evli bireylerin ebeveynleriyle kurdukları ilişki yoğunluğuna bağlı olduğu düşünülmektedir. Bekar bireyler, evli bireylere göre daha çok bir arada bulunmakta, daha sık ilişki kurmakta ve iç içe olmaktadır. Evli bireyler ise kendi ailelerini kurduklarından ebeveynleri ile düzenli fakat daha az yoğunlukta ilişkiler kurmaktadır. Evlilik yapmanın Türk kültüründe

bir başarı ölçütü ve bireyselleşme adına bir adım olduğu göz önünde bulundurulduğunda, bekar katılımcıların babalarını başarıya dönük, küçümseyici ya da eleştirel olarak algıladıkları düşünülebilir. Dikkati çeken başka bir nokta bekar katılımcılarda birbiri ile zıt tutumlar içeren başarı odaklı ve izin verici/sınırsız boyutlarının yüksek olduğunun tespit edilmesidir. Bu durumun evli bireylerin bekar bireylere göre daha düzenli ve tutarlı ebeveyn ilişkileri kurduklarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Olumsuz kişilerarası tarzlar da medeni durum açısından farklılık göstermektedir. Buna göre bekar katılımcılar evli katılımcılara göre baskın, manipulatif ve alaycı ilişki tarzlarını daha çok kullanmaktadırlar. Evli olmak bireyler için yaşamlarında süreklilik arz eden bir sosyal desteğin, paylaşımın ve tamamlayıcılığın bulunması anlamına gelmektedir. Literatürde evli olmanın, kişilerarası süreçlerde bireyin zihinsel, fiziksel ve sosyal olarak iyi olma haline katkı sağladığı ifade edilmektedir (Gove & ark., 1983; Gove & Geerken, 1977; aktaran Mookherjee, 1997). Bu bilgi ışığında bekar bireylerin evli bireylere oranla olumsuz tarzlardan yüksek puan almasının, literatür ile uyuşan bir durum olduğunu düşünülmektedir. Psikolojik ve biyolojik olarak iyi hisseden bireyin olumlu ilişkiler kurduğu söylenebilmektedir.

Araştırmada ele alınan kavramların medeni durum açısından karşılaştırılmasında dikkati çeken nokta bekarların olumsuz ilişki tarzları daha fazla kullanıyor olduklarıdır. Daha önce de bahsedildiği gibi bekar bireylerin hayatlarında partnerlerinden süreklilik arz eden bir sosyal destek kaynağının bulunmadığı düşünülmektedir. Üngüren, Doğan, Özmen ve Tekin (2010)'in genç yetişkin yaş aralığında bulunan örnekleme yürüttüğü çalışma sonucu bekar bireylerin duygusal tükenmişlik düzeyi evli bireylere göre daha yüksek çıkmıştır. Bu bilgi de göz önünde bulundurulduğunda, evli bireylerin duygusal tatmininin bekar

bireylere göre daha yüksek olduğu, bu tatmin sonucu bekar bireylerin olumsuz ilişki tarzlarından daha yüksek puan aldığı düşünölmektedir.

4.1.3. Kişilerarası İlişki Tarzlarını Yordayan Değişkenlerin Tartışılması

Bu bölümde araştırmanın temel hipotezine ait yapılan regresyon analizlerinin sonuçlarına ilişkin bulgular tartışılmaktadır.

Baskın tarz; ilişki kurma sürecinde emir kiplerinin kullanılması, üstünlük kurma çabası olarak ifade edilmektedir. Yapılan analizler sonucu koşullu/başarı odaklı baba tutumunun, kuralcı/kalıplayıcı ve aşırı izin verici/sınırsız anne tutumunun, kendini feda etme ve zedelenmiş özerklik şema boyutlarının baskın tarzı yordadığı ortaya çıkmıştır. Kendilik algısı düzeylerinin ise baskın tarz ile ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bireyin babasını başarı odaklı algılaması baba figürünün, bireye kazandığı başarılarından dolayı ödöl vermesi sonucu gelişmektedir (Sheffield & ark., 2005). Başarı kazanmanın ödülle eşleştirilmesinin bireyde hırs, mücadele ve baskın olma hissini doğuracağı düşünölmektedir. Bu tutum sonucu bireyler yaşamının belirli dönemlerinde ve alanlarında kendisini başarı elde etmek zorunda hissedebilir ve bu sebeple de çevresi ile kurduğu ilişkilerde baskın davranarak başarılı olmaya çalışabilir. Kuralcı/kalıplayıcı ve aşırı izin verici/sınırsız ebeveynlik stilleri ise olumsuz stiller olmakla birlikte, birbiri ile tamamen zıt iki ayrı uç olarak değerlendirilmektedir. Baskın ilişki tarzı kuran bireylerde her iki ebeveyn tutumunun da baskın olarak ortaya çıkması, bireylerin çocukluk dönemlerinde fazla disipline, kontrole ya da fazla hoşgörölü, sınır koyulamayan ebeveynlik

tutumlarına maruz kalmalarıyla açıklanmaktadır (Young & ark., 2009). Bu bilgi de göz önünde bulundurulduğunda, tutarsız ve uç sınırlarla tanımlanan ebeveyn tutumlarına maruz kalmanın bireyleri baskın ilişki tarzı kurmaya yönlendiriyor olduğu yorumu yapılabilir.

Zedelenmiş özerklik şema alanına sahip bireyler ebeveynlerinden ayrışmakta, özgüven oluşturmakta ve bağımsız hareket etmede yetersiz; kendini feda etme şema boyutuna sahip bireyler ise kendi ihtiyaçlarını ikinci plana atıp başkalarının ihtiyaçlarını gidermeyi ön plana koyan bireylerdir (Young & ark, 2009). Bu iki şema alanı ile baskın tarz arasında negatif ilişki bulunmuştur. Literatür açıklamaları göz önünde bulundurulduğunda bağımsız hareket edemeyen ya da başkalarının ihtiyaçlarını gidermeyi ön planda tutan bireylerin baskın ilişkiler kurmasının beklenemeyeceği düşünülmekte, bulguların literatürle uyumlu olduğu yorumu yapılabilmektedir.

Elde edilen bulgular Kaya (2010)'nın hiyerarşik regresyona tabi tutulan erken dönem uyumsuz şemalar ve kişilerarası ilişki tarzlarına yönelik çalışma sonuçlarıyla kısmen benzerlik göstermektedir. Kaya (2010)'nın çalışmasında yordayıcılar kopukluk/reddedilmişlik, zedelenmiş sınırlar, zedelenmiş özerklik şema alanları olarak ortaya çıkarken bu çalışmada kendini feda etme şema boyutu ile zedelenmiş özerklik şema alanı olarak ortaya çıkmıştır.

Kaçınan tarz; ilişki kurma sürecinde kişilerin çekingen ve pasif davranması, empati kuramaması olarak tanımlanmaktadır. Yapılan analizler sonucu, kuralcı/kalıplı anne tutumunun, kendini feda etme ve zedelenmiş özerklik şema boyutlarının ve düşük kendilik algısının kaçınan tarzı yordadığı ortaya çıkmıştır.

Kuralcı/kalıplayıcı ebeveyn tutumu, bireyin çocukluk döneminde ebeveyni tarafından yüksek oranda kontrol edildiğine ve mükemmeliyetçi bir tutumla yetiştirildiğine işaret etmektedir (Young & ark., 2009). Sürekli mükemmel olma çabası içinde ve kontrol edildiğini düşünen bireyler, çevreleriyle kurdukları ilişkilerde başkalarının da kendilerini kontrol edeceğini düşünebilir, mükemmele ulaşamayacaklarını, yetersiz olduklarını ve çevresindeki kişilerin kendisini yargılayacağını düşündüklerinden dolayı kişilerarası ilişkilerinde kaçınan davranıyor olabilirler.

Kaçınan tarz yordayıcıları olarak erken dönem uyumsuz şemalara bakıldığında, baskın tarzı yordayan şemalarla kaçınan tarzı yordayan şemaların aynı olduğu görülmektedir. Zedelenmiş özerklik ve kendini feda şemaları ile kaçınan tarz arasında negatif ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Şema alanı ve boyutu olarak ele alındığında, zedelenmiş özerklik şema alanına sahip bireylerin ebeveynlerinden ayrılmakta, özgüven oluşturmakta ve bağımsız hareket etmede yetersiz; kendini feda etme şema boyutuna sahip bireylerin ise kendi ihtiyaçlarını ikinci plana atıp başkalarının ihtiyaçlarını gidermeyi ön plana koydukları bilinmektedir (Young & ark., 2009). Kaçınan ve baskın ilişki tarzları düşünüldüğünde, ikisinin birbirine zıt tutumlar içeren ilişki tarzları olduğu söylenebilmektedir. Zıt tutumları içeren ilişki tarzlarını yordayan şemaların aynı olarak ortaya çıkması beklenmedik bir bulgu olarak değerlendirilmektedir. Şemalar ayrı ayrı ele alındığında, kendini feda şeması ile kaçınan ilişki tarzı arasında negatif ilişkinin olması ve kaçınan ilişki tarzı kullanan bireylerin başkalarının ihtiyaçlarına duyarlı olmaması beklenen bir durum olarak değerlendirilmektedir. Zedelenmiş özerklik şeması ile kaçınan ilişki tarzı arasında negatif ilişkinin olması ise beklenmedik bir durum olarak değerlendirilmektedir. Bağımsız hareket etmede yetersiz bireylerin kaçınan ilişki

tarzı göstermesi literatür ile uyumlu karşılanabilmektedir, fakat bulgular tam tersi olarak ortaya çıkmıştır. Bu durumun, bireylerin kaçınan yönlerini gizlemek adına şema telafisi yaptıkları ve bu yüzden bulguların bu yönde çıktığı düşünülmektedir.

Düşük kendilik algısı bireyin özgüven ve kendilik memnuniyeti düzeyinin azaldığını göstermektedir (Gilbert, Allan, & Trent, 1991 aktaran Koç, 2008). Kaçınan ilişki tarzını yordayan ebeveyn tutumları da göz önünde bulundurulduğunda mükemmelliyetçi tutumla yetişen bireyin eksiklik ve kendinden memnuniyetsizlik hissedeceği daha önce de bahsedilmiştir. Bu sebeple düşük özgüvene sahip katılımcıların kaçınan ilişki tarzı kullanması, beklenen bir bulgu olarak yorumlanmaktadır.

Elde edilen bulgular Kaya (2010)'nın çalışma sonuçlarıyla benzerlik göstermemektedir. Kaya (2010)'nın çalışmasında yordayıcılar kopukluk/reddedilmişlik ve zedelenmiş sınırlar şema alanları olmaktadır, bu araştırmada zedelenmiş özerklik şema alanı ve kendini feda şema boyutu olarak ortaya çıkmaktadır.

Öfkeli tarz; öfke kontrolünün zayıf olduğu, ilişki kurma sürecinde kırıcı, aşağılayıcı ya da iğneleyici ifadelerin kullanımıyla tanımlanmaktadır. Yapılan analizler sonucu, öfkeli tarzı kuralcı/kalıplıyıcı anne ve baba tutumunun, sosyal izolasyon, yetersiz özdenetim ve yüksek standartlar şema boyutlarının yordadığı ortaya çıkmıştır. Kendilik algısı seviyelerinin öfkeli tarzı yordamadığı görülmüştür.

Daha önce de bahsedildiği gibi, bu ebeveyn tutumu bireyin çocukluk döneminde ebeveynleri tarafından özgürlüğü kısıtlandığında ya da ketlendiğinde, yaşamı ebeveynleri tarafından kontrol edildiğinde (çocuk yerine kararlar alınması) ve

mükemmeliyetçi tutumla (Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu, 2008) yetiştirildiğinde ortaya çıkmaktadır. Çocukluk döneminde, yani hayata dair şemaların oluştuğu bu dönemde (Young & ark., 2009) ebeveynleri tarafından sürekli disipline edici, kuralcı bir tutuma maruz kalmak bireyde engellenmişlik hissi doğurabilmektedir. Engellenmişlik hissinin öfkeye yol açması sebebiyle (Budak, 2005) bireylerin kişilerarası süreçlerinde öfkeli tarzı kullanıyor oldukları düşünülmektedir. Ya da kuralcı/kalıplayıcı ebeveyn tutumu dahilinde, çocuğun ebeveynlerinin beklentilerini fazlaca karşılaması gerektiği inancı bireyleri strese sokuyor olabilir ve bu sebeple bireyi kişilerarası ilişkilerinde öfkeli davranmaya itiyor olabilir.

Öfkeli tarzı yordayan şema boyutlarına bakıldığında, sosyal izolasyon boyutu ait olmama ve diğerlerinden farklı olma hissi, yetersiz özdenetim boyutu duyguların şiddetli ifade edilmesi ve engellenmeye düşük tolerans, yüksek standartlar boyutu ise en iyiye ulaşma çabası ve mükemmeliyetçilik olarak açıklanmaktadır (Young & ark., 2009). Bireylerin en iyiye ulaşma çabası ve en önemlisi engellenmeye düşük tolerans göstermeleri, sosyal olarak izole olmalarına; yine sosyalleşemedikleri için kendilerine yönelik ya da bir arkadaş grubuna dahil edilmedikleri için sosyal çevrelerine yönelik öfke hissetmelerine ve öfkelerini kontrol edemeyerek kişilerarası süreçlerinde öfkeli tarzı kullanmalarına yol açıyor olabilir. Kişilerarası ilişkilerinde öfkeli tarzı kullanan bireylerin zaman içinde çevresindeki bireylere saldırganlık da gösterebilir, bu da ilişkilerinin önemli ölçüde bozulmasına yol açabilir.

Elde edilen bulgular, Kaya (2010)'nın çalışma sonuçlarıyla kısmen benzerlik göstermektedir. Kaya (2010)'nın çalışmasında yordayıcılar kopukluk/reddedilmişlik ve zedelenmiş sınırlar şema alanı (hak görme/büyüklik

şema boyutu, yetersiz özdenetim şema boyutu) olmaktadır, bu araştırmada sosyal izolasyon, yetersiz özdenetim ve yüksek standartlar şema boyutları olarak ortaya çıkmaktadır.

Duyarsız tarz (duygudan kaçınan tarz); ilişki kurma sürecinde duyguları ifade etmekten ya da duygusal yakınlık kurmaktan kaçınma olarak tanımlanmaktadır. Yapılan analizler sonucu, aşırı koruyucu/evhamlı baba tutumunun ve koşullu/başarı odaklı anne tutumunun, iç içe geçme, duygusal yoksunluk, zedelenmiş özerklik ve duyguları baskılama şema boyutlarının, duyarsız tarzı yordadığı ortaya çıkmıştır. Kendilik algısı düzeyleri duyarsız tarzı yordamamaktadır.

Aşırı koruyucu/evhamlı ve başarı odaklı ebeveyn tutumları kontrolcü, baskıcı olma ve kazanılan başarılar sonucu bireye ödülleri verilmesi anlamına gelmektedir. Hayatının kontrol edildiğine inanan ya da başarı kazanmayı hayatının merkezine oturtan birey çevresiyle kurduğu ilişkilerde duyarsız davranıyor olabilir, başarı kazanma bireyin tek amacı haline gelebilir ve bu sebeple kişi çevresindeki bir çok duruma karşı da duyarsızlaşarak hedefine ulaşmaya çabılıyor olabilir.

Duyarsız tarzı yordayan şemalara bakıldığında iç içe geçme boyutu pasiflik ve savunmasızlık, duygusal yoksunluk boyutu duygusal ihtiyaçların karşılanmayacağına dair inanç, duyguları baskılama boyutu duyguları dışa vurmanın “kötü” olduğuna dair inanç, zedelenmiş özerklik şema alanı ise aileden sağlıklı ayrışamama ya da ailenin bireyi, beceri geliştirmesi açısından desteklememesi olarak açıklanmaktadır (Young & ark., 2009). Duyarsız tarzda zedelenmiş özerklik şema alanının daha az aktive olması, duygudan kaçınan ve duygularını baskılayan bireyin kendini yaşamın diğer alanlarıyla uğraşmaya

(kariyer, okul vb.) itebilmekte duygusal tatmin birey için ikinci planda kalabilmektedir (Young & ark., 2009). Ek olarak pasif – savunmasız hissedilen, duygusal ihtiyaçlarının karşılanmayacağını düşünen ve duygularını ifade etmenin kendisi için kötü olduğu inançlarını taşıyan bireylerin kendilerini sosyal çevrelerinden izole ederek, duyarsız (duygudan kaçınan) tarzı kullanacakları düşünülmektedir, bu bulgunun literatürle uyumlu olduğu yorumu yapılabilmektedir.

Elde edilen bulgular, Kaya (2010)'nın çalışma sonuçlarıyla benzerlik göstermemektedir. Kaya (2010)'nın çalışmasında yordayıcılar kopukluk/reddedilmişlik şema alanı ve yüksek standartlar şema boyutu olarak ortaya çıkmışken, bu araştırmada iç içe geçme, duygusal yoksunluk ve duyguları baskılama şema boyutları olarak ortaya çıkmaktadır.

Manipülatif tarz; ilişki sürecinde müdahaleci davranışlarda bulunma ya da tutarsız davranma ile karakterizedir. Yapılan analizler sonucu, koşullu/başarı odaklı ve sömürücü/istismar edici baba tutumunun, aşırı izin verici/sınırsız, koşullu/başarı odaklı ve duygusal bakımdan yoksun bırakıcı anne tutumunun, onay arayıcılık, iç içe geçme ve sosyal izolasyon şema boyutlarının manipülatif tarzı yordadığı ortaya çıkmıştır.

Aşırı izin verici/sınırsız tutum , aşırı hoşgörölü ve ilgisiz, sınır koyulamayacak kadar serbest bir ebeveyn tutumu ile karakterizedir. Bu tutuma maruz kalarak yetişen bireyler kişilerarası süreçlerinde de çevresindeki bireylerle arasında herhangi bir sınır olmaksızın kendi istekleri yönünde davranıyor olabilir, kişileri ya da ilişkilerini kendi istedikleri doğrultuda yönlendirmek adına ilişkilerinde manipülatif bir tutum sergiliyor olabilirler. Yine benzer sebeple koşullu/başarı

odaklı tutuma maruz kalan birey ailesinden alacağı kabulün başarısına bağlı olduğunun bilincinde olarak başarı elde etmek ve kendisini kabullendirmek adına çevresindeki bireylere karşı manipülatif davranıyor olabilir.

Bu durumun tam tersi olarak sömürücü/istismar edici ve duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveyn tutumları ile manipülatif tarz kullanımı arasında negatif ilişki olduğu saptanmıştır. Sömürücü/istismar edici tutum ebeveynin çocuğunu kendi amaçları için kullandığında ya da fiziksel/duygusal olarak istismar ettiğinde, duygudan yoksun bırakıcı tutum ise çocuğun duygusal/fiziksel/psikolojik ihtiyaçları karşılanmadığında ortaya çıkmaktadır (Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu, 2008). Bu bulgu iki düşünceyi ortaya çıkarmaktadır. Ebeveyn tarafından istismara ya da ihmale maruz kalan bireyler, ilişkilerinde de aynı tutumu göreceklerine dair inanca sahip olarak kendilerini sosyal çevrelerinden izole ediyor olabilirler, bu yüzden manipülatif tarz ile sömürücü ve duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveyn tutumları arasında negatif ilişki bulunuyor olabilir. Fakat bunun tam tersi olarak, bireyler duygusal bakımdan istismara ve ihmale maruz kaldıklarında, bunu telafi etmek adına çevreleriyle kurdukları ilişkilerde manipülatif davranarak duygusal ihmallerini gidermeye çalışıyor ya da ilişkilerinde istismarcı davranarak tatmin sağlamaya çalışıyor olabilirler.

Literatürde onay arayıcılık boyutu bireylerin onaylandıkları sürece özgüvenli hissetmesi ile, sosyal izolasyon ise aidiyet hissinden yoksunluk, bireyin diğerlerinden farklı olduğunu düşünmesi ile açıklanmaktadır (Young ve ark., 2009). Onay arayıcılık ve sosyal izolasyon şemaları ele alındığında, bireylerin kendi davranış, düşünce ya da eylemlerinin doğru olduğunun kanıtlanması adına kişilerarası süreçlerinde manipülatif tarzı kullandıkları düşünülmektedir. Bu sayede bireyler başkalarından onay alma çabası göstererek ya da diğerlerinden

farklı olduğuna dair düşüncelerini kabul ettirmeye çalışarak kişilerarası süreçlerinde manipülatif bir tutum sergiliyor olabilirler.

Manipülatif tarzı yordayan şemalara bakıldığında; onay arayıcılık yaşamla ilgili kararlarda çevrenin onayına ya da desteğine ihtiyaç duyma, iç içe geçme pasiflik ve savunmasızlık, sosyal izolasyon ise çevreden izole olma, paylaşımında bulunmama olarak açıklanmaktadır (Young ve ark., 2009). Şemalara ilişkin açıklamalar göz önünde bulundurulduğunda, manipülatif tarz kullanan bireyler günlük yaşamda karar alırken ya da yaptıkları işler konusunda çevrelerinden onay almak adına manipülatif davranıyor oldukları düşünülmektedir. İç içe geçme şema boyutu ise, aşırı izin verici/sınırsız ebeveyn tutumu ile ilişkilidir. Ebeveynleri tarafından izin verici, sınırsız bir tutuma maruz kalan bireyler ilişkilerinde de uygun bir sınır koyamıyor olabilir, bu sebeple kendisini çevresinden sosyal olarak izole edebilir ya da fazla yakınlık kurarak iç içe geçme şema boyutunu sürdürücü yönde davranışlar sergiliyor olabilirler.

Kendilik algısı düzeylerine bakıldığında ise, düşük kendilik algısının manipülatif tarz kullanımını arttırdığı ortaya çıkmıştır. Bu durum araştırma bulguları açısından beklenmedik bir durumdur. Bu durumun katılımcıların kendilerini iyi halli gösterme isteğinden kaynaklanıyor olabileceği, ya da bireylerin kendilerine ilişkin olumsuz düşüncelerini başkalarına manipülatif davranarak telafi etmeye çalışıyor olabilecekleri düşünülmektedir.

Elde edilen bulgular, Kaya (2010)'nın çalışma sonuçlarıyla kısmen benzerlik göstermektedir. Kaya (2010)'nın çalışmasında yordayıcılar kopukluk/reddedilmişlik şema alanı (terkedilme, duygusal yoksunluk, kusurluluk, sosyal izolasyon şema boyutları), yüksek standartlar şema boyutu ve zedelenmiş

sınırlar şema alanı olmaktadır, bu araştırmada yordayıcılar onay arayıcılık ve sosyal izolasyon şema boyutları olarak ortaya çıkmaktadır.

Alaycı tarz; ilişki sürecinde diğerlerini küçümseme, etrafındakilere karşı grandiyöz bir tutum sergileme ile tanımlanmaktadır. Yapılan analizler sonucu koşullu/başarı odaklı anne tutumunun, zedelenmiş sınırlar şema alanı ve hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık şema boyutunun alaycı ilişki tarzını yordadığı ortaya çıkmıştır. Kendilik algısı düzeyleri ise alaycı tarzı açıklamamaktadır.

Alaycı tarzı yordayan ebeveyn tutumlarına bakıldığında koşullu/başarı odaklı ebeveyn tutumuna maruz kalan bireylerin alaycı tarzı kullandıkları görülmüştür. Daha önce de bahsedildiği gibi başarı odaklı ebeveyn tutumuna maruz kalan bireylerin ebeveynleri tarafından kabulü başarı kazandıkları takdirde gerçekleşmektedir. Bu bilgi ışığında koşullu/başarı odaklı tutuma maruz kalan bireylerin başarı elde edemediklerinde, çevreleri ile kurdukları ilişkilerde alaycı bir tutum sergileyerek başarısızlıklarını telafi ediyor oldukları, ya da bu durumdan farklı olarak elde ettikleri başarılar sonucu kendilerini kabul ettirmek adına başarıları ile övünerek etrafındakileri küçük görüyor oldukları düşünülmektedir.

Alaycı tarzı yordayan şemalara bakıldığında zedelenmiş sınırlar şema alanı disipline olmada zorluk, bencillik ve şımarıklık olarak, hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık şema boyutu ise her an bir felaketle karşı karşıya kalma korkusu olarak tanımlanmaktadır (Young & ark., 2009). Zedelenmiş sınırlar şema alanı yapı itibariyle hak görme/büyüklenmecilik şemasını barındırmaktadır. Hak görme/büyüklenmecilik şeması kendini diğerlerinden üstün görme, her zaman kendisinin haklı olduğu inancına sahip olma ile açıklanmaktadır. Dolayısıyla bu şema alanının aktif olması bireyin kendisini diğer bireylerden üstün görmesi

anlamına gelmektedir ve bu sebeple kişilerarası süreçlerinde bireyi alaycı tarz kullanmaya yönlendiriyor olduğu düşünülmektedir. Kendisinin başkalarından üstün olduğunu düşünen birey ilişkilerinde de kendi üstünlüğünü kabullendirmek amacıyla büyüklenmeci davranıyor ve alaycı ilişki tarzı kuruyor olabilir. Bu açıklamalar göz önünde bulundurulduğunda zedelenmiş sınırlar şema alanının aktive olmasıyla alaycı tarz kullanımının artması literatürle uyumlu bir sonuç olarak değerlendirilmektedir. Bu durumun zıttı olarak hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık şeması ile alaycı tarz kullanımı arasında negatif ilişki olması yine literatür ile uyumlu bir bulgu olarak karşımıza çıkmaktadır (Young & ark., 2009). Yaşamının her anında herhangi bir felaketle karşılaşacağı inancını taşıyan bireylerin ilişki kurarken alaycı tarzdan ziyade daha pasif ve az samimiyet yoğunluğunda ilişkiler kurmasının bekleneceği öngörülmektedir.

Elde edilen bulgular, Kaya (2010)'nın çalışma sonuçlarıyla kısmen benzerlik göstermektedir. Kaya (2010)'nın çalışmasında yordayıcılar zedelenmiş sınırlar, kopukluk ve zedelenmiş sınırlar şema alanı olmaktadır, bu araştırmada yordayıcılar zedelenmiş sınırlar şema alanı, hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık şema boyutu olarak ortaya çıkmaktadır.

Son olarak olumsuz kişilerarası ilişki tarzlarına sahip olma düzeylerine bakıldığında, koşullu/başarı odaklı ve aşırı izin verici/sınırsız anne tutumunun, sömürücü/istismar edici ve kuralcı/kalıplayıcı baba tutumunun, kendini feda, zedelenmiş özerklik ve iç içe geçme şema boyutlarının olumsuz ilişki tarzlarını yordadığı ortaya çıkmıştır. Bu bulgu ebeveyn yetiştirme tutumu ile kişilerarası süreçler arasındaki ilişkilere bakılan çalışma sonuçları benzerlik göstermektedir (Jong ve Jacobs, 2010). Ölçek bazlı ele alındığında KTÖ'den alınan toplam puanın fazla olması, olumsuz ilişki tarzlarının kullanıldığına işaret etmektedir (Şahin ve

ark., 2007 aktaran Koç, 2008). Daha öncesinde erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveynlik tutumlarına ilişkin yapılan açıklamalar göz önünde bulundurulduğunda olumsuz şema alanlarının aktive olması ve olumsuz ebeveyn tutumlarına maruz kalmanın olumsuz ilişki tarzlarının kullanılmasını arttırdığı söylenebilmektedir. Genel olarak bir yorum yapılmak gerekirse, ebeveynlerinden yoğun olarak başarıya yönelik, baskıcı ve kontrolcü, aşırı hoşgörülü ya da ilgisiz ve ihmalkar ebeveyn tutumlarının, bireylerin olumsuz ilişkiler kurmasına yol açtığı söylenebilmektedir. Bunun yanında kendinden önce başkalarını düşünen, ebeveynlerinden ya da başkalarından bağımsız işler başarmakta zorlanan ve pasif ya da savunmasız hisseden kişilerin de olumsuz ilişkiler kurduğu yorumu yapılabilmektedir. Burada dikkati çeken nokta bahsedilen durumların bireyleri suistimale açık hale getirdiği olmaktadır. Bu sebeple bireylerin kişilerarası ilişkilerinde suistimal ediliyor olabileceği, suistimal edilmenin olumsuz ilişkiler kurmaya yol açabileceği, bu durumun da bir kısır döngü halini alıyor olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmaya dahil edilen kendilik algısı değerlendirmesinin kişilerarası ilişki tarzlarını yordama gücünün zayıf olduğunun ortaya çıkması üzerine, kendilik algısı düzeyleri ve kişilerarası tarzlar arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Buna göre kendilik algısı düşük olan katılımcılar, kendilik algısı yüksek olan katılımcılara göre baskın ($p<0.05$), kaçınan ($p<0.01$), öfkeli ($p<0.01$) ve manipülatif ($p<0.01$), ilişki tarzlarını daha sık kullanmaktadır. İlişki tarzları göz önünde bulundurulduğunda, düşük kendilik algısına sahip bireylerin engellenmişlik hissiyle öfkeli tarzı kullanıyor oldukları düşünülmektedir. Fakat baskın ve manipülatif tarzlar, kendilik algısı düşük bireylerde görülmesi beklenmeyen tarzlardır. Burada devreye telafi etme davranışlarının girdiği ya da kendilik algısı

düşük bireylerin kişilerarası süreçlerinde kendilik algılarını yüksek göstermek adına bu tarzları kullanıyor oldukları düşünülmektedir.

4.1.4. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanlarını Yordayan Algılanan Ebeveynlik Stillерinin Tartışılması

Algılanan ebeveynlik stillerinin erken dönem uyumsuz şemaları yordadığı bilinmektedir (Soygüt, Çakır ve Karaosmanoğlu, 2008). Bu bölümde erken dönem uyumsuz şema alanlarını yordayan algılanan ebeveynlik stillerine ilişkin bulgular ele alınmaktadır ve yurtdışında bu kavramlar arasındaki ilişkileri (korelasyon) ortaya koyan benzer bir çalışma ile karşılaştırılmaktadır.

İlk olarak kopukluk/reddedilmişlik şema alanına ilişkin analizlere bakıldığında bireyler çocukluk dönemlerinde anne tarafından aşırı izin verici/sınırsız, aşırı koruyucu/evhamlı, kötümser/endişeli ve sömürücü/istismar edici; baba tarafından ise küçümseyici/kusur bulucu tutuma maruz kaldıklarında kopukluk/reddedilmişlik şema alanı kapsamındaki şemaları geliştirmeye yatkın olmaktadır. Bu bulgular Sheffield ve arkadaşlarının (2005) yılında yapılan çalışma sonuçlarıyla kısmen benzerlik göstermektedir. Sheffield ve arkadaşlarının (2005) çalışmasında kopukluk/reddedilmişlik şema alanı ile cezalandırıcı, duygularını bastıran, kuralcı/kalıplayıcı, kötümser/endişeli ebeveynlik stillerinin ilişkili olduğu ortaya çıkarken, bu çalışmada aşırı izin verici/sınırsız, aşırı koruyucu/evhamlı, kötümser/endişeli, sömürücü/istismar edici ve küçümseyici/kusur bulucu boyutlarının kopukluk/reddedilmişlik şema alanı ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Zedelenmiş özerklik şema alanına ilişkin analizlere bakıldığında, anne tarafından sömürücü/istismar edici, sınır koyulamayan, serbest ya da fazla koruyucu, sıkın tutuma maruz kalmak; baba tarafından ise küçümseyici ve eleştirel ebeveyn tutumlarına maruz kalmak bireyleri zedelenmiş özerklik şema alanı kapsamındaki şemaları geliştirmeye yatkın hale getirebilmektedir. Elde edilen bulgular Sheffield ve arkadaşlarının (2005) çalışma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Sheffield ve arkadaşlarının (2005) çalışmasında zedelenmiş özerklik şema alanı ile koşullu/başarı odaklı, duygularını bastıran, kuralcı/kalıplayıcı ve kötümser/endişeli anne tutumunun, duygusal olarak yoksun bırakıcı, aşırı koruyucu/evhamlı, küçümseyici/kusur bulucu, cezalandırıcı anne ve baba tutumlarının ilişkili olduğu ortaya çıkarken, bu çalışmada aşırı izin verici/sınırsız, aşırı koruyucu/evhamlı ve sömürücü/istismar edici anne tutumunun, küçümseyici/kusur bulucu baba tutumunun zedelenmiş özerklik şema alanı ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Zedelenmiş sınırlar şema alanına ilişkin analizlere bakıldığında, baba tarafından başarıya şartlandırılmış ve duygularını ifade etmeyen/etmesine izin verilmeyen, katı tutumlara maruz kalma; anne tarafından ise aşırı koruyucu tutuma maruz kalma bireyleri zedelenmiş sınırlar şema alanı geliştirmeye yatkın hale getirebilmektedir. Elde edilen bulgular Sheffield ve arkadaşlarının (2005) çalışmasındaki bulgular ile kısmen benzerlik göstermektedir. Sheffield ve arkadaşlarının çalışmasına göre zedelenmiş sınırlar şema alanı ile kuralcı/kalıplayıcı, cezalandırıcı anne tutumunun; koşullu/başarı odaklı anne ve baba tutumlarının ilişkili olduğu ortaya çıkarken, bu çalışmada koşullu/başarı odaklı baba tutumunun, değişime kapalı/duygularını bastıran ve aşırı koruyucu/evhamlı anne tutumunun zedelenmiş sınırlar şema alanı ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Başkaları yönelimlilik şema alanına ilişkin analizlere bakıldığında, anne tarafından aşırı koruyucu/evhamlı, değişime kapalı/duygularını bastıran, koşullu/başarı odaklı, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı; baba tarafından ise kuralcı/kalıplayıcı ebeveynlik tutumlarına maruz kalmak bireylerin başkaları yönelimlilik şema alanı geliştirmesine yol açmaktadır. Elde edilen bulgular Sheffield ve arkadaşlarının (2005) çalışması ile benzerlik göstermemektedir. Sheffield ve arkadaşlarının (2005) çalışmasında başkaları yönelimlilik şema alanı ile koşullu/başarı odaklı ve cezalandırıcı anne ve baba tutumları ilişkili çıkarken, bu çalışmada aşırı koruyucu/evhamlı, değişime kapalı/duygularını bastıran, koşullu/başarı odaklı, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı anne tutumu ve kuralcı/kalıplayıcı baba tutumunun başkaları yönelimlilik şema alanının ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Son olarak aşırı tetikte olma şema alanına ilişkin analizlere bakıldığında, anne tarafından aşırı koruyucu, başarının şart koşulduğu ve yeniliklere kapalı, duygusal ifadenin kötü olarak değerlendirildiği bir tutuma maruz kalmak, baba tarafından ise kuralcı, sıkı, küçümseyici ve eleştirel tutuma maruz kalmak bireyleri aşırı tetikte olma şema alanı geliştirmeye yatkın hale getirebilmektedir. Elde edilen bulgular Sheffield ve arkadaşlarının (2005) çalışması ile kısmen benzerlik göstermektedir. Sheffield ve arkadaşlarının (2005) çalışmasına aşırı tetikte olma şema alanı ile kuralcı/kalıplayıcı, değişime kapalı/duygularını bastıran anne tutumu, duygusal olarak yoksun bırakıcı, küçümseyici/kusur bulucu ve koşullu/başarı odaklı anne ve baba tutumlarının ilişkili olduğu ortaya çıkarken, bu çalışmada aşırı koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı, değişime kapalı/duygularını bastıran anne tutumu, kuralcı/kalıplayıcı, küçümseyici/kusur bulucu baba tutumunun aşırı tetikte olma şema alanı ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Elde edilen bulgulara bakıldığında, yurt dışında yapılan çalışma ile bu araştırma sonucu elde edilen bulguların farklılıklar gösterdiği saptanmıştır. Bu farklılığın ebeveyn tutumlarının her kültürde farklılaşması, örneklemin sosyokültürel yapısı, eğitim seviyesi ve yaş aralığı itibariyle farklı gelişim dönemlerinde bulunması sebebiyle de ortaya çıktığı düşünülmektedir. Yurtdışındaki aile yapılarında çocuklar bireyci kültür yapısı sebebi ile küçük yaştan itibaren bağımsız yetiştirilmektedirler, 18 yaşını doldurduklarında ayrı birer yetişken olarak kabul edilmektedirler. Türk kültüründe ise aile daha korumacıdır, toplulukçu ve ataerkil kültür yapısı itibari ile erkek çocuk daha ön plandadır ve başarılı olması, kendi ayakları üzerinde durması beklenir. Ergenlik sonrası bireylerin evden ve aileden ayrışması evlilik, iş gibi durumlar sebebiyle gerçekleşmektedir. Bireyci ve toplulukçu kültürler arasındaki zıt durumlardan dolayı farklılaşan ebeveyn tutumları ve aile yapıları göz önünde bulundurulduğunda, yurtdışı örnekleminde gerçekleştirilen çalışma ile bu çalışmanın bulguları arasındaki farklılıklar gözlenmesinin beklenir yönde olduğu düşünülmektedir.

4.1.5. Araştırma Değişkenlerinin Sosyodemografik Değişkenler Tarafından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Bu bölümde araştırma değişkenlerini yaş, cinsiyet ve eğitim durumunun ne kadar yordadığında dair bulgular tartışılmaktadır.

Yaş ve cinsiyet değişkeni açısından kendilik algısı düzeylerine bakıldığında, yaş arttıkça ve eğitim düzeyi azaldıkça kendilik algısının arttığı ortaya çıkmıştır. Bireylerin yaşadıkça ve yaşam deneyimi edindikçe, toplumda saygın yer

kazanmakla beraber iş, kariyer, statü, para kazanma gibi alanlarda da ilerleme gösterdikleri düşünülmekte; bu sebeple yaş arttıkça bireylerin kendilik algısı seviyesinin artması beklenen yönde bir bulgu olarak değerlendirilmektedir. Eğitim düzeyi azaldıkça kendilik algısı seviyesinin artması, beklenmeyen bir bulgudur. Bu durumun bireylerin kendini iyi gösterme çabasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Anneden algılanan ebeveynlik tutumlarına ilişkin regresyon analizine bakıldığında; cinsiyet, eğitim durumu ve yaş değişkenlerinin sadece aşırı koruyucu/evhamlı şema boyutunu yordadığı ortaya çıkmıştır. Buna göre yaşı ve eğitim düzeyi yüksek kadınlarda aşırı koruyucu/evhamlı ebeveyn tutumu algısı zayıf olarak ortaya çıkmaktadır. Bu durum yaş ilerledikçe ve eğitim düzeyi arttıkça kadınların kendi ayakları üzerinde durabilme, ekonomik bağımsızlığı kazanabilme yetilerinden dolayı (Dökmen, 2010) ebeveynlerini daha az aşırı koruyucu/evhamlı olarak algıladıklarını düşündürmektedir.

Babadan algılanan ebeveynlik tutumları puanlarına bakıldığında, kuralcı/kalıplayıcı, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı, sömürücü/istismar edici, kötümser/endişeli ve cezalandırıcı şema boyutlarının hiç bir sosyodemografik değişken tarafından yordanmadığı; küçümseyici/kusur bulucu, aşırı koruyucu/evhamlı, koşullu/başarı odaklı, aşırı izin verici/sınırsız ve değişime kapalı/duygularını bastıran şema boyutlarının medeni durum, cinsiyet ve yaş değişkeni tarafından yordandığı ortaya çıkmıştır.

Evli katılımcıların, bekar katılımcılara göre küçümseyici/kusur bulucu ve aşırı izin verici/sınırsız ebeveyn tutumlarına daha az maruz kaldıkları ortaya çıkmıştır. Bu durum bireylerin evlendikten sonra baba figürünün bireye daha az müdahale

etmesi, anne figürünün ise babaya göre evli bireyin hayatında daha fazla yer almasıyla, yine evli bireylerin kendi ailelerini kurması sebebiyle ebeveynlerinden kendilerini disipline edici ya da etmeyici tutum görmemeleriyle açıklanabilmektedir.

Erkek katılımcıların, kadın katılımcılara göre aşırı koruyucu/evhamlı baba tutumuna daha fazla maruz kaldıkları ortaya çıkmıştır. Bu durum daha önce de bahsedildiği gibi; erkek bireylerin yemek, düzen, temizlik gibi konularda ebeveyn desteğine ihtiyaç duyması ya da baba figürünün erkek çocuğunu soyunu devam ettirecek bir kaynak olarak görmesi sonucu ortaya çıkıyor olabilmektedir.

Yine erkek katılımcıların, kadın katılımcılara göre koşullu/başarı odaklı baba tutumuna daha fazla maruz kaldıkları ortaya çıkmış, yaş ise bu ebeveyn tutumu ile pozitif yönde ilişkili çıkmıştır. Yaş arttıkça koşullu/başarı odaklı baba tutumuna maruz kalmanın arttığı ortaya çıkmıştır. Bu durum Türk kültüründe toplum yapısı gereği erkek bireylerden statü sahibi olma, iş bulma, para kazanma gibi konularda daha fazla başarı göstermeleri beklentisi ile açıklanabilmektedir.

Kadın katılımcıların, erkek katılımcılara oranla değişime kapalı/duygularını bastıran baba tutumuna daha fazla maruz kaldıkları ortaya çıkmış, yaş azaldıkça bu şema boyutundan alınan puanların yükseldiği ortaya çıkmıştır. Türk kültürüne özgü aile yapısına bakıldığında baba figürünün kız evlatları ile mesafeli olduğu, duygusal paylaşımın oldukça sınırlı düzeyde olduğu bilinmektedir. Bu sebeple yaş azaldıkça kadın katılımcıların baba figürlerini değişime kapalı/duygularını bastıran, duygu ifadesinin daha az olduğu ebeveyn olarak algıladıkları düşünülmektedir.

Bu çalışma ilişki tarzlarını yordayan kendilik algısı düzeylerini, erken dönem uyumsuz şemaları ve algılanan ebeveynlik stillerini tanımlandığından dolayı betimsel çalışma özelliği taşımaktadır. Araştırmaya dahil edilen değişkenlerin ortak özelliği, erken dönemde gelişmeye başlıyor olmalarıdır. Elde edilen bulguların literatürle uyduğu ve alana yeni bilgi kazanımı sağlayacağı düşünülmektedir. Araştırmaya dahil edilen değişkenler, bireylerin psikolojik olarak iyi olma durumlarını önemli derecede etkileyen durumlardır. Bu sebeple bu durumların birey tarafından olumsuz olarak gelişmesi, psikopatolojiye davetiye çıkaracaktır (Soygüt ve ark., 2008; Sheffield & ark., 2006).

Olumlu kendilik algısına sahip olmak, bireyin ruhsal iyilik haline etki eden durumlardan biridir. Birey kendisini olumlu algıladıkça, kişilerarası süreçlerinde de bunu yansıtacak ve çevresindeki bireylerden de olumlu geribildirim alacaktır. Bu döngü bireyin ruhsal ve duygusal iyilik halini korumasını sağlayacaktır (Alkan, 2008; Koç, 2008). Olumsuz kendilik algısı ise, bireyin kendine dair değersizlik düşüncelerine sahip olmasına yol açarak depresyon ya da diğer psikopatolojik bozukluklara yol açabilmektedir (Budak, 2005).

Erken dönem uyumsuz şemalar, temelini algılanan ebeveynlik stillerinden alan ve erken dönemde gelişen yapılardır. Bu yapıların psikopatolojiyle ilişkili olduğu bir çok çalışmada kanıtlanmıştır (Gilbert, Allan ve Goss, 1996; Moore ve Florsheim, 2001; Moore, Florsheim ve Butner, 2007; Koç, 2008; Alkan, 2008; Karlı, 2008; Vlierberghe, Braet, Bosmans, Rosseel ve Bögels, 2010). Yavuzer (2004) ise ebeveynleri ile olumlu yönde ilişkiler geliştiren çocukların gelecekte diğer bireylerle olumlu yönde ilişkiler geliştireceklerini belirtmiştir. Bu bilgiler şema terapi kapsamında ele alındığında, önemli olanın bireyin bu

şemaları en az aktive edecek şekilde yaşantısını düzenlemesi olarak görülmektedir. Çünkü ne kadar çok olumsuz şema aktive olursa, bireyin uyumsuz ve problemlili davranışları o derece artacaktır. Terapi sürecinde de terapist, araştırmada kullanılan (YEBÖ ve YŞÖ – KF3) kullanarak uyumsuz ilişki ve davranışların temelini oluşturan uyumsuz şema ve algılanan ebeveynlik stillerinin tanımlayabilir. Bu sayede bu şemaları iyileştirmeye yönelik müdahalelerde bulunabilir (Young ve ark., 2009).

Algılanan ebeveynlik stilleri dünyada ve Türkiye’de yeni çalışmaya başlanılan bir konudur; bu sebeple bu çalışmada hem ilişki tarzlarını, hem erken dönem uyumsuz şemaları yordama gücünün ölçülmesi; bunlardan farklı olarak algılanan ebeveynlik stillerini yordayan sosyodemografik değişkenlere ilişkin değerlendirmelerin yapılmasının alana katkı sağlayacağı düşünülmekte, yeni araştırmalar tarafından çalışılmasının uygun olacağı öngörülmektedir.

Yapılan çalışmalara göre hoşgörülü, esnek ve baskıcı olmayan ebeveyn tutumlarının çocukların duygusal, bilişsel ve toplumsal olarak olumlu yönde geliştiğini göstermektedir (Catic, 2011). YEBÖ ölçekleri kullanılarak ebeveyn tutumlarına ilişkin değerlendirilmelerin yapılması sonucu ebeveynlere yönelik uygun eğitim programları, konferanslar düzenlenebilir ve yeni nesilin daha sağlıklı aile ortamında gelişmesi sağlanabilir.

Kişilerarası süreçlere bakıldığında yine olumsuz tarzların bireylerin uyumsuz davranışlarını arttıracaklarını ve kişilerarası süreçlerinde problem yaşamalarına sebep olacağını söylemek doğru olacaktır. Bireyler kişilerarası süreçlerde olumlu tutum içinde oldukları sürece sosyal becerilerini daha verimli kullanacak (Koç, 2008), çevrelerindeki diğer bireylerle daha sağlıklı iletişim

kurabileceklerdir (Aydın, 1996, aktaran Göçener, 2010). Çalışma sonucu elde edilen bu bulgulara istinaden uzmanlara iletişim konulu seminerler ya da eğitimler düzenlemeleri önerilebilir.

Araştırma bulguları, kullanılan ölçeklerin geçerliliği ve güvenilirliği ile sınırlıdır. Kullanılan ölçekler kendini değerlendirme türü ölçekler olduğundan, katılımcıların öznel değerlendirmelerinin katkısı kaçınılmaz olmuştur. Örneklem grubu, psikopatolojik tanısı olmayan genç yetişkin örnekleminde yürütülmüştür. Benzer çalışmalar psikopatolojik tanı alan grupla ya da ergen gruplarında yürütülebilir.

Data toplama sürecinde 81 kişi ölçekleri uygun dolduramadığı için veri kaybı yaşanmıştır. Bu durumun araştırmada kullanılan ölçeklerin fazla sayıda maddeye sahip olmalarından; YŞÖ – KF3 ve YEBÖ ölçek maddelerinin uzun ifadelerden oluşuyor olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Katılımcılar uygulama sırasında sıkılmış ve ifadeleri önemsemeden değerlendirme yapmış olabilirler, ya da bu durumdan farklı olarak, katılımcılar kendilerini iyi gösterme isteği ile olumsuz maddelere düşük, olumlu maddelere yüksek puan vermiş olabilirler. Bu araştırmanın bir sınırlılığı da Kişilerarası Tarz Ölçeği'nin Türkiye'de geliştirilen bir ölçek olması ve literatürde Türkiye örnekleminde gerçekleştirilmiş sınırlı sayıda bilgiler bulunmasıdır. Bu sebeple elde edilen bulgular sınırlı sayıda araştırma ile karşılaştırılmıştır. Kişilerarası İlişkiler konusu kapsamlı ve geniş bir konu olduğundan, hala bu alanda yapılacak çalışmaya ihtiyaç vardır.

Young (1990a; Young, Klosko ve Weishaar, 2003 aktaran Sheffield ve ark., 2006) tarafından geliştirilen algılanan ebeveynlik stilleri Dünya'da ve

Türkiye’de yeni çalışılmaya başlanan bir konu olup, alanla ilgili çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu çalışmada elde edilen bulguların literatüre ışık sağlayacağı ve ilerleyen dönemlerde ilişki tarzlarını açıklayan ya da ilişkili olduğu düşünülen farklı değişkenler ile yürütülen çalışmalara ihtiyaç olduğu düşünülmekte, bu alana ışık tutmaya yönelik çalışmalar yapılması önerilmektedir. Bu araştırmada ilişki tarzlarını yordayan erken dönem uyumsuz şemalar tanımlanmıştır, fakat bu şemaları baş etme stillerine değinilmemiştir. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda baş etme stillerinin de çalışmaya dahil edilmesinin literatüre ışık tutacağı düşünülmektedir.

Son olarak, bu çalışmadaki katılımcıların çoğuna internet üzerinden ulaşılmıştır. İnternet üzerinden veri toplamanın dezavantajı olduğu kadar görmezden gelinemeyecek avantajları da vardır. Dezavantajı; ölçeği dolduran katılımcıların araştırma örnekleme uygunluğu konusunda ortaya çıkmaktadır. Bu çalışmada örnekleme kartopu örnekleme yöntemiyle ulaşıldığı için, bilimsel olmamakla birlikte katılımcıların güvenilirliği ile sınırlıdır. Avantajları ise; zaman ve maliyet konusunda tasarruf sağlaması(veri girişi, katılımcılara ulaşma, katılımcıların ölçekleri doldurması), kişilerin dolduracakları zamanı kendilerinin belirlemesi ve yüz yüze görüşme olmaması sebebiyle sosyal kaygının azalarak daha rahat şekilde cevaplayacakları yönündedir (Özmen ve Çakmaklı, 2000; Çakıroğlu, 2008; Kersting, 2004). İnternet üzerinden data toplama ile ilgili detaylı olarak şu kaynaklardan yararlanılabilir:

http://www.suleozmen.com/teblig_sunumlar/5internet_veri%20toplama.pdf

<http://ab.org.tr/ab07/bildiri/167.pdf>

http://www.nyu.edu/projects/nissenbaum/ethics_wal_full.html

<http://www.apa.org/monitor/feb04/internet.aspx>

5. KAYNAKLAR

Afolabi, O. A., Okediji, A., & Ogunmwonyi, E. (2009). Influence of Emotional Intelligence and Need for Achievement on Interpersonal Realtions and Academic Achievement of Undergraduate. *Educational Research Quarterly*, 33(2), 15 – 29.

Akse, J., Hale, W. W., Engels, R. C. M. E., Raaijmakers, Q. A. W., & Meeus, W. H. J. (2004). *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiolgy*, 39, 980 – 988.

Alkan, E. (2008). Cinsel İşlev Bozuklukları ve Kişilerarası Tarz, Öfke, Kendilik Algısı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Anlı, İ., & Karşlı, Alper. (2010). Perceived Parenting Style, Depression and Anxiety Levels in a Turkish Late – Adolescent Population. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, 724 – 727.

Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four - Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.

Bamber, M., & McMahon, R. (2008). Danger—Early Maladaptive Schemas at Work!: The Role of Early Maladaptive Schemas in Career Choice and the Development of Occupational Stress in Health Workers. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 15, 96 – 112.

Bayalan, Y. (2011). Şema Terapi Nedir?

<http://yusufbayalan.terapi.com/2011/03/18/sema-terapi-nedir/>

Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive Therapy of Depression*. New York: The Guilton Press.

Berscheid, E. (1994). Interpersonal Relationships. *Annual Reviews of Psychology*, 45, 79 – 129. Bretherton, I. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28, 759 – 775.

Brody, L. R. (1985). Gender Differences in Emotional Development: A Review of Theories and Research. *Journal of Personality*, 53, 102 – 149.

Brown, G. L., Mangelsdorf, S. C., Neff, C., Schoppe – Sullivan, S., & Frosch, C. A. (2009). Young Children's Self-Concepts: Associations with Child Temperament, Mothers' and Fathers' Parenting, and Triadic Family Interaction. *Merrill – Palmer Quarterly*, 55(2), 184 – 216.

Budak, S. (2005). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları. Çeviren İ. D. E. Sarıoğlu.

Buschgens, C. J. M., Aken, M. A. G., Swinkels, S. H. N., Ormel, J., Verhulst, F. C., & Buitelaar, J. K. (2010). Externalizing Behaviors in Preadolescents: Familial Risk to Externalizing Behaviors and Perceived Parenting Styles. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 19, 567 – 575.

Cebeci, O. (2004). *Psikanalitik Edebiyat Kuramı*. İstanbul: İthaki Yayınları.

Chan, K., & Chan, S. (2005). Perceived Parenting Styles and Goal Orientations. *Research in Education*, 74, 9 – 21.

Cheng, H., & Furnham, A. (2000). Perceived Parental Behaviour, Self – Esteem and Happiness. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 35, 463 – 470.

Cheng, H., & Furnham, A. (2003). Perceived Parental Rearng Style, Self – Esteem and Self – Criticism as Predictors of Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 5, 1 – 21.

Cooley, C. (1902). H. *Human nature and the social order*. New York: Scribner's.

Colman, R. A., & Widom, C. S. (2004). Childhood Abuse and Neglect and Adult Intimate Relationships: A Prospective Study. *Child Abuse & Neglect*, 28, 1133 – 1151.

Corsano, P., Majorano, M., & Champretavy, L. (2006). Psychological Well – Being in Adolescence: The Contribution of Interpersonal Relations and Experience of Being Alone. *Adolescence*, 41(162), 341 – 353.

Çakır, Z. (2007). Antisosyal Kişilik Bozukluğunda Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Algılanan Ebeveynlik Stilleri ve Şema Sürdürücü Başa Çıkma Davranışları Arasındaki İlişkiler: Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Çakıroğlu, Ü. (2008). Eğitim Araştırmaları İçin İnternet Tabanlı Veri Toplama Aracı Tasarımı ve Uygulaması, *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 1, 56 – 68.

Çetin, F. (2008). Kişilerarası İlişkilerde Kendilik Algısı, Kontrol Odağı ve Kişilik Yapısının Çatısma Çözme Yaklaşımları Üzerine Etkileri: Uygulamalı Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi, T.C. Kara Harp Okulu Savunma Bilimleri Enstitüsü Savunma Yönetimi Ana Bilim Dalı, Ankara.

Demidenko, N., Tascia, G. A., Kennedy, N., & Bissada, H. (2010). The Mediating Role of Self – Concept in the Relationship Between Attachment Insecurity and Identity Differentiation Among Women with an Eating Disorder. *Journal of Social and Clinical Psychology, 29*(10), 1131 – 1152.

Dereboy, F. (2000). Şizofreniye İlişkin Psikanalitik Yaklaşımlar. *Şizofreni Dizisi, 1*, 11 – 19.

Demirkan, S. (2006). Özel Sektördeki Yöneticilerin ve Çalışanların Bağlanma Stilleri, Kontrol Odağı, İş Doyumu ve Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Araştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Dökmen, Z. (2010). *Toplumsal Cinsiyet*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Eberhart, N. K., Auerbach, R. P., Bigda – Peyton, J., Abela, R., & Abela, Z. (2011). Maladaptive Schemas and Depression: Tests of Stres Generation and Diathesis – Stres Models. *Journal of Social and Clinical Psychology, 30*(1), 75 – 104.

Epstein, S. (1973). The Self – Concept Revisited or a Theory of a Theory. *American Psychologist, 28*, 404 – 414.

Erözkan, A. (2004). Lise Öğrencilerinin Sosyal Karşılaştırma ve Depresyon Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13, 1 – 18.

Erözkan, A. (2009). Lise Öğrencilerinde Kişilerarası İlişki Tarzlarının Yordayıcıları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 543 – 551.

Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7, 114 – 140.

Feyzioğlu, S. E. (2008). Bağlanma Stilleri, Problem Çözme Becerileri ve Hükümlülük Özellikleri Arasındaki İlişkiler. Disiplinlerarası Adli Tıp Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Freud, S. (1917). Yas ve Melankoli. *Kriz Dergisi*, 1(2). Çeviren R. E. Uslu, O. E. Berksun.

Geçtan, E. (2002). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Metis Yayınları.

Gilbert, P., Allan, S. & Goss, K. (1996). Parental Representations, Shame, Interpersonal Problems and Vulnerability to Psychopathology. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 3(1), 23 – 34.

Göçener, D. (2010). Üniversite Öğrencilerinin Güvenli Bağlanma Düzeyleri İle Kişilerarası İlişki Tarzları Arasındaki İlişkiler. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Göka, E., Yüksel, F. V., & Göral, F. S. (2006). İnsan İlişkilerinde Yansıtımlı Özdeşim. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 46 – 54.

Gürüz, D., & Eğinli, A. T. (2008). *Kişilerarası İletişim*. Ankara: Nobel Yayın ve Dağıtım.

Gürüz, D., & Eğinli, A. T. (2012). *İletişim Becerileri*. Ankara: Nobel Yayın ve Dağıtım.

Güven, S., Şener, A., & Yıldırım, B. (2003). Eşlerin Farklı Değişkenlere Göre Sosyal Destek Algısı. www.sdergi.hacettepe.edu.tr/arzusenervdson.pdf

Harris, A. E., & Curtin, L. (2002). Parental Perceptions, Early Maladaptive Schemas, and Depressive Symptoms in Young Adults. *Cognitive Therapy and Research*, 26(3), 405 – 416.

Hamamcı, Z., & Kapçı, E. G. (2010). Aile İşlevi ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki: Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Aracı Rolü. *Klinik Psikiyatri*, 13, 127 – 136.

Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511 – 524.

Heider, F. (1958). *Psychology of Interpersonal Relations*. New York: John Wiley & Sons, Inc.

Hopkins, H. R. & Klein, H. A. (1993). Multidimensional Self Perception: Linkages to Parental Nurturance. *The Journal of Genetic Psychology*, 154(4), 465 – 473.

İskender, M., & Tanrıkulu, T. (2010). Social Support, Social Comparison, and Anger. *International Journal of Human Sciences*, 7(1), 899 – 911.

İmamoğlu, S. (2008). Genç Yetişkinlikte Kişilerarası İlişkilerin Cinsiyet, Cinsiyet Roller ve Yalnızlık Algısı Açısından İncelenmesi. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Kağıtçıbaşı, Ç. (1999) . *Yeni İnsan ve İnsanlar*. (10. baskı). İstanbul: Evrim Yayınevi.

Kapçı, E. G., & Hamamcı, Z. (2010). Aile İşlevi ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aracı Rolü. *Klinik Psikiyatri*, 13, 127 – 136.

Karahan, D. (2006). Erken Disfonksiyonel Şemaların Obsesif – Kompulsif Bozukluğu Olan Hastalar ve Sağlıklı Kişilerdeki Aktivasyonlarının Karşılaştırılması. Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği, Tıpta Uzmanlık Tezi.

Karlı, E. (2008). Kişilerarası Tarz, Kendilik Algısı, Öfke ve Psikosomatik Bozukluklar. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Kaya, F. (2010). Çocukluk Döneminde Yaşanan İstismarın Kişilerarası İlişki Tarzları Üzerindeki Etkisi: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aracı Rolü. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Kersting, K. (2004). When Done Right, Internet Research Yields Rewards. *Monitor Staff*, 35(2), 52.

Knapp, M. L. & Daly, J. A. (2002). Handbook of Interpersonal Communication. Sage Publications, Inc. S. 4-20.

Koç, V. (2008). Kişilerarası Tarz, Kendilik Algısı, Öfke ve Depresyon. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Koydemir – Özden, S., & Demir, A. (2009). The Relationship Between Perceived Parental Attitudes and Shyness among Turkish Youth: Fear of Negative Evaluation and Self-esteem as Mediators. *Current Psychology*, 28, 169 – 180.

Leary, M. R., Terdal, S. K., Tambor, E., & Downs, D. L. (1995). Self – Esteem as an Interpersonal Monitor: The Sociometer Hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*. 68(3), 518 – 530.

Lindberg, L., & Swanberg, I. (2006). Well – Being of 12 – Year – Old Children Related to Interpersonal Relations, Health Habits and Mental Distress. *Scandinavian Journal of Caring Science*, 20, 274 – 281.

Lodi – Smith, J. & Roberts, B. W. (2010). Getting to Know Me: Social Role Experiences and Age Differences in Self-Concept Clarity During Adulthood. *Journal of Personality*, 78(5), 1383 – 1410.

Lombardo, J. P., & Wood, R. D. (1979). Satisfaction with Interpersonal Relations as a Function of Level of Self – Disclosure. *The Journal of Psychology*, 102, 21 – 26.

Markus, H. R. (1977). Self - Schemata and Processing Information About the Self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63 – 78.

Markus, H. (1983). Self – Knowledge: An Expanded View. *Journal of Personality*, 51(3), 543 – 565.

Mason, O., Platts, H., & Tyson, M. (2005). Early Maladaptive Schemas and Adult Attachment in a UK Clinical Population Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 78, 549 – 564.

Maynard, M. J., & Harding, S. (2010). Perceived parenting and Psychological Well-Being in UK Ethnic Minority Adolescents. *Child: Care, Health and Development*, 36(5), 630 – 638.

McCabe, R. E., Blankstein, K. R., & Mills, J. S. (1999). Interpersonal Sensitivity and Social Problem – Solving; Relations with Academic and Social Self – Esteem, Depressive Symptoms, and Academic Performance. *Cognitive Therapy and Research*, 23(6), 587 – 604.

McClun, L. A., & Merrell, K. W. (1998). Relationship of Perceived Parenting Styles, Locus of Control Orientation, and Self – Concept Among Junior High Age Students. *Psychology in the Schools*, 35(4), 381 – 390.

McMullin, J. A., & Cairney, J. (2004). Self – Esteem and the Intersection of Ages, Class and Gender. *Journal of Aging Studies*, 18, 75 – 90.

Mead, G. H. (1934). *Mind, self and society*. Chicago: University of Chicago Press.

Moore, D. R., & Florsheim, P. (2001). Interpersonal processes and psychopathology among expectant and nonexpectant adolescent couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69(1), 101 – 113.

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 Psychotherap*, 13, 405 – 413.

Mookherje, H. N. (1997). Marital Status, Gender, and Perception of Well-Being. *The Journal of Social Psychology*, 137(1), 95 –105.

Moore, R. D., Florsheim, P., & Butner, J. (2007). Interpersonal Behavior, Psychopathology, and Relationship Outcomes Among Adolescent Mothers and Their Partners. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 36(4), 541 – 556.

Montgomery, C., Fisk, J. E. & Craig, L. (2008). The Effects of Perceived Parenting Style on the Propensity for Illicit Drug Use: The Importance of Parental Warmth and Control. *Drug and Alcohol Review*, 27, 640 – 649.

Nordahl, H. M., Holthe, H., & Haugum, J. A. (2005). Early Maladaptive Schemas in Patients with or without Personality Disorders: Does Schema Modification

Predict Symptomatic Relief? *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 12, 142 – 149.

Onur, B. (2000). Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm. İstanbul: İmge Kitabevi Yayınları. 5. Basım.

Oral, N. (2006). Yeme Tutum Bozukluğu ile Kişilerarası Şemalar, Bağlanma Stilleri, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Öfke Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi.

Oyserman, D. (2001). Self - Concept and Identity. A. Tesser & N. Schwarz (Ed.), *Blackwell Handbook of Social Psychology: Intraindividual Processes* (s. 499 - 517). Oxford, UK: Blackwell.

Öksüz, E. & Malhan, S. (2012). Sosyal Karşılaştırma Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlik Analizi. VI. Ulusal Aile Hekimliği Kongresi, Poster Bildiri.

Özmen, M. (2001). Depresyonda Dinamik Nedenler. *Duygudurum Dizisi*, 6, 283 – 287.

Özmen, Ő., & Çakmaklı, İ. (2000). İnternet Üzerinden Anket Yoluyla Veri Toplama. http://www.suleozmen.com/teblig_sunumlar/5internet_veri%20toplama.pdf

Öztürk, H., Sevindik, F. S., & Yaman, S. Ç. (2006). Öğrencilerde Yalnızlık ve Sosyal Destek İle Bunlara Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1). 383 – 394.

Parker, S. (2008). Winnicott's Object Relations Theory and the Work of the Holy Spirit. *Journal of Psychology and Theology*, 36(4), 285 – 293.

Polatlı, A. (2009). Şema Terapi Nedir? <http://www.makaleler.com/bilim-makaleleri/sema-terapi-nedir.htm>

Riso, L. P., Froman, S. E., Raouf, M., Gable, P., Maddux, R. E., S, N. T., Pena, S., Blandino, J. A., Jacobs, C. H., & Cherry, M. (2006). The Long – Term Stability of Early Maladaptive Schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 30(4), 515 – 529.

Robak, R. W. (2001). Self Definition in Psychotherapy: Is it Time to Revisit Self – Perception Theory? *North American Journal of Psychology*, 3(3), 529 – 534.

Robinson, L. C. (2000). Interpersonal Relationship Quality In Young Adulthood: A Gender Analysis. *Adolescence*, 35(140), 775 – 784.

Rosenberg, M. (1989). Self – Concept Research: A Historical Overview. *Social Forces*, 68(1), 34 – 44.

Sarıtaş, D. (2007). The Effects of Maternal Acceptance – Rejection on Psychological Distress of Adolescents: The Mediator Roles of Early Maladaptive Schemas. Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Saymer, B., Savaşan, E., Sözen, D., & Köknel, Ö. (2007). Yükseköğretim Gençliğinin Benlik Algısının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi: İstanbul Ticaret Üniversitesi Öğrenmesi.

Saymaz, İ. (2003). Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişkileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul

Üniversitesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(11), 253 – 265.

Sezer, Ö. (2010). Ergenlerin Kendilik Algılarının Anne Baba Tutumları ve Bazı Faktörlerle İlişkisi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 1 – 19.

Sheffiled, A., Waller, G., Emanuelli, F., Murray, J. & Meyer, C. (2005). Links between parenting and core beliefs: preliminary psychometric validation of the Young parenting inventory. *Cognitive Theory and Research*, 29 (6), 787-802.

Schutte, N. S., Malouff, J. M., Bobik, C., Coston, T. D., Greeson, C., Jedlicka, C., Rhodes, E., & Wendorf, G. (2001). Emotional Intelligence and Interpersonal Relations. *The Journal of Social Psychology*, 141(4), 523 – 536.

Siyez, D. (2010). “Kişilerarası İlişkilerin Başlangıcı ve Gelişimi”. (Ed. A. Kaya). *Kişilerarası İlişkiler ve Etkili İletişim* içinde (70 – 103). Ankara: Pegem Akademi.

Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. & Çakır, Z. (2008). Ebeveynlik Biçimlerinin Değerlendirilmesi: Young Ebeveynlik Ölçeği'nin Psikometrik Özelliklerine İlişkin Bir İnceleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(22), 17 – 30.

Soygüt, G. & Çakır, Z. (2009a). Ebeveynlik Biçimleri ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkilerde Kişilerarası Şemaların Aracı Rolü: Şema Odaklı Bir Bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(2), 144 – 152.

Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. & Çakır, Z. (2009b). Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ün Psikometrik Özelliklerine İlişkin Bir İnceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 20(1), 75-84.

Stallard, P. (2007). Early Maladaptive Schemas in Children: Stability and Differences Between a Community and a Clinic Referred Sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14, 10–18.

Stein, K. F. (1995). Schema Model of the Self – Concept. *Journal of Nursing Scholarship*, 27(3), 187-193.

Sullivan, H.S. (1996). *The Interpersonal Theory and Psychiatry*. New York: Norton.

Tagiuri, R., Petrullo, L. (1958). *Person Perception and Interpersonal Behavior*. US: Stanford University Press.

Tatar, İ. (2006). *İzlenim Yönetimi Kendilik Algısı ve Stres: Kara Kuvvetlerinde Bir Uygulama*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Thimm, J. C. (2010). Relationships Between Early Maladaptive Schemas and Psychosocial Developmental Task Resolution. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 17, 219 – 230.

Tuğrul, C. (1999). Duygusal Zeka. *Klinik Psikiyatri*. 1, 12 – 20.

Tutar, H., Altınöz, M., & Çakıroğlu, D. (2009). İşgörenlerin Kendilik Algılarının Bireysel Özellikler Bakımından Değerlendirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 489 – 496.

Tümkaya, S., Çelik, M., Aybek, B. (2010). Ergenlerin Kişilerarası İlişkilerini Etkileyen Sosyal Yaşantı Değişkenlerinin İncelenmesi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24, 163 – 178.

Uzun, C. (2008). Kişilerarası İlişkiler, Öfke, Benlik Algısı ve Anksiyete. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Üngüren, E., Doğan, H., Özmen, M., & Tekin, Ö. A. (2010). Otel Çalışanlarının Tükenmişlik ve İş Tatmin Düzeyleri İlişkisi. *Yaşar Üniversitesi Dergisi*, 17(5), 2922 – 2937.

Vlierberghe, L. V., Braet, C., Bosmans, G., Rosseel, Y., & Bögels, S. (2010). Maladaptive Schemas and Psychopathology in Adolescence: On the Utility of Young's Schema Theory in Youth. *Cognitive Therapy Resource*, 34, 316 – 332.

Watkins, D., Akande, A., Fleming, J., Ismail, M., Lefner, K., Regmi, M., Watson, S., Yu, J., Adair, J., Cheng, C., Gerong, A., McInerney, D., Mpofu, E., Singh – Sengupta, S., & Wondimu, H. (1998). Cultural Dimensions, Gender, and the Nature of Self - Concept: A Fourteen - Country Study. *International Journal of Psychology*, 33(1), 17 – 31.

Wongparan, T., Wongparan, N., & Wedding, D. (2012). Gender Differences, Attachment Styles, Self-Esteem and Romantic Relationships in Thailand. *International Journal of Intercultural Relations*, 36, 409 – 417.

Wylie, R. C. (1979). *The Self – Concept: Theory and Research on Selected Topics*. University of Nebraska Press.

Yavuzer, H. (2011). Yaygın Anne Baba Tutumları. N. T. Catic (Ed.), *Anne Baba Tutumları* (s. 14 – 39). İstanbul: Timaş Yayınları.

Yavuzer, H., Demir, İ., Meşeci, F., & Sertelin, Ç. (2003). Günümüz Gençliğinin Gelecek Beklentileri. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, 93 – 103.

Yavuzer, H. (2004). *Ana – Baba ve Çocuk: Ailede Çocuk Eğitimi*. Remzi Kitabevi: İstanbul.

Young, J., Klosko, J. S. & Weishaar, M. E. (2009). *Şema Terapi*. Litera Yayıncılık: İstanbul.

Zucker, H. (1989). Premises of Interpersonal Theory. *Psychoanalytic Psychology*, 6(4), 401 – 409.

6. EKLER

EK 1

Kişisel Bilgi Toplama Formu

Yapılmakta olan araştırma kapsamında sizden 4 ölçeği cevaplamanız istenmektedir. Fakat bunlardan önce bazı sosyodemografik özellikleri belirlemek için kişisel bilgi formunu doldurmanız gerekmektedir. **Vereceğiniz bütün bilgiler kesinlikle gizli tutulacak ve araştırmanın amacı dışında kullanılmayacaktır.** Araştırmaya katılımınız gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırma kapsamında vereceğiniz cevapların samimi olması araştırmanın sonuçları açısından önemlidir. Lütfen size yöneltilen her soruya samimiyetle cevap veriniz..

Psk. Elif T. ÇOLAKOĞLU

T.C. Maltepe Üniversitesi

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

Cinsiyet : Kadın Erkek

Yaş :

Medeni Durum: Evli Bekar

Eğitim Düzeyi:

İlkokul Lise Üniversite Yüksek Lisans Doktora

Meslek:

Daha önce psikiyatrik bir tanı aldınız mı?

Evet Hayır

Aldıysanız belirtin _____

Daha önce psikiyatrik bir ilaç kullandınız mı?

Evet Hayır

Kullandıysanız belirtin _____

EK 2

Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ)

Sizin de bildiğiniz gibi, hepimiz zaman zaman kendimizi diğer insanlarla karşılaştırır ve bazı değerlendirmeler yaparız. Bu değerlendirmeler sonucunda kendimizle ilgili bazı fikirler ediniriz. **Sizin de kendinizle ilişkili bazı kişisel görüşleriniz** mutlaka vardır. Lütfen, aşağıdaki sıfatların her birinde **sizi en iyi yansıtan sayıyı** bularak üzerine (X) isareti koyunuz.

| | | | | | | | |
|------------------|---|---|---|---|---|---|------------------|
| Yetersiz | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Yeterli/üstün |
| Beceriksiz | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Becerikli |
| Basarisiz | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Basarılı |
| Sevilmeyen biri | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Sevilen biri |
| İçe dönük | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Dışa dönük |
| Yalnız | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Yalnız değil |
| Dışta bırakılmış | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Kabul edilmiş |
| Sabırsız | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Sabırlı |
| Hosgörüsüz | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Hosgörülü |
| Söyleneni yapan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | İnsiyatif sahibi |
| Korkak | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Cesur |
| Kendine güvensiz | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Kendine güvenli |
| Çekingen | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Atılgan |
| Dagınık | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Düzenli |
| Pasif | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Aktif |
| Kararsız | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Kararlı |
| Antipatik | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Sempatik |
| Boyun egici | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Hakkını arayıcı |

EK 3

Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3 (YŞÖ – KF3)

Yönerge: Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olamadığınız 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
- 2- Benim için büyük ölçüde yanlış
- 3- Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla
- 4- Benim için orta derecede doğru
- 5- Benim için çoğunlukla doğru
- 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, yaşıtılarım 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 hak ederim.
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 bırakamam 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 hiss ediyorum.
27. ____ Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
28. ____ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hiss ediyorum; 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 zevklerimizden 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 sezersem 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 sıyıramıyorum 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 hak eden kötü bir insanım.

EK 4

Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ)

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
- 2 - Çoğunlukla yanlış
- 3 - Uyan tarafı daha fazla
- 4 - Orta derecede doğru
- 5 - Çoğunlukla 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 veya 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 veya beceriksizmişim gibi davrandı.
27. ____ ____ Başarılı olmamı gerçekten istemedi.
28. ____ ____ Hayatta başarısız olacağıma inandı.
29. ____ ____ Benim fikrim veya 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 hissedirdim.
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. ____ Duygularımı ifade etmekten rahatsız olurdu.
62. ____ Hep düzenli ve tertipliydi; değişiklik yerine bilineni tercih ederdi.
63. ____ Kızgınlığımı 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 5

Kişilerarası Tarz Ölçeği (KTÖ)

Lütfen aşağıda bulunan her ifadeyi dikkatle okuyup, sizi ne kadar tanımladığını sağ taraftaki işaretlerden birini işaretleyerek belirtiniz. Lütfen hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Seçeneklerde önemli olan sizin kendinizi nasıl değerlendirdiğinizdir. Katkılarınız için şimdiden teşekkürler.

Sizi ne kadar tanımlıyor

0% 25% 50% 75% 100%

| | | | | | | |
|----|--|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1 | İnsanlarla konuşurken iğneleyici sözler söylemekten çekinmem. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 2 | Problemlerini anlatan bir kişinin, duygularından bahsetmesinden rahatsız olurum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 3 | Problem yaşadığım bireyin ne hissettiğiyle ilgilenmem. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 4 | Karşımdaki insanı, yapmasını istediğim davranış konusunda zorlarım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 5 | İnsanlara emir vererek bir işi daha çabuk yaptırabileceğimi düşünürüm. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 6 | Kendi çıkarım için başkalarına hoş sözler söylemekten kaçınmam. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 7 | Eleştirilmemek ya da reddedilmemek için kendi doğrularımı kendime saklarım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 8 | İsteklerimi yapmaları için gerektiğinde insanlara gözdağı veririm. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 9 | Karşımdaki bireyle konuşurken onu küçük düşürücü ifadeler kullandığım olur. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 10 | Sorduğum sorularla karşımdakini sıkıştırmaktan hoşlanırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 11 | İnsanları dinlerken, sık sık sıkılıp konuyu değiştirmeye çalışırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 12 | Birilerini dinlerken genelde elimde bir şeylerle oynuyor olurum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 13 | Birilerini dinlerken oturduğum yerde kıpırdamadan duramam. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 14 | Haksız olsam da karşımdaki kişi ne derse desin, kendimi savunurum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 15 | Karşımdaki kişiye açıklama yapmaktansa, doğrudan ne yapması gerektiğini söylemeyi tercih ederim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |

| | | | | | | |
|----|---|-----|-----|-----|-----|-----|
| 16 | Sohbet sırasında birini dinlemek istemesem de dinliyormuş gibi görünürüm. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 17 | İnsanlarla çatışmaktan ve aramızda var olan problemleri tartışmaktan kaçınırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 18 | İnsanlarla sorunlarımı çözerken, kendi ihtiyaçlarımı ön planda tutarım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 19 | İnsanlara istediğim her şeyi yaptırmak için onları pohpohlarım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |

Sizi ne kadar tanımlıyor

0% 25% 50% 75% 100%

| | | | | | | |
|----|--|-----|-----|-----|-----|-----|
| 20 | Sinirlendiğimde sonradan pişman olacağım laflar söylerim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 21 | Biri beni eleştiriyorsa “asıl sen kendine bak” derim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 22 | Arkadaşlarıma kendi taktığım isimlerle seslenirim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 23 | Dertlerini anlatan arkadaşşıma, bunları boş vermesini söylerim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 24 | Genellikle karşımdakini dinlerken hiç soru sormam. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 25 | Karşımdakileri eleştirmekten kaçınmam. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 26 | İnsanlarla konuşurken duygularımı gizlemeye çalışırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 27 | Başkalarının hatalarını görürsem yüzlerine vururum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 28 | Karşımdakilerin sorunlarını dinlemekten kaçınırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 29 | Başka insanların beğendiğim özelliklerini övmekten çekinirim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 30 | Birini dinlerken anlamadığım ya da kaçırdığım bir yer olduğunda, sözünü kesip anlayamadığımı ya da kaçırdığımı söyleyemem. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 31 | Söylediklerimin aynen yapılmasını beklerim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 32 | İnsanların çoğunun aptal olduğuna inanırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 33 | Öfkelendiğimde genellikle bağırıp çağırırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 34 | Eğer bir kişiye kızmışsam öfkemi başkalarından çıkarırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |

| | | | | | | |
|----|---|-----|-----|-----|-----|-----|
| 35 | Birisiyle konuşurken göz teması kurmaktan rahatsız olurum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 36 | Birini dinlemek istemezsem ilgisiz sorularla geçiştirmeye çalışırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 37 | Sıkıcı konular açıldığında, konuyu hemen değiştiririm. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 38 | Sıklıkla konuşulan konu sonlanmadan başka bir konuya geçtiğimi fark ettiğim olmuştur. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 39 | Kişilerarası sorunumu çözerken, karşımdakini anlamak zorunda olmadığımı düşünürüm. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 40 | Genelde almak istediğim cevabı alacağım türden sorular sorarım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 41 | İnsanlar yaptığım övgüleri hak etmeseler de onları överim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 42 | Biriye tartışırken, tek amacım o tartışmayı kazanmaktır. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 43 | Karşımdakilerle içten içe alay etmekten hoşlanırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 44 | İnsanlara nasihat vermeyi severim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 45 | İnsanların dış görünüşleri, onlara karşı davranışlarımı/konuşma biçimimi/ilişkilerimi belirler. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 46 | İnsanlar istediklerimi yapmazlarsa onlara küseceğimi bilirler. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |

Sizi ne kadar tanımlıyor

0% 25% 50% 75% 100%

| | | | | | | |
|----|--|-----|-----|-----|-----|-----|
| 47 | Arkadaşlarıma isim takmaktan hoşlanırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 48 | Karşımdakini sorguya çekiyormuşum gibi sorular sorarım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 49 | Çoğu zaman isteklerimi yaptırmak için insanlara karşı tehditkar olurum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 50 | Karşımdaki kişi ile aynı düşünceleri paylaşmadığımda söylediklerini sonuna kadar dinleyemem. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 51 | Çevremdeki insanları kendi istek ve gereksinimlerime göre yönlendiririm. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 52 | Başkalarına emirler vermekten hoşlanırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |

| | | | | | | |
|----|---|-----|-----|-----|-----|-----|
| 53 | Karşımdakini dinlerken aklımda başka düşünceler olsa da onu anlıyormuş gibi görünmeye devam ederim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 54 | Çok öfkeli olduğum zaman gözüm hiç kimseyi görmez. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 55 | Başkasıyla konuşurken, cevabımı pek önemsemediğim halde sorular sorarım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 56 | Birileri benimle tartışırsa sonunda kırılacaklarını bilirler. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 57 | İnsanların çoğunun riyakar olduğuna inanırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 58 | Birisi bana sorunlarını anlatmaya başladığında içimden “umarım fazla utanmaz” diye içimden geçiririm. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 59 | İsteklerimi soru şeklinde (yapar mısın, eder misin gibi) yöneltmek yerine doğrudan (yap, et gibi) ifade etmeyi tercih ederim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
| 60 | Kendi düşüncelerimi savunmak için gerekirse karşımdakini kırarım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |

7. ÖZGEÇMİŞ

Elif Tuğçe Çolakoğlu

Email Adresi: elifugcecolakoglu@hotmail.com.tr

KİŞİSEL BİLGİLER

- Doğum Tarihi: 07.01.1988
- Doğum Yeri: İstanbul
- Ehliyet: B Sınıfı (2006)
- Medeni Durumu: Bekar
- Uyuğu: T.C

EĞİTİM BİLGİLERİ

- 2010 – 2012: Maltepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı
- 2006 – 2010: Abant İzzet Baysal Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü
- 2002 – 2006: İstanbul Köy Hizmetleri Anadolu Lisesi

BİLGİSAYAR VE YABANCI DİL BİLGİLERİ

- MS Office Programları: İyi Düzeyde
- İngilizce: İyi Düzeyde

STAJ VE İŞ DENEYİMLERİ

- 22.07.2008 – 18.08.2008 : Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği,
Stajyer
- 19.01.2009 – 07.02.2009 : Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, Stajyer
- 10.06.2009 – 30.09.2009 : Lagoon Amusement Park, Game Attendant
- 19.01.2010 – 05.02.2010 : Delphi Otomotiv Sistemleri, İnsan Kaynakları Stajyeri
- 03.09.2010 – 22.04.2011 : M.E.B. Özel Mimoza Özel Eğitim ve Rehabilitasyon
Merkezi, Psikolog
- 15.09.2011 – 19.09.2011 : Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği,
Stajyer
- 12.03.2012 – Halen: Maltepe 2 No'lu L Tipi Kapalı Ceza ve İnfaz Kurumu, Psikolog