



**T. C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**UYGULAMALI PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**0-6 YAŞLARI ARASINDA ÇOCUĞU OLAN ANNELERİN ERKEN
DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARININ VE BAĞLANMA
STİLLERİNİN EBEVEYNLİK ROLÜNE İLİŞKİN KENDİLİK
ALGISI ÜZERİNE ETKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SEFA MERVE ARAL

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi ÖZLEM KIZILKURT

İstanbul - 2021

T. C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

UYGULAMALI PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**0-6 YAŞLARI ARASINDA ÇOCUĞU OLAN ANNELERİN ERKEN
DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARININ VE BAĞLANMA
STİLLERİNİN EBEVEYNLİK ROLÜNE İLİŞKİN KENDİLİK
ALGISI ÜZERİNE ETKİSİ**

SEFA MERVE ARAL
184101026

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi ÖZLEM KIZILKURT

İstanbul, 2021

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “0-6 Yaşları Arasında Çocuğu Olan Annelerin Erken Dönem Uyumsuz Şemalarının ve Bağlanma Stilllerinin Ebeveynlik Rolüne İlişkin Kendilik Algısı Üzerine Etkisi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih

.../.../.....

Adı SOYADI

Sefa Merve ARAL

İmza

TEŞEKKÜR

Öncelikle, bu araştırmanın gerçekleşmesinde bilgi ve tecrübesi ile beni yönlendiren, araştırmanın her aşamasında destek ve önerilerini esirgemeyen tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Özlem KIZILKURT hocama teşekkürlerimi sunarım. Yüksek lisansım süresince eğitim aldığım, bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım tüm hocalarıma, tezimin saha araştırmasında 0-6 yaşları arasında çocuğu olan yakınları ve çevresiyle anket ve ölçek formlarımı ulaştırıp, bilimsel bir araştırmaya katkı sağlamak çabasında olan tüm sevgili aile fertlerime, arkadaşlarıma ve yakınlarıma sonsuz teşekkür ederim.

Tez aşamasında olduğu kadar tüm yüksek lisans eğitimim boyunca desteğini hep hissettiğim, yolumda bu denli istekli ve azimle ilerlememi biraz da kendisine borçlu olduğum, kıymetlim, bir eşten daha fazlası olan canyoldaşım Gürsel Aral'a tüm kalbimle teşekkür ederim.

İTHAF

En kıymetlilerime;

Maya, Eren ve Gürsel'e....

ÖZET

0-6 YAŞLARI ARASINDA ÇOCUĞU OLAN ANNELERİN ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARININ VE BAĞLANMA STİLLERİNİN EBEVEYNLIK ROLÜNE İLİŞKİN KENDİLİK ALGISI ÜZERİNE ETKİSİ

Bu araştırmanın amacı; 0-6 yaşları arasında çocuğu olan annelerin sahip oldukları erken dönem uyum bozucu şemalarının ve kendi bakım verenleriyle kurdukları bağlanma örüntülerinin, annelik rolündeki kendilik algısı üzerinde etkisinin olup olmadığını incelemektir.

Araştırmanın evreni 0-6 yaşları arasında çocuğu olan annelerdir. Araştırmanın örneklemi İstanbul ilinde yaşayan, 0-6 yaşları arasında çocuğu olan ve 18-48 yaş aralığında, 121 anneden oluşmaktadır. Araştırmada ölçme aracı olarak Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (YŞÖ –KF3), Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algısı Ölçeği (ERKA), Yakın ilişkilerde Yaşantılar Ölçeği - Kısa Form (YİYÖ-KF), ve Sosyodemografik Bilgi Formu (SBF) kullanılmıştır. Ölçeklerimizden YŞÖ-KF3; ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş özerklik ve performans, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik, aşırı tetikte olma ve baskılama/ketleme olmak üzere 5 ayrı şema alanından oluşmaktadır. ERKA; rol doyumu, yeterlilik, yatırım, rol dengesi olmak üzere 4 alt boyuttan oluşmaktadır. YİYÖ-KF; yakın ilişkilerde kaçınma ve kaygı olmak üzere 2 alt boyutta değerlendirilmektedir. Kullanılan tüm ölçeklerin örneklem grubumuza göre ortalamaları ve standart sapmaları saptanmıştır.

Sosyodemografik bilgi formundaki her bir soru, erken dönem uyumsuz şemalar, ERKA ve yakın ilişkilerde kaygı ve kaçınma düzeyleri kapsamında ayrı ayrı incelenmiştir. ERKA, YİYÖ-KF ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkileri görmek amacıyla Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon analizinde ERKA yeterlilik ve rol doyumu alt boyutlarının bazı uyumsuz şema alanlarıyla aralarında negatif yönde, anlamlı ilişkiye rastlanmıştır. ERKA rol doyumu ile diğeri yönelimlilik uyumsuz şeması arasında negatif yönde ilişki görülmüştür. ERKA yeterlilik alt boyutu ile ayrılma ve

reddedilme uyumsuz şeması, zedelenmiş sınırlar uyumsuz şeması, diğeri yönelimlilik uyumsuz şeması, aşırı tetikte olma ve baskılama/ketleme uyumsuz şeması arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kaygı ile yalnızca ERKA yeterlilik alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır. Katılımcıların erken dönem uyumsuz şema alanları ve yakın ilişkilerde kaygı ve kaçınma arasında yapılan korelasyon analizine göre; kaygı ile tüm uyumsuz şema alanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kaçınma ile sadece ayrılma ve reddedilme uyumsuz şeması ile zedelenmiş özerklik ve performans uyumsuz şeması arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. ERKA alt boyutlarının birbirleriyle olan ilişki durumlarını görmek için yapılan korelasyon analizinde; yatırım ile rol doyumu ve rol dengesi ile rol doyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Erken dönem uyumsuz şema alanlarının ve kaygının (bağımsız değişkenler), ERKA yeterlilik alt boyutuna (bağımlı değişken) etkisini görmek için çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Çoklu regresyon analizinde, regresyon modelinin anlamlı olduğu ve ERKA yeterlilik alt boyutunu erken dönem uyum bozucu şema alanları ve kaygının açıkladığı görülmüştür. Bu bağımsız değişkenlerimizin yordayıcılıklarının anlamlı olup olmadığını kontrol ettiğimizde, erken dönem uyum bozucu şema alanlarının, ERKA yeterlilik algısını anlamlı şekilde yordamadıkları, kaygının ise anlamlı şekilde yordadığı görülmüştür. Bu noktada uyumsuz şemaların ERKA yeterlilik algısını kaygıyı aracı ederek yordayabileceği hipoteziyle aracı değişken analizine yönelinmiştir. Baron ve Kenny aracı değişken analizine göre, modele kaygı eklenmesiyle birlikte ERKA yeterlilik algısı üzerinde erken dönem uyumsuz şemaların bir yordayıcılığı kalmamaktadır. Bu analize göre kaygının tam aracı olduğu görülmektedir.

Sonuç olarak; yakın ilişkilerde kaçınmanın şemalarla güçlü bir ilişkisinin bulunmadığı ve ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı üzerinde etkili olmadığı gözlenmiştir. Erken dönem uyumsuz şemaların yakın ilişkilerde kaygının yükselmesine neden olduğu ve bu yükselişin de ebeveyn rolüne ilişkin yeterlilik algısını düşürdüğü görülmüştür. Bu nedenle erken dönem uyumsuz şemaların kaygıyı aracı kılarak annelik rolüne ilişkin yeterlilik algısını olumsuz yönde etkilediğini söyleyebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Erken dönem uyum bozucu şemalar, yakın ilişkilerde yaşantılar
kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma, ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı.



ABSTRACT

EFFECT OF EARLY MALADAPTIVE SCHEMES AND ATTACHMENT STYLES OF MOTHERS WITH CHILDREN BETWEEN THE AGES OF 0-6 ON SELF-PERCEPTION OF MATERNAL ROLE

The aim of this study is to examine whether the early maladaptive schemas of mothers with children between the ages of 0-6 and the attachment models which they have established with their caregivers, have an effect on the self-perception in the maternal role.

The population of the research is the mothers with children between the ages of 0-6. The sample of the research consists of 121 mothers who live in Istanbul, have children between the ages of 0-6 and are between the ages of 18-48. In the research, Young Schema Questionnaire - Short Form 3 (YSQ – SF3), Self-Perception of the Parental Role Scale (SPPR), Experiences in Close Relationships Scale - Short Form (ECR-SF), and Sociodemographic Information Form (SBF) were used as measurement instruments. Among our scales, YSS – SF3 consists of 5 separate schema areas: separation and rejection, impaired autonomy and performance, impaired limits, other-directedness, over-alertness and suppression / inhibition. SPPR consists of 4 sub-dimensions: role satisfaction, competence, investment, and role balance. ECR-SF is evaluated in 2 sub-dimensions: avoidance and anxiety in close relationships. The means and standard deviations of all scales used were determined according to our sample group.

Each question on the sociodemographic information form was examined separately within the scope of early maladaptive schemas, SPPR, and anxiety and avoidance levels in close relationships. Pearson Correlation analysis was performed in order to see the correlations between SPPR, ECR-SF and early maladaptive schemes. In the correlation analysis, a significant correlation was found between the SPPR competence and role

satisfaction sub-dimensions with some incompatible schema areas. There was a negative correlation between SPPR, role satisfaction and other-directedness orientation maladaptive scheme. A negative significant correlation was found between the SPPR competence sub-dimension and the separation and rejection maladaptive scheme, the impaired limits maladaptive scheme, other-directedness maladaptive scheme, over-alertness and suppression/inhibition maladaptive scheme. A significant negative correlation was found between anxiety and only the SPPR competency sub-dimension. According to the correlation analysis between the early maladaptive schema areas of the participants and anxiety and avoidance in close relationships; a positive significant correlation was found between anxiety and all maladaptive schema areas. A positive significant correlation was found between avoidance and the separation and rejection maladaptive scheme, and the impaired autonomy and performance maladaptive scheme. In the correlation analysis made to see the correlation between the SPPR sub-dimensions; a positive significant correlation was found between role satisfaction and investment and role balance sub-dimensions. Multiple regression analysis was performed to see the effect of early maladaptive schema areas and anxiety (independent variables) on the SPPR competence sub-dimension (dependent variable). In the analysis, it was seen that the regression model was significant and that these two independent variables explained the SPPR competence sub-dimension. When we checked whether the predictions of our independent variables were significant, it was seen that the early period maladaptive schema areas did not significantly predict the SPPR competency perception, whereas anxiety predicted significantly. At this point, with the hypothesis that maladaptive schemas can predict SPPR competency perception by mediating anxiety, it was turned towards the mediating variable analysis. According to Baron and Kenny mediation variable analysis, with the addition of anxiety to the model, early maladaptive schemes do not have a predictive effect on the perception of SPPR competence. In this analysis, it is seen that the anxiety dimension has a full mediator effect.

As a result; it has been observed that avoidance in close relationships does not have a strong correlation with schemas and does not affect self-perception regarding the parental role. It has been observed that early maladaptive schemes cause an increase in anxiety in close relationships and this increase decreases the perception of competence regarding the parental role. For this reason, we can say that early maladaptive schemas negatively

affect the perception of competence regarding the maternal role by rendering anxiety a mediator.

Keywords: Early maladaptive schemas, experiences in close relationships, anxious attachment and avoidant attachment, self-perception of parental role.



İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ.....	i
TEŞEKKÜR.....	ii
İTHAF.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	vii
İÇİNDEKİLER	x
TABLO LİSTESİ.....	xiv
KISALTMALAR	xvi
BİRİNCİ BÖLÜM	1
GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı	3
1.2. Araştırmanın Önemi	3
1.3. Araştırmanın Problemi	3
1.3.1. Araştırmanın Alt problemleri.....	4
1.4. Sınırlılıklar	4
1.5. Sayıtlılar	5
1.6. Çalışmanın Planı	5
İKİNCİ BÖLÜM: ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR HAKKINDA TEMEL BİLGİLER	6
2.1. Şema ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Tanımı	6
2.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Temelleri.....	8
2.3. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları	10

2.3.1. Ayrılma ve Reddedilme Şema Alanı	10
2.3.2. Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma, Performans	10
2.3.3. Zedelenmiş Sınırlar	10
2.3.4. Diğerleri Yönelimlilik	11
2.3.5. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık	11
2.4. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Özellikleri	12
2.5. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Yansımaları.....	13
2.6. Erken Dönem Uyumsuz Şemalarla Mücadele.....	15
2.6.1. Erken Dönem Uyumsuz Şemalarla Başa çıkma Biçimleri:.....	15
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: BAĞLANMA ve KENDİLİK ALGISI HAKKINDA TEMEL BİLGİLER	17
3.1. Bağlanma Tanımı	17
3.2. Bağlanma Kuramı	18
3.3. Bağlanma Stilleri:.....	21
3.4. Bağlanmayı Etkileyen Faktörler.....	26
3.5. Bağlanma Evreleri.....	28
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: KENDİLİK ALGISI HAKKINDA TEMEL BİLGİLER	29
4.1. Kendilik Algısı Tanımı.....	29
4.2. Kendilik Algısının Gelişimi	30
4.3. Kendilik Algısını Etkileyen Faktörler	30
4.4. Ebeveynlerde Kendilik Algısı ve Önemi	32
BEŞİNCİ BÖLÜM: YÖNTEM.....	34
5.1. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	34
5.2. Veri Toplama Araçları.....	35
5.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu	35
5.2.2. Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (YŞÖ –KF3):.....	35

5.2.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği : YİYÖ- KF	39
5.2.4. Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algısı Ölçeği: ERKA	40
5.3. Verilerin Analizi.....	41
ALTINCI BÖLÜM: BULGULAR	42
6.1. BULGULAR	42
6.1. 0-6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Annelerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular.....	42
6.2. 0-6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Annelerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları, Yakın İlişkilerde Kaygı ve Kaçınma Düzeyleri ve ERKA'ya İlişkin Betimleyici Bulgular	44
6.3. 0-6 Yaş Aralığında Çocuğu Olan Annelerin Demografik Özellikleri Bakımından Erken Dönem Uyumsuz Şemalarının, ERKA BOYUTLARI'nın (Rol Doyumu, Yeterlilik, Yatırım ve Rol Dengesi), Yakın İlişkilerde Kaygı ve Kaçınma Düzeylerinin Karşılaştırılması	49
6.4. 0-6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Annelerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları, ERKA BOYUTLARI (Rol Doyumu, Yeterlilik, Yatırım ve Rol Dengesi) Yakın İlişkilerde Kaygı ve Kaçınma Düzeyleri Arasındaki İlişkiler...	61
6.5. 0-6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Annelerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları ve ERKA Yeterlilik Algıları Arasındaki İlişkide Yakın İlişki Yaşantısında Kaygının Aracılık Etkisi	66
YEDİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER	77
7.1. Tartışma ve Yorum.....	77
7.2. Sonuç	85
7.3. Öneriler.....	87
KAYNAKÇA.....	88
EKLER.....	96
EK-1 : Sosyodemografik Bilgi Formu	96
EK-2 : Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (YŞÖ –KF3).....	97

EK-3 : Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği : YİYÖ- KF.....	105
EK-4: Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algısı Ölçeği: ERKA.....	109



TABLO LİSTESİ

Tablo 1 : Ainsworth Yabancı Ortam Deneyi Aşamaları.....	25
Tablo 2: Young Şema Alanları ve Boyutları	36
Tablo 3: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3: Şema Alanları ve Boyutları Türkiye örnekleme.....	38
Tablo 4: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdelere.....	43
Tablo 5: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin Young Şema Ölçeği erken dönem uyumsuz şemalardan aldıkları ortalama puanlar ve standart sapmalar.....	45
Tablo 6: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin Young Şema Ölçeği şema alanlarından aldıkları ortalama puanlar ve standart sapmalar.....	47
Tablo 7: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA BOYUTLARI'ndan aldıkları ortalamalar ve standart sapmalar.....	48
Tablo 8: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeğinden aldıkları ortalamalar ve standart sapmalar.....	48
Tablo 9: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin yaş gruplarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamlar, standart sapmalar ve Kruskal Wallis Testi bulguları	50
Tablo 10: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin eğitim durumlarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamlar, standart sapmalar ve Kruskal Wallis Testi bulguları	52
Tablo 11: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin çalışma durumlarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamlar, standart sapmalar ve bağımsız örneklem t testi bulguları.....	55
Tablo 12: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin çocuk sayılarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamlar, standart sapmalar ve bağımsız örneklem t testi bulguları	57
Tablo 13: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin çocuklarının yaş dönemlerine göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamlar, standart sapmalar ve Kruskal Wallis Testi bulguları	59

Tablo 14: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA ile erken dönem uyumsuz şema alanları ve yakın ilişkilerdeki yaşantıları arasındaki Pearson korelasyon analizi bulguları:	61
Tablo 15: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin erken dönem uyumsuz şema alanları ile yakın ilişkilerdeki yaşantıları arasındaki Pearson korelasyon analizi bulguları	63
Tablo 16: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA alt boyutlarının kendi aralarındaki Pearson korelasyon analizi bulguları	64
Tablo 17: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin erken dönem uyumsuz şemalarının ve yakın ilişkilerdeki kaygının, ERKA yeterlilik üzerindeki etkisine ilişkin çoklu regresyon analizi bulguları	65
Tablo 18: Aracı değişken analizine girecek değişkenler arasındaki Pearson korelasyon analizi bulguları	67
Tablo 19: Ayrılma ve reddedilme şema alanı ile ERKA yeterlilik algısı arasındaki ilişkide yakın ilişkilerde kaygının aracılık etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları ..	69
Tablo 20: Zedelenmiş sınırlar uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik arasındaki ilişkide yakın ilişkilerde kaygının aracılık etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları ..	71
Tablo 21: Diğer yönelimlilik uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik algısı arasındaki ilişkide yakın ilişkilerde kaygının aracılık etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları ..	73
Tablo 22: Aşırı tetikte olma uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik algısı arasındaki ilişkide yakın ilişkilerde kaygının aracılık etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları ..	75

KISALTMALAR

ERKA	: Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algısı Ölçeği
ERKA BOYUTLARI	: Rol Doyumu, Yeterlilik, Yatırım ve Rol Dengeleri
SBF	: Sosyodemografik Bilgi Formu
YİYÖ-KF	: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Kısa Form
YŞÖ-KF3	: Young Şema Ölçeği - Kısa Form 3

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

İnsan hayatının erken döneminde yaşanan olumsuz deneyimler ile travmalar erken dönem uyumsuz şemalar kavramı ile açıklanmaktadır. Çocukluk dönemi içerisinde ortaya çıkan erken dönem uyumsuz şemaların hayatın tüm alanlarında etkisini gösterdiği ifade edilmektedir. İnsan hayatının erken dönemindeki olumsuz deneyimlerini içeren bir kavram olarak erken dönem uyumsuz şemalar, bu çalışmanın temel araştırma konularından biridir.

Yetişkin bir bireyin davranışlarının, erken dönemdeki deneyimleri ile ilişkili olduğu düşünülmektedir ve bu konuda pek çok araştırma yapılmıştır. Erken dönem uyumsuz şemaların bireyin tutum ve davranışlarına yön veren bilişsel bir yapı olarak değerlendirilmesi, psikoloji yazınında konuyu ele alan araştırmaların artmasını beraberinde getirmektedir. Bireyin yaşamının her alanındaki tutum ve davranışları üzerinde etkili olması nedeniyle, erken dönem uyumsuz şemalar, üzerinde önemle durulması gereken kavramlar arasında yer almaktadır.

Erken dönem uyumsuz şemalar, insan hayatının sürdürülmesinde bir gereklilik niteliği taşır. Özellikle bilişsel uyumluluk açısından öne çıkan erken dönem uyumsuz şemalar, farklı dönemlerde ve farklı alanlarda varlığını hissettirebilir. Erken dönem uyumsuz şemalar, biliş ve duygulanım üzerinde yüksek düzeyde etkiye sahiptir (Yıldız, 2018: 83). Tüm bunların bir araya gelmesiyle birlikte çok boyutlu bir bakış açısıyla incelenmesi gereken bir kavram olduğu görülmektedir.

Aile, bireyleri toplumsal hayata hazırlayan toplumun temel taşlarından biridir. Hayata hazırlanma sürecinde ebeveynlerin üstlendiği roller oldukça önemlidir ve ebeveynlik pek çok zorluğu barındırmaktadır. Ebeveynlik; çocuklara bakım verilmesi, çocukların yetiştirilmesi, çocukların ihtiyaçlarının karşılanması, çocukların toplum hayatına hazırlanması gibi konularda belirleyici konumdadır (Kılıçgün, 2015: 511). Araştırmamızda ebeveynlik rolü yalnızca anneler kapsamında ele alınacaktır.

Her insanın kendisiyle ilgili olarak düşünceleri bulunmaktadır. Şu andaki durum, olmak istenen yer, bulunulan duruma dair değerlendirmeler bunlara örnek olarak gösterilebilir. İnsanların kendileriyle veya rolleriyle ilgili olarak algılarını içeren kendilik algısı kavramı, çalışmada araştırılacak olan değişkenler arasında yer almaktadır. Çalışmada kendilik algısı değişkeni, annelik rolü perspektifinden değerlendirilerek ele alınacaktır. Annelerin çocuk sahibi olmayla ilgili düşüncelerinin, duyguları ve deneyimlerinin araştırılması da söz konusudur. Böylece annelerin kendileriyle ve ebeveynlik rolleriyle ilgili olarak ne inanişta olduklarının ortaya konulması mümkün olacaktır ve bu da çalışmanın önemi kapsamında yer alır.

İnsan, doğduğu andan itibaren sosyal, duygusal, psikolojik açıdan tek başına varlığını sürdüremeyen bir varlıktır. İnsanın çocukluk döneminden itibaren çevresiyle etkileşimleri olmaktadır. Bebeklik döneminde başlayan bağlanmanın süreklilik gösterdiği ifade edilmektedir. Bağlanma kuramının ortaya çıkmasında ve gelişmesinde erken çocukluk döneminde bakım veren ile bebek arasındaki duygusal etkileşimin önemli bir yeri bulunmaktadır. Ebeveynler, bebeklik dönemlerinden itibaren çocuklar için güvenli bir liman konumundadır. Çalışma kapsamında bağlanma sürecine ilişkin dinamiklerin ele alınması planlanmaktadır. Bağlanma türlerinin klinik açıdan görünümünün ve yansımalarının farklı olduğu ifade edilmektedir (Kesebir vd., 2011: 323). Bu nedenle bağlanma türleri, başlı başına bir araştırma konusu halini almıştır.

Erken dönem uyumsuz şemalar ve bağlanma modellerinin annelik rolüyle ilgili kendilik algısı üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir. Bu düşünceye paralel olarak böyle bir araştırma konusu seçilmiştir.

1.1.Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın temel amacı 0-6 yaşları arasında çocuğu olan annelerin erken dönem uyumsuz şemalarının ve bağlanma stillerinin, annelik rolüne ilişkin kendilik algısı üzerine etkisini açıklamaktır. Çalışmada ayrıca erken dönem uyumsuz şemalar, bağlanma örüntüleri, ebeveyn rolüyle ilgili kendilik algısının kavramsal çerçevesine yönelik açıklamalar getirilmesi amaçlanmaktadır.

1.2.Araştırmanın Önemi

Erken dönem deneyimlerimiz ile şekillenen şemalarımızın tüm hayatımız boyunca bizi izlediği düşünülürse, araştırmaya konu edilmiş olması ve annelik rolü üzerinde de etkisinin olup olmadığına yönelik irdelenmesi bu çalışmayı önemli hale getiren faktörlerdendir.

Bağlanma, bebeklik döneminden başlayan ve çocuk ile bakım veren arasındaki ilişkiye göre şekillenen bir kavramdır. Bağlanmanın son dönemlerdeki çalışmalarla birlikte erken çocukluk dönemi ile sınırlı olmadığı, hayatın tamamında etkili olduğu ifade edilmektedir. Bu da bağlanmayı kapsamlı bir şekilde ele alacak olan bu çalışmayı önemli hale getirmektedir.

0-6 yaş aralığında çocuğu olan anneler özelinde böyle bir konuyu araştıran çalışmanın olmaması, bu çalışmayı önemli hale getiren bir başka husustur.

Literatürde annenin dünyasından, şema, bağlanma ve annelik rolündeki kendilik algısının aynı anda ele alınıyor olması dikkat çeken bir farktır ve önem arz etmektedir.

1.3.Araştırmanın Problemi

Bu araştırmanın problem cümlesi “0-6 yaşları arasında çocuğu olan annelerin erken dönem uyum bozucu şemalarının ve bağlanma stillerinin ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı üzerine etkisi var mıdır?” şeklindedir.

1.3.1. Araştırmanın Alt problemleri

- 1- Annelerin erken dönem uyumsuz şemaları ile sosyodemografik kriterler arasında ilişki var mıdır?
- 2- Annelerin ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algıları ile sosyodemografik kriterler arasında ilişki var mıdır?
- 3- Annelerin yakın ilişkilerdeki yaşantıları ile sosyodemografik kriterler arasında ilişki var mıdır?
- 4- Erken dönme uyumsuz şemalar, ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı ve yakın ilişkilerde kaygı ve kaçınma düzeylerinin birbirleri ile aralarında ilişki var mıdır?
- 5- Erken dönem uyumsuz şemalar ile yakın ilişkilerde kaygı ve kaçınma arasında ilişki var mıdır?
- 6- Erken dönem uyumsuz şemalar ile ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı arasında ilişki var mıdır?
- 7- Ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı alt boyutlarının birbirleri arasında ilişki var mıdır?
- 8- Erken dönem uyumsuz şemalar ve yakın ilişkilerde kaygı ve kaçınma bağımsız değişkenleri ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısını yordamakta mıdır?
- 9- Ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı, erken dönem uyumsuz şemalar ve yakın ilişkilerde kaygı veya kaçınma arasında aracı rol ilişkisi var mıdır?

1.4. Sınırlılıklar

1. Araştırmanın örnekleminin evreni temsil etmesi açısından kısıtlılık oluşturabileceği düşünülmektedir. İstanbul ilinde yaşayan 121 anne üzerinde çalışma yapılmıştır.
2. Araştırmada elde edilen bulgular katılımcıların online ortamda hazırlanan değerlendirme araçlarına verdikleri cevaplarla sınırlıdır. Araştırmanın elektronik anket ile gerçekleştirilmesinin avantajları kadar dezavantajları da bulunmaktadır. Uygulayıcının gözetiminde olmaması nedeniyle cevaplanmadan geçilecek sorular

kayıp veriler oluşturacağı için bunun önüne geçilmeye çalışılmış ve katılımcı bir sonraki soruya geçmek için sıradaki soruyu cevaplamak zorunda bırakılmıştır. Bu da bazı soruların çok düşünülmeden cevaplanmış olma ihtimalini doğurabilir.

3. Araştırmada elde edilen istatistiksel bulgular, geçerli ve güvenilir olduğu varsayılan veri analiz yöntemi ve SPSS Programı ile sınırlıdır.

1.5. Sayıtlar

1. Araştırmada kullanılan tüm ölçeklerin araştırmanın değişkenlerini ölçmede geçerlik ve güvenilirlik açısından yetkin ölçekler olduğu varsayılmaktadır.
2. Araştırmada katılımcıların ölçek maddelerine verdikleri cevapların, kendileri hakkında doğru, geçerli ve samimi cevaplar olduğu varsayılmaktadır.
3. Araştırmada kullanılan veri analiz yöntemlerinin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

1.6. Çalışmanın Planı

İkinci bölümde erken dönem uyumsuz şemalar kavramı araştırılmaktadır. Üçüncü bölümde bağlanma, dördüncü bölümde kendilik algısı hakkındaki temel bilgilere yer verilmektedir. Beşinci ve altıncı bölümlerde 0-6 yaşları arasında çocuğu olan annelere yönelik saha araştırmasında kullanılan yöntem ve bulgular yer almaktadır. Araştırmanın son kısmı olan yedinci bölümde ise ulaşılan sonuçlar, tartışma ve öneriler sunulurak çalışmanın tamamlanması tasarlanmaktadır.

Böyle bir çalışma hazırlanması ile erken dönem uyumsuz şemalar, bağlanma ve bireyin ebeveynlik rolündeki kendilik algısını ilgilendiren konulardaki benzer araştırmalara rehberlik edecek birtakım bulgulara ulaşılması hedeflenmektedir.

İKİNCİ BÖLÜM: ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR HAKKINDA TEMEL BİLGİLER

Çalışmanın birinci bölümü erken dönem uyumsuz şemalar hakkında temel bilgiler konusuna ayrılmıştır. Buna göre şema ve erken dönem uyumsuz şemaların tanımı, erken dönem uyumsuz şemaların temelleri, erken dönem uyumsuz şema alanları, erken dönem uyumsuz şemaların özellikleri, erken dönem uyumsuz şemaların yansımaları, erken dönem uyumsuz şemalarla mücadele yöntemleri gibi konu başlıklarına açıklama getirilmektedir.

2.1. Şema ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Tanımı

“Şemalar, kişinin sahip olduğu bilgilere anlam verebilmek ve yaşadığı problemleri çözmek amacıyla kullandığı, bir rehber gibi çalışan bilişsel planlardır. Şemalar kişide bir kere oluştuğu takdirde bundan sonraki yaşamında bu şemalar aktive olarak tüm yaşam deneyimlerini biçimlendirir” (Yıldız, 2017: 18). Bu noktada şemalar geçmişimizden gelen bir kaynak olarak geleceğimizi de etkilemektedir.

Soyut bir yapı olarak şemaların temel özellikleri aşağıdaki gibi sıralanmaktadır (Çakıcı, 2011: 80):

- i. Şemalar değişken niteliktedir.
- ii. Bir şemanın başka bir şema içinde olma ihtimali bulunmaktadır.
- iii. Şemalarda soyut bilgiler yer almaktadır.
- iv. Şemalar, tanımlar yerine bilgilerin varlığını içermektedir.
- v. Şemalar, etkin bir süreç olarak görülmektedir.
- vi. Şemalar verileri işleyen ve değerlendiren aygıtlar olarak ön plana çıkmaktadır.

Şemalar, insan zihninde her türlü tecrübeyle elde edilmiş bilgiyi depolayan, ihtiyaç durumunda bu bilginin nerede, nasıl kullanılacağını bilgisini de işlemleyerek üreten ve ürettiği bu yeni bilgiyi de depolayan yapılardır.

Şemaların bilişsel kuramın merkezinde yer aldığı ifade edilmektedir. Hemen herkeste bulunan bu şemalar yaşam boyu harekete geçmeyebilir ve davranış sorunlarına yol açmayabilirler. Ancak bir şema aşırı derecede veya sıklıkla harekete geçmeye başladı ise kişinin yaşamında önemli işlevsel bozulmalara yol açar. (Dobson, 2010). Buna göre şemalar için duygusal bozuklukların ortaya çıkmasında, gelişmesinde ve devam etmesinde etkili olduğu değerlendirilebilir. Uyumsuz şemalar ise insanların ilişkilerinde veya stresli gelişmelerle birlikte yetişkinlik döneminde etkisini göstermektedir (Gör vd., 2017: 199).

Depresif bozukluklar başta olmak üzere duygudurum bozukluklarını açıklamada şemaların üç faktör üzerinde durduğu bilinmektedir. Bunların ilki olumsuz yaşam tecrübeleridir. İkinci faktör uyumsuz şemalardır. Üçüncü faktör ise uyumsuz şemaların sürmesinde etkili olan kişi ve olaylardır (Körük ve Özabacı, 2018: 472). Çocukluk döneminden başlayarak hayatın farklı evrelerinde şemaların bu ve benzer yöndeki varlığının görülmesi olasıdır.

Erken dönem uyumsuz şemalar kapsamında yer alan koşullu şemalar, sonuçları değişebileceğine dair umut olan şemalardır. Koşulsuz şemalar ise değişim olabileceğine dair umut olmayan şemaları ifade etmektedir (Karayığit, 2018: 35). Koşullu ve koşulsuz şemalar arasından koşullu şemalar; boyun eğme, kendini feda etme, onay arayışı içinde olma, duyguları bastırma, yüksek standartlar, aşırı eleştiricilik konularını içermektedir. Koşulsuz şemalar ise terk edilme ve tutarsızlık, duygusal açıdan yoksun olma, kusurluluk, utanma, sosyal izolasyon, bağımlılık, yetersizlik, tehditlere karşı dayanıksızlık, gelişmemiş benlik, başarısızlık, karamsarlık, cezalandırıcılık, hak görme, yetersiz özdenetim şeklinde sıralanmaktadır (Güner, 2013: 14). İnsanların hayatlarında değişmesine yönelik umut taşınan ve umut olmayan konular olabilir ve bunlar uyumsuz şemaların şekillenmesinde etkilidir. Koşullu ve koşulsuz şemalara dair verilen bilgiler, erken dönem uyumsuz şemaların kapsamını görmemiz açısından önemlidir.

Erken dönem uyumsuz şemalar; “çocukluk çağının ihtiyaçları ileri derecede engellendiği veya aşırı doyurulduğunda ortaya çıkan haritalar” biçiminde tanımlanmaktadır (Eldoğan ve Barışkın, 201: 109). Daha geniş bir tanımda ise şöyle açıklanmaktadır: “Erken dönem uyumsuz şemalar; anı, duygu, biliş ve bedensel duyulardan oluşan, bir kişinin kendini ve başkalarıyla olan ilişkilerini dikkate alan, çocukluk ya da ergenlik boyunca gelişen, kişinin yaşamı boyunca karmaşıklaşan ve önemli dereceye kadar işlevsiz olan genel yaygın tema ya da örüntülerdir” (Kömürcü ve Gör, 2016: 186). Erken dönemde yaşanan olumsuz deneyimler, bakım veren kişiyle ilişkilerin kötü seyretmesi gibi örnekler erken dönem uyumsuz şemaların açıklanmasında faydalanan hususlar arasında yer almaktadır (Gökçe vd., 2017: 285). Bu tanımlamalardan da anlaşılacağı üzere, erken dönem uyumsuz şemaların nasıl ve ne şekilde oluştuğuyla ilgili bilgilere ulaşmak için bireyin hayatının ilk yıllarına, erken çocukluk dönemine uzanmamız gerekmektedir.

2.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Temelleri

Bebeklik ve çocukluk döneminde temelleri atılan duygusal ve bilişsel kalıplar, ergenlik döneminde gelişmeye devam etmektedir. Duygusal ve bilişsel kalıplar gelişirken kişinin kendisi ve başkalarıyla ilişkilerini esas alır. Erken çocukluk deneyimlerinin yanı sıra çocukluktaki başlıca psikolojik ihtiyaçların karşılanması, erken dönem uyumsuz şemalar ile yakından ilişkilidir (Yalçın vd., 2018: 8). Başka bir deyişle psikolojik ihtiyaçların karşılanıp karşılanmaması, erken dönem uyumsuz şemaların temelleri arasında gösterilmektedir.

Erken dönem uyumsuz şemaların temelleri aşağıdaki gibi sıralanmaktadır (Kömürcü, 2014: 10-11):

- i. Çocukluk dönemindeki çevre,
- ii. İhmal,
- iii. İstismar,
- iv. Duygu dışı vurumunun yüksek olması,

- v. Bakım,
- vi. Güvenlik,
- vii. Ait olma hissi,
- viii. Sevgi,
- ix. Özerklik,
- x. Kimlik algısı,
- xi. Bağlanma,
- xii. Benlik,
- xiii. Duygu ve ihtiyaçları dile getirebilme,
- xiv. Ebeveyn tutumu,
- xv. Genetik faktörler,
- xvi. Mizaç,
- xvii. Aile ortamı şeklindedir.

Erken çocukluk dönemindeki deneyimler üzerinde doğrudan ya da dolaylı olarak etkili olan tüm bu hususlar, erken dönem uyumsuz şemaların temellerini açıklamada yardımcı rol üstlenmektedir. Değinilen maddeler dikkate alınarak biyolojik, çevresel, sosyal, psikolojik içerikli hususların, erken dönem uyumsuz şemaların temellerini açıkladığı değerlendirilmesi yapılabilir. Bu açıklamalardan anlaşılacağı üzere davranışlarımız şemalarımızı oluşturan, onların birer parçaları değildir. Bilakis uyumsuz davranışlarımızı şemalarımıza karşı tepki olarak geliştirdiğimiz düşünülmektedir (Rafaeli vd., 2012:19). Erken dönem uyumsuz şemalar, hatıraların yanı sıra hisleri, bilişleri ve beden duyumlarını da içermektedir. Bunlar erken dönem uyumsuz şemaların tanımlanmasında kullanılan birer unsur olması sebebiyle erken dönem uyumsuz şemaların temelleri kapsamında değerlendirilebilir. Erken çocukluk dönemindeki deneyimlere göre şekillenen erken dönem uyumsuz şemalar, çevreye sağlanacak uyum açısından belirleyici role sahiptir. Bu maddelerin gözden geçirilmesi erken dönem uyumsuz şemaların temellerinin çocuklukta nasıl atıldığını kavramak adına oldukça önemlidir.

2.3. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları

İnsanların benlikleri ve çevreleriyle ilişkilerine yönelik inançları erken dönem uyumsuz şemalar aracılığıyla açıklanmaktadır. Çocukluk döneminde yaşanan olaylar ve buna paralel olarak oluşan anılar yaşam boyunca devam etmektedir (Makas ve Çelik, 2018: 928). Dolayısıyla erken dönem uyumsuz şema alanlarının geniş bir kapsama sahip olması kaçınılmaz görünmektedir. Nitekim yapılan tanımlarda erken dönem uyumsuz şemaların çok boyutlu olduğuna sürekli vurgu yapılmıştır.

Karşılanmayan ihtiyaçların oluşturduğu uyumsuz şema alanları ve bu alanlara ait on sekiz boyut aşağıdaki gibidir (Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. E. (2012). :

2.3.1. Ayrılma ve Reddedilme Şema Alanı

- i. Terk edilme ve istikrarsızlık,
- ii. Güvensizlik, suiistimal edilme, kötüye kullanılma
- iii. Duygusal yoksunluk,
- iv. Kusurluluk ve utanç,
- v. Sosyal izolasyon ve yabancılaşma boyutları

2.3.2. Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma, Performans

- i. Bağımlılık ve yetersizlik,
- ii. Tehditlere karşı dayanıksızlık ve zarar görme
- iii. İç içe geçme ve gelişmemiş benlik,
- iv. Başarısızlık boyutları

2.3.3. Zedelenmiş Sınırlar

- i. Haklılık ve büyüklenmecilik
- ii. Özdenetim yetersizliği

2.3.4. Diğerleri Yönelimlilik

- i. Boyun eğicilik
- ii. Kendini feda etme,
- iii. Onay arayıcılık ve kabul arayıcılık

2.3.5. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık

- i. Karamsarlık ve kötümserlik
- ii. Duyguların bastırılması
- iii. Yüksek standartlar ve aşırı eleştiricilik,
- iv. Cezalandırıcılık

Erken dönem uyumsuz şemaların açıklanmasında değinilen bu beş boyut aynı zamanda hangi ihtiyaçların karşılanmadığını da göstermektedir. Ayrılma ve reddedilme alanında diğerlerine güvenli bağlanma ihtiyacı karşılanmamıştır. Zedelenmiş özerklik ve kendini ortaya koyma alanında otonomi, yeterlilik, kimlik algısı gibi ihtiyaçlar karşılanmamış durumdadır. Zedelenmiş sınırlar, gerçekçi sınırlar ve özdenetim ihtiyacının karşılanmadığını gösterir. Diğer yönelimlilikte ise duyguların ifade edilmesi ihtiyacı karşılanmamıştır. Yüksek standartlar ve bastırılmışlık, oyun ihtiyacının karşılanmadığını gösterir (Özcan, 2015: 26).

Erken dönem uyumsuz şemalar, psikolojik belirtilerin önemli olduğu bir konu niteliği taşımaktadır. Psikolojik dışlanma belirtisi kapsamında yer alan ihtiyaçlar, erken dönem uyumsuz şema alanlarının açıklanmasında etkilidir. Benlik değeri, ait olma ihtiyacı, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçları buna örnek olarak gösterilebilir (Kömürcü ve Pekak, 2017: 8). Uyumsuz şema alanları hayatın seyrindeki herhangi bir alanda kendisini gösterebilir.

2.4. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Özellikleri

Beş temel alanda tanımlanan on sekiz erken dönem uyumsuz şema, çalışmanın bir önceki kısmında açıklanmıştır. Erken dönem uyumsuz şemalar, erken çocukluk döneminde ortaya çıkar ve hayat boyu tekrar ederek, kalıcılık kazanır (Kömürcü ve Gör, 2016: 187). Şemaların sürdürülebilirlik dışında özellikleri de bulunmaktadır.

Erken dönem uyumsuz şemaların başlıca özellikleri aşağıda sıralandığı gibidir (Sağ, 2016: 89-90):

- i. Kötü bir şey olacağı düşüncesinin güncel kalmasına neden olur.
- ii. Bireyin uyum becerisine zarar verecek yapıdadır.
- iii. Normal devam eden bir süreçte kişinin kullanıldığı düşüncesini ortaya çıkarır.
- iv. Yakın çevredekilerin kendisini terk edeceği düşüncesine kapılmasına neden olur.
- v. Kusurlu olma düşüncesini sürekli canlı tutar ve ilişki kurulan herkesin kendisini kusurlu olduğunu düşündürür.
- vi. Bağımsız hareket edebilme yeteneğine zarar verir.
- vii. Sevme, karşıdakini önemseme gibi olumlu duyguları göstermeyi utangaçlık olarak kabul eder.
- viii. Yalnız olduğu düşüncesini artırır.
- ix. Bireyin istediklerini yapmasına engel olur.

Hayatın sağlıklı bir şekilde ilerlemesine engel olacak ve gündelik yaşamdaki uyumu bozacak nitelikte düşünce ve davranışlara neden olması erken dönem uyumsuz şemaların en temel özelliklerinden biridir.

Şemalar, aktarılabilir yapıdadır. Erken dönem uyumsuz şemaların oluşumu, aile kökenimizden gelen şemaların aktarımı yoluyla da gerçekleşmektedir. Bireyin bizzat

kendi deneyimlediği bir olay olmasa dahi, ailesinden miras olarak devraldığı, kendi ebeveyn veya diğer atalarına ait şemalar bireyin kendi hayatında aktif role sahip olabilir.

Anne ve babanın otomatik düşüncelerinin sürece olan etkileri, yaşam deneyimleri ile birlikte merkezi bir konuma sahip görünmektedir (Arı, 2015: 23). Bireylerin kendilerinin yaşamlarına dair deneyimlerinin yanı sıra anne ve babalarının geçmiş dönemlerdeki deneyimlerinin şemalar olarak aktarılabilir olması, şema konusunu nesiller boyu devam eden bir niteliğe de taşımaktadır. Anne ve baba ortak şeması, çocuğun daha iyi bir birey olması için sorumluluklarını açıklamakta, örnek tutum ve davranışları içermektedir (Arı, 2015. 23).

2.5. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Yansımaları

Erken dönem uyumsuz şemaların psikopatolojinin temellerini oluşturduğu ifade edilmektedir. Bu da erken dönem uyumsuz şemaların yansımalarının içeriğini ortaya koyması açısından önemlidir. Stres, kaygı, endişe, depresyon gibi duygu durum bozukluklarının erken dönem uyumsuz şemaların sonucu olarak ortaya çıkması bu kapsamda yer almaktadır (Eldoğan ve Barışkın, 2014: 110).

Şemalar, ebeveynlerin verdikleri tepkilerle yakından ilişkilidir. Ebeveynlerin tepkileri, çocukların tutum ve davranışlarını şekillendirmektedir. Anne ve baba arasındaki ilişkiler, erken dönem uyumsuz şemaların yansımalarına dair etkileri sık sık araştırılan bir alandır. Erken dönem uyumsuz şemaların aktarımında çocuklar ile ebeveynlerin inanç ve deneyimleri yansımaları şekillendirecek niteliktedir (Arı, 2015: 24).

Kişilerarası ilişki kurmaya yönelik verdiği zararlar ve duygu durum bozuklukları, erken dönem uyumsuz şemaların yansımaları arasında yer alır. Bu kapsamda yaşanan örneklerden bazıları aşağıdaki gibidir. (Kömürcü ve Pekak, 2017: 7):

- i. Depresyon,
- ii. Kaygı,
- iii. Sosyal fobi,
- iv. Bağımlılık,
- v. Yeme bozukluğu,
- vi. Kişilik bozukluğu,
- vii. Güvensizlik,
- viii. Bastırılmış duygular,
- ix. Duygusal yoksunluk,
- x. Terk edilme korkusu,
- xi. Karamsar bakış açısı,
- xii. Özdenetimin yetersiz kalması,
- xiii. Onay arayışı içinde olma

Görüldüğü üzere bireyler erken dönem uyumsuz şemalarıyla baş etmek için uyum bozucu davranışlar geliştirmektedir. Uyum bozucu davranışları sergilemek ise şemaların devamlılığını sağlayan kısır döngünün başıdır. Bu durum ise bireyin başta yakın çevresi olmak üzere hayatında sağlıklı ilişkiler kurmasına engel teşkil edecek niteliktedir. Bununla birlikte hayata dair bakış açısının olumsuz yönde seyretmesi, erken dönem uyumsuz şemaların yansımaları arasında önemli bir yere sahiptir. Kişilerarası ilişkilerin temelini oluşturan güven konusundaki yetersizlikler, erken dönem uyumsuz şemaların beraberinde getirdiği etkiler arasındadır. Bunlarla birlikte duygu durum bozukluklarının gözlenme olasılığının yüksek olması, erken dönem uyumsuz şemaların yansımalarını önemli hale getirmektedir.

Erken dönem uyumsuz şemalarının ebeveynlik rolü açısından yansımaları araştırıldığında benimsenen ebeveynlik biçimine göre farklı sonuçlar ortaya çıkabileceği görülmektedir. Buna yönelik bir örnek şu şekilde açıklanmaktadır: “Çocuğun sağlıklı yetişkin bir birey olmasına engel olan aşırı katı olma, ihmalkar davranma, duyarlılıktan yoksun olma, reddedici ya da aşırı izin verici olma, sınır koymama, çocuğun özerkliğini önemsememe ve bunun gibi olumsuz özelliklere sahip ebeveyn tutum ve davranışları erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminde önemli role sahiptir” (Kömürcü ve Pekak,

2017: 7). Bu ifadelerden hareketle ebeveynlerin benimsediği çocuk yetiştirme tutumu ile erken dönem uyumsuz şemalar arasında bir ilişki olduğu, bu ilişkinin de bireyin ebeveynlik algısını etkileyebileceğini söyleyebiliriz.

Erken dönem uyumsuz şemaların kendini yineleyici ve sürdürücü niteliği de göz ardı edilmemelidir (Güler ve Gümüş, 2018: 381). Bu kapsamda günlük yaşamda erken dönem uyumsuz şemaların uyumsuzluk örnekleri göstererek, yaşam kalitesinde düşüşe neden olması beklenen bir sonuçtur.

2.6. Erken Dönem Uyumsuz Şemalarla Mücadele

Erken dönem uyumsuz şema alanlarının doğru anlaşılması, mücadele için öncelikli adımlardan biridir. Şemaların sürekliliği, yaşam boyunca etkilerinin gözlenmesi, şemalara neden olan ihtiyaçların hala karşılanmıyor oluşu ile yakından ilgilidir. İnsanların çevrelerinde sıcak ilişkiler kurabileceği ve güvenebileceği kişilerin olması, erken dönem uyumsuz şemalarla mücadele için iyi bir başlangıç olacaktır. Böylece insanların hayatlarını kendi başlarına sürdürebilme konusunda yeterlilik sahibi olmaları mümkün olacak ve şemaların olumsuz etkilerinin önüne geçilmesi söz konusu olabilecektir (Gör vd., 2017: 201).

2.6.1. Erken Dönem Uyumsuz Şemalarla Başa çıkma Biçimleri:

Sürdürülebilirlik özelliğine sahip olan şemalarla ilgili en temel ironi ise bireyi ne kadar zorlarsa da, hayatın işlevselliğini bozup, keyif alınamaz hale getirirse de bireyin bu şemaları sürdürmedeki ısrarcılığıdır. Kişiler kendileri, diğerleri ve dünya hakkındaki görüşlerine tutunma eğilimindedirler (Beck, Freeman ve Davis, 2003). Şemaları sürdürme şekli, ilişkide olduğumuz kişilerde tetiklediğimiz şemalar ile bu şemalara uygun uyumsuz davranışları ve onların bizde tetiklediği şemalarımız ile bu şemalara uygun

uyumsuz davranışlarımız şeklinde kısır döngüde devam eder. Dahası şemalarını tetikleyeceğimiz ve bizim şemalarımızı tetikleyecek insanları bulup ilişkiler kurmak üzere programlanmış gibiyizdir. Young ve arkadaşları (2003)'na göre kişiler şemaları ile şemalarını tetikleyen yollarla başa çıkmaya çalışırlar.

Üç tip başa çıkma biçimi vardır:

- i. Teslim tepkileri
- ii. Aşırı telafi tepkileri
- iii. Kaçınma tepkileri

Young ve arkadaşları (2003)'na göre teslim başa çıkma biçimi, kişinin şemalarına boyun eğmesi, şemalarının verdiği acıya rağmen mücadele etmek yerine çaresizce teslim olup, kabullenmesi şeklinde gerçekleşir. Aşırı telafi başa çıkma biçiminde, birey sahip olduğu şemanın zıddını ve /veya aşırısını yapma şeklinde hareket eder. Kaçınma başa çıkma biçiminde ise birey, şemalarını harekete geçiren kişi veya durumlardan kaçınır. Bu kaçınma çok yoğunsa kişide birtakım patolojiler gelişebilir.

Sonuç olarak erken dönem uyumsuz şemalar, çocukluk ve ergenlik döneminde gelişmekte, bireyin hayatının tüm evrelerinde uyum sağlama konusunda sorun oluşturmaktadır. Ayrıca şemaların katı ve değişime dirençli olmaları, hayatın ilerleyen aşamalarında eksen I ve eksen II bozukluklarının temelini oluşturabilir (Soygüt vd., 2009: 76). Kişinin kendi geliştirdiği başa çıkma biçimleri şemaların yok olmasını sağlamadığı gibi daha da güçlenmesine neden olur. Bu nedenle erken dönem uyumsuz şemalar ile profesyonel mücadelenin önemi büyüktür. Bebeklikten başlayarak çocuklarla kurulan ilişkilerde özenli bakım ve erken dönem deneyimlerin önemi konusunda ebeveynlerin bilinçlendirilmesi hem çocuklarımızın ruhsal sağlığı hem de toplum sağlığı için en önemli sorumluluklar arasında gösterilebilir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: BAĞLANMA ve KENDİLİK ALGISI HAKKINDA TEMEL BİLGİLER

Bağlanmayla ilgili inceleme gereğince bağlanma tanımı, bağlanma kuramı, bağlanma stilleri, bağlanmayı etkileyen faktörler, bağlanma evreleri konu başlıkları altında açıklamalar getirilmektedir.

3.1. Bağlanma Tanımı

Bebeklik dönemiyle birlikte başlayan bağlanma, duygusal yönüyle öne çıkan bir kavram olarak görünmektedir (Karakaş ve Dağlı, 2019: 76). Bağlanma, hayatın ilk günlerinden itibaren başlamaktadır. Bebeklik döneminde bakım veren kişiye karşı gösterilen tepkiler, birlikte zaman geçirme, korku, kaygı, yorgunluk anında bakım veren kişinin varlığını arama gibi hususlar bağlanma kavramıyla yakından ilgilidir ve bağlanma tanımlarında bu hususlardan yoğun bir biçimde yararlanıldığı görülmektedir (Soysal vd., 2005: 89).

“Bağlanma; çocuk ile bakım veren arasında gelişen ilişkide, çocuğun bakım veren kişiyle yakınlık arayışı ile kendini gösteren, özellikle stres durumlarında belirginleşen, tutarlılığı ve sürekliliği olan duygusal bir bağıdır” (Kesebir vd., 2011: 322). Bu bağlamda bağlanmanın temelinde, çocuğun ebeveyni veya bakım vereni ile yakınlık sağlama ve bu yakınlığı koruma olduğunu söyleyebiliriz.

Başka bir tanımda bağlanma şöyle açıklanmaktadır: “Bağlanma sistemi, doğada bütün memeli türlerde görülen, doğuştan var olan, bağımsız hareket etme kapasitelerinden yoksun olan yenidoğanın hayatta kalmasını sağlayan evrimsel bir sistemdir” (Yıldızhan, 2017: 67). Bu tanımda bağlanma bir sistem olarak değerlendirilmektedir. Bu sisteme göre bağlanma kavramı daha güçsüz ve daha az

tecrübeli birey tarafından daha güçlü ve daha akıllı olana karşı gerçekleşmektedir (Bowlby, 2012: 159).

Bağlanma, insanlarda sevgi ve güvenlik ihtiyacının karşılanmasına yönelik bir kavramdır. Özellikle erken çocukluk döneminde bakım veren kişiye yönelik bağlanma hissinin gelişmesi, geleceğe yönelik etkileri sebebiyle bağlanmayı önemli bir kavram haline getirir. Bağlanma kavramı; erken çocukluk döneminde çocukların güvenli bir liman arayışını açıklamada yardımcı bir kavram olarak görülmektedir (Balcı, 2019: 7). Çoğunlukla bağlanma figürü olarak anne algılanmakla birlikte yaşamın içinde bunun dışında örnekler de vardır. Doğal süreçte çocuktan bakım veren kişiye karşı bağlanma hissinin oluşması beklenir.

3.2. Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı denildiğinde ilk akla gelen isim John Bowlby'dir. Bağlanmayla ilgili araştırmaların öncü ismi olan Bowlby, çocuklar ile çocuklara bakım veren kişiler arasındaki duygusal yakınlaşmayı esas alarak açıklamalar getirmiştir.

John Bowlby (2012), Güvenli Bir Dayanak adlı eserinde bağlanma kuramından şu şekilde bahseder:

“Bağlanma kuramı, yeni doğan bebekte germinal biçimde mevcut olan ve yetişkinlik hayatında da yaşlılığa kadar devam eden insan doğasının ana bir parçası olarak belli bireylerle yakın duygusal bağlar kurma eğilimi ile ilgilidir. Bebeklikte ve çocuklukta bağlar, koruması, rahatlığı ve desteğine güvenilen ebeveynlerledir.”

Anlaşılabacağı üzere Bowlby kuramdan bahsederken, bebeğin korktuğunda ya da ihtiyaç duyduğunda yakınlık duyduğu figürle ilişki kurarak, rahatlama isteğine vurgu yapmaktadır. Bağlanma kuramında bu sürecin gözlenebilmesi için bir tehdit ya da istenmeyen durumun meydana gelmesi gerekmektedir. Bağlanma kuramındaki temel varsayım, bebeğin bir yetişkin tarafından korunmadığı veya bakımın olmadığı bir

durumda hayatta kalamayacak olmasıdır. Dolayısıyla bağlanma kuramına göre bebekler ile annelerinin ya da bakım veren diğer figürlerin yakın ilişki içinde olmasıyla birlikte güvenli bir şekilde gelişim kaydedilmesi söz konusu olmaktadır (Karakuş, 2012: 34). Bowlby'nin bağlanma kuramına göre bebek ile bakımvereni arasındaki bedensel temas, bebeğin ihtiyaçlarının bakımveren tarafından zamanında ve doğru anlaşılacak karşılama bağlanmayı aktifleştiren en önemli kriterlerden biridir. Bebeklerin anne figürünü diğer kişilerden gerçek annesinin sütünün kokusuna, sesine hatta kendisini kucaklama şekline göre ayırt edebildiği (Izard, 1982; Emde, 1983) düşünülecek olursa bebeğin bakımvereni ile her türlü teması, bağlanma kuramı için oldukça önemli bir konudur.

Çocukların bakım verenine karşı sergilediği tutum ve gösterdiği tepkiler, bilişsel temsiller olarak kodlanmasıyla birlikte süreç devam etmektedir. Bebeğin kendisini güvende hissetmediği her durumda bakım vereninin ulaşılabilirliği, bebeğin kendisini güvende hissetmesini sağlar. Bu durum ise bebeğin kendisini değerli hissetmesini sağlar. Tam tersi durumda ise uyumsuz tepkiler kendisini göstermekte, bağlanma konusunda reddedici süreçler gözlenmekte, çocuklar da kendilerini değersiz olarak görmeye başlamaktadır (Morsünbül ve Çok, 2011: 555). Görüldüğü üzere bağlanma kavramının hayatın seyrinde ortaya çıkış serüvenini görmek, bağlanma kavramını ve sonuçlarını algılamamız açısından oldukça kıymetlidir.

Bağlanma kuramını daha iyi anlamak için bağlanmayı belirgin hale getiren birtakım davranışlar ön plana çıkarılarak açıklama yapılmaktadır. Bu davranışlar aşağıda maddeler halinde sıralanmıştır (Tulpar, 2019: 5):

- i. Ağlamanın farklı biçimde olması,
- ii. Gülmenin farklı bir biçimde olması,
- iii. Farklı sesler çıkarılması,
- iv. Bakım veren kişiden ayrılma olduğunda ağlamanın gerçekleşmesi,
- v. Takip etme davranışının gözlenmesi,
- vi. Görsel beceri ve motor beceri uyumunun olması,
- vii. Genel heyecan halinin hakim olması,

- viii. Karşılamada kolların kaldırılması,
- ix. Karşılamada ellerin çırpılması,
- x. Bakım veren kişinin üstüne tırmanmaya çalışılması,
- xi. Bakım veren kişinin kucağına yüzün gömülmesi ve çocuğun kendisini saklama girişimlerinin olması,
- xii. Yaklaşırken hareket etmesi,
- xiii. Bakım veren kişiyi öpmesi,
- xiv. Bakım veren kişiye sarılması,
- xv. Keşif sürecinde bakım veren kişinin güvenli yer olarak görülmesidir.

Görüldüğü üzere bağlanma kuramı deyince bu 15 tepki şekli araştırmacılar tarafından kabul edilen kurama ait kriterler arasında gösterilmektedir.

İlk kez 1958 yılında John Bowlby tarafından ortaya konulan kuram, takip eden süreçte pek çok araştırmacının ilgisini çekmiştir. Araştırmacılar özellikle de bebeklerin ve küçük çocukların annelerine ya da kendilerine bakım veren kişilere karşı yönelimlerini incelediler. Bağlanma kuramında özellikle de sosyal ilişkilerin belirleyici bir konumda olduğu gözlemlenmiştir. Bağlanma kuramındaki sosyal ilişkilerin başlangıcı olarak emme, ağlama, gülümseme, izleme, çağırma, arama, bekleme gibi davranışlar dikkate alınarak söz konusu araştırmalar yapılmıştır (Soysal vd., 2005: 90). Bağlanmada sosyal ilişkiler modeline göre çocukların çevresiyle olan ilişkileri, bağlanma örüntülerinin sürekliliğini etkilemektedir. Bu modele göre bağlanmanın türü ve düzeyi, bireyin kendisiyle ilgili konulardan ziyade çevresel değişkenlerin etkisi altındadır (Morsünbül ve Çok, 2011: 561).

Literatürde geniş bir araştırmacı kitle tarafından alaka gören bağlanma kuramı, temelde hayatın erken dönemlerinden itibaren her aşamasında hissedilen bireyin sevgi ve sahiplenilme ihtiyacının ne kadar karşılanıp karşılanmadığına işaret etmektedir. Kurama dair yapılan araştırmaların sonuçları kayda değer ölçüde tutarlı ve birbirlerini destekler niteliktedir.

3.3. Bağlanma Stilleri:

Daha önce de ifade edildiği üzere bağlanmayla ilgili olarak çok sayıda çalışma yapılmıştır ve bu çalışmalarda birtakım bağlanma stilleri geliştirilmiştir. Bağlanmayla ilgili modeller arasında Bowlby'nin çalışmaları öncü konumdadır. Bağlanma denildiğinde akla gelen bir diğer önemli isim ise derinlemesine araştırmalar yapan ve kurama çok değerli boyutlar katan Mary Ainsworth'dür. Bunlara ek olarak Freud, Harlow, Hazan ve Shaver, Bartholomew ve arkadaşları, Amerika'da Main, Kaplan, Cassidy ve Almanya'da ise Grossmann ve Schwan tarafından yapılan çalışmaların bağlanma kuramıyla ilgili yazında önemli bir yeri olduğu ifade edilmelidir.

Bireysel farklılıklara dayalı olarak ortaya çıkan bağlanma türleri, bireylerin bağlanma yönelimlerinin farklı olmasıyla ilgilidir (Orta ve Sümer, 2016: 56). Bağlanma stilleri, her bir birey için bebeklik döneminde bakımvereni ile kurulan ilişkilerden doğar ve yaşamları boyunca kurdukları her ilişkide tekrarlanır. Bireyin sahip olduğu bağlanma stiline göre yaşamda yer alma becerisi ve kişilerarası etkileşimdeki gücü değişmektedir. Yapılan araştırmalar, bağlanma türleri üzerinde bebek ya da çocukların bakım vereni ile kurdukları ilişki kadar bakımverenin de çocukluğunda kendi annesiyle kurduğu ilişkinin etkili olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla bir annenin çocuğunun gelişimindeki rolünden bahsederken, annenin sözkonusu annelik modelini benimsemede neyin öncülük ettiğini dikkate almak ve annenin kendisine çocukken yapılan anneliğin modelini iyi anlamak gerekir (Bowlby 2012: 165)

Literatürde bağlanma stillerine dair benzer kavramlar ve ifadeler bulunmaktadır. Kabul görmüş bağlanma stilleri ve davranışları aşağıdaki gibi özetlenmeye çalışılmıştır:

- i. Güvenli Bağlanma: Çocuklar testlerde iyi performans sergiler, eğitim hayatında uyumludur. Çatışma yönetimi ve problem çözme konusunda olumlu yönde ayrırır, dil becerisi gelişir, sosyal yeterlilik seviyesi yaşıtlarına göre daha yüksek olur.

- ii. Kaçınmalı Bağlanma: Çocuk sosyalleşmede sorun yaşar, davranışlarını açığa vuramaz, eğitim hayatında problemler yaşar ve çevresindeki kişileri kurban etme olasılığı artar.
- iii. Kararsız Bağlanma: Çocuğun hayatında kurban olma ihtimali artar ve açığa vurulan tutarsız davranışlarda artış gözlenir.
- iv. Organize Olmamış Bağlanma / Dezorganize Bağlanma: Gelişimle ilgili kayda değer sorunlar yaşanmaktadır ve saldırgan davranışlar gözlenmektedir (Çakır, 2008: 33-34).

Güvensiz bağlanma türü olarak görülen kaygılı bağlanmada, çocukların ihtiyacı olduğunda annenin ya da bakım veren kişinin yardım edeceğine dair şüpheleri vardır (Kesebir vd., 2011: 327). Böyle bir durumda çocukların güvenlik arayışlarının devam ettiği ve kuşku içinde oldukları söylenebilir. Kaygılı bağlanmada, endişelerden biri de özgüven eksikliğine dayalı olarak bir sorunu çözmede yetersiz kalınacağı düşüncesinin hakim olmasıdır. Bireyin kendisine karşı inancının düşük olmasının yanı sıra çevresine karşı inancı da düşüktür. Kaygılı bağlanma türünde bireyin çevresine karşı kaygı içeren bir yaklaşımla hareket ettiği bilinmektedir (Yıldızhan, 2017: 67). Yetersizliklere dayalı olarak kendisini gösteren kaygılı bağlanmada yaşanan olumsuz deneyimlerle birey için dünya güvenilmez bir yerdir.

Dörtlü bağlanma modeli, bağlanmayla ilgili olarak yaygın kabul görmüş bir modeldir. Dörtlü bağlanma modelinde güvenli bağlanma, saplantılı bağlanma, kayıtsız bağlanma ve korkulu bağlanma türleri bulunmaktadır. Güvenli bağlanmada yakınlık kurmada rahatlık görülmektedir. Saplantılı bağlanma ise ilişkilere takıntılı olmayı beraberinde getirir. Kayıtsız bağlanma türünde yakınlığa karşı kayıtsız kalınmaktadır. Korkulu bağlanma türünde ise yakınlıktan korkulmakta ve sosyal açıdan kaçınılmaktadır (İlaslan, 2009: 36). Bağlanma düzeyinin yüksek ya da düşük olmasına göre davranışların olumlu ya da olumsuz yönde seyri gelişmektedir.

Ainsworth ve arkadaşları 1971 yılında yapmış oldukları çalışmalara göre bağlanmayı şu şekilde stillere ayırmışlardır (Bowlby, 2012):

- i. Güvenli Bağlanma: Çocuğun olumsuz, gerginlik veya tedirginlik yaratan durumlar karşısında bakımverenine ulaşılabilceği, bakımverenin karşılık veren ve yardım eden olacağına inancı gelişmiştir. Bu inanç sayesinde oluşan güven ile çocuk cesurca dünyayı keşfe çıkabilir ve bakımverenin her ihtiyacı olduğunda orada olduğundan emindir. Kendisi ve diğerleri konusunda olumlu bir bilince sahiptir.
- ii. Güvensiz Kaygılı (Kaygılı Dirençli) Bağlanma: Çocuk ebeveyn veya bakımverenin ihtiyacı olduğunda ulaşılabilir, cevap verir veya yardım eden durumda olacağından emin değildir, kuşku duyar. Bu endişe halinden dolayı çocuk ayrılık kaygısı yaşar ve bakımverene adeta yapışıp, bırakmama eğilimindedir. Bakımverenin yakınlık tepkisine ise bazen reddederek cevap verebilir. Bu bağlanma şeklinde ebeveyn bazen çocuğun ihtiyacını karşılayan, bazen karşılamayan taraf olarak bağlanmadaki yerini almıştır. Ebeveynin bu tutarsız hali çocukta da güven konusunda kararsızlık yaratır.
- iii. Güvensiz Kaçınmalı (Kaygılı Kaçınmalı) Bağlanma: Araştırmalarda çocuğun yabancı ile bakımveren tercihi arasında bir fark yokmuş gibi bakımverenin varlığı ile yokluğunun çok önemi yokmuş gibi davrandığı gözlemlenmiştir. Özellikle çocuğun bakımverene ihtiyaç duyduğu durumlarda bakımverenin sert tepkisi, azarlaması, kırıncı tavırları ve/veya duyarsızlığı ile karşılaşılacak çocuk, bakımvereninden uzak durmayı tercih eder. Bu durumda çocuk çoğunlukla Winnocott (1960)' a göre sahte kendilik geliştirir. Çatışmanın daha gizli olduğu bu bağlanma türü Bowlby (2012)'e göre çocuğun annesine her yakınlık ihtiyacı ve korunma için yaklaştığında sürekli ve şiddetli olarak reddedilmesi sonucu gelişir. Bu bağlanma türünde çocuğun diğerleri konusundaki algısı olumlu değildir.

Bağlanma türleri dediğimizde yakın ilişki kavramı karşımıza çıkmaktadır. Yakın ilişki kurulan kişilerle etkileşimin duygusal boyutuna ve bu etkileşimde neler olup bittiğine dair bazı ifadeler aşağıda yer almaktadır (Selçuk vd., 2005: 7):

- i. İhtiyaç duyulduğunda ilişki kurulan kişinin yardımına başvurma,
- ii. İlişki kurulan kişiler tarafından sevildiğine dair güvence bekleme,
- iii. İlişki kurulan kişilere karşı yakın olmayı istemeye rağmen kendisini geri çekme,
- iv. İlişki kurulan kişilerden rahatlama bekleme,
- v. İlişki kurulan kişilerden güvence bekleme,
- vi. Terkedilmekten korkma,
- vii. Kaygılarını ilişki kurulan kişilerle paylaşma,
- viii. İhtiyaç duyulduğunda ilişki kurulan kişilerin olmaması halinde hayal kırıklığına uğrama,
- ix. İlişki kurulan kişilerle etkileşimlerde gergin olma şeklindedir.

Ainsworth'e göre birey erken dönemlerde aile içi güvenliğe bağlı olarak yeni yetenekler geliştirmekte böylece problemleri çözmeye dair bir temel meydana getirmektedir. Güvenlik seviyesinin azlığına ya da çokluğuna göre güvenli üs unsurunun devreye girdiği kuramda, bebeklerin ve çocukların ebeveynlere güvenli bir bağlılık geliştirilmesi ihtiyacının olduğu ön plana çıkarılmaktadır (Demirdağ, 2017: 79).

Ainsworth, yaptığı yabancı ortam deneyi ile bebeklerin farklı ortamlarda normalden farklı davranışlar sergilemesini değerlendirmeye almıştır (Yonar, 2019: 25). İlerleyen süreçte ise bağlanmanın yalnızca bebeklik dönemi ile sınırlı olmadığı, yetişkinliği de içerdiği yönünde araştırmalar yapılmıştır.

Bağlanma modelleri kapsamında Ainsworth tarafından yapılan yabancı ortam deneyine (1978) ait aşamalar aşağıdaki gibidir:

Tablo 1 : Ainsworth Yabancı Ortam Deneyi Aşamaları

Bölüm Numarası	Kişiler	Süre	Eylemlerin Kısa Açıklaması
1	Anne, bebek ve gözlemci	30 saniye	Gözlemci anne ve bebeğe deney odasını tanıtır ve ondan sonra odadan ayrılır.
2	Anne ve bebek	3 dakika	Bebek etrafı keşfederken anne katılımcı değildir; eğer gerekirse 2 dakikadan sonra oyun teşvik edilir.
3	Yabancı, anne ve bebek	3 dakika	Yabancı girer. İlk dakika, yabancı sessizdir. İkinci dakika, yabancı anneye sohbet eder. Üçüncü dakika yabancı, bebeğe yaklaşır. 3 dakikadan sonra anne dikkat çekmeden ayrılır.
4	Yabancı ve bebek	3 dakika veya daha az*	Birinci ayrılık aşaması: Yabancı'nın davranışları bebeğe yöneliktir.
5	Anne ve bebek	3 dakika ya da daha fazla**	Birinci yeniden bir araya gelme aşaması: Anne bebeğe selam verir ve/veya bebeği rahatlatır, sonra bebeğin tekrar oyun oynamasını sağlar. Daha sonra anne "güle güle (bye bye)" diyerek odadan ayrılır.
6	Bebek (yalnız)	3 dakika veya daha az*	İkinci ayrılık aşaması.
7	Yabancı ve bebek	3 dakika veya daha az*	İkinci ayrılık aşaması devam ederken yabancı odaya girer ve bebeğe yönelik davranışlarda bulunur.
8	Anne ve bebek	3 dakika	İkinci yeniden bir araya gelme aşaması. Anne odaya girer, bebeği selamlar, sonra bebeği kucağına alır. Bu arada yabancı dikkat çekmeden odadan ayrılır.

Kaynak: Yonar, 2019: 25.

Tablo 1’de görüldüğü üzere yabancı ortam çalışmalarında bebek ile bakım vereninin bir arada olduğu, bakım verenin odadan çıkarıldığı, bebeğin bir yabancı ile odada yalnız bırakıldığı ve tekrar bakımverenin odaya alındığı durumlar söz konusudur.

Bu süreçte bebeğin sergilediği davranışlar gözlemlenmiştir. Tekrarlanarak devam eden süreçte bakım veren ve bebek arasındaki ayrılığın yansımaları değerlendirilmiştir.

Bağlanma, ilk ortaya çıktığı dönemlerden itibaren bebek ve çocukluk dönemi odaklı bir şekilde ilerleme kaydetmiştir. Bağlanmanın bebeklik ve çocukluk dönemiyle sınırlı olmadığı, yaşam boyu devam ettiği düşüncesiyle birlikte bu yönde modeller oluşturulduğu bilinmektedir (Çalışır, 2009: 242). Bireyin hangi bağlanma stilini geliştireceği, ebeveynlerinin veya bakımverenlerinin özellikle erken dönem ilişkilerinde bireye karşı olan davranışlarına göre şekillenecektir. Bağlanmayla ilgili olarak geliştirilen modeller hakkındaki değerlendirmede bu hususun da göz önünde bulundurulması önemlidir.

3.4. Bağlanmayı Etkileyen Faktörler

Sevgi bağları kurma, sevgi bağlarını koruma, bakım veren ve bebek arasındaki ilişkinin niteliği bağlanmayı etkileyen faktörlerin başında gelmektedir (Karataş, 207: 870). Erken dönemden itibaren çocuk ve bakım veren arasındaki ilişkinin seyrinin değişmesine paralel olarak bağlanmayı karakterize eden faktörlerin de değişmesi söz konusu olabilir. Ayrıca bu süreçte kişisel farklılıkların da dikkate alınması gerekmektedir.

Bağlanma üzerinde etkili olan faktörler aşağıdaki gibi sıralanmaktadır (Karakuş, 2012. 35-36; Çalışır, 2009: 245):

- i. İlişki kurma,
- ii. Bağlanma ihtiyacı,
- iii. Tutum ve davranışlar,
- iv. Fiziksel açıdan yeterli olma düzeyi,
- v. Psikolojik açıdan yeterli olma düzeyi,
- vi. Bebeğin kabullenilmesi (hamilelik sürecinden itibaren),
- vii. Bebeğin görünümü,
- viii. Bebeğin hareketleri,

- ix. Bebekle temas edildikten sonra bebeğin gösterdiği tepkinin niteliği,
- x. Bebeğin gülümsemesi gibi olumlu yönde görsel tepkiler,
- xi. Sosyal ilişkiler,
- xii. Düşüncelerin etkilenmesi (çevreden kolayca etkilenen bireyler kastedilmektedir),
- xiii. İnatçı ya da saldırgan tutum ve davranışların sergilenmesiyle birlikte ortaya çıkan süreçler,
- xiv. Çevrenin yaklaşımı,
- xv. Endişe, kaygı, korku, stres, depresyon gibi duygudurum bozuklukları şeklindedir.

Doğum öncesi süreçten başlayarak çocukların kişilik özellikleri, aile sistemi, sosyal ve kültürel faktörler bağlanma üzerinde etkili olabilir. Buna göre cinsiyet, gen aktarımı, hormonlar, çocuk yetiştirme tutumu, ebeveynlerin sağlık durumu, etnik köken, cinsiyet rolleri, kültürel değerler gibi faktörlerin bağlanma oluşumunda etkili olduğu söylenebilir (Sosyal vd., 2005: 94).

Görüldüğü üzere bağlanma üzerinde doğrudan ya da dolaylı şekilde etkili olan çok sayıda faktörden bahsedilmektedir. Bu faktörlerin her biri bebeğe ve bakım verene göre değişeceği için farklı düzeyde sonuçlar oluşabilir.

Ebeveynlik algısı, bağlanmayı etkileyen faktörler açısından araştırmamız kapsamında değinilmesi gereken konulardan biridir. Ebeveynlerin çocuklar tarafından nasıl algılandığı ve ebeveynlerin benimsediği çocuk yetiştirme tutumu, bu süreçte önemli bir yere sahiptir. Bu noktada demokratik ebeveyn tutumunun çocukların gelişimine olumlu yönde katkı sağladığı ve sağlıklı bir tutum niteliği taşıdığı ifade edilmektedir (Doğruyol ve Yetim, 2019: 36). Bu da demokratik tutum sergileyen ebeveynlerin daha iyi algılandığı yorumunun yapılmasını mümkün kılmaktadır.

“İlk temel ilişki olan anne çocuk ilişkisi, sonraki yaşam dönemlerindeki bağlanmalar için örnek olur” (Kesebir vd., 2011: 322). Buradan hareketle bağlanma ve ebeveyn algısı konusunda erken dönemden itibaren çocukla kurulan ilişkinin büyük

öneme sahip olduğu anlaşılmaktadır. Dolayısıyla bağlanma ve ebeveyn algısı ilişkisinin hayatın her alanını içerebileceği söylenebilir.

Bağlanma hakkında yapılan araştırmalarda çocukların fizyolojik, psikolojik ve duygusal yönden gelişimlerine dikkat çekilmektedir (Tüzün ve Sayar, 2006: 24). Bağlanmayı etkileyen faktörler açısından fizyolojik, psikolojik ve duygusal faktörlerinde etkili olduğunu belirtmemiz gerekir.

3.5. Bağlanma Evreleri

Bağlanma, insanların çevreyi araştırmasında ve keşfetmesinde güvenlik duygusu geliştirme arayışıyla ilgilidir (Karataş, 2017: 868). Bu bakımdan bebeklik evresinde bağlanma, bakım veren kişiyle güvenlik odaklı kurulan ilişkilere göre seyretmektedir. Güvenli sığınak olarak görme, güvenli üs arayışında olma ve bakım veren kişiyle yakınlığı korumak için çaba göstermek, bebeklik evresinde görülen bağlanma davranışlarıdır. Bunların tamamı ebeveynler ya da bakım veren kişiye yöneliktir. Erken çocukluk döneminde güvenli sığınak ve güvenli üs anne ve babaya yönelikken, yakınlığı korumak akranlara yönelik olmaktadır. Erken ergenlik dönemine gelindiğinde anne ve baba güvenli üs amacıyla sınırlı olmakta, yakınlığı koruma ve güvenli sığınak olarak görme akranlara yönelik gerçekleşmektedir. Yetişkinlik evresinde ise anne ve babaya yönelik bağlanma davranışlarının varlığı söz konusu değildir. Bu dönemde yakınlığı koruma, güvenli sığınak ve güvenli üs olarak görmenin tamamen akranlara yönelik olması söz konusudur (Yonar, 2019: 29). Bağlanma evrelerinin gelişimiyle birlikte davranışların ne şekilde ve ne yönde değiştiğinin anlaşılması bakımından önemlidir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: KENDİLİK ALGISI HAKKINDA TEMEL BİLGİLER

Bu bölümde kendilik algısı hakkındaki araştırma gereğince kendilik algısı tanımı, kendilik algısının gelişimi, kendilik algısını etkileyen faktörler, ebeveynlerde kendilik algısı ve önemi konularına yönelik açıklamalar getirilmektedir.

4.1. Kendilik Algısı Tanımı

“Kişinin kendi özelliklerinin, ideallerinin ve fikirlerinin tamamı olan kendilik kavramı; kendilik bilgisi ve kendilik algısını içine alan şemsiye bir kavram olarak görülmektedir” (Güler ve Yetim, 2008: 35). Kendilik algısının sahip olduğu kapsamı açıklaması bakımından bu ifadelerin dikkate alınmasında fayda vardır.

Farklı tanımların yapıldığı bir kavram olarak kendilik algısı; yeterlilik, aile, duygulanımın yanı sıra akademik, sosyal ve fiziksel unsurlar etrafında ele alınmaktadır (Çetin, 2008: 72). Başka bir deyişle değinilen bu unsurlar, kendilik algısının tanımlarında faydalanılan değişkenler olarak görülmektedir.

“Kendilik, kişinin, diğer kişilerden gelen geri bildirimler, pekiştirmeler ve atıflarla birlikte, tecrübeleri ve çevreyi yorumlamalarıyla biçimlenen, kendisi hakkındaki bakış açısıdır” (Şahin, Basım ve Çetin, 2009: 155). Kendilik algısı da bireyin bu konuyla ilgili algılarını ifade etmektedir. Kendilikle ilgili olarak yapılan incelemelerde kendilik algısının öğrenilmiş ve düzenlenmiş bir tepki biçimi olarak nitelendirildiği görülmektedir.

4.2. Kendilik Algısının Gelişimi

Kendilik algısının gelişiminde çocukluk döneminden itibaren yaşanan deneyimler ve ailenin etkisi belirleyicidir. Sağlıklı bir gelişimden bahsedilebilmesi için tutarlı ve sevgi dolu bir ebeveyn tutumuna ihtiyaç vardır (Özyürek ve Tezel Şahin, 2005: 20). Bununla birlikte yaşanan sosyal deneyimler de kendilik algısının gelişiminde doğrudan etkisini göstermektedir.

Benlikle ilgili konular da kendilik algısının gelişiminde doğrudan ya da dolaylı olarak şekilde etkisini gösterebilir. Kendilik algısının gelişiminde etkili olan faktörlere dair değerlendirme yapıldığında benlik saygısı ön plana çıkmaktadır. Benlik saygısı, benliğin duygusal boyutu olarak ifade edilmekte, bireyin kendisinden duyduğu memnuniyeti yansıtmaktadır. Benlik tasarımı, benliği meydana getiren parçaları ifade etmektedir. Benlik imgesi ise bireyin ne olduğu düşüncesiyle birlikte şekillenen bir imaj olarak görülmektedir. Benlik farkındalığı, dikkatin kendi üzerine yoğunlaşmasına paralel olarak diğer insanlardan ayrı varoluşun bilincinde olmakla ilgilidir. Benlik bilinci ise benlik farkındalığına zaman ayırma eğilimini ifade etmekte, bireyin sosyal kimliğinin farkında olması şeklinde değerlendirilmektedir. Benlik kurgusu, sosyo-kültürel işlevler ve değerlerin ön planda olduğu bir yapıyı yansıtmaktadır. Benlik yeterliği, hayatın seyrinde yeterlik ve yetenekleri açıklamaktadır. Benlik sunumu, sosyal rollerin kullanılması suretiyle toplumda kabul edilmesi istenen imajın sunulmasıdır. Benlik ayarlaması, bireyin farklı ortamlarda uyumlu olabilmesi ve sosyal beklentileri karşılayabilmesi ile ilişkilidir (Yıldız, 2006: 116). Tüm bunlar, kendilik algısının gelişiminde etkili olan hususlardır.

4.3. Kendilik Algısını Etkileyen Faktörler

Kendilik algısı, sosyal karşılaştırmalardan etkilenmektedir. Özellikle ergenlik döneminde yapılan sosyal karşılaştırmalar, benzerlikler ve kişilerarası ilişkiler kendilik

algısını etkileyen birer faktör konumundadır (Barlas vd, 2010: 19). Kendilik algısının gelişiminde yer verilen kavramların da etkili faktörler arasında yer alacağı göz önünde bulundurulmalıdır.

Aşağıda kendilik algısını etkileyen faktörler sıralanmaktadır (Çapan ve Owen, 2017: 761):

- i. Fiziksel özellikler,
- ii. Geçmiş davranışlar,
- iii. Uyumluluk,
- iv. Diğer insanlardan ayrılan mevcudiyet,
- v. Geçen zamanla birlikte aynı kişi olmaya yönelik düşüncelerin kendisini göstermesi,
- vi. Düşünceler,
- vii. Tutumlar,
- viii. Duyguları tanıma,
- ix. Duyguları ayırt etme

Genel çerçeveyi belirlemek adına yukarıda yer verilen faktörler kendilik algısını etkileyen temel faktörler olmakla birlikte bu faktörlerin sayısını daha da artırmak mümkündür.

Kişilik, kendilik algısı üzerinde etkili olan faktörler arasındadır. Beş faktör kişilik özelliklerinin, kendilikle ilişkisinin farklı özellikleri öne çıkarması muhtemeldir. Buna göre:

- i. Uyumluluk; güven, yumuşak başlılık, açık sözlülük, fedakarlık, uyma ve alçakgönüllülükle ilgilidir.
- ii. Dışadönüklük kapsamında ise coşku, girişimcilik, iddia, hareketlilik, heyecan arayışı ve olumlu duygular öne çıkmaktadır.
- iii. Nevrotiklik (Duygusal Denge); depresyon, sinir, hassasiyet, içine kapanık olma gibi özellikleri kapsar.

- iv. Özdisiplin ise yeterlik, düzen, sorumluluk, başarı arayışı gibi konulara yöneliktir.
- v. Gelişime açıklık kapsamında ise hayal gücü, estetik, hissiyat, fikir, değer, icraat yer almaktadır (Çetin, 2008: 63).

Beş faktör kişilik özellikleri boyutları açısından kendilik algısıyla ilgili yorum ve değerlendirmeler yapılabilmektedir.

4.4. Ebeveynlerde Kendilik Algısı ve Önemi

“Ebeveynlik rollerine ilişkin kendilik algısı bireyin bakım veren rolünde kendini ne derece yeterli gördüğü; bu rolünden ne derece tatmin olduğu, bakım verme için yapılan yatırımlar (fedakârlıklar) ve diğer sosyal roller ile bakım vermeyi dengede tutma yeteneği olarak tanımlanacak fonksiyonlara sahiptir” (Yılmaz ve Ülker, 2018: 50). Bu ifadelerden hareketle ebeveynlerin rollerinde belirleyici nitelikte olması sebebiyle kendilik algısının önemli olduğu değerlendirilmesi yapılabilir.

İlgili yazında ebeveynlerin kendilik algısı hakkında yapılan araştırmalarında öne çıkan hususlar aşağıdaki gibi sıralanmaktadır (Güler ve Yetim, 2010: 38-39):

- i. Çocuk yetiştirme tutumlarına dair şüpheler bulunabilir.
- ii. Çocukların neye ihtiyacı olduğunun ebeveynler tarafından bilinmemesi söz konusu olabilir.
- iii. Ebeveynler, çocuklarının iyi şeyler yaptıkları konusunda şüpheler duyabilir.
- iv. Bazı ebeveynler, çocuklarına karşı yeterli bir ebeveyn olmadıkları hissine kapılmaktadır.
- v. Ebeveynlerden bazıları, çocuk sahibi olmanın evlilik bağına güçlendirdiğini düşünür.
- vi. Bazı ebeveynler, sorumluluk almaya karşı yaklaşımlarının etkisiyle ebeveyn olmaktan mutluluk duymayabilir.

- vii. Ebeveynlik görevlerinin yerine getirilmesine yönelik algılar, ebeveynlerin çocuk yapmaya yönelik isteklerini etkiler.
- viii. Ebeveynlik rolüne dair kaygının olması, ebeveynlerin çok yıpranmasına neden olmaktadır.
- ix. Ebeveynlerden bazıları çocuk sahibi olmanın arkadaşları ile görüşmesine engel olduğunu ve istediği şeylere yapmayı engellendiğini düşünür.
- x. Bazı ebeveynler, çocukları için çok fazla fedakarlık yaptığını düşünür.

Sıralanan örneklerin her birisi ebeveynlerin kendilik algısını olumlu ya da olumsuz yönde etkileme gücüne sahip ifadelerdir.

Ebeveynlerde kendilik algısı, bir yandan ebeveynlerin benliği üzerinde etkisini gösterirken bir yandan da ebeveyn rolünü etkilemektedir (Güler ve Yetim, 2008: 35). Dolayısıyla ebeveynlerde kendilik algısının çocuk yetiştirme tutumunu etkilemesi söz konusu olmaktadır. Geniş bir etki alanının olması, ebeveynlerde kişilik algısını son derece önemli hale getirmektedir.

Bir ebeveynin kendilik algısı, ebeveynin hayatının seyrini, ebeveyn tarafından yapılan aktiviteleri, daha da önemlisi çocukların gelişimini etkilemektedir (Yılmaz ve Ülker, 2018: 49). Her ne kadar çocuğun gelişiminde doğrudan ya da dolaylı şekilde etkiler gözleniyor olsa da bu ve benzer yöndeki etkiler, ebeveyn kişilik algısını önemli kılmaktadır.

Literatürde ebeveynlerde kendilik algısı yeterlilik, rol doyumu, rol dengesi ve yatırım açısından değerlendirilmektedir.

Ebeveyn rolüne ilişkin yapılan saha araştırmalarında ebeveyn olmanın zor olup olmadığı, ebeveyn olma konusunda pişmanlık duyulup duyulmadığı, çocuk yetiştirme konusunda ne gibi tereddütlerin bulunduğu, çocukların hayatın neresinde konumlandırıldığı, ebeveyn olmanın tatmin edici olup olmadığı, ebeveyn olmanın yaşam tarzı üzerinde değişikliğe neden olup olmadığı gibi konularla ilgili olarak sorulara cevap aranmaktadır.

BEŞİNCİ BÖLÜM: YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın örnekleme, veri toplama araçları ve yapılan istatistiksel analizlere ilişkin bilgiler verilmiştir.

Sözkonusu araştırma; içinde bulunduğumuz 2020 yılında tüm dünyada yaygın olan Corona Virüs nedeniyle, pandemi döneminde yapılmıştır. Özellikle 2020 yılında eğitim sisteminin online olarak devam etmesi nedeniyle 0-6 yaşları arasındaki bir çok çocuk okul öncesi eğitimine yüz yüze devam edemedi. Örneklem grubumuzdaki anneler ile elektronik anket yoluyla elde edilen bu verilerin böylesine buhranlı ve sokağa çıkma kısıtlamalarının olduğu, çocukların tüm gün evde olduğu bir döneme ait veriler olması göz önünde bulundurulmalıdır. Böylesine spesifik bir dönemde yapılmış bu araştırmanın sonuçları, anne - çocuk ilişkisinde ebeveynlik rolü üzerinden kendilik algısını değerlendirmek açısından kıymetli öngörüler sağlamaktadır.

5.1. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Araştırmanın evreni 0-6 yaşları arasında çocuğu olan annelerdir. Araştırmanın örneklemini İstanbul ilinde yaşayan, 0-6 yaşları arasında çocuğu olan ve yaşları 18-48 arasında değişen anneler oluşturmaktadır. 18 yaşından küçük anneler araştırmaya dahil edilmemiştir.

5.2. Veri Toplama Araçları

Katılımcılara sosyodemografik bilgi formu, Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (YŞÖ –KF3), Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algısı Ölçeği (ERKA), Yakın ilişkilerde Yaşantılar Ölçeği - Kısa Form (YİYÖ-KF) uygulanmıştır.

5.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Annelerin yaş, medeni durum, eğitim durumu, iş durumu, kimlerle yaşadığı, çocuk sayısı ve çocuk/çocuklarının yaşlarını öğrenmek amacıyla oluşturulmuş bilgi formudur.

5.2.2. Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (YŞÖ –KF3):

Young ve arkadaşları (1991, 2003) erken dönemleri değerlendirmek için uyumsuz şema anketi oluşturdular. Jeffrey Young tarafından (1990, 2003) Şema Terapi adını verdiği terapi tekniğinde kullanılmak üzere “YSQ-SF3 (Young Schema Questionnaire-Short Form 3)” geliştirilmiştir. YŞÖ-KF3’de Ayrılma ve Reddedilme, Zedelenmiş Özerklik ve Performans, Zedelenmiş Sınırlar, Diğer Yönelimsizlik, Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama/ketleme şeklinde 5 şema alanından oluşmaktadır. Bu 5 alana ait toplam 18 alt başlık yer almaktadır. Alt ölçekler aşağıdaki tabloda özetlenmiştir.

Tablo 2: Young Şema Alanları ve Boyutları

Şema Alanları	Şema Boyutları
1. Ayrılma ve Reddedilme	1. Terk Edilme ve istikrarsızlık 2. Kuşkuculuk ve kötüye kullanılma 3. Duygusal Yoksunluk 4. Kusurluluk 5. Sosyal İzolasyon
2. Zedelenmiş Özerklik Ve Kendini Ortaya Koyma, Performans	6. Bağımlılık 7. Dayanıksızlık ve zarar görme 8. İç içe Geçme/Gelişmemiş Benlik 9. Başarısızlık
3. Zedelenmiş Sınırlar	10. Haklılık 11. Ayrıcalıklılık / yetersiz öz denetim
4. Diğer Yönelimlilik	12. Boyun Eğicilik 13. Kendini Feda 14. Onay Arayıcılık
5. Aşırı Tetikte Olma Ve Baskılama/Ketlenme	15. Karamsarlık 16. Duygular Bastırma 17. Yüksek Standartlar ve aşırı eleştiricilik 18. Cezalandırıcılık

Toplamda 90 maddeden oluşan ölçekte her bir madde 6 puanlık likert (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) derecelendirmesi olan kendini değerlendirme ölçeğidir.

Ölçek; Gonca Soygüt, Alp Karaosmanoğlu, Zehra Çakır tarafından 2009 yılında Türkçe'ye uyarlanmıştır. (Soygüt vd., 2009). Ağırlıklı olarak farklı üniversitelerin çeşitli fakülte ve bölümlerinde okuyan 17-35 yaş arasındaki 1071 kişi üzerinden yürütülmüştür. Katılımcıların yaş ortalaması 20,94'dür (SS= 2,07). Ölçeğin yapı geçerliliğini incelemek amacıyla Temel Bileşenler Analizi ile Betimleyici Faktör Analizi yapılmıştır. Yapılan analizler ile 5 şema alanında toplam 14 alt boyutun uygun olduğu belirlenlenmiştir. Gonca Soygüt, Alp Karaosmanoğlu ve Zehra Çakır tarafından Türkiye örneklemine uyarlanan ölçeğin 14 alt boyutu aşağıdaki tabloda gösterilmektedir.

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

No	Şema Alanları	Şema Boyutları
1	Ayrılma ve Reddedilme	Duygusal yoksunluk Sosyal izolasyon, / yabancılaşma Terk edilme / istikrarsızlık Kusurluluk / utanç
2	Zedelenmiş Özerklik ve Performans	İç içe Geçme/ Bağımlılık Başarısızlık Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık
3	Zedelenmiş Sınırlar	Ayrıcalıklılık / Yetersiz öz denetim
4	Diğeri Yönelimlilik	Onay arayıcılık / Tanınma Arayıcılık Kendini feda
5	Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama/Ketlenme	Olumsuzluk/ Karamsarlık Duyguları Baskılama Yüksek Standartlar / Aşırı Eleştiricilik Cezalandırıcılık

Yapılan analizler sonucu, iç tutarlık katsayısının YŞÖ-KF3 alt ölçekleri için $\alpha = .63-.80$ arasında değiştiği anlaşılmıştır. Yapılan üst sıra faktör analizi sonucu belirlenen şema alanlarının Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları ise $\alpha = .53-.81$ arasında değişmektedir. Buna göre ölçeğin iç tutarlık katsayısının orta düzeyde olduğu söylenebilir.

Ölçekte kesme puanı yoktur. Yüksek puanların uyumsuz şemaların çok sayıda ve şiddetli derecede var olduğunu ifade ettiği belirtilmiştir.

5.2.3. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği : YİYÖ- KF

Yakın ilişkilerde Yaşantılar Ölçeği (YİYÖ-KF); Wei, Russell, Mallinckrodt, ve Vogel (2007) tarafından geliştirilmiştir. 2016 yılında Mustafa Savcı ve Ferda Aysan tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır.(Savcı vd., 2016) Türkçe'ye uyarlanırken öncelikle ölçeği geliştiren Meifen Wei'den ölçeğin uyarlanmasına ilişkin izin alınmıştır. Türkiye uyarlaması 773 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri rastgele iki farklı gruba ayrılmış ve 362 veriden oluşan birinci grup üzerinden Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA), 411 veriden oluşan ikinci grup üzerinden Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) gerçekleştirilmiştir. YİYÖ-KF'nin güvenilirliği iç tutarlılık (Cronbach alpha) yöntemiyle incelenmiştir. YİYÖ-KF'nin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları kaçınma alt boyutu katsayısı .90 ve kaygı alt boyutu katsayısı .90 ölçeğin bütünü için .94 olarak bulunmuştur. YİYÖ-KF maddelerinin madde ayırt edicilik gücünü belirlemek amacıyla madde analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda, ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının kaçınma alt boyutunda .65 ile .81, kaygı alt boyutunda .65 ile .82 arasında değiştiği görülmüştür. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen bu sonuçlar YİYÖ-KF'nin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Türkçe'ye uygulayıcılar; katılımcılara kolaylık sağlaması amacıyla değerlendirmeyi 5'li likert tipi ("1" Kesinlikle katılmıyorum "5" Kesinlikle katılıyorum) derecelendirmeye uyarlamışlardır. Ölçek 12 madde ve kaygı ve kaçınma olmak üzere iki alt başlıktan oluşmaktadır. Ölçekte 4 madde (1-İhtiyaç duyduğumda romantik ilişki yaşadığım kişinin yardımına başvurmak benim için faydalı olur 2- Rahatlama ve güvence dahil birçok şeyi romantik ilişki yaşadığım kişiden beklerim. 3- Genellikle terkedilmekten korkmam. 4- Genellikle sorunlarımı ve kaygılarımı romantik ilişki yaşadığım kişi ile konuşurum.) tersten puanlanmaktadır. YİYÖ-KF kaygı ve kaçınma alt ölçekleri için ayrı ayrı toplam puanlar

vermektedir. Alt ölçekten alınan yüksek puanlar ilgili alt ölçeklerde düzeyin yüksek olduğuna işaret etmektedir.

5.2.4. Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algısı Ölçeği: ERKA

MacPhee D., Benson, J. B., & Bullock D. Tarafından 1986 yılında geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlaması Meltem Güler ve Ünsal Yetim tarafından 2008 yılında yapılmıştır. Ölçek annelik ve kendilik algısını ölçmeyi hedefler. Ölçek 4 alt boyut 18 maddeden oluşmaktadır. Bu 4 alt madde yeterlilik, rol doyumu, yatırım ve rol dengelemesi şeklindedir. Test 2'li derecelendirme “bana göre kısmen doğru” – “bana göre gerçekten doğru” şeklinde kendini değerlendirme şeklindedir. Ölçeğin her bir alt boyutundan alınan yüksek puan bireyin ilgili alt boyutun değerlendirdiği özelliğe sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin uyarlamasına dair yapılan incelemede ERKA alt boyutları birbirleri ile ilişkileri yüksek kavramlardan oluşmamaktadır. Bu nedenle alt boyutlar arasındaki ilişkilerin anlaşılması için aralarındaki korelasyonlar da hesaplanmıştır. Ölçek çalışmasında alt ölçeklerin güvenirlik katsayıları düşük ancak kabul edilebilir düzeyde önerilmiştir (Güler ve Yetim; 2008). Şimdiki çalışmada rol doyumu $\alpha=.625$; yeterlilik $\alpha=.537$, yatırım $\alpha=.521$ ve rol denge $\alpha=.545$ bulunmuştur. Dolayısıyla bu örneklem için de güvenirliği düşük gözlenmiştir. Ölçekte yer alan ifadelere katılımcıların verdiği yanıtlara bakıldığında yaklaşık dörtte birinin iki yönlü ifadelerin her ikisi için de yönergede açıkça belirtilmesine rağmen ayrı ayrı yanıt verdikleri görülmüştür. Her iki yöndeki ifadeye de ayrı yanıtlar verilmesi nedeniyle bunların “kararsız” puanlamalar olduğu değerlendirilerek, ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışmasında kullanılmayan “3” puanı bu çift puanlı ifadelerle verilmiştir. Geçerlik güvenirlik çalışmasında olumsuz ifadeler 1 ve 2 puan alırken olumlu ifadeler 4 ve 5 puan almaktadır. Ölçek ifadeleri de ayrıca olumlu ve olumsuz yönleri için tek tek değerlendirilmiş ve olumlu ifadelerin yüksek puan alacağı şekilde puanlama sistemi yeniden düzenlenmiştir. Dahası ölçekte yer alan ifadelerin kuruluşu kişinin kendisi ile ilgili bilinçli algısını değil de bilinç dışı algısını ölçmeye yönelik görülmüştür. Çünkü ifadeler incelendiğinde genelleme yargıları içermektedir ve kişiye özel ifadeler

değillerdir. Yine de ebeveyn rolü ile ilişkili kendilik algısının ölçülmesine yönelik sonraki çalışmalara örnek olması bakımından ölçeğin durumunun irdelenmesi önemli görülmüştür.

5.3. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS v.21 programı ile istatistiksel analize tabi tutulmuştur. İstatistiksel analizlere geçilmeden önce araştırmada kullanılan ölçeklerin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogorov-Smirnov normallik testi ile değerlendirilmiş ancak puanların normal dağılım sergilemediği gözlenmiştir. Bunun üzerine Tabachnick ve Fidell'in (2013) önerdiği şekilde çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 1.5 aralığında olup olmadığı incelenmiş ve puanların normal dağıldığı kabul edilmiştir. Bu nedenle korelasyon analizlerinde Pearson korelasyon analizi yürütülmüştür. Ancak bağımsız değişkenler bakımından ölçeklerden alınan ortalama puanların karşılaştırıldığı gruplararası karşılaştırmalarda, bağımsız değişken kategorilerine düşen katılımcı sayılarının birbirlerine denk dağılım göstermemesi nedeniyle nonparametrik testler (Mann Whitney U ve Kruskal Wallis) kullanılmıştır.

ALTINCI BÖLÜM: BULGULAR

6.1. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacına uygun şekilde toplanan verilerin, istatistiksel olarak analizlerine yer verilmiştir. İlk olarak katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeler verilmiştir. İkinci olarak katılımcıların demografik özellikleri bakımından ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırıldığı gruplararası karşılaştırma bulgularına yer verilmiştir. Üçüncü olarak araştırmada kullanılan ölçeklerden alınan puanlar arasındaki korelasyon bulguları ve regresyon analizi sonuçları verilmiştir. Dördüncü olarak aracı değişken analizi bulguları verilmiştir.

6.1. 0-6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Annelerinin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Tablo 4’de 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeler verilmiştir.

Tablo 4: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeler

Değişkenler	Kategoriler	n	%
Yaş Grubu	18-28 yaş	13	10.7
	29-38 yaş	80	66.1
	39-48 yaş	28	23.1
Medeni Durum	Evli	116	95.9
	Boşanmış	5	4.1
Eğitim Durumu	İlk-orta	12	9.9
	Lise	18	14.9
	Lisans	70	57.9
	Lisansüstü	21	17.4
İş Durumu	alışıyor	67	55.4
	alışmıyor (alışmayan, ğrenci ve emekli)	54	44.6
Ev Durumu	Anne ve babayla	1	.8
	Eşi ve çocuğuyla	114	94.2
	çocuğuyla	6	5.0
ocuk sayısı	Bir ocuk	75	62.0
	İki ocuk ve fazlası	46	38.0
Çocuğun yaşi	0-2 yaş	42	34.7
	3-4 yaş	39	32.2
	5-6 yaş	40	33.1
Toplam		121	100.0

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin yaş dağılımlarına bakıldığında, %10.7'sinin 18-28 yaş, %66.1'inin 29-38 yaş ve %23.1'inin 39-48 yaşlarda olduğu belirlenmiştir. Annelerin medeni durumlarına bakıldığında, %95.9'unun evli, %4.1'inin boşanmış olduğu bulunmuştur. Annelerin eğitim durumlarına bakıldığında, %9.9'unun ilk-orta, %14.9'unun lise, %57.9'unun lisans ve %17.4'ünün lisansüstü mezunu olduğu belirlenmiştir. Annelerin iş durumlarına bakıldığında, %55.4'ünün çalışıyor oldukları, %44.6'sının ise çalışmadığı (%35.5 çalışmıyor, %5.8 öğrenci, %3.3 emekli) belirlenmiştir. Annelerin evde kimlerle yaşadıklarını bakıldığında, %0.8'inin kendi anne ve babasıyla, %94.2'sini eşi ve çocuğuyla, %5'inin çocuğuyla yaşadığı bulunmuştur.

Annelerin 0-6 yaş aralığında çocuk sayılarına bakıldığında, %62'sinin bir çocuğunun, kalan %38'in iki ya da daha fazla çocuğunun olduğu belirlenmiştir. Çocukların yaşlarına bakıldığında, %34.7'sinin 0-2 yaş döneminde, %32.2'sinin 3-4 yaş döneminde ve %33.1'inin 5-6 yaş döneminde oldukları bulunmuştur.

6.2. 0-6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Annelerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları, Yakın İlişkilerde Kaygı ve Kaçınma Düzeyleri ve ERKA'ya İlişkin Betimleyici Bulgular

Tablo 5'de 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin Young Şema Ölçeği erken dönem uyumsuz şemalardan aldıkları ortalama puanlar ve standart sapmalar verilmiştir. Young Şema Ölçeğinde her şema 5'er ifade ile açıklanır ve şemalardan alınan toplam puanlar 5'e bölünerek şema puanı elde edilir.

Tablo 5: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin Young Şema Ölçeği erken dönem uyumsuz şemalardan aldıkları ortalama puanlar ve standart sapmalar

	N	ORT	SS	Puan Aralığı
Duygusal yoksunluk	121	2.05	1.049	1-5
Başarısızlık	121	1.91	.864	1-5
Karamsarlık	121	2.73	.979	1-6
Sosyal izolasyon	121	2.23	.880	1-5
Duyguları bastırma	121	2.04	.903	1-5
Onay arayıcılık	121	3.06	1.006	1-6
İç içe geçme / gelişmemiş benlik	121	2.26	.787	1-5
Ayrıcalıklılık / yetersiz özdenetim	121	2.98	.884	1-5
Kendini feda	121	3.36	1.149	1-6
Terk edilme	121	2.26	.808	1-5
Cezalandırıcılık	121	2.50	.707	1-5
Kusurluluk	121	1.60	.634	1-4
Dayanıksızlık	121	2.45	.997	1-5
Yüksek standartlar	121	3.05	.970	1-6
Kuşkuculuk ve kötüye kullanma	121	2.61	.926	1-5
Haklılık	121	3.17	.857	1-5
Boyun eğicilik	121	2.22	.966	1-5
Bağımlılık	121	1.64	.640	1-4

0-6 yaş aralığında çocuğu olan annelerin erken dönem uyumsuz şemalarının ortalamalarına bakıldığında; duygusal yoksunluk 2.05 ± 1.049 , başarısızlık 1.91 ± 0.864 , karamsarlık 2.73 ± 0.979 , sosyal izolasyon 2.23 ± 0.880 , duyguları bastırma, 2.04 ± 0.903 , onay arayıcılık 3.06 ± 1.006 , iç içe geçme / gelişmemiş benlik 2.26 ± 0.787 , ayrıcalıklılık / yetersiz özdenetim 2.98 ± 0.884 , kendini feda 3.36 ± 1.149 , terk edilme, 2.26 ± 0.808 , cezalandırıcılık, 2.50 ± 0.707 , kusurluluk 1.60 ± 0.634 , dayanıksızlık 2.45 ± 0.997 , yüksek standartlar 3.05 ± 0.970 , kuşkuculuk ve kötüye kullanılma 2.61 ± 0.926 , haklılık 3.17 ± 0.857 , boyun eğicilik 2.22 ± 0.966 ve bağımlılık 1.64 ± 0.640 bulunmuştur.

Tablo 6’da 0-6 yaş aralığında çocuğu olan annelerin Young Şema Ölçeği şema alanlarından aldıkları ortalama puanlar ve standart sapmalar verilmiştir. Şema alanları içinde yer alan şemaların sayıları birbirinden farklıdır. Puanlamanın standart olması bakımından şema alanlarına işaret eden şema puanları toplandıktan sonra şema sayısına bölünerek 1-5 arası şema alanı puanı elde edilmiştir. Ayrılma ve reddedilme şema alanında terk edilme, kuşkuculuk ve kötüye kullanılma, duygusal yoksunluk, kusurluluk, sosyal izolasyon şemaları; zedelenmiş özerklik ve performans şema alanında, bağımlılık, dayanıksızlık, iç içe geçme / gelişmemiş benlik, başarısızlık şemaları; zedelenmiş sınırlar şema alanında, haklılık, ayrıcalıklılık / yetersiz öz denetim; diğer yönelimlilik şema alanında, boyun eğicilik, kendini feda, onay arayıcılık; aşırı tetikte olma ve baskılama/ketlenme şema alanında karamsarlık, duyguları bastırma, yüksek standartlar ve cezalandırıcılık şemaları bulunmaktadır.

Tablo 6: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin Young Şema Ölçeği şema alanlarından aldıkları ortalama puanlar ve standart sapmalar

	N	ORT	SS	Puan Aralığı
Ayrılma ve reddedilme	121	2.15	.658	1-4
Zedelenmiş özerklik ve performans	121	2.07	.605	1-4
Zedelenmiş sınırlar	121	3.07	.772	1-5
Diğeri yönelimlilik	121	2.88	.890	1-5
Aşırı tetikte olma ve baskılama /ketlenme	121	2.58	.710	1-5

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin şema alanlarının ortalamalarına bakıldığında; ayrılma ve reddedilme 2.15 ± 0.658 , zedelenmiş özerklik ve performans 2.07 ± 0.605 , zedelenmiş sınırlar 3.07 ± 0.772 , diğeri yönelimlilik 2.88 ± 0.890 , aşırı tetikte olma ve baskılama / ketlenme 2.58 ± 0.710 , ayrılma ve reddedilme 2.15 ± 0.658 bulunmuştur.

Tablo 7’de 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA’dan (Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algısı Ölçeği) aldıkları ortalamalar ve standart sapmalar verilmiştir. Ölçeğin puanlarının standart halde izlenebilmesi açısından her alt ölçek toplam puanı soru sayısına bölünerek analize sokulmuştur.

Tablo 7: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA BOYUTLARI'ndan aldıkları ortalamalar ve standart sapmalar

	N	ORT	SS	Puan Aralığı
Rol doyumunu	121	3.94	.842	2-5
Yeterlilik	121	3.02	.748	1-5
Yatırım	121	3.48	.882	1-5
Rol dengesi	121	2.96	.912	1-5

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA BOYUTLARI ortalamalarına bakıldığında rol doyumunu 3.94 ± 0.842 , yeterlilik 3.02 ± 0.748 , yatırım 3.48 ± 0.882 ve rol dengesi 2.96 ± 0.912 bulunmuştur.

Tablo 8'de 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeğinden aldıkları ortalamalar ve standart sapmalar verilmiştir. Ölçek puanlarının standart halde izlenebilmesi açısından her alt ölçek toplam puanı soru sayısına bölünerek analize sokulmuştur.

Tablo 8: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeğinden aldıkları ortalamalar ve standart sapmalar

	N	ORT	SS	Puan Aralığı
Kaçınma	121	2.23	.570	1-4
Kaygı	121	2.81	.587	1-4

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin Yakın İlişkilerde Yaşantılar leğinden aldıkları ortalamalara bakıldığında, kaçınma 2.23 ± 0.570 , kaygı 2.81 ± 0.587 bulunmuştur.

6.3. 0-6 Yaş Aralığında ocuğu Olan Annelerin Demografik zellikleri Bakımından Erken Dönem Uyumsuz şemalarının, ERKA BOYUTLARI'nın (Rol Doyumu, Yeterlilik, Yatırım ve Rol Dengesi), Yakın İlişkilerde Kaygı ve Kaçınma Düzeylerinin Karşılaştırılması

Tablo 9'da 0-6 yaş aralığında çocuğu olan annelerin yaş gruplarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılara ilişkin ortalamalar, standart sapmalar ve Kruskal Wallis Testi bulguları verilmiştir.

Tablo 9: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin yaş gruplarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamalar, standart sapmalar ve Kruskal Wallis Testi bulguları

	Yaş	N	ORT	SS	χ^2	p
Ayrılma ve reddedilme	18-28	13	2.19	0.870	3.126	.210
	29-38	80	2.09	0.632		
	39-48	28	2.32	0.614		
Zedelenmiş özerklik ve performans	18-28	13	2.10	0.631	2.611	.271
	29-38	80	2.01	0.619		
	39-48	28	2.21	0.544		
Zedelenmiş sınırlar	18-28	13	3.49	0.952	5.041	.080
	29-38	80	3.03	0.786		
	39-48	28	3.00	0.586		
Diğeri yönelimlilik	18-28	13	2.96	0.968	.681	.712
	29-38	80	2.84	0.944		
	39-48	28	2.97	0.696		
Aşır tetikte olma ve baskılama/ketlenme	18-28	13	2.69	0.766	2.990	.224
	29-38	80	2.52	0.747		
	39-48	28	2.71	0.557		
Rol doyumu	18-28	13	4.02	0.904	.288	.866
	29-38	80	3.95	0.847		
	39-48	28	3.88	0.824		
Yeterlilik	18-28	13	2.73	0.622	3.106	.212
	29-38	80	3.07	0.823		
	39-48	28	3.02	0.535		
Yatırım	18-28	13	3.90	0.987	4.769	.092

	29-38	80	3.46	0.872		
	39-48	28	3.31	0.824		
	18-28	13	3.48	0.844		
Rol dengesi	29-38	80	3.00	0.949	7.283	.026*
	39-48	28	2.61	0.689		
	18-28	13	2.05	0.473		
Kaçınma	29-38	80	2.22	0.602	3.221	.200
	39-48	28	2.35	0.502		
	18-28	13	3.03	0.641		
Kaygı	29-38	80	2.76	0.609	2.365	.307
	39-48	28	2.83	0.481		

*p<.05

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin yaş gruplarına göre ERKA rol dengesi boyutuna ilişkin kendilik algısı ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ($\chi^2_{(2)}=7.283$; $p=.026$). Farkın kaynağının belirlenmesi amacıyla yürütülen Mann Whitney U testi sonucunda, 18-28 yaş grubunda olan annelerin ebeveyn rol dengesine ilişkin olumlu kendilik algısı ortalamaları ($\mu=3.48$) 39-48 yaş grubundaki annelerin ortalamalarından ($\mu=2.61$) anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($z=-2.734$; $p=.006$). Annelerin yaş gruplarına göre ERKA alt boyutları ile diğer alt ölçeklerden alınan ortalamalar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Ayrıca yaş grupları bakımından, erken dönem uyumsuz şema alanlarından aldıkları ortalama puanlar arasında ve yakın ilişkilerde kaçınma ve kaygı ortalama puanları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 10’da 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin eğitim durumlarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamalar, standart sapmalar ve Kruskal Wallis Testi bulguları verilmiştir.

Tablo 10: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin eğitim durumlarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamalar, standart sapmalar ve Kruskal Wallis Testi bulguları

	Eğitim Durumu	N	ORT	SS	χ^2	p
Ayrılma ve reddedilme	İlk-orta	12	2.26	0.834	3.429	.330
	Lise	18	2.26	0.860		
	Lisans	70	2.06	0.614		
	Lisansüstü	21	2.28	0.474		
Zedelenmiş özerklik ve performans	İlk-orta	12	2.25	0.840	1.157	.763
	Lise	18	2.15	0.694		
	Lisans	70	2.04	0.579		
	Lisansüstü	21	1.96	0.451		
Zedelenmiş sınırlar	İlk-orta	12	2.96	0.892	.604	.895
	Lise	18	2.97	0.815		
	Lisans	70	3.08	0.813		
	Lisansüstü	21	3.20	0.506		
Diğeri yönelimlilik	İlk-orta	12	3.13	1.156	1.663	.645
	Lise	18	3.14	1.063		
	Lisans	70	2.81	0.854		
	Lisansüstü	21	2.77	0.646		
Aşır tetikte olma ve baskılama/ketlenme	İlk-orta	12	2.92	0.901	3.900	.272
	Lise	18	2.61	0.846		
	Lisans	70	2.48	0.672		
	Lisansüstü	21	2.71	0.535		
Rol doyumu	İlk-orta	12	3.56	0.585	5.168	.160

	Lise	18	3.94	0.885		
	Lisans	70	4.07	0.859		
	Lisansüstü	21	3.71	0.807		
	İlk-orta	12	3.15	0.767		
Yeterlilik	Lise	18	2.93	0.572	.593	.898
	Lisans	70	3.03	0.849		
	Lisansüstü	21	2.98	0.498		
	İlk-orta	12	2.92	0.913		
Yatırım	Lise	18	3.29	0.888	16.377	.001*
	Lisans	70	3.73	0.806		
	Lisansüstü	21	3.11	0.843		
	İlk-orta	12	2.90	0.938		
Rol dengesi	Lise	18	2.89	0.719	3.853	.278
	Lisans	70	3.10	0.972		
	Lisansüstü	21	2.60	0.764		
	İlk-orta	12	2.47	0.572		
Kaçınma	Lise	18	2.21	0.652	2.838	.417
	Lisans	70	2.18	0.465		
	Lisansüstü	21	2.29	0.502		
	İlk-orta	12	2.85	0.543		
Kaygı	Lise	18	2.92	0.660	1.146	.766
	Lisans	70	2.77	0.599		
	Lisansüstü	21	2.81	0.525		

*p<.05

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin eğitim durumlarına göre ERKA yatırım algısı ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ($\chi^2_{(3)}=16.377$; $p=.001$). Farkın kaynağının belirlenmesi amacıyla yürütölen Mann Whitney U testi sonucunda, lisans mezunu olanların yatırım ortalamaları ($\mu=3.73$) ilk-ortaokul mezunu olanların ortalamasından ($\mu=2.92$) anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($z=-2.982$; $p=.003$). Lisans mezunu olanların yatırım ortalamaları ($\mu=3.73$) lise mezunu olanların ortalamasından ($\mu=3.92$) anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($z=-2.120$; $p=.034$). Lisans mezunu olanların yatırım ortalamaları ($\mu=3.73$) lisansüstü mezunu olanların ortalamasından ($\mu=3.11$) anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($z=-2.991$; $p=.003$). Diğer ortalamalar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 11’de 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin çalışma durumlarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamalar, standart sapmalar ve bağımsız örneklem t testi bulguları verilmiştir.

Tablo 11: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin çalışma durumlarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamalar, standart sapmalar ve bağımsız örneklem t testi bulguları

	İş Durumu	N	ORT	SS	t	p
Ayrılma ve reddedilme	Çalışıyor	67	2.13	.602	-.394	.694
	Çalışmıyor	54	2.18	.727		
Zedelenmiş özerklik ve performans	Çalışıyor	67	2.02	.530	-1.005	.317
	Çalışmıyor	54	2.13	.687		
Zedelenmiş sınırlar	Çalışıyor	67	3.13	.725	.856	.394
	Çalışmıyor	54	3.01	.828		
Diğeri yönelimlilik	Çalışıyor	67	2.82	.847	-.889	.376
	Çalışmıyor	54	2.96	.944		
Aşır tetikte olma ve baskılama/ketlenme	Çalışıyor	67	2.65	.632	1.067	.288
	Çalışmıyor	54	2.50	.794		
Rol doyumu	Çalışıyor	67	4.00	.862	.926	.356
	Çalışmıyor	54	3.86	.816		
Yeterlilik	Çalışıyor	67	2.98	.767	-.600	.550
	Çalışmıyor	54	3.06	.728		
Yatırım	Çalışıyor	67	3.46	.847	-.277	.783
	Çalışmıyor	54	3.50	.930		
Rol dengesi	Çalışıyor	67	2.89	1.003	-.954	.342
	Çalışmıyor	54	3.05	.784		
Kaçınma	Çalışıyor	67	2.21	.570	-.428	.670
	Çalışmıyor	54	2.26	.574		
Kaygı	Çalışıyor	67	2.74	.530	-1.487	.140
	Çalışmıyor	54	2.90	.644		

*p<.05

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin çalışma durumlarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamalar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 12’de 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ocuk sayılarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamalar, standart sapmalar ve bağımsız örnekleme t testi bulguları verilmiştir.



Tablo 12: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin çocuk sayılarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamalar, standart sapmalar ve bağımsız örneklem t testi bulguları

	Çocuk sayısı	N	ORT	SS	t	p
Ayrılma ve reddedilme	Bir çocuk	75	2.16	.651	-.394	.694
	İki çocuk ve fazlası	46	2.13	.677		
Zedelenmiş özerklik ve performans	Bir çocuk	75	2.01	.559	-1.005	.317
	İki çocuk ve fazlası	46	2.15	.670		
Zedelenmiş sınırlar	Bir çocuk	75	3.09	.798	.856	.394
	İki çocuk ve fazlası	46	3.05	.734		
Diğeri yönelimlilik	Bir çocuk	75	2.89	.816	-.889	.376
	İki çocuk ve fazlası	46	2.86	1.009		
Aşır tetikte olma ve baskılama/ketlenme	Bir çocuk	75	2.52	.648	1.067	.288
	İki çocuk ve fazlası	46	2.68	.797		
Rol doyumu	Bir çocuk	75	3.98	.872	.926	.356
	İki çocuk ve fazlası	46	3.88	.795		
Yeterlilik	Bir çocuk	75	2.95	.684	-.600	.550
	İki çocuk ve fazlası	46	3.13	.838		
Yatırım	Bir çocuk	75	3.53	.823	-.277	.783
	İki çocuk ve fazlası	46	3.39	.974		
Rol dengesi	Bir çocuk	75	3.01	.880	-.954	.342
	İki çocuk ve fazlası	46	2.88	.964		

Kaçınma	Bir çocuk	75	2.23	.498	-.062	.951
	İki çocuk ve fazlası	46	2.24	.546		
Kaygı	Bir çocuk	75	2.83	.560	-1.487	.140
	İki çocuk ve fazlası	46	2.77	.632		

*p<.05

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin çocuk sayılarına göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamalar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 13’de 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin çocuklarının yaş dönemlerine göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamalar, standart sapmalar ve Kruskal Wallis Testi bulguları verilmiştir.

Tablo 13: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin çocuklarının yaş dönemlerine göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamalar, standart sapmalar ve Kruskal Wallis Testi bulguları

	Çocuğun yaşı	N	ORT	SS	χ^2	p
Ayrılma ve reddedilme	0-2 yaş	42	2.03	0.581	3.430	.180
	3-4 yaş	39	2.35	0.735		
	5-6 yaş	40	2.09	0.625		
Zedelenmiş özerklik ve performans	0-2 yaş	42	2.08	0.653	1.933	.380
	3-4 yaş	39	2.15	0.591		
	5-6 yaş	40	1.97	0.564		
Zedelenmiş sınırlar	0-2 yaş	42	3.02	0.778	4.294	.117
	3-4 yaş	39	3.26	0.798		
	5-6 yaş	40	2.95	0.723		
Diğeri yönelimlilik	0-2 yaş	42	2.70	0.884	3.416	.181
	3-4 yaş	39	3.12	0.885		
	5-6 yaş	40	2.84	0.871		
Aşır tetikte olma ve baskılama/ketlenme	0-2 yaş	42	2.59	0.716	2.316	.314
	3-4 yaş	39	2.69	0.775		
	5-6 yaş	40	2.46	0.631		
Rol doyumu	0-2 yaş	42	3.79	0.852	2.237	.327
	3-4 yaş	39	4.08	0.799		
	5-6 yaş	40	3.96	0.867		

Yeterlilik	0-2 yaş	42	3.08	0.779		
	3-4 yaş	39	2.90	0.608	.969	.616
	5-6 yaş	40	3.07	0.838		
Yatırım	0-2 yaş	42	3.30	0.938		
	3-4 yaş	39	3.66	0.931	3.667	.160
	5-6 yaş	40	3.48	0.746		
Rol dengesi	0-2 yaş	42	2.83	0.957		
	3-4 yaş	39	3.13	0.868	2.955	.228
	5-6 yaş	40	2.94	0.901		
Kaçınma	0-2 yaş	42	2.26	0.612		
	3-4 yaş	39	2.15	0.600	.766	.682
	5-6 yaş	40	2.28	0.496		
Kaygı	0-2 yaş	42	2.71	0.627		
	3-4 yaş	39	2.88	0.523	2.099	.350
	5-6 yaş	40	2.83	0.602		

*p<.05

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin çocuklarının yaş dönemlerine göre erken dönem uyumsuz şema alanlarına, ERKA ve yakın ilişkilerdeki yaşantılarına ilişkin ortalamalar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

6.4. 0-6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Annelerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları, ERKA BOYUTLARI (Rol Doyumu, Yeterlilik, Yatırım ve Rol Dengesi) Yakın İlişkilerde Kaygı ve Kaçınma Düzeyleri Arasındaki İlişkiler

Tablo 14’de 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA ile erken dönem uyumsuz şema alanları ve yakın ilişkilerdeki yaşantıları arasındaki Pearson korelasyon analizi bulguları verilmiştir.

Tablo 14: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA ile erken dönem uyumsuz şema alanları ve yakın ilişkilerdeki yaşantıları arasındaki Pearson korelasyon analizi bulguları:

	Rol doyumu	Yeterlilik	Yatırım	Rol dengesi
Ayrılma ve reddedilme	-.151	-.295**	-.080	-.085
Zedelenmiş özerklik ve performans	-.116	-.164	.001	-.058
Zedelenmiş sınırlar	-.067	-.212*	.053	-.051
Diğeri yönelimlilik	-.203*	-.274**	-.024	-.177
Aşır tetikte olma ve baskılama/ketlenme	-.075	-.181*	-.113	-.152
Kaçınma	-.054	-.007	-.154	-.124
Kaygı	-.057	-.376**	.148	-.112

*p<.05; **p<.01

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA rol doymu ile diğeri yönelimlilik uyumsuz şema alanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.203$; $p=.026$). Annelerin diğeri yönelimlilik erken dönem uyumsuz şemaları arttıķa ERKA rol doymu azalmaktadır. ERKA Rol doymunun diğer şema alanları ve yakın ilişkilerdeki kaķınma ve kaygı boyutları ile anlamlı ilişkisi bulunmamıştır.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA yeterlilik ile ayrılma ve reddedilme uyumsuz şema alanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.295$; $p=.001$). Annelerin ayrılma ve reddedilme erken dönem uyumsuz şemaları arttıķa ERKA yeterlilik algısı azalmaktadır.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA yeterlilik ile zedelenmiş sınırlar uyumsuz şema alanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.212$; $p=.020$). Annelerin zedelenmiş sınırlar erken dönem uyumsuz şemaları arttıķa ERKA yeterlilik algısı azalmaktadır.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA yeterlilik ile diğeri yönelimlilik şema alanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.274$; $p=.002$). Annelerin diğeri yönelimlilik erken dönem uyumsuz şemaları arttıķa ERKA yeterlilik algısı azalmaktadır.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA yeterlilik ile aşırı tetikte olma ve baskılanma/ketlenme uyumsuz şema alanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.181$; $p=.047$). Annelerin aşırı tetikte olma ve baskılanma/ketlenme erken dönem uyumsuz şemaları arttıķa ERKA ile ilişkili yeterlilik algısı azalmaktadır.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA yeterlilik ile zedelenmiş özerklik ve performans şema alanı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA yeterlilik ile yakın ilişkilerde kaygı yaşantısı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=-.376$; $p=.000$). Annelerin yakın ilişkilerde kaygı yaşantısı arttıķa ERKA yeterlilik algısı azalmaktadır.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA yeterlilik ile yakın ilişkilerde kaķınma yaşantısı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA yatırım ile erken dönem uyumsuz şema alanlarıyla ve yakın ilişkilerde kaçınma ve kaygı yaşantılarıyla anlamlı ilişkisi bulunmamıştır.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA rol dengesi ile erken dönem uyumsuz şema alanlarıyla ve yakın ilişkilerde kaçınma ve kaygı yaşantılarıyla anlamlı ilişkisi bulunmamıştır.

Tablo 15’de 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin erken dönem uyumsuz şema alanları ile yakın ilişkilerdeki yaşantıları arasındaki Pearson korelasyon analizi bulguları verilmiştir.

Tablo 15: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin erken dönem uyumsuz şema alanları ile yakın ilişkilerdeki yaşantıları arasındaki Pearson korelasyon analizi bulguları

	Kaçınma	Kaygı
Ayrılma ve reddedilme	.197*	.466**
Zedelenmiş özerklik ve performans	.213*	.396**
Zedelenmiş sınırlar	.169	.320**
Diğeri yönelimlilik	.068	.497**
Aşırı tetikte olma ve baskılama/ketlenme	.127	.331**

*p<.05; **p<.01

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin yakın ilişkilerde kaçınma yaşantıları ile ayrılma ve reddedilme ($r=.197$; $p=.031$) ve zedelenmiş özerklik ve performans ($r=.213$; $p=.019$) şema alanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrılma ve reddedilme şema alanı arttıkça yakın ilişkilerde kaçınma yaşantısı artmaktadır. Zedelenmiş özerklik ve performans şema alanı arttıkça kaçınma yaşantısı artmaktadır. Kaçınma yaşantısı ile diğer erken dönem uyumsuz şema alanları ile anlamlı ilişkisi bulunmamıştır.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin yakın ilişkilerde kaygı yaşantıları ile ayrılma ve reddedilme ($r=.466$; $p=.000$), zedelenmiş özerklik ve performans ($r=.396$; $p=.000$), zedelenmiş sınırlar ($r=.320$; $p=.000$), diğeri yönelimlilik ($r=.497$; $p=.000$) ve aşırı tetikte olma ve baskılanma / ketlenme ($r=.331$; $p=.000$) şema alanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Tüm erken dönem olumsuz şema alanları arttıkça yakın ilişkilerde kaygı yaşantısı artmaktadır.

Tablo 16’da 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA alt boyutları arasındaki Pearson korelasyon analizi bulguları verilmiştir.

Tablo 16: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA alt boyutlarının kendi aralarındaki Pearson korelasyon analizi bulguları

	Rol doyumu	Yeterlilik	Yatırım	Rol dengesi
Rol doyumu	1			
Yeterlilik	.173	1		
Yatırım	.427**	-.052	1	
Rol dengesi	.336**	.145	.167	1

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

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA rol doyumu alt boyutu ile ERKA yatırım alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.427$; $p=.000$). ERKA ile ilişkili yatırım arttıkça rol doyumu artmaktadır.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA rol doyumu alt boyutu ile ERKA rol dengesi alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.336$; $p=.000$).

ERKA olumlu rol dengesi arttıkça ERKA rol doyumu artmaktadır. Diğer alt boyutlar arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Tablo 17’de 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin erken dönem uyumsuz şemalarının ve yakın ilişkilerdeki kaygı yaşantılarının, ERKA yeterlilik ile ilgili çoklu regresyon analizi bulguları verilmiştir.

Tablo 17: 0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin erken dönem uyumsuz şemalarının ve yakın ilişkilerdeki kaygının, ERKA yeterlilik üzerindeki etkisine ilişkin çoklu regresyon analizi bulguları

Model	R	R ²	B	B _{se}	β	F	t
Sabit			4.482	.363			12.359
Ayrılma ve reddedilme			-186	.181	-.163		-1.023
Zedelenmiş sınırlar			-.062	.106	-.064		-.584
1 Diğer yönelimlilik	.406	.165	-.038	.120	-.046	4.547**	-.322
Aşırı tetikte olma			.108	.144	.103		.754
Kaygı			-.062	.021	-.291		-2.897**

* $p<.01$

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin erken dönem uyumsuz şemaları ve yakın ilişkilerdeki kaygı yaşantılarının ERKA yeterlilik üzerindeki etkisine ilişkin standart regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu [$F(5-115)=4.547$; $p=.001$]; ERKA yeterlilik algısı bağımlı değişkenindeki varyansın %17'sinin bağımsız değişkenler olan ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik, aşırı tetikte olma uyumsuz şemaları ile yakın ilişkilerde kaygının açıkladığı bulunmuştur ($r=.406$; $r^2=.165$). ERKA yeterlilik algısını açıkladığı görülen bu bağımsız değişkenlerin yordayıcılıklarının anlamlı olup olmadığına bakıldığında; ayrılma ve reddedilme ($t=-1.023$; $p>.05$), zedelenmiş sınırlar ($t=-.584$; $p>.05$), diğeri yönelimlilik ($r=-.322$; $p>.05$) ve aşırı tetikte olma ($t=.754$; $p>.05$) bağımsız değişkenlerinin ERKA yeterlilik algısını anlamlı şekilde yordamadıkları; diğeryandan yakın ilişkilerde kaygının ($t=-2.897$; $p<.01$) ERKA yeterlik algısını anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur.

6.5. 0-6 Yaş Grubunda Çocuğu Olan Annelerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları ve ERKA Yeterlilik Algıları Arasındaki İlişkide Yakın İlişki Yaşantısında Kaygının Aracılık Etkisi

Tablo 18'de aracı değişken analizine girecek değişkenler arasındaki Pearson korelasyon analizi bulguları verilmiştir.

Tablo 18: Aracı değişken analizine girecek değişkenler arasındaki Pearson korelasyon analizi bulguları

	1	2	3	4	5	6
1. Ayrılma ve reddedilme	1					
2. Zedelenmiş sınırlar	.578**	1				
3. Diğer yönelimlilik	.766**	.418**	1			
4. Aşır tetikte olma	.739**	.574**	.664**	1		
5. Kaygı	.466**	.320**	.497**	.331**	1	
6. Yeterlilik	-.295**	-.212*	-.274**	-.181*	-.376**	1

*p<.05; **p<.01

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ayrılma ve reddedilme uyumsuz şemaları ile yakın ilişkilerde kaygı arasında ($r=.466$; $p<.01$) pozitif yönde ve ERKA yeterlilik arasında ($r=-.295$; $p<.01$) negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin zedelenmiş sınırlar uyumsuz şemaları ile yakın ilişkilerde kaygı arasında ($r=.320$; $p<.01$) pozitif yönde ve ERKA yeterlilik arasında ($r=-.212$; $p<.05$) negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin diğeri yönelimlilik uyumsuz şemaları ile yakın ilişkilerde kaygı arasında ($r=.497$; $p<.01$) pozitif yönde ve ERKA yeterlilik arasında ($r=-.274$; $p<.01$) negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin aşır tetikte olma uyumsuz şemaları ile yakın ilişkilerde kaygı arasında ($r=.331$; $p<.01$) pozitif yönde ve ERKA yeterlilik arasında ($r=-.181$; $p<.05$) negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin yakın ilişkilerde kaygı ile ERKA yeterlilik arasında ($r=-.376$; $p<.01$) negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Aracı değişken analizinde Baron ve Kenny''nin (1986) aracılık değişken analizi adımları takip edilmiştir. Buna göre,

1. Bağımsız değişken (şema alanları) bağımlı değişkeni (ERKA yeterlilik) anlamlı şekilde yordamalídır.
2. Bağımsız değişken (şema alanı) aracı değişkeni (yakın ilişkilerde kaygı yaşantısı) anlamlı şekilde yordamalídır.
3. Aracı değişken (yakın ilişkilerde kaygı yaşantısı), bağımsız değişkenin (şema) etkisi kontrol edildikten sonra hala yordamalídır.
4. Aracı değişkenin (yakın ilişkilerde kaygı yaşantısı) modele katılımından sonra bağımsız değişkenin (şema) bağımlı değişken zerindeki (ERKA yeterlilik) yordayıcılığı yok olmalıdır (tam aracılık etkisi) ya da azalmalıdır (kısmi aracılık etkisi)

Tablo 19'da ayrılma ve reddedilme uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik arasındaki ilişkide yakın ilişkilerde kaygının aracılık etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları verilmiştir.

Tablo 19: Ayrılma ve reddedilme şema alanı ile ERKA yeterlilik algısı arasındaki ilişkide yakın ilişkilerde kaygının aracılık etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları

	R	R ²	B	B _{se}	β	t	F
Ayrılma ve reddedilme →Yeterlilik	.295	.087	-.335	.100	.295	-3.367**	11.339**
Ayrılma ve reddedilme →Kaygı	.466	.217	.415	.072	.466	5.749**	32.943**
Ayrılma ve Reddedilme*Kaygı →Yeterlilik	.400	.160	-.174	.108	-.153	-1.604	11.223**
			-.389	.122	-.305	3.198**	
Sobel test: z=-2.762; p=.006		*p<.05; **p<.01					

Baron ve Kenny'nin ilk adımında ayrılma ve reddedilme uyumsuz şema alanının ERKA yeterlilik üzerindeki etkisine yönelik regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu [F(1-119)=11.339; p<.01]; ERKA Yeterlilik bağımlı değişkenindeki varyansın %9'unun ayrılma ve reddedilme şeması ile açıklandığı bulunmuştur (r=.295; r²=.087). Ayrılma ve reddedilme uyumsuz şemasının, ERKA yeterlilik algısını anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur (t=-3.367; p<.01).

Baron ve Kenny'nin ikinci adımında ayrılma ve reddedilme uyumsuz şema alanının yakın ilişkilerde kaygı üzerindeki etkisine yönelik regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu [F(1-119)=32.943; p<.01]; yakın ilişkilerde kaygı bağımlı (aracı değişken) değişkenindeki varyansın %22'sinin ayrılma ve reddedilme şeması ile açıklandığı bulunmuştur (r=.466; r²=.217). Ayrılma ve reddedilme uyumsuz şemasının yakın ilişkilerde kaygıyı anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur (t=5.749; p<.01).

Baron ve Kenny'nin üçüncü ve dördüncü adımında ayrılma ve reddedilme uyumsuz şema alanı (bağımsız değişken) ile yakın ilişkilerde kaygı (aracı değişken) ERKA yeterlilik algısı üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi sonucunda elde edilen

regresyon modelinin anlamlı olduğu [F(2-118)=11.223; p<.01]; ERKA yeterlilik algısı bağımlı değışkenindeki varyansın %16'sının ayrılma ve reddedilme uyumsuz şeması ve yakın ilişkilerde kaygı ile ačíkladıđı bulunmuştur ($r=400$; $r^2=160$). Ayrılma ve reddedilme uyumsuz şemasının ERKA yeterlik algısını anlamlı şekilde yordamadığı ($t=-1.604$; $p=.111$), yakın ilişkilerde kaygının ERKA yeterlilik algısını anlamlı şekilde yordadığı ($t=-3.198$; $p<.001$) bulunmuştur.

Baron ve Kenny'nin üçüncü ve dördüncü adımında yakın ilişkilerde kaygı aracı değışkeni analize sokulduğunda, ayrılma ve reddedilme uyumsuz şema alanının regresyon katsayısında azalma olduğu ve artık anlamlı olmadığı, yakın ilişkilerde kaygının, ayrılma ve reddedilme şema alanı ile ERKA yeterlilik arasındaki ilişkiye *tam olarak* aracılık ettiği tespit edilmiştir. Regresyon katsayısında gözlenen düşüşün anlamlı olup olmadığının ortaya konması amacıyla Hayes Process Macro ile yürütölen Sobel testi sonucunda z değerinin -3.29'dan büyük olduğu ($z= -2.762$; $p<.01$), dolayısıyla aracı değışkenin tam aracılık etkisinin $p<.01$ düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 20'de zedelenmiş sınırlar uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik arasındaki ilişkide kaygının aracılık etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları verilmiştir.

Tablo 20: Zedelenmiş sınırlar uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik arasındaki ilişkide yakın ilişkilerde kaygının aracılık etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları

	R	R ²	B	B _{se}	β	t	F
Zedelenmiş sınırlar → Yeterlilik	.212	.045	-.205	.087	-.212	-2.365*	5.592*
Zedelenmiş sınırlar → Kaygı	.320	.103	.243	.066	.320	3.690**	11.613**
Zedelenmiş sınırlar* Kaygı → Yeterlilik	.388	.151	-.099	.087	-.102	-1.137	10.477**
			-.438	.114	-.344	3.836**	
Sobel test: z=-2.614; p=.009 *p<.05; **p<.01							

Baron ve Kenny'nin ilk adımında zedelenmiş sınırlar uyumsuz şema alanının ERKA yeterlilik algısı üzerindeki etkisine yönelik regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu [$F(1-119)=5.592$; $p<.01$]; ERKA bağımlı değişkenindeki varyansın %5'inin zedelenmiş sınırlar uyumsuz şeması ile açıklandığı bulunmuştur ($r=.212$; $r^2=.045$). Zedelenmiş sınırlar uyumsuz şemasının, ERKA yeterliliği anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur ($t=-2.365$; $p<.05$).

Baron ve Kenny'nin ikinci adımında zedelenmiş sınırlar uyumsuz şema alanının yakın ilişkilerde kaygı üzerindeki etkisine yönelik regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu [$F(1-119)=11.613$; $p<.01$]; yakın ilişkilerde kaygı bağımlı (aracı değişken) değişkenindeki varyansın %10'unun zedelenmiş sınırlar uyumsuz şeması ile açıklandığı bulunmuştur ($r=.320$; $r^2=.103$). Zedelenmiş sınırlar uyumsuz şemasının, yakın ilişkilerde kaygıyı anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur ($t=3.690$; $p<.01$).

Baron ve Kenny'nin üçüncü ve dördüncü adımında zedelenmiş sınırlar uyumsuz şema alanı (bağımsız değişken) ile yakın ilişkilerde kaygı (aracı değişken) ERKA yeterlilik algısı üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu [$F(2-118)=10.477$; $p<.01$]; ERKA yeterlilik bağımlı değişkenindeki varyansın %15'inin zedelenmiş sınırlar uyumsuz şema ve yakın ilişkilerde kaygı ile açıklandığı bulunmuştur ($r=.388$; $r^2=.151$). Zedelenmiş sınırlar uyumsuz şemasının ERKA yeterliliği anlamlı şekilde yordamadığı ($t=-1.137$; $p=.258$), yakın ilişkilerde kaygının ERKA yeterlilik algısını anlamlı şekilde yordadığı ($t=-3.836$; $p<.001$) bulunmuştur.

Baron ve Kenny'nin üçüncü ve dördüncü adımında yakın ilişkilerde kaygı aracı değişkeni analize sokulduğunda, zedelenmiş sınırlar uyumsuz şema alanının regresyon katsayısında azalma olduğu ve artık anlamlı olmadığı, yakın ilişkilerde kaygının, zedelenmiş sınırlar uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik arasındaki ilişkiye *tam olarak* aracılık ettiği tespit edilmiştir. Regresyon katsayısında gözlenen düşüşün anlamlı olup olmadığının ortaya konması amacıyla Hayes Process Macro ile yürütülen Sobel testi sonucunda z değerinin -3.29'dan büyük olduğu ($z=-2.614$; $p<.01$), dolayısıyla aracı değişkenin tam aracılık etkisinin $p<.01$ düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 21'de diğeri yönelimlilik uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik algısı arasındaki ilişkide yakın ilişkilerde kaygının aracılık etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları verilmiştir.

Tablo 21: Diğeri yönelimlilik uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik algısı arasındaki ilişkide yakın ilişkilerde kaygının aracılık etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları

	R	R ²	B	B _{se}	β	t	F
Diğeri yönelimlilik →Yeterlilik	.274	.075	.223	.074	-.274	-3.119**	9.675**
Diğeri yönelimlilik →Kaygı	.497	.247	.328	.052	.497	6.254**	39.114**
Diğeri yönelimlilik*Kaygı →Yeterlilik	.389	.152	-.097	.082	-.116	-1.184	10.541**
			-.406	.125	-.319	-3.260**	
Sobel test: z=-2.862; p=.004 *p<.05; **p<.01							

Baron ve Kenny'nin ilk adımında diğeri yönelimlilik uyumsuz şema alanının ERKA yeterlilik algısı üzerindeki etkisine yönelik regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu [F(1-119)=9.675; p<.01]; ERKA yeterlilik bağımlı değişkenindeki varyansın %8'inin diğeri yönelimlilik uyumsuz şema ile açıklandığı bulunmuştur (r=.274; r²=.075). Diğeri yönelimlilik uyumsuz şemasının ERKA yeterliliği anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur (t=-2.274; p<.01).

Baron ve Kenny'nin ikinci adımında diğeri yönelimlilik uyumsuz şema alanının yakın ilişkilerde kaygı üzerindeki etkisine yönelik regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu [F(1-119)=39.114; p<.01]; yakın ilişkilerde kaygının bağımlı (aracı değişken) değişkenindeki varyansın %25'inin diğeri yönelimlilik uyumsuz şeması ile açıklandığı bulunmuştur (r=.497; r²=.247). Diğeri yönelimlilik uyumsuz şemasının yakın ilişkilerde kaygıyı anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur (t=6.254; p<.01).

Baron ve Kenny'nin üçüncü ve dördüncü adımında diğeri yönelimlilik uyumsuz şema alanı bağımsız değişkeni ile yakın ilişkilerde kaygı aracı değişkeninin ERKA yeterlilik üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu [F(2-118)=10.541; p<.01]; ERKA yeterlilik algısı bağımlı değişkenindeki varyansın %15'inin diğeri yönelimlilik uyumsuz şeması ve yakın

ilişkilerde kaygı ile açıklandığı bulunmuştur ($r=389$; $r^2=152$). Diğer yönelimlilik şemasının ERKA yeterliliği anlamlı şekilde yordamadığı ($t=-1.184$; $p=.239$), yakın ilişkilerde kaygının ERKA yeterlilik algısını anlamlı şekilde yordadığı ($t=-3.260$; $p<.001$) bulunmuştur.

Baron ve Kenny'nin üçüncü ve dördüncü adımında yakın ilişkilerde kaygı aracı değişkeni analize sokulduğunda, diğer yönelimlilik uyumsuz şema alanının regresyon katsayısında azalma olduğu ve artık anlamlı olmadığı, yakın ilişkilerde kaygının, diğer yönelimlilik uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik arasındaki ilişkiye *tam olarak* aracılık ettiği tespit edilmiştir. Regresyon katsayısında gözlenen düşüşün anlamlı olup olmadığının ortaya konması amacıyla Hayes Process Macro ile yürütülen Sobel testi sonucunda z değerinin -3.29'dan büyük olduğu ($z= -2.862$; $p<.01$), dolayısıyla aracı değişkenin tam aracılık etkisinin $p<.01$ düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur.

Tablo 22'de aşırı tetikte olma uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik algısı arasındaki ilişkide yakın ilişkilerde kaygının aracılık etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları verilmiştir.

Tablo 22: Aşırı tetikte olma uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik algısı arasındaki ilişkide yakın ilişkilerde kaygının aracılık etkisine ilişkin regresyon analizi bulguları

	R	R ²	B	B _{se}	β	t	F
Aşırı tetikte olma → Yeterlilik	.181	.033	.191	.095	-.181	-2.010*	4.041*
Aşırı tetikte olma → Kaygı	.331	.109	.273	.072	.331	3.821**	14.599**
Aşırı tetikte olma* Kaygı → Yeterlilik	.381	.145	-.067	.095	-.064	-.708	10.616**
			-.453	.115	-.355	-3.937**	
Sobel test: z=-2.697; p=.007		*p<.05; **p<.01					

Baron ve Kenny'nin ilk adımında aşırı tetikte olma uyumsuz şema alanının ERKA yeterlilik üzerindeki etkisine yönelik regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu [$F(1-119)=4.041$; $p<.05$]; ERKA yeterlilik bağımlı değişkenindeki varyansın %3'ünün aşırı tetikte olma uyumsuz şeması ile açıklandığı bulunmuştur ($r=.181$; $r^2=.033$). Aşırı tetikte olma uyumsuz şemasının, ERKA yeterliliği anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur ($t=-2.010$; $p<.05$).

Baron ve Kenny'nin ikinci adımında aşırı tetikte olma uyumsuz şema alanının yakın ilişkilerde kaygı üzerindeki etkisine yönelik regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu [$F(1-119)=14.599$; $p<.01$]; yakın ilişkilerde kaygı (bağımlı değişken) değişkenindeki varyansın %11'inin aşırı tetikte olma uyumsuz şeması ile açıklandığı bulunmuştur ($r=.331$; $r^2=.109$). Aşırı tetikte olma uyumsuz şemasının yakın ilişkilerde kaygıyı anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur ($t=3.821$; $p<.01$).

Baron ve Kenny'nin üçüncü ve dördüncü adımında aşırı tetikte olma uyumsuz şema alanı bağımsız değişkeni ile yakın ilişkilerde kaygı aracı değişkeninin ERKA yeterlilik üzerindeki etkisine ilişkin regresyon analizi sonucunda elde edilen regresyon modelinin anlamlı olduğu [$F(2-118)=10.016$; $p<.01$]; ERKA yeterlilik bağımlı değişkenindeki varyansın %15'inin aşırı tetikte olma uyumsuz şeması ve yakın ilişkilerde

kaygı ile açıklandığı bulunmuştur ($r=.381$; $r^2=.145$). Aşırı tetikte olma uyumsuz şemasının ERKA yeterliliği anlamlı şekilde yordamadığı ($t=-.708$; $p=.480$), yakın ilişkilerde kaygının ERKA yeterliliği anlamlı şekilde yordadığı ($t=-3.937$; $p<.001$) bulunmuştur.

Baron ve Kenny'nin üçüncü ve dördüncü adımında yakın ilişkilerde kaygı aracı değişkeni analize sokulduğunda, aşırı tetikte olma uyumsuz şema alanının regresyon katsayısında azalma olduğu ve artık anlamlı olmadığı, yakın ilişkilerde kaygının, aşırı tetikte olma uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik arasındaki ilişkiye *tam olarak* aracılık ettiği tespit edilmiştir. Regresyon katsayısında gözlenen düşüşün anlamlı olup olmadığının ortaya konması amacıyla Hayes Process Macro ile yürütülen Sobel testi sonucunda z değerinin -3.29 'dan büyük olduğu ($z=-2.697$; $p<.01$), dolayısıyla aracı değişkenin tam aracılık etkisinin $p<.01$ düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur.

YEDİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

7.1. Tartışma ve Yorum

Bu bölümde araştırmanın konusu olan erken dönem uyumsuz şemalar ve yakın ilişkilerde bağlanma örüntülerinin, 0-6 yaşları arasında çocuğu olan annelerin annelik rolündeki kendilik algıları üzerindeki etkisine yönelik araştırmadan elde edilen veriler istatistiksel olarak değerlendirilmiş ve literatürden benzer araştırma sonuçlarıyla karşılaştırılarak yorumlanmıştır. Şemalar ve bağlanma değişkenleri dışında annelik rolündeki kendilik algısı üzerinde demografik farklılıkların etkili olup olmadığını görmek için sosyodemografik bilgiler de incelemeye dahil edilmiştir. Araştırmamızın örneklem grubu 121 kişiden oluşan kadın ebeveynlerdir. Katılımcılara yaş kriteri açısından bakıldığında %66.1 ile 29-38 yaş arasındaki anne çoğunluktadır (Tablo 1). Bu bilgi ile araştırmada kullanılan ölçek ve soruları cevaplandıran annelerin belli bir yaşam deneyimine ve olgunluğa sahip anneler olduğu düşünülebilir.

Katılımcılara Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (YŞÖ –KF3) uygulanmış ve 18 adet alt şema arasından en yüksek ortalama değer (3.36) ile kendini feda şeması çıkmıştır (Tablo 2). Onu takip eden diğer yüksek değerdeki uyumsuz şema ise (3.17) haklılık şemasıdır. Kendini feda şemasının yüksek çıkması, Türk kadının kültürel algısında yer alan fedakar ve cefakar anne algısını destekler niteliktedir. Nitekim anneler için kullanılan fedakar tanımlaması bir çok araştırmada da kullanılmıştır. Gül (2009)'e göre kadınların birincil görevi çocuklarıyla ilgilenmek ve tüm ihtiyaçlarının karşılanması konusunda her türlü fedakarlığı yapan, her türlü çareyi arayan fedakar anne olmalarıdır. Zeytinoğlu (2012), araştırmasında kadınlardan anneliği tanımlamalarını istemiş ve tanımda kullanılan kelimeler arasında en çok; fedakârlık, sorumluluk, edep vermek, yetmek ve yanında olmak kavramlarını kullandıklarını ifade etmiştir. Görüldüğü üzere fedakarlık kavramı hem annelerin bizzat kendileri hem de toplum tarafından Türk annesi ile özdeşleşmiş bir kavramdır. Katılımcılarımızın erken dönem uyumsuz şemaları içinde en yüksek oranda kendini feda şemasının çıkmış olması bu anlamda şaşırtıcı olmamıştır.

Katılımcılara Yakın ilişkilerde Yaşantılar Ölçeği - Kısa Form (YİYO-KF3) uygulanmıştır. Buna göre annelerimizin yakın ilişkilerinde, kaygı ve kaçınma örüntülerine rastlanmıştır. Yakın ilişkilerde yaşantılar ölçeğinden aldıkları ortalama puanlara göre grubumuz ağırlıkta kaygılı anneden oluşmaktadır.

Annelerimizin yaş gruplarına (bağımlı değişken) göre bağımsız değişkenlerimiz (YŞÖ-KF3, ERKA, YİYO-KF) arasında yapılan Kruskal Wallis Testine göre annelerin yaşları ile şemalar ve bağlanma örüntüleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Annelerin yaşı ile ERKA Rol dengesi alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. İlişkinin kaynağının hangi yaş grubu olduğunu tespit etmek için yapılan Mann Whitney U testine göre, 18-28 yaş grubunun, ebeveyn rol dengesine ilişkin olumlu kendilik algılarının diğer yaş gruplarından yüksek olduğu görülmektedir.

Rol dengesi, bireyin sahip olduğu ebeveyn, eş, çalışan rollerini dengeli bir şekilde yürütmesi, kimlikler arasındaki dengeyi etkili bir şekilde sağlamasıdır (Perry-Jenkins, Repetti & Crouter, 2000).

Demir (2017) araştırmasında insanın sahip olduğu roller arasında dengeyi kurabilmesinin bu rolleri ne kadar başarılı ve iyi bir şekilde gerçekleştirebileceğinin bir belirteci olduğunu, rol dengesini iyi kurabilen kişilerin düşük depresyon seviyesine sahip ve kendine güveni yüksek kişiler olduğunu belirtmiştir.

Katılımcıların eğitim durumu (bağımlı değişken) ile YŞÖ-KF3, YİYO-KF bağımsız değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak ERKA yatırım alt boyutu ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İlişkinin kaynağının hangi eğitim boyutu olduğunu tespit etmek için yapılan Mann Whitney U testine göre; lisans mezunu olanların yatırım ortalamaları sırasıyla lise, lisansüstü ve ilk-ortaokuldan mezun olanların ortalamalarından yüksek bulunmuştur (Tablo 10). Burada kısmen şaşırtıcı olan sonuç lisanüstü mezunu olan annelerin ERKA yatırım ortalamalarının lisans ve lise mezunu olanlardan düşük olmasıdır. Oysa kendine yatırım yapmayı seçen bireylerin, çocuklarına yatırım yapma istek ve girişimlerinin daha fazla olacağı düşünülmektedir. Literatürdeki birçok veri de bu beklentiye destekler niteliktedir.

Yılmaz, H., Ülker, M. ve Yılmaz S. A. (2018)' da çocukluklara yapılan yatırım ile ilgili olarak, kitap okuma, eğitimlere katılma, yatırım algısının yükselmesini sağlar bu nedenle eğitim seviyesi yüksek ebeveynlerin yatırım algısının da yüksek olması beklenir şeklinde ifade etmişlerdir.

Ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısında yatırım alt boyutundan tam olarak ne anlamamız gerektiğini kavramak için yapılan literatür taramasında karşımıza çıkan ifadelerden bazıları şöyledir:

Ebeveyn yatırımları, bireyin kendisini çocuk yetiştirme konusunda ne kadar sorumlu hissettiği ve bunu ne kadar üstlendiği ile ilgilidir. Ayrıca birey ebeveyn rolüne ait tüm gerekleri istekle yerine getirmelidir (Greenberger & Goldberg, 1989). Ayrıca yatırım kavramını manevi olgular üzerinden değerlendiren Warshak, R. A., & Santrock, J. W. (1983).; ebeveynlerin çocuklarına yaptıkları maddi ve manevi yatırımı belirleyen şeyin çocuklarıyla geçirdikleri zamanın uzunluğu değil, ne kadar etkili ve kaliteli zaman geçirdikleri olduğunu belirtmişlerdir. Görüldüğü üzere literatürde ERKA yatırım boyutundan bahsedilirken sosyal ve duygusal açıdan ele alınmıştır. Çocuğa yapılan yatırım; çocuğun hayatta kalmasını sağlayacak barınma, sağlık ihtiyaçlarının karşılanması, karnının doyurulması, eğitim, özbakım gibi temel fiziksel ihtiyaçlarına dair herşeyi ve yanısıra çocuğa yapılan duygusal yatırımları da kapsamaktadır. Çocukla geçirilen eğlenceli zamanlar, paylaşılan duygular, çocuğun varlığıyla mutlu olma ve bunu yansıtmaya hali, çocuğun çıkarlarını gözetme ve koruma, çocuğu olduğu gibi kabul etme de yatırım kapsamında değerlendirilebilir. Araştırma sonucumuzda çıkan lisansüstü mezunlarının yatırım ortalamalarının lise ve lisans mezunlarının yatırım ortalamalarının altında kalmasına ilişkin diğer düşündürücü konu ise 5.2.4.' de bahsettiğimiz gibi ölçeğin sorularının katılımcılar tarafından yeterince anlaşılır olduğuna yönelik endişemizdir. ERKA ölçeği geçerlik ve güvenirlik açısından tekrar gözden geçirilmesi gerektiğine inandığımız bir ölçek olmuştur. Literatürde ebeveynin eğitim düzeyi arttıkça çocuğuna yatırımının artacağına yönelik birçok verinin olması ölçeğe ilişkin kaygımızı artırmış ancak literatürde ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısını ölçebileceğimiz başka ölçek olmaması nedeniyle veri toplama sırasında kullanılmıştır.

Araştırmamızda annelerin çalışma durumları (bağımlı değişken) ile erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı ve yakın ilişkilerde yaşantılar bağımsız değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Literatürde yapılan taramada, kadınların çalışma durumu ile annelik doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen bazı araştırmalarda, bahsi geçen değişkenler arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmuş, bazı araştırmalarda ise bizim araştırma sonucumuz ile benzer şekilde anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yılmaz, H., Ülker, M. ve Yılmaz S. A. (2018)'nın 1000 kadın üzerinde, ebeveynlik rolüne ilişkin kendilik algıları ile bir işte çalışıp çalışmadıkları arasındaki ilişkiye baktıkları araştırmalarında, çalışan kadınların ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algıları çalışmayan kadınlardan anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Araştırma sonucuna göre kadının çalışma hayatı ve toplum içinde üstlendiği roller, kadında ebeveynlikteki doyumu daha da artırmaktadır denilmiştir. Ülker M. (2016)'nin örneklem grubundaki 1025 kadın üzerinde yaptığı araştırmasının sonucunda çalışma durumlarına göre ebeveynlik rolüne ilişkin kendilik algıları arasında anlamlı fark bulunmuştur. Ülker, bu anlamlı farklılığın, çalışan annelerin ebeveynlik rolüne ilişkin kendilik algılarına yönelik algılarının, çalışmayan annelerin ebeveynlik rolüne ilişkin kendilik algılarına yönelik algılarından daha büyük olmasından kaynaklandığını belirtmiştir. Ayrıca Sever (2015); kadınların eğitim seviyesinin ve çalışma durumunun annelik algılarını doğrudan etkilediği düşünülmektedir şeklinde ifade etmiştir. Ancak Şener ve Karacan (1999)'ın annelik doyumuna yönelik araştırmalarında çalışan ve çalışmayan annelerin ebeveynlik doyumlarında anlamlı bir farklılığa rastlamamıştır denilmiştir. Seçer, Çeliköz & Yaşa, (2008)'nin okulöncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların annelerinin ebeveynlik algılarına yönelik yaptıkları araştırmanın sonucunda da annenin çalışıp çalışmamasının, anneliğe yönelik annelik doyumunu etkilemediği sonucu elde edilmiştir denilmiştir. Bu durumda literatürde çalışmamızdan elde edilen annelik doyumu ile annenin çalışıp çalışmaması arasında ilişki olmamasını destekleyen başka araştırma sonuçları da mevcuttur.

Araştırmamızda annelerin çocuk sayısı ve çocuklarının yaşları (bağımlı değişkenler) ile bağımsız değişkenlerimiz olan erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı ve yakın ilişkilerde yaşantılar arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yılmaz H., Ülker M., Yılmaz S. A. (2018)'nin yaptıkları çalışmada, kadınların ebeveynlik rollerine ilişkin kendilik algıları ile sahip oldukları çocuk sayısı

arasındaki ilişkinin sonuçlarına göre, ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısında yatırım ve rol doyumu alt boyutları ile arasında anlamlı bir ilişki varken, yeterlilik ve rol dengesi arasında ilişki bulunmamıştır. Bu sonuca göre daha az çocuk sahibi olanlar, daha olumlu algıya sahiptirler denilmiştir. Çocuk sayısı arttıkça, ebeveynlik rolüne ilişkin kendilik algısının daha az olumlu olduğu belirtilmiştir. Çocuk sayısı ile ERKA arasında yapılan araştırmalar incelendiğinde, birbirinden farklı sonuçlar göze çarpmaktadır. Seçer, Çeliköz & Yaşa, (2008)'nin okulöncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların annelerinin ebeveynlik algılarına yönelik yaptıkları araştırmanın sonucunda, annenin sahip olduğu çocuk sayısına göre ebeveynliğe yönelik yeterlilik algısı, ebeveynlikten elde ettiği doyum ve ebeveynliğe yönelik genel tutum puanlarında anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmamıştır sonucuna ulaşılmıştır. Öztürk, M., ve Giren, S. (2015)'nin annelerin ebeveynlik algıları ile çocuklarının problem davranışlarının incelediği çalışmalarında, annelerin çocuk sayısına göre ebeveynliğe yönelik genel tutumları, ebeveynlikten sağlanan doyum ve ebeveynliğe yönelik yeterlilik algılarında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir denilmiştir.

Erken dönem uyumsuz şemalar, ERKA boyutları ve Yakın ilişkilerde Kaygı ve Kaçınma düzeyleri arasındaki ilişkiyi görmek için yapılan Pearson korelasyon analizine göre; ERKA rol doyumu ile diğeri yönelimlilik uyum bozucu şema arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki bulunmuştur. Buna göre annelerin diğeri yönelimlilik uyumsuz şeması arttıkça ebeveyn rolündeki rol doyumu azalmaktadır.

Mouton ve Tumo (1988), ebeveyn rol doyumunu, ebeveynin çocuğuna karşı sorumluluklarını yerine getirmiş olması ve kendi ebeveynliği ile ilgili duyduğu memnuniyet olarak tanımlamaktadır. Lamb, Chase, Landsdale ve Owen (1979); ebeveyn rolündeki doyumun, kişinin annelikte kendini algılama ve öz-saygı kavramlarıyla ilişkili olduğunu böylece kadının, anne olmaya daha duyarlı hale geldiğini öne sürmüşlerdir. Ebeveynlik rol doyumunu; ebeveynin annelik rolüne dair görevleri gerçekleştirmenin ve çocukla ilişki halinde olmanın verdiği memnuniyeti yaşamak olarak tanımlamak mümkündür. Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. E. (2012)'ye göre diğeri yönelimlilik şeması kişinin kendine yönelme ihtiyacının karşılanmamasından kaynaklanır. Kişinin kendi ihtiyaçlarını, duygularını veya dileklerini bastırarak,

başkalarının istek, duygu ve tepkilerine aşırı odaklanmayla harekete geçer. Diğer yönelimlilik şema alanı içinde boyun eğicilik, kendini feda ve onay arayıcılık alt şemaları vardır. Araştırmamızda katılımcılara uygulanan Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (YŞÖ –KF3) ile tüm şemalar içinde diğer yönelimlilik şeması altında yer alan kendini feda şeması en yüksek ortalamaya sahip olanı idi. Araştırmadan elde edilen bu verinin analizine göre; annelerin diğer yönelimlilik şeması ne kadar güçlüyse ebeveyn rolüne ilişkin rol doyumu o kadar azalmaktadır diyebiliriz.

Araştırmamıza katılan annelerin (Tablo 14) ayrılma ve reddedilme uyumsuz şema alanı ile zedelenmiş sınırlar uyumsuz şema alanı, diğer yönelimlilik uyumsuz şema alanı, aşırı tetikte olma baskılama/ketleme uyumsuz şema alanı ile ERKA yeterlilik alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Yani ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş sınırlar, diğer yönelimlilik ve aşırı tetikte olma ve baskılama/ketlenme uyumsuz şemaları güçlendikçe annelik rolündeki yeterlilik duygusu azalmaktadır.

Leahy- Warren, P., McCarthy, G., & Corcoran, P. (2012) ebeveyn yeterliliğini özyeterlilik olarak ifade etmişlerdir ve bir ebeveynin çocuğunun bakımına ilişkin görevleri gerektiği gibi yerine getirmesi ve organize etme kapasitesine olan inancı şeklinde tanımlamışlardır. Bir başka tanımda ise De Montigny, F., & Lacharité, C. (2005), ebeveynin çocuğun bakım ve yetiştirilmesiyle ilgili görevler hakkında sahip olduğu kendi kapasitesine ilişkin yargıları ve inançları şeklinde tanımlamışlardır. Yeterlilik algısı yüksek ebeveynler çocukları ile ilgilenirken, çocuklarının ihtiyaçlarını karşılayabilecek yeterli beceri ve bilgiye sahip oldukları inancını taşırlar. Erken dönem uyumsuz şemalardan özellikle diğer yönelimlilik şeması yüksek anneler ise ebeveynlik becerilerinden memnun değildir ve kendilerini yetenekli ve yeterli görmemektedirler. Literatürde ilgili alanyazında erken dönem uyumsuz şemaların ERKA'yı olumsuz yordama etkisine ilişkin araştırma sonucumuzu destekleyen birçok araştırma verisi yer almaktadır. Literatürde kaygı ile ERKA arasında farklı ilişkiler de tespit edilmiştir. Örneğin Demir, B. S. (2017) kaygı ile ERKA arasında pozitif korelasyon bulmuştur. Demir, araştırmanın sonucunda annelerin kaygı düzeyi, aşırı yüksek olmamak kaydıyla, arttıkça, ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algıları iyileşmektedir demiştir.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin yakın ilişkilerde kaçınma yaşantıları ile ayrılma ve reddedilme ve zedelenmiş özerklik ve performans şema alanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrılma ve reddedilme ile zedelenmiş özerklik ve performans şema alanları arttıkça yakın ilişkilerde kaçınma artmaktadır.

Araştırmaya katılan annelerin yakın ilişkilerde kaygı yaşantıları ile ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş özerklik ve performans, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik ve aşırı tetikte olma ve baskılama / ketleme şema alanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Tüm erken dönem uyumsuz şemalara ait alanlar arttıkça annelerin yakın ilişkilerde kaygıları da artmaktadır. Sonuç olarak ERKA alt boyutlarının tamamı kaygılı boyut ile ilişkilendirilirken, ayrılma ve reddedilme ile zedelenmiş özerklik ve performans uyumsuz şemaları kaçınıcı örüntü ile ilişkilidir.

Bağlanma davranış sistemi kaygı duygusu ile tetiklenen ve bireyi güvence altına almaya programlanmış bir sistemdir. Bir tehdit algılandığında kaç yaşında olursa olsun bireyde bağlanma ve güvende olma ihtiyacı tetiklenmekte ve kişi erken çocukluk döneminde geliştirdiği şemalara göre olayları algılayıp, vereceği cevabı yine kendi şemalarının rehberliğinde oluşturmaktadır. Ayrılma ve reddedilme şeması bağlanma ihtiyacının sağlıklı bir şekilde karşılanmadığı, güvenli bağlanmanın gerçektelemediği durumlarda oluşur yani dinamiğinde güvensiz bağlanma kavramı yatmaktadır. Güvenli bağlanamayan birey kendisini dışardaki dünyaya karşı güvende hissedemez. Dışardaki dünya ile temel evrensel ihtiyaçlarının karşılanmaması sorunu yaşar ve ayrışarak, başarılı şekilde kendini ortaya koyacak gücü kendinde bulamaz. Bu sayede de zedelenmiş özerklik ve performans şeması aktif hale gelir. Bireyin bundan sonraki kuracağı ilişkilerde sürekli bu uyumsuz şemaların harekete geçmesi ile güvensizlik temelli, olumsuz deneyimler yaşanır. Birey ilişkilerinde ya kaçınacak ve / veya sürekli kaygı yaşayacaktır. Bu şekilde kaygılı ve/veya kaçınmalı bağlanma modellerinin tekrar edileceği ilişkilere çekilir, durur. Araştırma sonucumuza göre ayrılma ve reddedilme ile zedelenmiş özerklik ve performans uyumsuz şemaları aktif olan annelerde kaçınma ve kaygı davranışları görmemiz şemalar ve bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiyi bir kez daha gözler önüne sermektedir. Literatürde sözkonusu verileri destekleyen birçok yayın bulunmaktadır.

Araştırmamıza katılan katılımcılarda ERKA rol doyumu ile ERKA yatırım arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Annelerin çocuklarına yönelik yatırımları arttıkça annelik rol doyumları da artmaktadır.

ERKA rol doyumu ile ERKA rol dengesi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Annelerin rol dengesi arttıkça annelik rol doyumları da artmaktadır. Rol dengesi bireyin annelik rolü ile sahip olduğu diğer rolleri (eş, evlat, çalışan, arkadaş rolü vb.) arasında dengeyi kurabilmesi demek olduğu için var olan rollerini bocalamadan yerine getirebilecek kabiliyette olmak anneleri kendine güvenli ve rol de doyumlu hissettirecektir. Literatürde birçok çalışma bu bilgiyi desteklemektedir.

0-6 yaş grubunda çocuğu olan annelerin ERKA ile yakın ilişkilerde kaçınma yaşantısı arasında anlamlı ilişki bulunmazken, sadece ERKA yeterlilik ile kaygı yaşantısı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Annelerin kaygı düzeyleri arttıkça ebeveyn rolündeki yeterlilik algıları azalmaktadır. Erken dönem uyumsuz şemalar ve kaygının, ERKA yeterlilik üzerindeki etkisine ilişkin çoklu regresyon analizine göre, annelerin ebeveyn rolündeki yeterlilik duygusunu ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik, aşırı tetikte olma uyumsuz şemaları ile kaygının açıkladığı tespit edilmiştir. Bu noktada ERKA yeterlilik duygusunu asıl yordayan değişken tespit edilmek istenmiştir. Tüm bağımsız değişkenlerin yordayıcılıklarına bakıldığında asıl yordayanın kaygı olduğu, uyumsuz şemaların yordamadığı bulunmuştur. Erken dönem uyumsuz şemalar ve ERKA yeterlilik duygusu arasındaki ilişkide kaygının aracılık etkisi olup olmadığına yönelik yapılan korelasyon analizinde, uyumsuz şemaların, kaygıyı aracı yaparak yeterlilik duygusunu negatif yönde beslediği görülmüştür. Yani bu modelde kaygı aracı roldedir (Tablo 17-18). Baron ve Kenny aracı değişken analizine göre; ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik, aşırı tetikte olma uyumsuz şema alanları kaygıyı aracı yaparak ERKA yeterlilik duygusunu negatif yönde yordamaktadır. Kaygı düzeyi arttıkça ERKA yeterlilik duygusu azalmaktadır.

7.2. Sonuç

Bu bölümde araştırmanın konusu olan erken dönem uyum bozucu şemaların ve yakın ilişkilerde bağlanma örüntülerinin, 0-6 yaşları arasında çocuğu olan annelerin annelik rolündeki kendilik algıları üzerindeki etkisinin incelenmesinin sonuçlarına yer verilmiştir.

Örnekleme grubumuza ait erken dönem uyum bozucu şemalar içinde en yüksek ortalama değere sahip uyumsuz şema; kendini feda şeması çıkmıştır. Kendini feda şeması bilindiği gibi diğeri yönelimlilik alt şeması kapsamındadır. Araştırmamızda diğeri yönelimlilik şemasının aktif olduğu durumlarda etkilediği alanlar şu şekilde tespit edilmiştir. Kendini feda, boyun eğicilik ve onay arayıcılık şemalarını da kapsayan diğeri yönelimlilik şemasıyla, ERKA rol doyum ve ERKA yeterlilik ile aralarında negatif korelasyon bulunmuştur. Annelerin diğeri yönelimlilik uyumsuz şeması arttıkça ebeveyn rolündeki kendi yeterlilik algıları ve anneliğe ilişkin rol doyumları azalmaktadır.

Araştırmamızın sonucuna göre yakın ilişkilerde yaşantılar kapsamında grubumuz ağırlıkta kaygılı anneden oluşmaktadır.

Demografik kriterlere göre analiz sonuçlarımız şu şekildedir:

Araştırmaya katılan annelerimizin yaşı, eğitim durumu, çalışma durumu, çocuk sayıları ve çocuklarının yaşları ile erken dönem uyumsuz şemalar ve yakın ilişkilerde yaşantılar arasında bir ilişki bulunmamıştır. Yalnızca yaş değişkeni ile ERKA rol dengesi arasında olumlu ve pozitif yönde ilişkiye rastlanmıştır. Yaş grupları arasından, 18-28 yaş aralığındaki annelerin ebeveyn rol dengesine ilişkin kendilik algıları olumlu yönde ve diğer yaş gruplarına göre daha yüksektir.

Annelerin eğitim durumlarına göre yapılan karşılaştırmada; lisans mezunu olan annelerin, ERKA yatırım ile aralarında anlamlı bir ilişki bulunmuş ancak lisansüstü, lise ve ilk-orta okul mezunları ile aralarında ilişkiye rastlanmamıştır.

Araştırmamıza katılan annelerin ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik, aşırı tetikte olma ve baskılanma/ketlenme uyumsuz şema alanları ile

ERKA yeterlilik arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Annelerin söz konusu uyumsuz şema alanları arttıkça, annelik rolündeki yeterlilik algıları azalmaktadır.

ERKA yeterlilik ile yakın ilişkilerde kaygı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Annelerin kaygı düzeyi arttıkça annelik rolündeki kendi yeterlilik algıları azalmaktadır.

Kaçınma ile ERKA alt boyutlarının tamamı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Kaçınma ile uyumsuz şemalardan ayrılma ve reddedilme ile zedelenmiş özerklik ve performans arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Söz konusu uyumsuz şema alanları arttıkça kaçınma artmaktadır. Kaçınma yaşantısı ile diğer erken dönem uyumsuz şema alanları (zedelenmiş sınırlar- diğeri yönelimlilik- aşırı tetikte olma ve baskılama/ketleme) arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Kaygı ile tüm uyumsuz şema alanları (ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş özerklik ve performans, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik, aşırı tetikte olma ve baskılama/ketleme) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Tüm erken dönem uyumsuz şema alanları arttıkça yakın ilişkilerde kaygı artmaktadır.

ERKA yeterlilik algısını, ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik, aşırı tetikte olma uyumsuz şemaları ile yakın ilişkilerde kaygının açıkladığı bulunmuştur. Çoklu regresyon sonrası yapılan aracı rol analizine göre, uyumsuz şemaların kaygıyı aracı yapma gücüne sahip olduğu tespit edilmiştir.

Bu araştırmanın sonuçları birkaç açıdan önemlidir. Öncelikle, erken dönem uyumsuz şemalar, bağlanma örüntüleri ve ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısının birbirleriyle ilişkilerini aynı anda gösteren ilk çalışmalardan biridir. Ayrıca literatürde 0-6 yaşları arasında çocuğu olan annelerin annelik doyumuna ilişkin kendilik algılarının, kendi şemaları ve bağlanma örüntüleri kapsamında incelendiği bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Elde edilecek verilerin literatürde yer alması gelecekteki araştırmalara ışık tutması anlamında önem arz etmektedir. Bir diğer önemi ise erken dönem uyumsuz şemaların bireyin ERKA yeterlilik algısının oluşmasında bir yordayıcılığı yokmuş gibi gözükse de kaygıyı aracı yaparak sonuç üzerinde oldukça etkili olduğunun tespit edilmiş olmasıdır.

7.3. Öneriler

Bu araştırma İstanbul İlnde yaşayan 0-6 yaşları arasında çocuğu olan annelerin erken dönem uyum bozucu şemalarının ve bağlanma stillerinin ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı üzerinde etkisi olup olmadığının incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

1. Bu çalışmada örneklem, bazı sosyodemografik özelliklere göre evreni temsil edemeyecek kadar az sayıdaydı. Bu alanda yapılacak sonraki araştırmalarda daha geniş örneklem grubu üzerinde çalışılması önerilebilir.
2. Bu çalışmada yalnızca bazı sosyodemografik özellikler incelenmiştir. Sosyodemografik bilgi formuna farklı sorular da eklenebilir. (Örneğin, kendisinin kaçınıcı çocuk olduğu, varsa kardeşlerinin sayısı, mesleği vb.)

KAYNAKÇA

- Arı, F. (2015). *Evliliklerinde sorun yaşayan bireylerin bağlanma stilleri ve erken dönem uyumsuz şemalarının incelenmesi*. Doktora Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Aslan, E. (2009). Benlik kavramı ve bireyin yaşamındaki etkileri. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4, 7-14.
- Balcı, H. (2019). *Ortaokul 6, 7, 8.sınıf öğrencilerinin bağlanma stilleri ile algılanan problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Barlas, G.Ü., Karaca, S., Onan, N. ve Işıl, Ö. (2010). Üniversite sınavına hazırlanan bir grup öğrencinin kendilik algıları ve ruhsal belirtileri arasındaki ilişki. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1 (1), 18-24.
- Beck, A. T., Freeman, A., & Davis, D. (2003). *Cognitive Therapy of Personality Disorders*. New York: Guilford.
- Bowlby, J. (2012). Güvenli bir dayanak. *S. Güneri (Çev.) İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları*.
- Bowlby, J. (2012). Güvenli bir dayanak. *S. Güneri (Çev.) İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları*, ss.159.
- Bowlby, J. (2012). Güvenli bir dayanak. *S. Güneri (Çev.) İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları*, ss.162-163.
- Bowlby, J. (2012). Güvenli bir dayanak. *S. Güneri (Çev.) İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları*, ss.165.
- Çakıcı, D. (2011). Şema kuramının okuduğunu anlama sürecindeki rolü. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 30, ss.77-86.

Çakır, S. (2008). *Evli bireylerin evlilik uyumlarının ana-babalarına bağlanma düzeyleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Çalışır, M. (2009). Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 1, ss.240-255.

Çapan, B.E. ve Owen, F.D. (2017). Çocukların kendilik değerini geliştirmede kendilik değeri geliştirme programı ve sosyal ve duygusal eğitim programının etkililiği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16 (62), 756-769.

Çetin, F. (2008). *Kişilerarası ilişkilerde kendilik algısı, kontrol odağı ve kişilik yapısının çatışma çözme yaklaşımları üzerine etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Kara Harp Okulu Savunma Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

De Montigny, F., & Lacharité, C. (2005). Perceived parental efficacy: Concept analysis. *Journal of advanced nursing*, 49(4), 387-396.

Demir, B. S. (2017). *Annelerde kaygı düzeyi ve evlilik doyumunun ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algıları üzerindeki etkilerinin değerlendirilmesi* (Master's thesis, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Demirdağ, M.F. (2017). Bağlanma teorisinin kökenleri: John Bowlby ve Mary Ainsworth. *Düzce Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1 (2), ss.76-90.

Dobson, KS ve Dozois, DJA (2010). *Bilişsel-davranışçı terapilerin tarihsel ve felsefi temelleri*. KS Dobson'da (Ed.), *Bilişsel-davranışçı terapiler El Kitabı* (s. 3-38). Guilford Press.

Doğruyol, S. ve Yetim, Ü. (2019). Ebeveyne bağlanma, algılanan anne/baba tutumu ile akran ilişkileri arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılık rolü. *Nesne Dergisi*, 7 (14), 34-51.

Eldoğan, D. ve Barışkın, E. (2014). Erken dönem uyumsuz şema alanları ve sosyal fobi belirtileri. *Türk Psikoloji Dergisi*, 29 (74), ss.108-115.

Emde, R. N. (1983). The prerepresentational self and its affective core. *The psychoanalytic study of the child*, 38(1), 165-192.

Gökçe, S., Sönmez, A.Ö., Yusufoglu, C., Yulaf, Y. ve Adak, İ. (2017). Erken dönem uyumsuz şemaların ergenlik dönemi depresif bozuklukla ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18 (3), 283-291.

Greenberger, E., & Goldberg, W. A. (1989). Work, parenting, and the socialization of children. *Developmental psychology*, 25(1), 22-35

Gör, N., Yiğit, İ., Kömürcü, B., Ertürk, İ.Ş. (2017). Geçmişin mirası ve geleceğin haritası: erken dönem uyumsuz şemalar. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 5 (10), ss.197-217.

Gül Sallan, S. (2009). Refah devletinin dönüşümünde kadın haklarında annelik hakkından çalışma ve aile sorumluluğuna geçiş. *İnsan Hakları Yıllığı*, 27, 49-73.

Güler, M. ve Yetim, Ü. (2008). Ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı ölçeği. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11 (22), 34-43.

Güler, K. ve Gümüş, Z. (2018). Erken dönem uyumsuz şemaların yordayıcısı olarak çocukluk çağı travmalarının incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6 (81), ss.379-398.

Güner, O. (2013). *10-16 yaş çocuk ve ergenler için erken dönem uyumsuz şema ölçekler takımının geçerlik, güvenirlik ve norm çalışması*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Izard, C. E., & Read, P. B. (Eds.). (1982). *Measuring Emotions in Infants and Children: Volume 1* (No. 3). Cambridge University Press.

İlaslan, Ö. (2009). *Çocukların bağlanma davranışlarının özlük nitelikleri ve anne bağlanma stillerine göre incelenmesi*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Karakaş, N.M. ve Dağlı, F.Ş. (2019). Bebeklerde bağlanmanın önemi ve etkileyen etmenler. *Türk Pediatri Arşivi*, 54 (2), ss.76-81.

Karakuş, Ö. (2012). Ergenlerde bağlanma stilleri ve yalnızlık arasındaki ilişki. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 23 (2), ss.33-46.

Karataş, Z. (2017). Bağlanma kuramı açısından kurum bakımının çocuklar üzerindeki etkileri. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10 (54), ss.867-875.

Karayığit, S. (2018). *Çocukluk dönemi örselenme yaşantıları ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

Kesebir, S., Kavzoğlu, S.Ö. ve Üstündağ, M. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 3 (2), ss.321-342.

Kılıçgün, M. (2015). Çocuk haklarına yönelik ebeveyn tutumları ve ebeveynlik rolleri arasındaki ilişki. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 1 (2), 511-522.

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

Kömürcü, B. ve Gör, N. (2016). Erken dönem uyumsuz şemalar ve kaygı üzerine bir derleme. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 4 (8), ss.183-203.

Kömürcü, B. ve Pekak, G.S. (2017). Erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 20, ss.6-18.

Körük, S. ve Özabacı, N. (2018). Şema terapinin depresif bozuklukların tedavisindeki etkililiği. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 10 (4), ss.470-480.

Lamb, M. E., Chase-Lansdale, L., & Owen, M. T. (1979). The changing American family and its implications for infant social development: The sample case of maternal employment. In *The child and its family* (pp. 267-291). Springer, Boston, MA.

Leahy- Warren, P., McCarthy, G., & Corcoran, P. (2012). First- time mothers: social support, maternal parental self- efficacy and postnatal depression. *Journal of clinical nursing*, 21(3- 4), 388-397.

Makas, S. ve Çelik, E. (2018). Erken dönem uyumsuz şemalar ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17 (67), ss.926-937.

Morsünbül, Ü. ve Çok, F. (2011). Bağlanma ve ilgili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 3 (3), ss.553-570.

Mouton, P. Y. & Tuma, J. M. (1988). Stres, locus of control and role satisfaction, in clinic and control mothers, *Journal of Clinical Child Psychology*, 17, 217- 224.

Orta, İ.M. ve Sümer, N. (2016). Anne duyarlılığı ve erken dönem bağlanma temelli ebeveynlik destek ve müdahale programları. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19 (38), 54-73.

Özcan, H.A. (2015). *Bağlanma ile öfke düzeyi ve ifadesi arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Özyürek, A. ve Tezel Şahin, F. (2005). 5-6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin tutumlarının incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25 (2), 19-34.

Perry- Jenkins, M., Repetti, R. L., & Crouter, A. C. (2000). Work and family in the 1990s. *Journal of marriage and family*, 62(4), 981-998.

Rafaelli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. E. (2012). Şema Terapi ayırıcı özellikler. M. Şaşıoğlu, Çev.). *İstanbul: Psikonet Yayınları*.

Sağ, B. (2016). *Erken dönem uyumsuz şemalar ve pozitif algının psikolojik dayanıklılık, depresyon ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Savcı M, Aysan F. Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği Kısa Formunun Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. VIII. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi (5-8 Mayıs 2016, Çanakkale) Tam Metin Kitabı, 2016, s.837-846, Çanakkale.

Seçer, Z., Çeliköz, N., & Songül, Y. A. Ş. A. (2008). Okulöncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden Çocukların Annelerinin Ebeveynliğe Yönelik Tutumları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (19), 413-428.

Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N. ve Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8 (16), 1-11.

Sever, M. (2015). Kadınlık, annelik, gönüllü çocuksuzluk: Elisabeth Badinter'den Kadınlık mı Annelik mi?, Tina Miller'dan Annelik Duygusu: Mitler ve Deneyimler ve Corinne Maier'den No Kid üzerinden bir karşılaştırmalı okuma çalışması, *Fe Dergisi: Feminist Eleştiri*, 7(2): 72- 84

Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z. (2009). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20 (1), ss.75-84.

Soysal, A.Ş., Bodur, Ş., İşeri, E. ve Şenol, S. (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 8, ss.88-99.

Sümer, N., Oruçlular, Y. ve Çapar, T. (2015). Bağlanma ve bağımlılık. *Bağımlılık Dergisi*, 16 (4), ss.192-209.

Şahin, N.H., Basım, H.N: ve Çetin, F. (2009). Kişilerarası çatışma çözme yaklaşımlarında kendilik algısı ve kontrol odağı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20 (2), 153-163.

Şener, Ş., & Karacan, E. (1999). Anne-bebek-çocuk etkileşiminde olumlu ve olumsuz özellikler. *Ben Hasta Değilim Çocuk Sağlığı ve Hastalıklarının Psikososyal Yönü*. (Ed: Aysel Ekşi), İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics (6th ed.), Boston: Allyn and Bacon.

Tulpar, L.B. (2014). *4-6 yaş aralığındaki çocukların bağlanma stillerinin ve duygu düzenleme becerilerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Tüzün, O. ve Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam Dergisi*, 19 (1), ss.24-39.

Ülker M., (2016). *Kadınlarda Çocukluk Dönemi Mutluluk Anıları İle Ebeveynlik Rollerine İlişkin Kendilik Algısı Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Warshak, R. A., & Santrock, J. W. (1983). The impact of divorce in father- custody and mother- custody homes: The child's perspective. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 1983(19), 29-46.

Winnicott, D. W. (1960). Ego distortion in terms of true and false self. 1965 *The Maturation Processes and the Facilitating Environment*.

Yalçın, S.B., Ak, M., Kavaklı, M. ve Kesici, Ş. (2018). Mutluluğun önündeki engel: erken dönem uyumsuz şemalar. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmaları Dergisi*, 7 (1), ss.7-13.

Yıldız, A.D. (2018). Erken dönem uyum bozucu şemalar ve yalnızlığın üniversite uyum düzeyi ile ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 33 (81), ss.82-94.

Yıldız, M. (2006). Benlik kavramı ve benliğin gelişiminde dinin rolü. *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 23, 87-127.

Yıldız, M. (2017). Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemaların depresif belirtilere etkisi. *İhlara Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2 (2), ss.18-23.

Yıldızhan, E. (2017). Bağlanma teorisi ve bağlanma bozukluklarına genel bir bakış. *Anadolu Kliniği Dergisi*, 22 (1), ss.66-72.

Yılmaz, H. ve Ülker, M. (2018). Kadınlarda çocukluk dönemi mutluluk anıları ile ebeveynlik rollerine ilişkin kendilik algısı. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7 (1), 47-57.

Yılmaz, H., Ülker, M., & Yılmaz, A. S. (2018). Kadınlarda Ebeveynlik Rollerine İlişkin Kendilik Algısı'nın Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(2), 415-431.

Yılmaz, H., Ülker, M. ve Yılmaz S. A. (2018). Kadınlarda Ebeveynlik Rollerine İlişkin Kendilik Algısı'nın Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7 (2), 425-426.

Yılmaz, H., Ülker, M. ve Yılmaz A. S. (2018). Kadınlarda Ebeveynlik Rollerine İlişkin Kendilik Algısı'nın Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7 (2), 427-429.

Yonar, S. (2019). *Beliren yetişkinlerde bağlanma ve romantik yalnızlık arasındaki ilişkide flört kaygısının aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Zeytinoğlu, D. (2012). *Cezaevindeki Kadınların Annelik Deneyimleri: Ankara Kadın Kapalı Ceza Gnfaz Kurumu Örneği* (Doctoral dissertation, Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı. 25. Şimdi öğrendiğiniz ve yaşadığınız şeylerden sonra geçirdiğiniz süreçte anneliği nasıl tanımlıyorsunuz).

EKLER

EK-1 : Sosyodemografik Bilgi Formu

Yaş	18-28 ()	29-38 ()	39-48 ()	Diğer ()
Medeni Durumu	Bekar ()	Evli ()	Eşi Vefat etmiş ()	Boşanmış ()
Eğitim Durumu	İlkokul — Ortaokul ()	Lise ()	Üniversite ()	Diğer ()
İşi	Çalışmıyor ()	Çalışıyor ()	Öğrenci ()	Emekli ()
Yaşadığı Ortam	Tek başına ()	Çocuğu İle birlikte ()	Eşi ve çocuğuyla ()	Anne Babasıyla ()
Anaokuluna giden çocuk sayısı	1 ()	2 ()	3 ()	Diğer ()
Anaokuluna giden çocuk / çocukların yaşı	0-2 ()	3-4 ()	5-6 ()	Diğer ()

EK-2 : Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (YŞÖ –KF3)

Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin 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

Puan	Tanım
	1. Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.
	2. Beni terk edeceklerinden 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, yaşlıtlarım 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 hissediyorum.
	27. Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
	28. Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissediyorum; 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 özrü 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 hisseder 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. İstedigimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.
	51. Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakârlık etmekte zorlanırım
	52. Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissederim.
	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 ihtiyaçlarım ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.
	56. Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim.
	57. Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.
	58. Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.
	59. Kendimi sevebilecek 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 hissedirim.
	77. Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımlarına 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-3 : Yakın İlişkilerde Yaşantılar Ölçeği : YİYÖ- KF

1- İhtiyaç duyduğumda romantik ilişki yaşadığım kişinin yardımına başvurmak benim için faydalı olur

- 1- Hiç katılmıyorum
- 2- Katılmıyorum
- 3- Kısmen katılıyorum
- 4- Çok katılıyorum
- 5- Tamamen katılıyorum

2- Romantik ilişki yaşadığım kişi tarafından sevildiğime ilişkin çok fazla güvence beklerim.

- 1- Hiç katılmıyorum
- 2- Katılmıyorum
- 3- Kısmen katılıyorum
- 4- Çok katılıyorum
- 5- Tamamen katılıyorum

3- Romantik ilişki yaşadığım kişiye yakın olmayı istememe rağmen kendimi geri çekmeye devam ediyorum.

- 1- Hiç katılmıyorum
- 2- Katılmıyorum
- 3- Kısmen katılıyorum
- 4- Çok katılıyorum
- 5- Tamamen katılıyorum

4- Romantik ilişki yaşadığım kişi/kişiler bana istediğim kadar yakın olmayı istemiyor.

1. Hiç katılmıyorum
2. Katılmıyorum
3. Kısmen katılıyorum
4. Çok katılıyorum
5. Tamamen katılıyorum

5-Rahatlama ve güvence dahil birçok şeyi romantik ilişki yaşadığım kişiden beklerim.

- 1- Hiç katılmıyorum
- 2- Katılmıyorum
- 3- Kısmen katılıyorum
- 4- Çok katılıyorum
- 5- Tamamen katılıyorum

6-İnsanlara çok yakın olmayı istemem onları bazen ürkütür.

- 1- Hiç katılmıyorum
- 2- Katılmıyorum
- 3- Kısmen katılıyorum
- 4- Çok katılıyorum
- 5- Tamamen katılıyorum

7-Romantik ilişki yaşadığım kişiye gereğinden fazla yakın olmaktan kaçınıyorum.

- 1- Hiç katılmıyorum
- 2- Katılmıyorum
- 3- Kısmen katılıyorum
- 4- Çok katılıyorum
- 5- Tamamen katılıyorum

8- Genellikle terkedilmekten korkmam.

- 1- Hiç katılmıyorum
- 2- Katılmıyorum
- 3- Kısmen katılıyorum
- 4- Çok katılıyorum
- 5- Tamamen katılıyorum

9- Genellikle sorunlarımı ve kaygılarımı romantik ilişki yaşadığım kişi ile konuşurum.

- 1- Hiç katılmıyorum
- 2- Katılmıyorum
- 3- Kısmen katılıyorum
- 4- Çok katılıyorum
- 5- Tamamen katılıyorum

10- Romantik ilişki yaşadığım kişi/kişiler ihtiyaç duyduğumda yanımda olmadığında hayal kırıklığına uğrarım.

- 1- Hiç katılmıyorum
- 2- Katılmıyorum
- 3- Kısmen katılıyorum
- 4- Çok katılıyorum
- 5- Tamamen katılıyorum

11- Romantik ilişki yaşadığım kişi/kişiler bana çok yakınlaştığında gergin hissederim.

- 1- Hiç katılmıyorum
- 2- Katılmıyorum
- 3- Kısmen katılıyorum
- 4- Çok katılıyorum
- 5- Tamamen katılıyorum

12- Romantik ilişki yaşadığım kişiyi/kişileri önemsedığım kadar onun/onların beni önemsemeyeceğinden endişelenirim.

- 1- Hiç katılmıyorum
- 2- Katılmıyorum
- 3- Kısmen katılıyorum
- 4- Çok katılıyorum
- 5- Tamamen katılıyorum



EK-4: Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algısı Ölçeği: ERKA

1. Bazı ebeveynler nasıl iyi ebeveyn olunacağı konusunda çok fazla okur

Öte yandan

bazı ebeveynler ise ebeveynlikle ilgili okumaya pek zaman harcamaz

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

2. Bazı ebeveynlerin çocuk yetiştirmenin doğru ve yanlış şekilleri konusunda net fikirleri vardır

Öte yandan

bazı ebeveynlerin ise kendi çocuklarını yetiştirme hakkında şüpheleri vardır.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

3. Bazı ebeveynler çocukları olduğundan beri arkadaşlarını yeterince göremediğini düşünür

Öte yandan

bazı ebeveynler ise eski arkadaşlarını önceki kadar sık görüyor ya da yeni arkadaşlar edinmiştir.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

4. Bazı ebeveynler sıklıkla keşke çocuk yapmasaydım der
Öte yandan

bazı ebeveynler ise çocuk sahibi olmaktan nadiren pişmanlık duyar.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

5. Bazı ebeveynler, ebeveyn olma hakkında öğrenilebilecek herşeyi öğrenmek ister
Öte yandan

bazı ebeveynler ise, ebeveyn olma hakkında ihtiyaçları olan herşeyi bildiğini düşünür.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

6. Bazı ebeveynler, genellikle çocuklarının ne istediklerini veya neye ihtiyacı olduğunu anlayamaz

Öte yandan

bazı ebeveynler ise, çocuklarının ihtiyaçlarını ya da isteklerini anlamak konusunda kendilerini yetenekli hissederler.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

7. Bazı insanlar, çocukları için çok fazla fedakarlık yaptığını ve artık bu aşırı fedakarlıkların sona ermesi gerektiğini düşünür

Öte yandan

bazı ebeveynler için ise, çocuk yetiştirmede yapılan fedakarlıktan çok, kazanılacak ödül vardır.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

8- Ebeveyn oldukları için, bazı yetişkinler tahmin ettiklerinden daha memnundur

Öte yandan

bazı yetişkinler için ise, ebeveyn olmak onların bekledikleri kadar memnun edici değildir.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

9- Bazı ebeveynler, nasıl ebeveynlik yapmak gerektiği konusunda fazla düşünmez, sadece yapar

Öte yandan

bazı ebeveynler ise, nasıl ebeveynlik yapılacağı konusunda ellerinden geldiği kadar fazla şey öğrenmeye çalışır.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

10. Bazı ebeveynler, çocuklarının ihtiyaçlarını karşılarken iyi bir iş yaptığını düşünür

Öte yandan

bazı ebeveynler ise, çocuklarının ihtiyaçlarını ne kadar iyi karşıladıkları konusunda şüphe duyar.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

11. Bazı ebeveynler, çocuk sahibi olmanın hoşlarına giden şeyleri yapmaya daha az zaman ayırma anlamına geldiğini düşündüklerinden dolayı rahatsızlık duyar

Öte yandan

bazı ebeveynler ise, kendilerine ayıracak daha az zaman kalmasını umursamaz.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

12. Bazı yetişkinler, geçmişe dönmek mümkün olsa tekrar çocuk sahibi olmak konusunda tereddüt eder

Öte yandan

bazı yetişkinler ise, seçenek sunulduğunda çocuk sahibi olmak için tereddüt etmez.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

13. Bazı ebeveynler, en son çocuk yetiştirme öneri ve metodlarını izlemenin zorunluluk olduğunu düşünür

Öte yandan

bazı ebeveynler ise, daha ziyade mevcut bilgileri ile çocukların günlük ihtiyaçlarını karşılar.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

14. Bazı ebeveynler nasıl bir ebeveyn oldukları konusunda sıklıkla kaygılanır

Öte yandan

bazı ebeveynler ise, ebeveynlik yetenekleri konusunda kendilerinden emindir.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

15. Bazı anne ve babalar için evlilik bağı çocuk sahibi olduktan sonra da önceki kadar güçlüdür

Öte yandan

bazı anne ve babalar için ise, iyi bir ebeveyn olmak, karı/koca olmaktan önce gelir.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

16. Bazı ebeveynler için çocuklar çoğunlukla sıkıntı kaynağıdır

Öte yandan

bazı ebeveynler için ise, kendi çocukları hayatlarındaki temel eğlence kaynağıdır.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

17. Bazı ebeveynler, ebeveynlik rolü hakkında kaygılıdır: bu konuda çok fazla düşünür veya endişelenir

Öte yandan

bazı ebeveynler ise, ebeveyn olmak hakkında kendilerini fazla yıpratmaz, bunu doğal bulur.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

18. Bazı anne ve babalar, yeterince etkili ebeveyn olmadıklarını düşünür

Öte yandan

bazı anne ve babalar ise, kendilerini ebeveyn olarak oldukça yeterli bulur.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

19. Bazı ebeveynler için çocuk sahibi olmak eskiden yapmaktan hoşlandıkları şeyleri yapamamak anlamına gelir

Öte yandan

bazı ebeveynler için ise, çocuk sahibi olmak yaşam tarzlarını çok fazla değiştirmez.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

20. Ebeveyn olmak bazı yetişkinler için tatmin edici bir deneyimdir

Öte yandan

bazı yetişkinler için ise, ebeveyn olmak tamamiyle tatmin edici değildir.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

21. Bazı anne ve babalar, kendilerinin ebeveyn olmaya uygun olduklarından emin değildir

Öte yandan

bazı ebeveynlere ise, ebeveyn olmak kolay ve doğal gelir.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru

22. Bazı ebeveynler, çocuk sahibi olduktan sonra hayatlarının kısıtlanmış ve sınırlanmış olduğunu düşünür

Öte yandan

bazı ebeveynler ise, sadece çocukları olduğu için yapmaktan hoşlandıkları şeylerden vazgeçmez.

Bana göre kısmen doğru

Bana göre gerçekten doğru