

T.C.
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI



EVLİ BİREYLERDE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU
ŞEMALARIN İLİŞKİ BAĞIMLILIĞI VE ALDATMA
EĞİLİMİ İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ESRA MUZ

İSTANBUL, 2022

T.C.
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI



EVLİ BİREYLERDE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU
ŞEMALARIN İLİŞKİ BAĞIMLILIĞI VE ALDATMA
EĞİLİMİ İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ESRA MUZ

İSTANBUL, 2022

KABUL VE ONAY

Esra Muz tarafından hazırlanan “**EVLİ BİREYLERDE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALARIN İLİŞKİ BAĞIMLILIĞI VE ALDATMA EĞİLİMİ İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**” adlı tez çalışmasının savunma tarihi 24.01.2022 tarihinde yapılmış olup aşağıda verilen jüri tarafından oy birliği /oy çokluğu ile İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji

Jüri Üyeleri

İmza

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Muzaffer Şahin

.....

Eş Danışman

Üye

.....

Üye

.....

Üye

.....

Üye

.....

Üye

.....

İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu’nun
..... tarih ve sayılı kararıyla onaylanmıştır.

.....

Prof. Dr. Ali Akdemir

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “**EVLİ BİREYLERDE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALARIN İLİŞKİ BAĞIMLILIĞI VE ALDATMA EĞİLİMİ İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

24.01.2022

Esra Muz

KISALTMA VE SEMBOL LİSTESİ

TDK	:	Türk Dil Kurumu
TSSB	:	Travma Sonrası Stres Bozukluğu
TÜİK	:	Türkiye İstatistik Kurumu
SFİBÖ	:	Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği
RBSÖ	:	Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği
GSA-12	:	Genel Sağlık Anketi-12



ÖZET

MUZ, Esra. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların İlişki Bağımlılığı ve Aldatma Eğilimi ile İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul, 2022.

Bu araştırma, evli bireylerde erken dönem uyum bozucu şemaların, ilişki bağımlılığı ve aldatma eğilimi ile ilişkisini açıklamayı amaçlamaktadır. Bireylerde şemalarının belirlenmesi, yine kendisiyle ilgili geçmiş yaşantılar, beden algısı, biliş, başa çıkma tepkilerinin farkında olmasına destek olur. Birey, erken dönem uyum bozucu şemalarla başa çıkma stratejisi geliştirir ve geliştirdiği bu stratejileri belli alanlarda ortaya çıkartır (Young ve diğerleri, 2009). Erken dönem uyum bozucu şemaların görüldüğü alanlardan biri de evlilik müessesesidir. Evlilik için gerekli olan özellikler sıralanırken öncelikli belirtilen kavram “sadakat” olurken; bu çalışma içerisinde tanım olarak sadakatsizliği de içeren aldatma kavramından bahsedeceğiz. Araştırma da kullanacağımız bir diğer kavram olan ilişki bağımlılığı ise, Peele’ ye göre hayatla bağlantıyı kesen kahredici, tek taraflı bir ilişki olarak tanımlanmıştır (Peele ve Brodsky, 1974). Bu bilgiler ışığında bu tür özellikler ve davranışların erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişkisini araştırmak amaçlanmıştır.

Araştırma için 18 yaş ve üzeri, 382 evli katılımcıya (264 kadın, 118 erkek) Demografik Bilgi Formu, Young Şema Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği, Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizi için SPSS 25.00 programı kullanılmıştır. Normallik koşullarını sağlayan veriler için parametrik ve sağlamayan veriler için non-parametrik testlerden faydalanılmıştır. Korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır. Çalışmada elde edilen bulgulara göre; cinsiyet ile ilişki bağımlılığı arasında bir ilişki bulunmazken; aldatma eğilimi ve erken dönem uyum bozucu şemalarda farklılık göstermiştir. Erkeklerin aldatma eğilimi oranları, kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Erken dönem uyum bozucu şemalarda ise, duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, cezalandırılma, kusurluluk ve yüksek standartlar şemaları erkeklerde kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Diğer erken dönem uyum bozucu şemalar ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Korelasyon analizleri sonucunda ilişki bağımlılığı ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkide en kuvvetli ilişki karamsarlık ve kendini feda şemalarında görülmüştür. Aldatma eğilimi ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasında en kuvvetli ilişki ise kusurluluk şemasında görülmüştür. Son olarak yapılan regresyon

analizleri ile erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki bağımlılığına ve aldatma eğilimine olan etkisi incelenmiştir. Erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki bağımlılığı üzerindeki en büyük etki sırasıyla karamsarlık, kendini feda ve kusurluluk şemalarında görülürken; aldatma eğilimine en büyük etki sırasıyla, kusurluluk ve yüksek standartlar olduğu görülmüştür. Analizler sonucunda elde edilen bulgular alanyazın incelemesi ile kuramsal olarak tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, İlişki Bağımlılığı, Aldatma Eğilimi*



ABSTRACT

MUZ, Esra. The Relationship of Early Maladaptive Schemes with Relationship Addiction and the Tendency to Infidelity. Master's Thesis. Istanbul, 2022.

This research aims to explain the relationship between relationship addiction and infidelity tendency of early maladaptive schemes in married individuals. Determining the schemas of individuals helps them to be aware of their past lives, body perception, cognition, coping reactions related to themselves. The individual develops a coping strategy for dealing with early-stage maladaptive schemes and reveals these developed strategies in certain areas (Young et al., 2009). The institution of marriage is one of these areas. In this study, we will talk about the concept of infidelity, which also passes infidelity as a definition, while the concept mentioned as a priority is “loyalty” when sorting out the characteristics necessary for marriage. Another concept we will use in research is relationship addiction. It has been defined as a devastating, cuts off the connection with life, one-sided relationship, according to Peele (Peele and Brodsky, 1974). As a result of these findings, it is aimed to investigate the relationship of such characteristics and behaviors with early adaptation-disrupting schemes.

For the research we use Demographic Information Form, Young Schema Scale, Infidelity Tendency Scale, Spann-Fischer Relationship Addiction Scale and applied to 382 married participants (264 women, 118 men) who is aged 18 years and over. SPSS 25.00 program was used for the analysis of the data. Parametric tests were used for the data that ensure the normality conditions and non-parametric tests were used for abnormal data's. Correlation and regression analyses were performed. According to the findings obtained in the study; while there was no relationship between gender and relationship addiction, there was a difference in the tendency to cheat and early adjustment maladaptive schemes. It has been found that men's infidelity tendency to cheat are higher than women's. In early-stage maladaptive schemes, the schemes of emotional withdrawal, emotion suppression, punishment, imperfection and high standards were found to be higher in men than in women. There was no significant difference between gender and other early-stage decadalizer schemes.

As a result of correlation analyses, the strongest relationship between relationship addiction and early adjustment-maladaptive schemes was observed in the pessimism

and self-sacrifice schemes. The strongest relationship between the tendency to deceive and the early maladaptive schemes was seen in the imperfection scheme. At last, the effect of early maladaptive schemes on relationship dependence and infidelity tendency was examined with regression analyses. The biggest impact on the relationship dependence of early adjustment maladaptive schemes was in order seen pessimism, self-sacrifice and imperfection schemes, while the biggest impact on the tendency to cheat in order was seen in the imperfection and high standards. To sum up, the findings obtained as a result of the analyses were discussed theoretically with the review of the literature.

Keywords: *Early Maladaptive Schemas, Relationship Dependence, Tendency to Infidelity*

TEŞEKKÜR

En büyük teşekkürüm kendime. Hayalim olan bu meslekte sabırla, geleceği düşünerek hareket ettim. Mesleğim nerede ne kadar beklememi söylediye o alanlarda sabır gösterdim. Bunlardan biri de tez aşamasıydı. Yol o kadar zorlu ki; mesleği çok sevmek altın kural olmalı. Bu sebeple kendime olan şefkatim ve sabrım için ilk önce kendime teşekkür ediyorum. Ardından değerli danışmanım, Dr. Öğr. Üyesi CIIP Muzaffer Şahin'e bilgi ve deneyimlerini paylaştığı, gösterdiği ilgi için teşekkür ederim. Jüri üyelerinden Prof. Dr. Mazlum Çöpür hocama katılımları için teşekkür ederim. Son olarak, çok sevgili hocam Dr. Öğr. Üyesi Neslihan Sayraç Kavadar'a da ayrıca gösterdiği samimiyet, yakınlık ve destek için çok teşekkür ederim.

Tez sürecinde kişinin etrafındaki motivasyon kaynakları, destekçileri oldukça önemli. Sadece motivasyonel destekte değil; örneğin hazırladığım anketin dağılmasıyla dahi yakından ilgilenen yakınlarım olmak üzere başta aileme çok teşekkür ediyorum. Ardından süreci birlikte götürdüğüm, tezin zorlu süreçlerinden geçen, Fevziye Deniz, Irmak Aygöl ve Doğukan Terzi olmak üzere tüm arkadaşlarıma destekleri için teşekkür ederim.

Son olarak benim için dünyanın en güzel ve en özel çocukları olan sevgili yeğenlerim Ensar, Asya Lina ve Alya Mira'ya çok teşekkür ederim. Gülüşleri ve oyunlarıyla benim dinlenme ve motive kaynağım oldular.

24.01.2022

ESRA MUZ

İÇİNDEKİLER

ÖZET	vi
ABSTRACT	viii
TEŞEKKÜR.....	x
İÇİNDEKİLER	xi
TABLolar	xiv
BÖLÜM 1.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Problemin Tanımı	1
1.2. Araştırmanın Amacı	3
1.3. Kapsam ve İçerik.....	4
1.3.1. Hipotez ve Çalışma Soruları	4
1.3.2. Sayıtlar	5
1.4. Tanımlar	5
BÖLÜM 2.....	6
KURAMSAL ÇERÇEVE.....	6
2.1. Aldatma Eğilimi	6
2.1.1. Aldatma Eğiliminin Tanımı	6
2.1.2. Aldatma Nedenleri	7
2.1.3. Aldatma Eğilimi Türleri.....	8
2.1.4. Aldatma Eğilimi Kuramları	9
2.1.5. Aldatma Eğilimi Sonuçları.....	10
2.2. İlişki Bağımlılığı	11
2.2.1. İlişki Bağımlılığı Tanımı.....	11
2.2.2. İlişki Bağımlılığı Aşamaları	13
2.2.2.1. Erken Aşama	13
2.2.2.2. Orta Aşama.....	14
2.2.2.3. İleri Aşama	14
2.2.3. İlişki Bağımlılığı Olan Bireylerin Özellikleri	14

2.2.4. İlişki Bağımlılığının Gelişmesindeki Nedenler.....	16
2.2.4.1. Ebeveyn Tutumları.....	16
2.2.4.2. Bağlanma.....	18
2.2.4.3. Olumsuz Aile Yaşantısı (İstismar, İhmal, İşlevsiz Aile İlişkileri)	18
2.2.4.4. Çevre	20
2.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar	20
2.3.1. Şema Tanımı	20
2.3.2. Uyum Bozucu Başa Çıkma Stilleri	27
2.4. İlgili Araştırmalar.....	28
2.4.1. Erken Dönem uyum bozucu Şemalar ile İlgili Araştırmalar.....	28
BÖLÜM 3.....	32
YÖNTEM.....	32
3.1. Araştırmanın Modeli	32
3.2. Evren ve Örneklem	32
3.3. Veri Toplama Aracı.....	32
3.3.1. Sosyodemografik Bilgi Formu.....	32
3.3.2. Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 – YŞÖ-KF3	33
3.3.3. Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği	33
3.4. Veri Analizinde Kullanılan İstatistiksel Yöntemler.....	35
3.4.1. Bağımsız Gruplar t-Testi (Independent Samples t Test).....	36
3.4.2. Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA)	36
3.4.3. Korelasyon Analizi	36
3.4.4. Regresyon Analizi.....	36
BÖLÜM 4.....	37
BULGULAR	37
4.1. Sosyodemografik Bilgi Sorularına Dair Bulgular.....	38
4.1.1. Evli Bireylerin İlişki Bağımlılığı, Aldatma Eğilimi ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Düzeyleri ile Cinsiyete İlişkin Bulgular.....	41
4.1.2. Evli Bireylerde Çalışma Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı	43
4.1.3. Eşin Çalışma Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı.....	45

4.1.4. Eğitim Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı	46
4.1.5. Eşin Eğitim Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı	48
4.1.6. Gelir Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı	50
4.1.7. Eşlerin Gelir Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı	53
4.1.8. Çocuk Sayısına Göre Değişkenlerin Dağılımı	55
4.1.9. Evlilik Yılına Göre Değişkenlerin Dağılımı	57
4.2. Evli Bireylerde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile İlişki Bağımlılığı ve Aldatma Eğilimi Arasındaki Korelasyon Analizleri	59
4.3. İlişki Bağımlılığı ve Aldatma Eğiliminin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	64
BÖLÜM 5.....	67
TARTIŞMA VE YORUMLAR	67
5.1. Tartışma	67
5.1.1. Evli Bireylerde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların İlişki Bağımlılığı ve Aldatma Eğilimi İncelemesinde Cinsiyete İlişkin Sonuçların Yorumlanması	67
5.1.2. Evli Bireylerin Demografik Bilgilerine Yönelik Bulguların Yorumlanması	69
5.1.3. Erken Dönem uyum Bozucu Şemalar ile İlişki Bağımlılığı ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkinin Yorumlanması	72
BÖLÜM 6.....	75
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	75
6.1. Sonuç	75
6.2. Öneriler	76
6.3. Sınırlılıklar	77
6.4. Klinik Doğurgular	77
KAYNAKÇA	78
EKLER.....	85
ÖZGEÇMİŞ	93

TABLÖLAR

<u>Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Bilgilerine Göre Dağılımı</u>	38
<u>Tablo 4.2. Araştırma Değişkenlerinin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....</u>	39
<u>Tablo 4.3. Araştırmada kullanılan Ölçeklerin ve Alt Boyutlarının Güvenilirlik Analizi Sonuçları.....</u>	40
<u>Tablo 4.4. Evli Bireylerin İlişki Bağımlılığı Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması</u>	41
<u>Tablo 4.5. Evli Bireylerin Aldatma Eğilimi Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Dağılımı</u>	42
<u>Tablo 4.6. Evli Bireylerin Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalarının Cinsiyete Göre Dağılımı</u>	42
<u>Tablo 4.7. Evli Bireylerde Çalışma Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı</u>	44
<u>Tablo 4.8. Eşin Çalışma Durumuna göre Değişkenlerin Dağılımı</u>	45
<u>Tablo 4.9. İlişki bağımlılığı ile Eğitim Durumlarına İlişkin Bulgular</u>	46
<u>Tablo 4.10. Aldatma Eğilimi ile Eğitim Durumlarına İlişkin Bulgular</u>	46
<u>Tablo 4.11. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Eğitim Durumlarına İlişkin Bulgular.....</u>	47
<u>Tablo 4.12. İlişki Bağımlılığı ile Eşin Eğitim Durumlarına İlişkin Bulgular</u>	48
<u>Tablo 4.13. Aldatma Eğilimi ile Eşin Eğitim Durumlarına İlişkin Bulgular</u>	49
<u>Tablo 4.14. Erken Dönem Uyum Bozucu şemalar ile Eşin Eğitim Durumlarına İlişkin Bulgular</u>	49
<u>Tablo 4.15. İlişki Bağımlılığı ile Gelir Durumuna İlişkin Bulgular</u>	51
<u>Tablo 4.16. Aldatma Eğilimi ile Gelir Durumuna İlişkin Bulgular</u>	51
<u>Tablo 4.17. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Gelir Durumuna İlişkin Bulgular.....</u>	52
<u>Tablo 4.18. İlişki Bağımlılığı ile Eşlerin Gelir Durumuna İlişkin Bulgular</u>	53
<u>Tablo 4.19. Aldatma Eğilimi ile Eşlerin Gelir Durumuna İlişkin Bulgular.....</u>	53

<u>Tablo 4.20. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Eşlerin Gelir Durumuna İlişkin Bulgular</u>	54
<u>Tablo 4.21. İlişki Bağımlılığı ile Çocuk Sayısına İlişkin Bulgular.....</u>	55
<u>Tablo 4.22. Aldatma Eğilimi ile Çocuk Sayısına İlişkin Bulgular</u>	55
<u>Tablo 4.23. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Çocuk Sayısına İlişkin Bulgular.....</u>	56
<u>Tablo 4.24. İlişki Bağımlılığı ile Evlilik Yılına İlişkin Bulgular.....</u>	57
<u>Tablo 4.25. Aldatma Eğilimi ile Evlilik Yılına İlişkin Bulgular.....</u>	58
<u>Tablo 4.26. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Evlilik Yılına İlişkin Bulgular</u>	58
<u>Tablo 4.27. İlişki Bağımlılığı ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Arasındaki İlişki</u>	61
<u>Tablo 4.28. Aldatma Eğilimi ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Arasındaki İlişki</u>	63
<u>Tablo 4.29. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların, İlişki Bağımlılığını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....</u>	65
<u>Tablo 4.30. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların, Aldatma Eğilimini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....</u>	66

BÖLÜM 1

GİRİŞ

1.1. Problemin Tanımı

İnsan, dünyaya geldiği ilk andan itibaren ilişki kurmaya başlar. Bu ilişki genellikle ebeveynleriyle, bakım verenleriyle olur. İlk dönemlerde yaşanan ilişki ve durumlar ile yakın dönemde yaşanan ilişki ve durumlar birbirine paraleldir (Bowlby , 1973). Paralel olduğunu düşünen ekollerden biri de şema terapi modelidir. Kişilerin, şimdiki ilişkilerini incelerken; çocukluktan bugüne olan şemaları göz önünde bulundurur. Young’a göre ilişkilerdeki bu davranışlar şemanın kendisi değil; şemalara verilen tepkidir. Bu tepkiler ile uyumsuz davranışlar temellenir (Young ve diğerleri, 2009). Şemalar, çevre, mizaç, temel çocukluk ihtiyaçlarından oluşur (Farrell ve diğerleri, 2014). Birçok şemanın toksik çocukluk deneyimleriyle oluştuğu düşünülse de tüm şemalar toksik çocukluk deneyimleriyle ya da travma sonucu oluşmaz. Örneğin; terk edilme şeması olan birisi travmatik bir geçmişe sahip olmayabilir (Young ve diğerleri, 2003).

Bireyin hayatında gelişen önemli ilişkisel yaşantılardan biri de evliliğdir. Evlilik, bazen mutluluk bazen olumsuzluklarla sonuçlanabilir (Hunler ve Gençöz, 2003). Bu olumsuzluklardan biri, aldatmadır. Yapılan bir araştırmaya göre kültürler arası boşanmalarda en büyük yüzdenin aldatmaya ait olduğu görülmüştür (Betzig, 1989). Aldatma, çiftler arasındaki sadakatin, başka biriyle romantik ve/veya cinsel ilişkide bulunarak bozulmasıdır (Hall ve Fincham, 2006). Aldatma bazen sonuç bazen sebep olabilirken; bazen sorunsuz gibi görülen evliliklerde de ortaya çıkabilir. Örneğin, “doyumsuzluk” aldatma ile ilişkilendirilmiş ve aldatma nedenlerinden biri olarak belirtilmiştir (Blow ve Hartnett, 2005; McAlister ve diğerleri, 2010).

Aldatma eğiliminde bir başka konu ise cinsiyet faktörüdür. Yapılan bazı araştırmalara göre erkeklerin aldatma eğilimi, kadınlardan yüksek bulunmuştur (Lawson, 1988). Erkeklerin daha fazla partnerle iletişimlerinin olması, kadınların ilişkiye erkeklerden daha fazla yatırımlarının olması ve bu gibi sebepler aldatma eğiliminin erkeklerde fazla olduğunu belirten nedenlerden bazıları olarak gösterilmiştir (Glass ve Wright, 1985; Lawson, 1988). Sadece evlilik süreçlerinde değil; sonuçlarıyla kıyaslandığında da benzer sonuçları elde etmek mümkündür. Alanyazın incelendiğinde aldatma eğilimi

sonucunda kadınların eşlerini affetme düzeyleri erkeklerden daha yüksek çıkmıştır. Bir başka çalışmada ise işi olan eşlere sahip kadınların, işi olan eşlere sahip erkeklerle göre aldatma eğilimini affetme oranları yüksek çıkmıştır (Betzig, 1989; Lawson, 1988). Diğer yandan aldatma eğilimi olan kadınların, aldatma eğiliminde bulunan erkeklerle göre yaşamlarının riske girmesi olasıdır. Kendini güvende hissetmeme, şiddet görme oranları erkeklerden daha yüksek bulunmuştur (Spanier ve Margolis, 1983). Bu tür cinsiyet eşitsizlikleri, kültür, normlar, sosyodemografik farklılıkların aldatma eğilimi üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir.

Alanyazın incelendiğinde ilk çocukluk deneyimlerinin, bağlanma tarzlarının yetişkinlik dönemindeki ilişkilere etki ettiği üzerinde durulmuştur. Bakım verenlerle oluşan ilk çocukluk deneyimleri ile yetişkinlik döneminde oluşan romantik ilişki, partnere olan etkileri ve deneyimleri, ilişkiden beklentileri ve doyumu, bağlanma stilleri ve cinselliğin bir sonucu olarak aldatma kavramının üzerinde durulmuştur (Brennan ve Shaver, 1995).

İlişkilerde ortaya çıkan bir diğer durum ise ilişki bağımlılığıdır. İlişki bağımlılığı, başkalarının istek ve arzularına aşırı odaklanıp kendi istek ve arzularını geri plana atarken; diğer yandan bu durumla ilgili sıkıntı ve işlev bozukluğu yaşaması anlamına gelmektedir (O'berien ve Gaborit, 1992; Whitfield, 1989). İlişki bağımlılığı gösteren bireylerin partnerine karşı yoksunluk ve obsesif davranışlar geliştirebileceği öne sürülmüştür (Norwood, 1985). Bazı araştırmacılar bu durumu kontrol edilemeyen dürtü ile karakterize bir bağımlılık olarak nitelendirmiştir (O'berien ve Gaborit, 1992; Prest ve Storm, 1988; Schaef, 1986; Whitfield, 1989). Whitfield (1989): İlişki bağımlılığını, kişinin dışarıya aşırı odaklanmasının sonucunda kendi duygu, istek ve arzularını kaybetme olarak nitelendirmiştir. Bu tür insanların, yaşam kalitelerinin başkalarının yaşam standartlarına bağlı olduğu düşünülür. Kişi kendinde var olan başarıları, bilgileri başkalarına yakın olmak için kullanır. Bu durum karşı tarafın fikrine daha çok güvenmekle alakalıdır. O'berien ve Gaborit (1992) ilişki bağımlılığı ile ilgili çalışmaları sonucunda; ilişki bağımlılığı olan bireylerin, kendi istek ve arzularını ihlal etseler de başkalarına destek olmayı seçtikleri sonucuna ulaşmışlardır. Bu kişilerin iletişim becerileri ile ilgili bazı sıkıntılar yaşadıkları ve başkalarının tepkilerinden çekindikleri için kendini ifade etme, soru sorma gibi pozisyonlardan geri durduklarını belirtmişlerdir. Son olarak benlik duygularının gelişmemiş olması sebebiyle, kim olduklarından çok kiminle oldukları önem kazanmıştır.

Bu bağımlılığın belirli aşamaları vardır. Erken aşamada, romantik ilişkide ilgi ve partneri memnun etme isteği hakimdir. Orta aşamada, ilişkinin negatif yönlerini kişi üzerine alır. İleri aşamada partnere taviz verildikçe kişinin kendisine olan saygısının gittikçe azaldığı daha sonra bedenine yansıttığı; uyku sorunu, eklem ağrısı, öz bakım eksikliği, stres, obsesif-kompulsif davranış vb. sıkıntılar görüldüğü belirtilmiştir (Lancer, 2017).

Bağımlılığın geçmişine bakıldığında erken dönemde oluşan bağlanma bozuklukları bağımlılığın nedeni olabilir (Flores, 2004). Erken dönem uyumsuz şemaların ilk çocukluk dönemlerinden ergenlik dönemine kadar geliştiği ve yetişkin yaşamının dinamiklerini oluşturduğu belirtilmiştir (Young ve diğerleri, 2003). Bowlby (1973) “Bağlanma Kuramı” ve şema kavramsallaştırması arasındaki etkileşimde göz önünde bulundurulduğunda bağlanma ile şema arasında bir ilişki olduğu öne sürülmüştür (Soygüt ve diğerleri, 2009; Young ve Lindemann, 1992).

Bu çalışmada da evli bireylerin ilişkileri; erken dönem uyum bozucu şemaların aldatma eğilimi ve ilişki bağımlılığı ile ilişkisi çerçevesinde açıklanmıştır. Alanyazın da bu kavramların nasıl tanımlandıklarına, aralarındaki bağlantıya yer verilmiştir. Ardından değişkenlerden yola çıkarak giriş bölümünde amaç, kapsam ve içerik, tanımlara ayrıca yer verilmiştir. İkinci bölümde ise, literatür ve ilgili araştırmalara yer verilmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Çalışmanın amacı, evli bireylerde erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki bağımlılığı ve aldatma eğilimi ile ilişkisini araştırmaktır. Yapılan literatür çalışmasına göre daha önce çalışılmamış bir konu incelenecektir. Erken dönem uyum bozucu şemalar ile aldatma eğilimi farklı araştırmalarda konu olmuştur. Fakat araştırmanın örneklemini evli bireyler değildir; ayrıca, değişkenler bir arada kullanılmamıştır. İlişki bağımlılığı ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkiye dair bir çalışma bulunmamaktadır. Kuramsal çerçeve kapsamında erken dönem uyum bozucu şemalar ile aldatma eğilimi ve erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişki bağımlılığı arasında bir ilişkinin olduğu düşünülmektedir. Çalışma sonucunda cinsiyete göre farklılık ek olarak ortaya konulacaktır. Ayrıca yapılan bu çalışmalarda genellikle aracı role bakılmıştır. Daha önce çalışılmamış bir konuyu ele alarak alanyazına katkı sağlamak

birincil önceliktir. Çalışmanın özgün olması daha sonra yapılacak çalışmalar için de katkı sağlayacaktır.

1.3. Kapsam ve İçerik

Araştırma yöntemi olarak nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılacaktır. İlişkisel tarama modeli ile farklılıkların, değişkenlerle ne şekilde ilişkili olduğu ortaya konulmaktadır (Büyüköztürk, 2021). Verilerin elde ediliş yöntemi ise şöyledir: veriler online toplanacak ve Google Forms kullanılacaktır.

1.3.1. Hipotez ve Çalışma Soruları

Araştırmanın hipotezleri şunlardır:

H1: Evli bireylerin cinsiyete göre ilişki bağımlılıkları arasında anlamlı bir farklılaşma vardır.

H2: Evli bireylerin cinsiyete göre aldatma eğilimleri arasında anlamlı bir farklılaşma vardır.

H3: Evli bireylerin cinsiyete göre erken dönem uyum bozucu şemaları arasında anlamlı bir farklılaşma vardır.

H4: Evli bireylerin erken dönem uyum bozucu şemaları ile ilişki bağımlılığı arasında anlamlı düzeyde ilişki vardır.

H5: Evli bireylerin erken dönem uyum bozucu şemaları ile aldatma eğilimi arasında anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Araştırmanın alt problemleri şunlardır:

1. Evli bireylerin aldatma eğilimi düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermekte midir?
2. Evli bireylerin ilişki bağımlılığı düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermekte midir?
3. Evli bireylerin erken dönem uyum bozucu şemaları cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermekte midir?
4. Evli bireylerde erken dönem uyum bozucu şemaların aldatma eğilimini yordama gücü var mıdır?
5. Evli bireylerde erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki bağımlılığını yordama gücü var mıdır?

1.3.2. Sayıtlar

- Araştırmaya katılan katılımcıların evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
- Aldatma Eğilimi Ölçeği'nin çalışmaya katılan evli katılımcıların aldatma eğilimlerini ölçtüğü varsayılmıştır.
- Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği'nin çalışmaya katılan evli bireylerin ilişki bağımlılıklarını ölçtüğü varsayılmıştır.
- Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3'ün çalışmaya katılan evli bireylerin erken dönem uyum bozucu şemalarını ölçtüğü varsayılmıştır.
- Katılımcıların soruları içtenlikle ve gerçek durumları yansıtacak şekilde doldurdıkları varsayılmıştır.

1.4. Tanımlar

Aldatma Eğilimi: Çiftler arasındaki anlaşma ve güven ilişkisinin, ilişki dışından başka birisiyle duygusal, romantik veya cinsel ilişkiye girilmesiyle bozulmasıdır (Hall ve Fincham, 2006).

İlişki Bağımlılığı: Bireyin, ilişkide bulunduğu kişiyi gereğinden fazla memnun etme, kontrol etme, bireysel ihtiyaçlarının önüne koyma, karşı tarafın sorumluluklarını üstlenme gibi benliği zedeleyen, duygu ve davranışların açık ifadesini engelleyen sorunlu davranıştır (Spann, 1996).

Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar: Erken çocukluk deneyimleri ile geliştirilen, yaşam boyu tekrar eden, yıkıcı duygusal ve bilişsel örüntüleri kapsar. Erken dönem uyum bozucu şemalar bu sayede oluşan, işlevsiz anı, duygu, biliş, bedensel duyumları geliştirir (Young ve diğerleri, 2003).

BÖLÜM 2

KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Aldatma Eğilimi

2.1.1. Aldatma Eğiliminin Tanımı

Evlilik, toplumlarda olumlu deneyimlerden biri olarak kabul edilse de kötü deneyimlerle sonlanabilir. Bu sonlanmaya neden olabilecek faktörlerden biri de aldatmadır. Aldatma, çiftler arasındaki sadakatin, başka biriyle romantik ve/veya cinsel ilişkide bulunarak bozulmasıdır (Hall ve Fincham, 2006). Bu tanım bireylerin ilişkiye bakış açılarına göre değişiklik gösterebilmektedir. Bireylerin, çiftlerden birinin başka biriyle cinsel ilişkiye girmesini “aldatma” olarak tanımlamasında fikir ayrılığı gözlemlenmezken; yine çiftlerden birinin başka biriyle romantik, duygusal ilişkide bulunmasını ‘aldatma’ olarak tanımlamada tam bir fikir birliği sağlanmamıştır (Oberle ve diğerleri, 2017). Yapılan bir araştırmaya göre kültürler arası boşanmaların en önemli sebeplerinden biri aldatmadır (Betzig, 1989).

Aldatma eğilimini incelerken; aldatma koşulları, başta birey olmak üzere; aldatma, çiftlere göre değişiklik göstermektedir. Aldatmaya yönelik yapılan tanımlarda kişilerin geçmiş yaşamları, aile kökenleri ve kişilik özellikleri gibi durumların göz önünde bulundurulması gerekirken; yine ortak yönlerinin de olduğu saptanmıştır (Gambescia ve diğerleri, 2003).

Aldatma deneyiminin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde; erkeklerin evlilikleri süresince kadınlardan daha fazla aldatma eğiliminde bulundukları tespit edilmiştir (Egan & Angus, 2004). Bir başka çalışmada ise, kadınların %45-55’inin; erkeklerin ise %50-60’ının evlendikleri eşleri dışında başka bir partnerle cinsel ilişkiye girdikleri istatistiki olarak belirlenmiştir (Atwood ve Schwartz , 2002).

2.1.2. Aldatma Nedenleri

Chan (2009), aldatma nedenleri üzerine bir teori ortaya koymuştur. “Kişiler arası aldatma” teorisine göre, kişi ya kazara aldatır ya da kasti olarak aldatır. Tesadüfi aldatma (incidental betrayal), eşinin güvenine yapılan bir ihanet olarak tanımlanırken; kasti aldatma (intentional betrayal), eşin güven beklentilerini kasti olarak ihlal edilmesidir (Chan, 2009).

Aldatma eğiliminin sebepleri bireysel, çevresel, ilişkisel olabilir. Kişinin ilk çocukluk dönemlerinde gördüğü ilişki tarzları, güvensiz, kaçınan bağlanma biçimleri, eşini kaybetmeye yönelik kaygıyla başka birine yönelme, ilişki kalitesinin düşmesi, eşle olan çatışmalar aldatma eğilimini arttıran faktörler arasında gösterilmiştir (Duba ve diğerleri, 2008).

Psikanalitik kurama göre, erken dönemde cinselliğin yetişkinler tarafından kötü; duygusal ve romantizmin iyi olarak aktarılması yaşamın ilerleyen yıllarında kişiyi karmaşaya sürükleyebilir. Duygusal olarak eşinden tatmin olan eş; cinsel olarak tatmin olmayabilir. Bu durumda cinsel tatmin için başka bir eş yönelebilir (Weil, 1975).

Yapılan bir araştırmaya göre kendilerini mutlu olarak nitelendiren katılımcılara göre, mutsuz olarak nitelendiren katılımcıların aldatma eğilimlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Buna göre ilişkideki mutluluk düzeyleri ve eşler arası çatışmanın, aldatma eğilimi ile anlamlı bir ilişkisi bulunmuştur (Atkins ve diğerleri, 2001).

Duygu, cinsellik, ilişki doyumu gibi faktörlerin yanı sıra aldatma eğiliminin nedenlerine yönelik yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçlara göre, psikopatoloji, kişilik bozuklukları, parafili, bağımlılık ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki elde edilmiştir (Levine, 1998). Geçmiş yıllarda aldatma ile yapılan araştırmaların genellikle çerçevesi aynı olurken; günümüzde internet üzerinden aldatma da oldukça yaygındır. Yüz yüze yaşanabilecek çekincelerin de önüne geçerek bireylerin sanal ortamda romantik ve cinsel içeriklerle aldatma eğiliminde bulundukları görülmüştür (Cheng ve diğerleri, 2006).

Genel olarak aldatma nedenleri şu şekilde sıralanmıştır (Dupree ve diğerleri, 2007): Ego tatmini, ilişki sorunları, ihmal, monotonluk, intikam, beklentilerin

karşılanmaması, erken dönem ilişki öğretileri, kültür, ilişkideki problemin farkında olmamak, yalnızlık hissi, travmatik yaşantılar.

2.1.3. Aldatma Eğilimi Türleri

Literatür incelendiğinde aldatmanın kendi içinde çeşitlendiği ve buna göre farklı sınıflara ayrıldığı görülmüştür. Buna göre; geçmiş yaşam, kişilik özellikleri, ilişki, tetikleyici olaylar gibi durumlar göz önünde bulundurulmuştur (Gambescia ve diğerleri, 2003).

Sınıflandırmalardan biri Lawson (1988)'a aittir. Geleneksel, paralel, rekreasyonel¹ aldatma olmak üzere üç gruba ayırmıştır. Geleneksel aldatmada, aldatılan eş aldatıldığından haberdar değildir, aldatmayı onaylamaz ve sadakatsizlik olarak nitelendirir. Paralel aldatmada, aldatılan eş durumdan haberdardır. Fakat açık bir şekilde onaylamaz. Rekreasyonel, aldatmada karşılıklı anlaşmaya dayalı olup; iki tarafında bu konuda rızası vardır. (Lawson, 1988).

Kategorize etme, çalışmalara göre değişiklik gösterebilir. Bir başka çalışmada aldatma, duygusal, cinsel, duygusal ve cinsel olmak üzere üç kategoriye ayrılmıştır (Thompson, 1984). Levine (1998) ise, dört kategoriye ayırmış ve aşk, cinsellik, idare etme, hayali eş cinselliği olarak ifade etmiştir. Aşk, giderek cinselliğe yönelebilen; cinsel olarak aldatma da duygusallık yoktur. İdare etme, geçicilik barındırır. Yani kişi yeni birini bulana kadar bu birlikteliği yürütür. Son olarak hayali eş, sanal, telefon, video, mastürbasyon gibi durumları barındırır (Levine, 1998).

Strean (1976) psikanalitik bakış açısına göre, enestöz nesne, cezalandırıcı süperego, ortak yaşam savunması, biseksüel ifade ile aldatmayı kategorize etmiştir. Enestözde, eş, ebeveyn olarak güven veren kişi olarak görülür ve aşk olursa enest olacağı düşünüleceği için aşk, evlilik dışında birine duyulur. Süperegoda, kişi eşi ahlaklı ve etik bulur. Süperegoda verilen mücadele ise yine başka birine duyulan aşk ile kazanılır. Biseksüellik, hem evlilik hem aldatmadan oluştuğu düşüncesidir. Son olarak ortak yaşam savunması ise, ilişkideki ortaklıktan uzaklaşıp; özgürlüğü kazanma şeklidir.

¹ **Rekreasyon aldatma**; yapay kurallar olmaksızın, o an karşılıklı rıza ile hoşça vakit geçirmek için yapılan aldatma.

2.1.4. Aldatma Eğilimi Kuramları

Psikanalitik kuramını Freud (1910) ödipal kompleks ve narsizm üzerinden açıklamıştır. Aldatılma, ilk çocukluk deneyimleriyle ilişkilendirilmiştir. Çocuğun karşı cinsten olan ebeveyni ile ilişkisi, aynı cinsten olduğu ebeveyni ile rekabeti üzerinden açıklanmıştır. Erkek çocuk, annesinin kendisiyle değil de babasıyla birlikte olmasını ihanet sayar. Onu sadakatsizlikle suçlar. Çocuktaki narsizm duygusu zedelenir ve baş etmeye çalışır (Freud, 1910). Bunun sonunda gerginlik ve intikam alma duygusu ortaya çıkar. İntikam, rakip olarak görülen ebeveynle karşıdır. Sadakatsiz olan ebeveynle de özdeşim kurulur. Aldatma eyleminde bulunan kişi genellikle çocuğun idealize ettiği kişinin özelliklerini sergiler. Böylelikle babasıyla aynı seviyeye yükselir (Hunyady ve diğerleri, 2008). Bu ödipal kompleks sağlıklı bir şekilde çözümlendiğinde çocuk aynı cinsteki ebeveynine karşı rekabet duygusunu sona erdirir ve yetişkinlikte de istenilen ilişkiden doyum alarak yaşamını tek eşli olarak devam ettirir. Ödipal çatışmanın çözümlenmediği durumda kişi, bu rekabeti sürdürür (Hunyady ve diğerleri, 2008). Kendisini, kaybeden olarak görür. İntikamını ise yetişkin çağlarda başkalarına ihanet ederek alır. Aldatılan eşte aşağılanma, incinme, öfke duyguları yaratılır (Buunk ve van Driel, 1989; Lawson, 1988).

Bağlanma kuramına göre, bağlanma, yaşam boyu devam eden bir süreçtir (Bowlby, 1973). Erken dönemde bağlanma, ebeveynle olan ilişkiyi kapsarken; yetişkin dönemde partnerle olan ilişkileri de kapsamaktadır (Hazan ve Shaver, 1994). Güvenli bağlanma geliştiren bireyler, yakın ilişkide bulunduğu kişinin kendine olan uygunluğunu bilip ona göre davranırken; güvensiz bağlanan biri, başkalarının kendilerine daha az erişebilir olduğunu düşünürler (Brennan ve Shaver, 1995). Kaygılı bağlanma yaşayan birey, partnerinden emin olamaz ve birlikteliklerine dair güvence almak ister. Kaçınan bağlanan birey ise partneriyle olan yakınlığından şüphe duyar. Bu sebeple yakınlığı arttıracak davranışlardan kaçınır. Her iki güvensiz bağlanma da aldatmayla sonuçlanabilir (Russell ve diğerleri, 2013). Bağlanma kaygısı olan bireyler ihtiyaçlarının mevcut olan ilişkisinde karşılanmadığını düşünür. Bu sebeple bu ihtiyaçlarını karşılamak için başka bireylerle birlikte olabilirler (DeWall ve diğerleri, 2011). Kaçınan bağlanma yaşayan bireyler, partnerlerine karşı daha az bağlı olma eğilimi gösterirken; daha fazla cinsel tutumlara sahip olurlar. Tüm bu durumlar için bireysel farklılıklar göz önünde bulundurulmalıdır (Brennan ve Shaver, 1995). Örneğin, güvensiz bağlanma ve aldatma ile dışadönüklülük ve deneyime açıklık

arasında negatif anlamlı bir ilişki vardır (Mickelson ve diğerleri, 1997). Burada eş faktörü oldukça önemlidir. Çalışmalar göre her iki eşin de güvensiz bağlanması sadakatsizliği arttırırken; her iki eşinde güvenli bağlanması sadakatsizliği azaltmaktadır (Russell ve diğerleri, 2013).

Evrimsel kurama göre, kişi bilinçdışında cinsel ilişkiyi, üremek ve soyu devam ettirmek için kullanır. Aldatma eğiliminin cinsiyete göre değiştiği savunulur. Çünkü erkekler hamilelik süreci geçirmediği için kısa sürede başka kişilerden üremeyi sağlayabilir. Fakat kadın için bu süreç oldukça zahmetli ve masraflıdır (Buss, 1989; Mellon, 1981). Yine ebeveyn yatırımında da anne, tüm kaynak ve imkanlarını çocuğuna sağlayarak, eş olma çabasıyla çatışmaktadır. Erkeklerin eş olma ve daha fazla kaynağa ulaşma imkânı kadınlardan daha yüksektir. Bu sebeple kadınlar eş seçerken erkeklerden daha seçici olmaktadır (Buss ve diğerleri, 1992). Bir diğer durum ise babalığın kesinliğidir. Biyolojik olarak anne bebeğin kendisinden ürettiğine dair kaygı taşımazken; bu kaygı babalarda daha yüksektir. Evrimsel kurama göre bu durum, kadınların duygusal aldatmaya, erkeklerin ise cinsel aldatmaya daha fazla tepki göstermelerine sebep olmuştur (Drigotas ve Barta, 2001). Her iki cinsiyette hem cinsel hem duygusal sadakatsizlikten dolayı sıkıntı yaşarlar (Buss, 1989).

Yatırım modeli, sosyal psikolojide geliştirilen bir kavramdır. Birey, iki özelliğe yatırım yapar. Bunlar; memnuniyet ve bağlılıktır. İlişkinin çekiciliği, pozitifliği için memnuniyet; ilişkinin sürdürülebilirliği ve bağlı hissetmesi için ise bağlılık önemlidir. Yani davranışsal niyet ve psikolojik bağlanma kilit noktadır (Johnson, 1973). Burada ilişki tatmininden ziyade; kişilerin, niyet ve bağlılıklarını bildirmeleri istenmiştir. Bireylerin, ödülü yüksek, bedeli az olan ilişkilerden memnun oldukları savunulmuştur (Rusbult, 1983). Burada “alternatif” kavramı da oldukça önemlidir. Çünkü ilişki de memnuniyet azaldığında alternatifler değerlendirmeye alınır. Ödül ve bedel olarak değerlendirilmeye başlanır. Bu gibi durumlar için içsel (duygusal çaba) ve dışsal (ortak arkadaşlar, çevre) ilişki yatırımı önemlidir (Rusbult, 1983).

2.1.5. Aldatma Eğilimi Sonuçları

Yukarıda verilen araştırma sonuçlarına göre aldatma, boşanma sebeplerinin başında gelmektedir. Yıkıcı bir etkiye sahiptir. Aldatma, her zaman boşanma ile sonuçlanmaz.

Fakat yıkıcı bir iz bırakır. Devam eden evliliklerde, unutulduğu düşünölen durumlarda bile yeni sorunların ortaya çıkmasında tetikleyici olabilir (Blow ve Hartnett, 2005).

Yapılan bir çalışmada erkeklerin, aldatılmaları veya cinsel sadakatsizlik konusunda şüpheyeye düşmeleri durumunda eşlerine karşı şiddet davranışında bulundukları görölmüşür. Aldatılma konusundaki bu şüphe eşlerine karşı cinsel şiddet göstermelerine neden olmuştur. Bu sebeple birçok kadın eşleri tarafından tecavüze ve zorlamaya maruz kalmıştır (Goetz ve Shackelford, 2009). Sadece cinsel şiddet değıl; iki tarafta da üzüntü, öfke, şiddet, kaygı, intikam gibi duygu ve davranışlar da bulunabilir (Levine, 1998).

Aldatmanın öğrenilmesi ile ilgili süreçler iki taraf için de çok sarsıcı olabilir. En sarsıcı durum aldatan kişinin eşı tarafından yakalanması, diğere bir sarsıcı durum da eşinin aldatıldığını duymasıdır. İtiraf etmek ise, diğere iki faktöre göre ilişkiye daha az zarar vermektedir. Bu gibi durumlarda ilişkiye devam etme ihtimali daha yüksektir (Afifi ve diğere, 2001). Sadece eş değıl çocuk, evdeki ortamı fark edebilir ve tepki gösterebilir. Bunun dışında çevrede de farklı sorunlar oluşturabilir. Bu da kişide kayıp, utanç gibi duygulara yol açabilmektedir (Levine, 1998).

2.2. İlişki Bağımlılığı

2.2.1. İlişki Bağımlılığı Tanımı

İlişki bağımlılığı hakkında geçmiş tarihlerde, farklı tanımlar geliştirilmiştir. Bağımlılık denildiğinde araştırma konuları genellikle kimyasal bağımlılık olmuştur. İlişki bağımlılığı, ilk zamanlarda kimyasal bağımlılıkları olan bireylerle ilişki kurulması sonucu yaşamları etkilenen eş, çocuk, aile gibi durum ve kişileri tanımlamak, anlamlandırmak için kullanılmıştır (Beattie, 1987). Sağlıksız bir ilişkide başa çıkma stratejisi olarak yorumlanmıştır. Ardından araştırmacılar, kimyasal bağımlılıkta olduğu gibi ilişki bağımlılığında da fiziksel, duygusal, davranışsal değışiklikler, bozulmalar gözlemlemiştir (Beattie, 1987). Yeni tanımlar geliştirilmiştir. Bunlardan bazıları şu şekildedir: bireyin herhangi bir maddeye bağıl olmaksızın aşırı kontrolcü bağlanma biçimi; günlük yaşamla araya mesafe koyan, tek taraflı, karşılıksız bir ilişki (Peele ve Brodsky, 1974), partnerine karşı yoksunluk ve obsesif davranışlar geliştirme (Norwood, 1985), kendi isteklerini ikinci plana atıp; karşı tarafı memnun etme isteğı olarak tanımlanmıştır (Wegscheider-Cruse, 1985). İlişkide bağımlılık gösterilen kişi,

eş, çocuk, yetişkin, ebeveyn, kız kardeş, erkek kardeş, sevgili, aile büyüğü, yakın bir arkadaş olabilir (Beattie, 1987).

Amerika’da gerçekleşen “Uluslararası İlişki Bağımlılığı Konferansı”nda ilişki bağımlılığı, süregelen kompulsif davranışların benlik değerini arttırmak için başkalarının düşünce sistemlerini içselleştiren rahatsız edici bağımlılık olarak tanımlamıştır (Lancer, 2012). Farklı bir tanım da Charles Whitfield’ den gelmiştir. İlişki bağımlılığını, benliği kaybetmenin birincil hastalığı olarak tanımlamıştır. “Kaybolmuş benlik” olarak tanımlanan ilişki bağımlılığı, tıpkı kimyasal bağımlılık gibi kronik, tedavi edilebilir bir hastalık olarak tanımlanmıştır (Whitfield, 1991). Bu kişiler kendisi adına verilecek kararlardaki kontrolü karşı tarafa bırakıp, etkilemesine izin verirken; yine karşı tarafı kontrol etmeyi obsesyon haline getirmiştir (Beattie, 1987).

İlişki bağımlılığının sadece kişi bağlamında değil başka koşullar için de değerlendirildiği görülmüştür. Bazı yazarların ilişki bağımlılığını, aile, çevre, işletme, kurum, eyaletler gibi başlıklarla genişlettiği görülmüştür. Bu işlevsiz örüntü, psikososyal bir durum olarak kabul edilmiştir. Bağımlılığın katı ve duygusal olarak baskıcı ailelerden kaynaklandığı düşünülmektedir (Wegscheider-Cruse, 1985). Ayrıca ailedeki açık veya örtük kurallar, çarpık iletişim ve inkâr; sağlıklı psikolojik, duygusal, davranışsal gelişimi ketyebilir (Subby, 1987). Aile içindeki sessiz kurallar, sorunlar hakkında konuşmak yerine; doğrudan iletişimden kaçınır ve duyguları açıkça ifade etmez. Oldukları gibi görünmelerine izin vermez. Aile bireylerinden sert ve kontrollü olmaları beklenir (Beattie, 1987).

İlişki bağımlılığı ile diğer bağımlılıklar arasında benzer özellikler saptanmıştır. Araştırmalara göre güven eksikliği, yansıtma, yargılama, yalnızlık, yalan söyleme, depresyon gibi ortak noktaları bulunmuştur (Greenleaf, 1984). Bir bakıma ilişki bağımlılığı, yaşam stili haline getirilir ve öğrenilen bu ilişki türü, tüm yaşama endekslenir. Değişikliğe yer verilmez. Birey, öfke veya kaygılandırıcı durumları inkâr eder. Çünkü “terk edilme” korkusu vardır. Aslında nasıl olması gerektiğini bilmeden yaşar. Akışına bırakmaz, onaylanmak ister (Wegscheider-Cruse, 1985). Tüm bunlar ilk çocukluk dönemlerinde, yetişkinlikte, sağlıklı ilişkide, dini öğretilerde, kadınsı özellikler öğretilirken geliştirilmiş olabilir. Birey, bu bağımlılığı başka bir bakış açısına göre de kendini korumak, ihtiyaçları karşılamak ya da zorunluluktan

geliştirmiş olabilir (Beattie, 1987). Fakat yine de kimyasal bağımlılıktan ayrışır. Çünkü ilişki bağımlılığı daha çok inkâr etme hastalığı gibidir. Kilit nokta değişimdir. Fakat değişim için atılacak en önemli adım farkındalık ve ardından kabul etmektir (Beattie, 1987). İnkâr etme sistemi çöktüğünde ilk kırılma gerçekleşir (Asher ve Brissett, 1988; Cermak, 1986; Gierymski ve Williams, 1986).

İlişki bağımlılığı, başkası-merkezcilik üzerine kurulu olduğu için tuhaf karşılanacak şekilde karşı tarafa gösterilen yüksek ilgi, özen, yardım etme isteği; yine başkası-merkezciliğin sonucu olarak kendi benliğini terk edip, düşük öz değere sahip olma, yüksek öfke ve suçluluk duyguları iletişim sorunlarına hatta kayıplara neden olmuştur (Beattie, 1987).

Bağımlılığın, sürekli ve ilerleyebilen bir durum olması dikkate alınmalıdır. Çalışma da bir sonraki başlıkta verileceği üzere son aşama da fiziksel rahatsızlıklar ortaya çıkabilir. Yani, ilişki bağımlılığı, hastalık olmayabilir. Fakat hasta edebilir (Lancer, 2017). İlişki bağımlılığını kişi hayatına endekslediği için rutin haline getirir. Alışılmış bir şekilde düşünme, davranma, hissetme gerçekleşir. Uzun vadede ilişkide ki kişiyle mutsuz olmaya neden olur (Beattie, 1987). Çözüm yolu aranmalıdır. İyileşmenin de erken, orta, ileri aşamaları vardır. Psikoterapi, TSSB ve çocukluk travmaların iyileşmesini içerir. Öz saygı, ihtiyaçlar, sınırlar yeniden oluşturulur. Mükemmeliyetçilik, bağımlılık belirtisi olabilir. Mükemmel iyileşme yoktur. Nüks edebilir. Stres anında veya toksik bir ilişkide tekrar ilişki bağımlılığı yaşanabilir (Lancer, 2017).

2.2.2. İlişki Bağımlılığı Aşamaları

İlişki bağımlılığı, erken aşama, orta aşama, ileri aşama olmak üzere üç aşamadan oluşmaktadır (Lancer, 2017).

2.2.2.1. Erken Aşama

İlişki bağımlılığının erken, başka bir ifadeyle ilk aşamasında ilişkideki artan ilgi, karşı taraf açısından olumlu karşılanıp; romantizm olarak algılanabilir. Birey, burada ilişkisi olduğu kişiyi kontrol altına almak isteyebilir, obsesyon geliştirebilir, ilişkide soruna sebep olan davranışlarını reddedip normalleştirebilir (Beattie, 1987; Lancer, 2017).

2.2.2.2. Orta Aşama

İlişki bağımlılığının ilk zamanlar da romantizm ile eşleştirilmesi, zararsızlaştırılması bu aşamada görülmez. İlişkide acı veren durumlar çoğalır, çatışma artar. Kaygı, öfke, kendini suçlama, hayal kırıklığında artma; benlik saygısında azalma görülür (Beattie, 1987). Bu durumu düzeltilmesi gereken bir problem olarak görülmediği için yakınlarıyla paylaşılmaz. Kişinin sosyal çevresiyle arasına mesafe girer. Problemi, biriyle paylaşılacak yerine, üstünün kapatılması; yine kişiye zarar veren yollara başvurmasına neden olabilir. Sağlıksız yeme, alışveriş, madde kullanımı gibi (Lancer, 2017).

2.2.2.3. İleri Aşama

İlişki bağımlılığının duygu, düşünce, davranış üzerindeki etkisi bu aşamada oldukça artmıştır. Uyku, sindirim problemleri, eklem ve baş ağrıları, yeme bozuklukları, alerjik reaksiyonlar, kalp ağrıları gibi sağlık problemleri yaşanabilmektedir. Kişinin kontrol davranışları obsesyon düzeyindedir (Lancer, 2017). Bu durum öfke, kaygı, umutsuzluk, depresyon yaratabilir (Beattie, 1987). Tüm bunların sonucunda da öz bakımla birlikte öz saygı da azalır (Lancer, 2017).

2.2.3. İlişki Bağımlılığı Olan Bireylerin Özellikleri

İlişki bağımlılığı için verilen bazı özellikler çoğu araştırmacı için benzer niteliktedir. İlişki bağımlısı olan bireylerin, güven eksikliği, suçlama, yargılayıcılık, yalan söyleme, depresyon, basık duygu, yıkıcılık, yalnızlık gibi durumları yaşadığı belirtilmektedir (Greenleaf, 1984). Bir başka görüşe göre ilişki bağımlılığı olan kişilerin ortak listesi şu şekildedir: duyguları tanımada ve ifade etmede güçlük, mükemmeliyetçilik, ilişkilerini yürütmede zorluk, katı tutum, uyum sağlamada zorluk yaşarken; başkalarının davranışlarından kendini sorumlu hissetme, onay ihtiyacı, kararsızlık, güç ve güven duygusunda eksiklik, düşük benlik saygısı (Subby ve Friel, 1984). İlişki bağımlısı olan kişinin eşinin alkol bağımlısı olduğu durumda ise kişide, acıma, koruyuculuk, inkâr, suçluluk, sürekli endişe, hayal kırıklığı, kafa karışıklığı, cinsel problemler, pişmanlık, umutsuzluk görülmüştür (Woititz, 1984).

İlişki bağımlılarının kalıplaşmış, alışılmış bir yaşam tarzı olduğu; kendi başına eğlenmede zorluk çektikleri, normal davranışlar hakkında güçlükler yaşadıkları, karar vermekte zorlandıkları; değişime dirençli oldukları, siyah ya da beyaz gibi yargılarının

olduğu; korku ve öfkeyi inkâr ettikleri, terk edilmeye yönelik yoğun kaygılarının olduğu ifade edilmiştir (Wegscheider-Cruse, 1985). İlişki bağımlılarında zayıf sınırlar, güven eksikliği, öfke, cinsel sorunlar, fiziksel ve ruhsal rahatsızlıklar, bakımsızlık, obsesyon, yüksek kontrol isteği, düşük öz değer gibi özellikler olduğunu belirtilmiştir (Beattie, 1987).

İlişki bağımlılığı için verilen özellikler genel olarak benzerlikler içermektedir. Bu benzerlikler şu şekilde gruplandırılmıştır (Spann, 1989):

- Benliğin dışına aşırı odaklanma: Bağımlılık, saplantı
- Duyguların ifadesinde eksiklik: Bastırılmış duygular, güvensizlik, zayıf iletişim
- Düşük öz değer: Kontrol, inkâr, değişime karşı direnç

İlişki bağımlısı olan bireyler şunları yapabilir:

- Diğer insanların düşünce ve istekleri konusunda kendilerini sorumlu hissederler.
- Başkalarının yaşadıkları zorluk karşısında endişe ve suçluluk hissederler.
- İlişki bağımlılığı yaşadığı kişinin problemlerini çözmeyi kendine görev olarak görür. Tavsiye ve çözüm önerilerinde bulunur.
- Verdiği destek veya tavsiyenin işe yaramadığını gördüğünde suçluluk, öfke duyguları hâkim olur.
- Başkalarına yapılan haksızlıklar karşısında savunmayı veya öfkelenmeyi; kendisine yapılan haksızlıklarda yapacağı savunmadan veya öfkelenmeden daha kolay bulur.
- İlişki bağımlılığı yaşayan kişi karşı taraf için gereğinden fazla verici olurken; karşı taraftan buna dair bir davranış görmez.
- Hayatlarında kriz, çözülmesi gereken bir mesele olmadığında kendilerini kötü, işe yaramaz hissederler.
- Başkalarına destek olabilmek için kendi önceliklerini bir kenara bırakırlar.
- Yapmak istemedikleri, “hayır” demek istedikleri şeylerde; kendilerini “evet” derken bulurlar. Yapmak istemedikleri şeylerde dahi gereğinden fazlasını yaparlar.
- Yeteri kadar iyi olmadıklarını düşünürler.
- Kendileri için para harcadıkları veya eğlendikleri zaman bundan suçluluk duyarlar.
- İyi şeylerin olmayacağını düşünüp, bunu hak etmediklerine inanırlar.

- Diğer insanlar ve yaptıkları hakkında gereğinden fazla düşünüp, endişelenirler.
- Sorunları görmezden gelip; yok gibi davranırlar.
- Kişisel, ilişki ve aile sorunları gibi durumlar hakkında konuşmaktan utanırlar.
- Cinsel isteksizliği olduğu halde eşini mutlu etmek adına kendini birliktelik için zorlarlar (Beattie, 1987).

2.2.4. İlişki Bağımlılığının Gelişmesindeki Nedenler

İlişki bağımlılığına neden olan faktörler incelendiğinde, aile, çevre, işletme, kurum, eyaletler gibi başlıklar oluşturulmuştur. Bu işlevsiz örüntü, psikososyal bir durum olarak kabul edilmiştir. Bağımlılığın katı ve duygusal olarak baskıcı ailelerden kaynaklandığı düşünülmektedir (Wegscheider-Cruse, 1985). Ailedeki ebeveyn tutumları, bağlanma, ihmal, istismar, işlevsiz aile ilişkisi örüntüleri, madde kullanımına şahit olma veya bakımını üstlenme; çevrenin geleneksel yapısı ve öğretileri gibi toplumu da içine alan psikososyal bir durum olarak değerlendirilmiştir (Chang, 2010).

2.2.4.1. Ebeveyn Tutumları

İlişki bağımlılığının gelişimine etki etken türlerden biri ebeveyn tutumlarıdır. Çocuklar ile ebeveynleri arasındaki bağlılık ve iletişim çocukların öz şefkat ve öz benliklerinin gelişimleri üzerinde oldukça etkilidir. Baumrind (1966) ebeveyn tutumlarını izin verici, otoriter, demokratik olmak üzere üçe ayırmıştır. Bunlar:

- İzin veren ebeveyn: çocuğun yaptıkları karşısında cezalandırıcı olmayıp aksine; kabul edici davranışlar sergilemektedir. Aile içi konularda tartışmalara, başka fikirlere, kurallara izin verir ve tüm bunlarla ilgili bilgilendirme de bulunur. Açık iletişim vardır. İzin verici ebeveynler genellikle çocuklarına karşı kontrol davranışları geliştirmezler. Çocuğun özerklik kazanması, olgunlaşmasına yönelik beklentileri düşükken; yüksek bakım ve destek alanı yaratırlar.
- Otoriter ebeveyn: aile içi standartları olan kontrolcü davranış tutumları sergiler. İtaat önemlidir. İtaat, erdem ile eşleştirilir. Çocuğun fikirleri ile kendi fikirlerinin çeliştiği durumlarda cezalandırıcı yöntemler kullanır. Geleneksel yapının korunmasına ayrıca özen gösterir. Bunun için çocuğun özerkliği, oto kontrolü kısıtlanırken; ebeveynlere yönelik saygı özellikle vurgulanır. Aslında otoriter ebeveyn, ilk zamanlarda Amerika'da tanrının iradesini yerine getirmek başlığında

toplaniyordu. Çocukların dinsiz yetişmemesi, günahkâr olmamaları için otoriter oldukları belirtilmiştir. Otoriter ebeveyni, umursayan, çocuklarını seven, tanrıyla iş birliği yapan ebeveyn olarak görürken; izin veren, şımartan ebeveyni, çocuğunu günahkâr yapan, dini olanaksız kılan şeytan ile iş birliği yapan ebeveyn olarak görmüşlerdir.

- Demokratik ebeveyn: durum odaklıdır. Olaylara karşı rasyonel davranır. Demokratik ebeveyn, çocuğa karşı fikirler sunar. Çocuktan gelecek farklı bir fikri reddetmek yerine, gerekçesini öğrenmek ister, fikir alışverişinde bulunur. Çocuğun özerkliğine alan tanır ve mevcut olan niteliklerini onaylar. Ebeveyn çocuğun fikirlerini öğrenerek kontrol ve disiplin sağlar. Çocuğun özerkliğini kazanması için gerekli alan yaratılır.

Young ve diğerlerine (2003) göre çocukların yetişkin yaşamlarını, ilişkilerini etkileyecek beş temel unsur olduğunu ileri sürmüşlerdir. Bunlar: güvenli bağlanma; otonomi, yetkinlik ve kimlik algısı; duyguların ve gereksinimlerin ifade edilmesi ile içinden geldiği gibi davranma ve oyun şeklindedir. Çocuklar dünya görüşlerini, temsillerini, kendilik algılarını bu unsurlara göre belirleyecektir. Bu unsurlara yön verecek ebeveynlik stilleri ise:

- Kuralcı/Kalıplayıcı,
- Küçümseyici/Kusur Bulucu,
- Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı,
- Sömürücü/İstismar Edici,
- Aşırı Koruyucu /Evhamlı,
- Koşullu/Başarı Odaklı,
- Aşırı İzin Verici/Sınırsız,
- Kötümser/Endişeli,
- Cezalandırıcı,
- Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran ebeveynlik olarak 10 alt boyut içermektedir (Young ve diğerleri, 2003).

Bahsedilen ebeveynlik stillerinin yetişkinlik döneminde bireylerin erken dönem uyumsuz şemalar geliştirmesine neden olduğu belirtilmektedir. Bu şemalar yaşam boyu devam eden işlevsiz bir örüntü görevi görmektedir. İşlevsel olmayan ebeveynlik

biçimleri yine işlevsel olmayan şemalar ile ilişkiler kurulmasına neden olacaktır (Soygüt ve diğerleri, 2009).

2.2.4.2. Bağlanma

Bağlanma ile ilgili ilk temel araştırma Bowlby'n "Bağlanma Kuramı" ile başlamıştır. Kuram, güvenli, kaygılı, kaçınan olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Yapılan deneysel araştırmalar sonucu güvenli bağlanma için sağlıklı anne-çocuk ilişkisine ihtiyaç duyulmuştur. Güvenli bağlanma olmadığı taktirde nevrotik kişilik örüntülerin gelişebileceği öne sürülmüştür (Bowlby, 1969). Bowlby (1969) güvenli bağlanan bireyleri, kendini sevebilir bulan, yetişkinlikte güvenli sosyal ilişkiler kurabilen, özgüvenli, empati yeteneğine sahip kişiler olarak tanımlamıştır. Bunun aksine bakım verenin fiziksel ve duygusal eksikliği, güvenli olmayan ortam, çevresel tehdit, kızgınlık gibi durumlar bebekte kaygıya neden olacaktır. Bebek, tüm bu tehlikelere ayrılmaya karşı protesto eylemiyle dönüş yapacaktır. Kaçınan bağlanma tarzında, bebek bakım vereniyle bütünleşmemektedir. Yakınlıktan kaçınmaktadır. Kaçınan bağlanan bebeklerde öfke, vurma, etrafına zarar verme gibi davranışlar gözlemlenmiştir. İlişki bağımlılığı ile en bağlantılı bağlanma şekli olan kaygılı bağlanmada ise, huzursuzlanma, ağlama krizleri, hırçınlaşma gibi bakım vereni uzun süre yanında tutabilecek davranışlar sergileyecektir (Hazan ve Shaver, 1994). Kendini güvende hissetme yöntemleri yetişkinlikte de ilişkilerini etkileyecektir. İlerleyen zamanlarda ise yetişkin, ilişkilerinde kaygılı bağlanan, fikirlerini karşı tarafa aktarmaktan çekince duyan, fikirlerinin eleştirileceğini düşünen, terk edileceklerine yönelik kaygıları olan, tutarlı düşünce ve davranışlarda bulunamayan, eşlerini kontrol etme isteğinde bulunan bireyler haline dönüşecektir (Feeney ve Noller, 1990).

2.2.4.3. Olumsuz Aile Yaşantısı (İstismar, İhmal, İşlevsiz Aile İlişkileri)

İstismar, erişkin tarafından, çocuğa karşı bilinçli olarak zarar verecek her türlü davranış örüntüsüdür. Fiziksel, duygusal, cinsel olmak üzere üçe ayrılır (Polat, 2006). Fiziksel istismar, çocuğun vücudunda, kırma, incinme, morarma, yanık, lezyon, yaralama gibi hasar kalabilecek bilinçli olarak verilen zararı kapsar. Çocuk, fiziksel istismara ebeveyni veya çevresi tarafından uğrayabilir. Fiziksel istismar, aletli (kemer, sopa, kesici aletler, silah vb.) ve aletsiz (tokat, yumruk, itme, çimdikleme, sarsma) olmak üzere ikiye ayrılır (Polat, 2006). Duygusal istismar ise, çocuğu tehdit etme, yapamayacağı isteklerde bulunma, terk etme, yok sayma, hakaret, küfür, aşağılama,

azarlama, olumlu duyguların gösterilmemesi gibi davranış türlerini kapsar. Çocuğun kendisini seilmeye değer görmeyen, yetersiz, değersiz biri olarak yetişmesine sebep olur (Aktepe, 2009). Cinsel istismar, bir yetişkinin, psikososyal gelişimi tamamlanmayan bir çocuğu tehdit, ikna veya kandırma yoluyla cinsel gereksinimleri için kullanmasıdır. Temas içermeyen, dokunma, penetrasyon, pornografi, çocuk fuhuşu gibi çeşitli cinsel istismar türleri bulunmaktadır. Benlik saygısını zedeler, intihar riski, kendini suçlama, utanç duyma gibi durumların yaşanması muhtemeldir (Aydoğdu ve diğerleri, 2017).

Polat (2006), ihmali şu şekilde açıklamıştır: çocuğun yeterli fiziksel ve duygusal bakımının sağlanmamasıdır. Barınma, beslenme, eğitim, sağlık, sevgi, güven ihtiyaçları karşılanmaz. Fiziksel, duygusal, tıbbi, eğitim olmak üzere dörde ayrılır.

- Fiziksel ihmal, beslenme, giyinme, bakım gibi konularda;
- Duygusal ihmal, sevgi, güven, denetim, destek gibi konularda;
- Eğitim ihmali, ders ve okul davranışını sekteye uğratabilecek şekilde davranma;
- Tıbbi ihmal, sağlık ihtiyaçlarının giderilmemesini kapsamaktadır.

İşlevsiz aile geçmişi, olumsuz yaşantılar, boşanma, ekonomik sıkıntılar, madde kullanımı, hasta bakımı, olumlu duygulardan uzak yaşama çocuğun güvende hissetme duygusunu zedeler. Güven duygusunun yanı sıra bu gibi ailelerde, aile üyelerinden biri, bakım görevini üstlenebilir. İyileştirme görevini kendinde görebilir. Bu durum ilişki bağımlılığının da temelini oluşturabilir (Cooper, 1995). Bakımı üstlenme görevi bir döngü haline geldiğinde, ebeveyn gösterilen bu ilgi; yetişkinlik döneminde partnere, sosyal çevreye, eşe aktarılabilir. Olumsuz aile yaşantılarından özellikle boşanmanın yetişkinlik döneminde partner ilişkisine yansıdığı düşünülmektedir. Eşe karşı terk edilme düşüncesiyle ilişki bağımlılığı geliştirmenin yüksek olduğu düşünülmektedir (Dupree ve diğerleri, 2007).

Madde bağımlılığı olan biriyle aynı ortamı paylaşma, ilişki bağımlılığına neden olan faktörler arasındadır. Tanımlarda da verildiği üzere ilişki bağımlılığı, ilk olarak kimyasal madde kullanım problemi olan bireyle yaşamı sürdürmek için oluşturulan yapı olarak tanımlanmıştır. Alkol veya madde kullanımı olan bireyle oluşturulan sorunlu, uyumsuz ilişki sistemidir (Whitfield, 1991). Yapılan bir araştırmaya göre alkol bağımlılığı olan bir ailede yetişen çocukların, alkol bağımlılığı olmayan bir ailede yetişen çocuğa göre ilişki bağımlılığının olma ihtimali daha yüksek çıkmıştır.

Depresyon, eleştiriye duyarlılık, suçlama eğilimi, düşük benlik saygısı, saldırganlık gibi özellik ve davranışlar alkol bağımlılığı olan ebeveyn ile yetişen çocuklarda gelişen özellikler olarak ifade edilmiştir (Sher, 1997).

2.2.4.4. Çevre

Toplumsal normlar, güç dengesinin dağılımında önemli role sahiptir. Ataerkil toplumlarda önceliğin erkeklere verilmesi kadın-erkek arasında güç dengesizliğine sebep olmuştur. Güç ve kaynaklar cinsiyetlere göre eşit dağılmamıştır (Spann L. , 1996). Fikir beyan edememe, karşı taraf için gereğinden fazla özen gösterme, kendini ikinci plana atma, şefkat, besleyici olma, eleştirilme kaygısı, eşe hizmet etme, çocuklarının birincil sorumluluğunu üstlenme genellikle toplumun kadına dayattığı özelliklerdir. Bazı araştırmacıların, ilişki bağımlılığını 'kadınsı hastalık' olarak değerlendirdiği ifade edilmiştir (Haaken, 1993). İlişki bağımlılığının cinsiyet kavramı üzerinden açıklanabilmesi için sosyal yaşamda kadın ve erkeklere eşit şartlar sağlanmalıdır (Spann L. , 1996).

2.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar

2.3.1. Şema Tanımı

Şema terapi, Young ve arkadaşları (Young, 1990) tarafından geliştirilmiştir. Bilişsel terapi, genişletilip; daha kapsamlı hale getirilmiştir. Bağlanma, nesne ilişkileri, Geştalt, bilişsel davranışçı, yapısalcı, psikanalitik kavramların bütünleştirildiği yeni bir çalışma alanı olarak ortaya çıkarılmıştır. Özellikle Eksen 1 bozuklukları (duygu durum, anksiyete, yeme, cinsellik, somatik, madde kullanımı, kişilik bozuklukları vb.) gibi durumların tedavisinde oldukça etkili olduğu görülmüştür (Young ve diğerleri, 2003). Eksen 1 ve Eksen 2 bozukluklarının tedavisi için şema terapi yöntemi oldukça uygundur. Akut psikiyatrik durumlardan ziyade; kronik karakteristik bozukluklar tedavi edilir. Terapi yöntemi hastanın durumuna göre kısa, orta, uzun olmak üzere farklı dönemlerde uygulanabilir. Çocukluk çağı, duygusal teknikler, terapötik ilişki, uyumsuz başa çıkma tarzlarını ele almak gibi yeni ve genişletilmiş bir bakış açısı oluşturulmuştur (Young ve diğerleri, 2003).

Şema, kişinin bilgileri düzenleyip yeniden yorumlamasına yardımcı olur. Deneyimler sonrası şemalar konumlanır (Conway ve diğerleri, 2000). Bu sayede dünyayı,

konumlandığı şemalar ile değerlendirmeye, düzenlemeye başlar. Çocukluk çağında oluşturulan bu şemalar, yetişkinlik döneminde yeniden canlanır. Başkalarıyla kurduğu iletişimde, karşısındaki kişi hakkındaki düşünce, his ve davranış üzerinde oldukça etkilidir (Young ve diğerleri, 2003).

Temelinde erken dönemde yaşanmış olumsuz çocukluk deneyimlerinin olduğu düşünülerek Young (1999), “erken dönem uyum bozucu şemalar” kavramını geliştirmiştir (Young ve diğerleri, 2003). Erken dönem uyum bozucu şemalar, çocukluk ve ergenlik yıllarında geliştirilen, yaşam boyu tekrar eden, yıkıcı duygusal ve bilişsel örüntüleri kapsar. Davranış şemaya ait değildir. Birey, şemaya yanıt veya tepki olarak uyumsuz davranışlar geliştirir. Erken dönem uyum bozucu şemalar bu sayede oluşan, işlevsiz anı, duygu, biliş, bedensel duyumları geliştirir (Young ve diğerleri, 2003). Bu uyum bozucu şemaların, erken dönem çocukluk ihtiyaçları karşılanmadığı için oluştuğu belirtilmektedir. Bu ihtiyaçlar (Young ve diğerleri, 2003):

1. Başkalarına güvenli bağlanma (güvenlik, istikrar, kabul)
2. Otonomi, yetkinlik ve kimlik duygusu
3. Gerçekçi sınırlar ve özdenetim
4. Duygu ve gereksinimleri ifade etme özgürlüğü
5. Kendiliğindenlik ve oyun

Olumsuz erken çocukluk yaşantıları, çekirdek aile dinamikleri, erken dönem uyum bozucu şemaların kökeni olarak görülür. Arkadaş, akraba, okul, kültür gibi çevresel etkenler genellikle şemaların gelişim döneminde etkilidir. Erken dönem uyum bozucu şemaların oluşmasında etkili 4 temel erken yaşam deneyimi incelemesi şu şekildedir (Young ve diğerleri, 2003):

İlk olarak *ihtiyaçların toksik engellenişidir*. İyi olan şeylerden çok az deneyimleyen, istikrar, anlayış, sevgiden yoksun olan bu çocukların Duygusal Yoksunluk veya Terk Edilme şemasının ortaya çıktığı görülmüştür.

İkinci tür ise *travmatizasyon* veya *mağduriyettir*. Çocuk burada zarara uğrar. Güvensizlik/Kötüye Kullanılma, Kusurluluk/Utanç, Zarara Karşı Dayanıksızlık gibi erken dönem uyum bozucu şemalar geliştirebilir.

Bir diğeri ise, *iyi olan şeyleri çok fazla yaşama*. Ebeveyn, çocuk için gerekenden daha fazlasını sunar. Bu çocukların kötü muameleye maruz kalması çok nadirdir. Aksine çocuk şımartılır. Çekirdek duygusal ihtiyaçlar karşılanmaz. Burada çocuğa aşırı özgürlük verilebilir ya da gereğinden fazla korunabilir. Bu tür çocuklarda Bağımlılık/Yetersizlik ya da Haklılık/Üstünlük gibi şemalar gelişebilir.

Son olarak *seçici içselleştirme* ya da *önemli diğerleriyle özdeşleşmedir*. Burada ebeveynin duygu, düşünce ve davranışı çocuk tarafından seçici olarak içselleştirilir. Bu sebeple birçok çocuk ya kurban olma deneyimini yaşar ya da toksik davranışları öğrenir. Özdeşim ve içselleştirmenin ‘seçici’ kısmı göz önünde bulundurulmalıdır. Mizacın da buradaki rolü büyüktür. Her çocuğun farklı mizacı vardır. Aynı tepkiye bazı çocuklar çekingen karşılık verirken; bazı çocuklar daha saldırgan davranabilir. Bu durumda saldırgan olan çocuğun fiziksel istismara uğrama ihtimali daha yüksektir. Buna göre aynı ebeveyne sahip farklı mizaçtaki çocuklarda farklı şemalar oluşması muhtemeldir.

Bu temel ihtiyaçların karşılanmaması durumunda oluşan 5 şema alanına gruplandırılmış 18 erken dönem uyum bozucu şema bulunmaktadır. Bu şemalar her zaman çocukluk çağı travmasıyla oluşmaz. İlerleyen zamanlarda gelişen toksik deneyimler şemaların oluşmasına sebep olabilir. 18 erken dönem uyum bozucu şema şu şekilde belirtilmiştir (Young ve diğerleri, 2003):

Etki Alanı 1: Kopukluk ve Reddetme

Bu etki alanındaki erken dönem uyum bozucu şemalara sahip olan bireyler, başkalarıyla güvenli ve tatmin edici bağ oluşturamazlar. Güvenlik, korunma, empati, duyguların kabulü ve paylaşımı, bakım, sevgi, tutarlılık, aidiyet ihtiyaçlarının karşılanmayacağına yönelik inançları vardır. Bu şema alanına sahip bireylerin diğer şemalara sahip bireylere göre daha fazla zarar gördükleri düşünülmektedir. Travmatik çocukluk deneyimlerinin ilerleyen yaşamlarında yeni ilişkilerden kaçınmalarına sebep olduğu belirtilmiştir. Bu kısımda, terapi ilişkisi oldukça önemlidir. Tipik aile özelliği: soğuk, reddeden, yalnız, şiddetli tartışma ortamına sahip, kısıtlayıcı, kopuk, öngörülemeyen ya da istismarcıdır.

1. Terk Edilme/İstikrarsızlık:

Destek veya bağlanma için uygun olan kişilerin güvensiz ve istikrarsız olarak algılanmasıdır. Öfke patlamaları gibi belirsiz davranışlar, güvenilmez, dengesiz bulunmaları, yakın bir zamanda ölecekleri ya da terk edecekleri düşüncesiyle başkalarından duygusal destek, güç, korunma alamayacaklarını düşünme.

2. Güvensizlik/İstismar

Başkaları tarafından zarar görme, aldatılma, zarar görme, manipüle edilme, yalan, istismar, zaafından yararlanmaya yönelik beklenti. Kasıtlı ya da ihmal sonucu olabilir.

3. Duygusal Yoksunluk

Duygusal destek arzusunun başkaları tarafından karşılanmayacağına yönelik beklenti. üç türü şunlardır:

İlgi Yoksunluğu: Dikkat, şefkat, sıcaklık ve iletişim eksikliği

Empati Yoksunluğu: Başkalarının duygularını anlama, dinleme ya da karşılıklı kendini açma ve paylaşma eksikliği

Korunma Yoksunluğu: Güç ve rehberlik eksikliği.

4. Kusurluluk/Utanç

Bireyin kendisini, kusurlu, aşağılık, kötü, istenmeyen, kendisini belli ettiği zaman sevilmecek biri olarak görmesi. Eleştiri, reddetme ve suçlamaya karşı oldukça hassastırlar. Başkalarıyla kendini karşılaştırma, güvensizlik, algılanan kusurla ilgili (bencil olma, öfkelenme, cinsel arzular ya da itici fiziksel görünüş, sosyal beceriksizlik vb.) utanç duygusu.

5. Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma

Diğer insanlardan farklı olduğu veya bir gruba veya topluluğa ait olamama hissi.

Etki Alanı 2: Zedelenmiş Özerklik ve Performans

Kişinin ayrılma, bağımsızlaşma, hayatta kalabilme, başarılı olmaya yönelik çevresi ve kendisi hakkındaki çatışan beklentileridir. Ailenin tipik özellikleri: çocuğun güvenliğini zedeleyici, aşırı korumacı, iç içe geçmiş, çocuğu dış dünya için desteklemede yetersiz kişilerdir.

6. Bağımlılık/Yetersizlik

Kişinin başkalarının yardımı olmadan problemlerini çözme, yeni işlere girme, doğru kararlar verme gibi sorumlulukları alamayacağına veya yerine getiremeyeceğine yönelik inancıdır.

7. Hastalık veya Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık

Felaket yaşanılacağına ve korunamayacağına yönelik aşırı korkudur. Bu korkuların birkaç odak noktası vardır. Bunlar: A) Tıbbi felaket (kanser); B) Duygusal felaket (çıldırma); C) Dışsal felaket (uçak düşmesi)

8. İç İç Geçme/Gelişmemiş Benlik

Normal gelişim pahasına, bir veya daha fazla kişiyle aşırı duygusal yakınlık. Daimî bir destek olmadan tutunamayacağı, hayatta kalınamayacağına, mutlu olamayacağına dair düşünce sistemidir. İç iç geçme veya boğulma duygularını içerir. Boşluk ve çöküş hissinin yanı sıra kişi aşırı durumda kendi hayatını sorgulayabilir.

9. Başarısızlık

Kişinin okul, kariyer gibi başarı alanlarına akranlarına kıyasla daha başarısız olacağına, başarısızlığın kaçınılmaz olduğuna, yetersiz olduğuna dair inancıdır. Kendini kabiliyetsiz, yeteneksiz, statüsü düşük olarak görür.

Etki Alanı 3: Zedelenmiş Sınırlar

İçsel sınırlarda eksiklik vardır. Uzun vadeli hedefler oluşturma, başkalarının sorumluluğunu alma, haklara saygı duyma, iş birliği yapmada güçlük yaşarlar. Bu bireylerin ailelerinin tipik özellikleri: sorumluluk alma, iş birliği yapma gibi konularda sınır belirleme ve disiplin kurmadan ziyade; serbestlik, gereğinden fazla müsamaha gösterme gibi özelliklere sahiptir. Çocuk bazı durumlara tahammül etmeyi, sabretmeyi öğrenmemiş olabilir.

10. Haklılık/Üstünlük

Diğer insanlardan üstün olduğuna dair inanç. Karşılıklı kurallarla sınırlama olmadan, özel hak ve üstünlüklere sahip olduğu düşüncesi hakimdir. Gerçekte ne olması gerektiğinden ziyade istediği her şeyin olmasına yönelik ısrar, güç ve kontrol için

üstünlük çabası, rekabet, empati duygusundan yoksunluk, kendi arzuları doğrultusunda diğer insanları kontrol etme özellikleri vardır.

11. Yetersiz Öz-denetim/Öz Disiplin

Amacına ulaşmak için gerekli zorluğu yaşamak yerine; bunu reddeder ve rahatsızlıktan kaçınmaya aşırı vurgu yapar. Sorumluluk, çatışma, efordan kaçınır.

Etki Alanı 4: Başkası Yönelimlilik:

Sevgi, bağlılık ve onay için kendi istek ve arzularını bir kenara bırakıp; başkalarının istek, duygu ve ihtiyaçlarına aşırı odaklanmaktır. Kişi öfkesini bastırır. Kendi istek ve arzularına yönelik farkındalığı eksiktir. Tipik aile özellikleri: koşullu kabul eden ebeveynlerdir. Çocuk sevgi ve onay almak, dikkat çekmek için kendi istek ve ihtiyaçlarını bastırıp; ailelerinin istek ve ihtiyaçlarına yönelir.

12. Boyun Eğicilik

Öfkeye ve terk edilmeye gösterilen aşırı hassasiyetle aşırı teslimiyetçi olma. İki türü vardır:

- A. İhtiyaçların boyun eğdirilmesi (tercih ve arzuları bastırma),
- B. Duyguların boyun eğdirilmesi (duyguları özellikle öfkeyi bastırma). Kişi, kendi duygu, istek ve arzularının başkaları tarafından gereksiz bulunacağı düşünülür. Kandırılmaya yönelik hassasiyet gösterirler. Pasif agresif davranışlar, somatizasyon, madde bağımlılığı uyumsuz semptomlar gösterirler.

13. Kendini Feda

Kişinin kendi istek ve arzularına rağmen başkalarının istek ve arzularını gönüllü karşılamaya aşırı odaklanma. Kişi, suçluluk duygusundan kaçınmak, bencil olmamak, başkalarına zarar vermemek, bağını sürdürmek için yapar. Başkalarının yaşadığı acılara aşırı odaklıdır. Kendi gereksinimleri yeteri kadar karşılanmadığı hissine kapıldığında, kendisi ile ilgilenmesi gereken kişilere kızgınlık duyar. Onay Arayıcılık

14. Onay, kabul almaya, dikkatlerini kazanmaya gerçekçi bir benlik kazanmak pahasına aşırı odaklanma. Kendisine duyduğu saygı başkalarına bağlıdır. Reddedilmeye karşı aşırı hassasiyetle karar verirler. Statü, kabul, para, başarı, hayranlık, onay çok önemlidir.

Etki alanı 5: Aşırı Uyarılma ve Baskılama

Kişinin kendi doğal duygu, düşünce ve davranışlarını bastırıp; mutluluğunu, ilişkilerini bir kenara bırakıp; etik, katı kural ve beklentileri yerin getirmeye yönelik aşırı vurgu. Tipik aile özellikleri: cezalandırıcı, katı, mükemmeliyetçi, kontrolcü, duyguları saklama, tetikte olma, karamsarlık, kötümserlik eğilimi.

15.Olumsuzluk/Karamsarlık

Ölüm, kayıp, sıkıntı, çatışma, hayal kırıklığı, mutlu olunamayacağı düşüncesi gibi hayatın olumsuz yanlarına aşırı vurgu yaparlar. İyimser taraflar küçültülürken; kötümser taraflar büyütülür. İyi gidiyor gibi görünen şeylerin dahi bir gün bozulacağı beklenir. Kayba, çöküşe neden olacak şeyleri yapmaya yönelik aşırı kaygı; kronik endişe, şikâyet ve kararsızlıkla karakterizedir.

16.Duyguları Baskılama

Spontane iletişim, duygu ve davranışı engelleme, utanç duygusundan kaçınma, dürtüsel kontrolü kaybetmekten aşırı endişe duyma. Duyguların göz ardı edilip; baskılamanın en yaygın olduğu alanlar: a) öfke ve saldırganlığı engellemek; b) sevinç, sevgi, cinsellik gibi olumlu duyguları engellemek; c) duygu, ihtiyaç, kırılganlığı ifade etmeyi engellemek; d) duyguları göz ardı edip; rasyonelliğe önem vermek.

17.Yüksek Standartlar

Eleştiriden kaçınmak için kişinin, yüksek içselleştirilmiş performans standartlarını karşılaması gerektiğine dair aşırı inanç. Zevk alma, rahatlama, ilişkilerde, benlik saygısında bozulmalar olabilir. Verimli olmak, başarmak için; a) mükemmeliyetçilik (aşırı dikkat, doğru olanı yapma ihtiyacı, detaylara aşırı dikkat, yüksek etik, ahlaki değerler tutumu); b) katı kural ve zorunluluklar; c) verimlilik ve zamanla ilgili meşguliyet.

18.Cezalandırıcılık

Hata yapıldığında sert bir şekilde cezalandırılması gerektiğine yönelik inanç. Kendisi dahil olmak üzere, karşılanmayan beklentilere yönelik kızgın, hoşgörüsüz, cezalandırıcı olurlar. Empati gösterme, telafi etme, affetme konusunda zorluk yaşarlar.

2.3.2. Uyum Bozucu Başa Çıkma Stilleri

Tüm canlılar tehlike karşısında üç temel tepkide bulunurlar: savaş, kaç, don-kal. Bunun şemalara uyarlanması ise; *aşırı telafi* (savaş), *kaçınma* (kaç), *teslim olma* (don-kal) şeklindedir. Erken dönem uyum bozucu şemalar, bir tehditin varlığını temsil ederler (Young ve diğerleri, 2003). Çocuğun temel ihtiyaçlarının (güvenli bağlanma, özerklik, kendini ifade, kendiliğindenlik ve oyun) karşılanmamasıyla bu tehdit oluşur. Çocuk, farklı ortamlarda, farklı başa çıkma şekillerini gösterebilir (Young ve diğerleri, 2003). Tetikleyici, duygusal ihtiyaçların engellenmesi ve hayal kırıklığıyla baş etme biçimiyle karşılık verir. Çocuklukta, uyarlanabilir ve hayatta kalma mekanizması olarak görülürken; koşullar değiştiğinde, yetişkin olduğunda uyumsuz hale gelebilir. Bu şemalar (Young ve diğerleri, 2003):

A. Şema Teslimiyeti:

Kaçmak veya savaşmak yerine, şemaya teslim olurlar. Şemanın doğru olduğu kabul edilip; doğrulayacak şekilde davranmaya, yaşamaya başlarlar. Yetişkinlikte farkında olmadan şemaları tekrarlayacak şekilde hareket ederler. Şemaları tetikleyen bireylerle karşılaştıklarında tutarsız tepkiler verirken; duygular bilinçli yaşanır. Duygusal olarak “rahatsız edici ebeveyn” olarak davranma olasılığı yüksek olan partnerlerle birlikte olurlar.

B. Şema Kaçınması:

Kaçınma, yaşam tarzı haline getirilerek; şemaların etkinleştirilmesinin önüne geçmeye çalışılır. Şemaları tetikleyecek düşünce ve imgeleri engellerler. Duygular ortaya çıktığında otomatik olarak onları geri itmeye çalışırlar. Alkol, madde bağımlılığı, rastgele cinsellik, yeme problemleri, temizlik obsesyonu, işkolik olma ihtimalleri yüksektir. İletişim halindeyken sorunsuz gibi görünürler. Terapiye gitmekten kaçınırlar ya da geç kalma, çalışmayı yapmama gibi kaçınma davranışları gösterirler.

C. Şema Telafisi:

Şemaların tersi doğruymuş gibi davranırlar. Şemayla mücadele içindedirler. Çocukluğundan farklı olmaya gayret ederler. Örneğin, çocukken değersiz hissettiyse yetişkinlikte mükemmel olmaya gayret ederler ya da kısıtlandıysa, başkalarının kontrolüne olduysa yetişkinlikte kendisi herkesin üstünde kontrol sağlamak ister. Özgüvenli görünürler. Fakat şema tehditinin baskısı da vardır. Genellikle toplum

içinde takdir edilen, beğenilen siyasi liderler, iş adamları, medya yıldızlarında görülür. Aşırı telafi yüzünden aşırı otoriter olup; başkalarından uzaklaşabilirler. Sağlıklı gibi görünebilir. Fakat aşırı telafi, genellikle aşırı, verimsiz ve duyarsızlığı beraberinde getirir. Narsisistik kişiler, kusurluluk duygusuna aşırı telafide bulunup; kendilerini üstün hissedebilirler. Fakat kendi içlerinde huzuru sağlayamazlar. Bu durum onları yalnızlaştırır. Bağlarını yitirirler. Sorumluluk almada, başarısızlığı kabul etme de başarılı değildir. Bu durumda depresyona girme ihtimalleri yüksektir.

2.4. İlgili Araştırmalar

Alanyazın incelendiğinde yordayıcı ve yordayan değişkenler arasındaki ilişkiye dair çalışmaların oldukça kısıtlı olduğu görülmüştür.

2.4.1. Erken Dönem uyum bozucu Şemalar ile İlgili Araştırmalar

Nia ve diğerlerinin (2014) İran ve Hindistan'dan 16-60 yaş aralığında 200 kadından oluşturulan araştırma sonucuna göre, çocukluk deneyimleriyle depresyon arasındaki ilişkide erken dönem uyum bozucu şemaların aracılık ettiği görülmüştür. İranlı evli bireylerde bağımlılık, terk edilme ve boyun eğicilik şemasının, Hindistanlı evli bireylerde duygusal yoksunluk şemasının evlilik doyumunu negatif yönde yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Sabzıkar ve diğerlerinin (2015) çalışmasında erken dönem uyum bozucu şemalara bakarak, evlilik uyumunu öngörmeye çalışılmıştır. Araştırma, Tahran'daki 25-40 yaş aralığındaki 80 evli kadından oluşmaktadır. Erken dönem uyum bozucu şemalardan kopukluk, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, başkası yönelimlilik ve yüksek standartlar şema alanlarının ile evlilik uyumu arasında anlamlı negatif ilişki bulunmuştur. En çok yordayan şema ise bağımlılık ve terk edilme olarak tespit edilmiştir.

Yıldız (2018) evlilik doyumunun erken dönem uyumsuz şemalar, depresyon ve kaygı belirtileri ile ilişkisini incelemiştir. 150 evli birey ile çalışılmıştır. Katılımcılara, Sosyodemografik Bilgi Formu, Evlilik Yaşamı Ölçeği, Young Şema Ölçeği Kısa Form-3, Beck Depresyon Ölçeği, Beck Anksiyete Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonucuna göre güvensizlik ve iç içe geçme/bağımlılık şema alt boyutlarının evlilik doyumunu etkilediği sonucuna

ulaşılmıştır. Evlilik doyumu düşük olan katılımcıların depresyon düzeyleri, duygusal yoksunluk şema boyutu ile; kaygı düzeyleri ise, yüksek standartlar şema boyutu ile açıklanmıştır.

Çiftçi (2020) araştırmada erken dönem uyum bozucu şemaların aldatma eğilimi ile ilişkisinde ilişki doyumunun ve ilişki bağlamının rolünü incelemiştir. Çalışmaya 20-60 yaş aralığında 295 kişi katılmıştır. Bu çalışmaya göre erken dönem uyum bozucu şema alanlarının aldatma eğilimi ile ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca bu şemaların, ilişkiden alınan doyumu düşürerek aldatma eğilimine sebep olduğu görülmüştür.

Çıktı (2017) Halkalı okullarında 201 öğrenci ve 201 ebeveyni ile evli bireylerde erken dönem uyumsuz şema alanlarının ve işlevsel olmayan ebeveynlik biçimlerinin bağlanma stilleri ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şema alanlarının aracı rolü değerlendirmiştir. Şema alanlarından yalnızca kopukluk şema alanının aldatma eğilimini yordadığı bulunmuştur.

2.4.2. Aldatma ile İlgili Araştırmalar

Türkiye İstatistik Kurumu (2020) boşanma nedenleri istatistiki olarak incelendiğinde zina, cana kastetme, haysiyetsizlik, terk etme, akıl hastalığı, geçimsizlik, diğer, bilinmeyen olarak yüzdeler dağılmıştır. Zina, listenin başlarında gelmektedir.

Araştırmalara göre aldatmada kıskançlık ve yıpratıcılık da cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Kadınlar duygusal anlamda aldatmaya karşı daha büyük kıskançlık gösterebilirken; erkekler cinsel anlamda aldatmaya karşı daha büyük kıskançlıklar göstermiştir (Polat, 2006). Bu sebeple erkekler cinsel aldatmayı, kadınlar duygusal aldatmayı daha büyük sadakatsizlik olarak görmekte, affetmeleri zorlaşmaktadır. Toplum öğretileri, sosyokültürel özellikler cinsiyet çalışmalarında göz önünde bulundurulmalıdır (Shackelford ve Buss, 2002)

Evlilikte aldatmaya sebep olan en önemli nedenlerden biri de mutsuzluk, doyumsuzluk olarak görülmektedir. Veriler incelendiğinde çiftlerin evlilikleri süresince çatışmaları yükseldikçe aldatma eğilimleri de artmaktadır (Atkins ve diğerleri, 2001). Hakkaniyet Kuramı, bunu ödül-bedel kavramlarıyla açıklamıştır. Ödül ve bedel arasındaki denge bozulmaya başladıkça; kişinin evlilikten aldığı doyum azalır ve tekrar doyumu arttırmak için dışarıda ödül aramaya başlar (Sprecher, 1998).

Aldatma, toplumun ahlaki ve etik değerlerine ters düşen bir konudur. Aldatma hakkında bilgi toplamak, asıl düşünceyi öğrenmek başka araştırma konularına göre oldukça zordur. Bu sebeple aldatma ile ilgili yapılan çalışmalarda genellikle kişinin kimlik bilgileri istenilmemektedir. Aldatma ile ilgili varılan en önemli sonuçlardan biri de kişilerin anketlerde cevaplandırılmamış sorular bırakmasıdır (Blow ve Hartnett, 2005). Çalışmaların genellikle şemalar ve bağlanma çerçevesinde incelendiği görülmüştür (Young ve diğerleri, 2003). Araştırmalardan elde edilen sonuçlara göre aldatma ve bağlanma arasındaki ilişki göz önüne alındığında aldatma ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasında da anlamlı bir ilişki olduğu düşünülmektedir.

2.4.3. İlişki Bağımlılığı ile İlgili Araştırmalar

Sher (1997) “Psychological Characteristics of Children of Alcoholics” makalesinde, alkol bağımlılığı olan bir ailede yetişen çocukların ileride ilişki bağımlısı olma riski taşıdıkları ileri sürülmüştür. Kişiliğin temel örüntüleri ve psikopatolojik boyutlar da göz önüne bulundurulduğunda geçmiş aile öyküsü ile bağımlılık arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

O'Brien ve Gaborit (1992) St. Louis Üniversitesi'nde psikoloji bölümüne kayıtlı 115 öğrenci ile çalışmalarını gerçekleştirmişlerdir. Elde edilen bulgulara göre, ilişki bağımlılığı, kimyasal bağımlılıktan bağımsız olarak var olduğu hipotezini desteklemiştir. Depresyon ile ilişki bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken; kimyasal bağımlılık, içme sorunu olan birisiyle birlikte olmak ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Başka bir bulgu ise başkalarının bakımını üstlenme, bakım alma, başkalarının ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarının önüne koyma, kendini savunurken ilişki zorluğu, başkaları için kendi görüşlerinden fedakârlık etme, onay alma ve kontrol üzerineydi. İlişki bağımlılığında yüksek puan alan deneklerin refaha ulaşmak için sorunları çözme ihtiyacında bulunma sorusunu “doğru” olarak yanıtlamıştır. Başkalarının kontrolüne ihtiyacının olduğunu bildiren denekler, başkalarının duygularına kendi duygularından daha fazla dikkat ettiklerini bildirmişlerdir.

Tanhan ve Mukba (2014), Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanmasıyla psikometrik özellikler değerlendirilmeye alınmıştır. Çalışmaya 2012-2013 yılında Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nden 1409 kişiyle yapılmıştır. Veriler Span-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği (SFİBÖ); Genel Sağlık

Anketi-12 (GSA-12) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) ile oluşturulmuştur. Elde edilen sonuçlara göre SFİBÖ ile RBSÖ arasında negatif ve GSA-12 arasında yüksek düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İç tutarlılık ve geçerliliğe bakıldığında Türk toplumunda uygulanabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu belirlenmiştir.



BÖLÜM 3

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma yöntemi olarak nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılacaktır. İlişkisel tarama modeli ile farklılıkların, değişkenlerle ne şekilde ilişkili olduğu ortaya konulmaktadır (Büyüköztürk, 2021). Araştırmada ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılacaktır. Araştırma sonucunda erken dönem uyum bozucu şemaların aldatma eğilimi ve ilişki bağımlılığı ile ilişkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmada erken dönem uyum bozucu şemaların aldatma eğilimi ve ilişki bağımlılığı ile ilişkisini ölçmek için ulaşılabilir örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Türkiye'nin farklı illerinde yaşayan 382 evli bireye, Google Forms oluşturulmuş, sosyal medya aracılığıyla katılımcılara ulaştırılmıştır.

3.3. Veri Toplama Aracı

Araştırmada en geçerli sonuçlara ulaşabilmek için araştırmacı tarafından ölçeklerin geçerlilik güvenilirlikleri incelenmiş ve değişkenleri ölçmek için veri toplama araçları belirlenmiştir. Katılımcılara sunulan ankette: çalışmaya gönüllü olarak katıldıklarını belgeleyen “Bilgilendirilmiş Onam Formu”, “Sosyodemografik Bilgi Formu”, “Young Şema Ölçeği Kısa Form-3”, “Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği”, “Aldatma Eğilimi Ölçeği” bulunmaktadır.

3.3.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Çalışmada bağımlı ve bağımsız değişkenler üzerinde etkisinin olabileceği varsayılan değişkenler; yaş, cinsiyet, eğitim durumu, eşinin eğitim durumu, meslek, eşinin mesleği, aktif olarak çalışıp çalışmadığı, eşinin aktif olarak çalışıp çalışmadığı, aylık ortalama gelir, eşinin aylık ortalama geliri, kaç çocuğu olduğu, evliliğinin kaçınıcı yılı gibi soruları içeren “Sosyodemografik Bilgi Formu” oluşturulmuştur.

3.3.2. Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 – YŞÖ-KF3

Erken dönem uyum bozucu şemaları belirlemek amacıyla Young Şema Ölçeği kullanılmıştır. Young (2003) tarafından geliştirilen kısa formu, 3. versiyonu kullanılmıştır. Ölçek 5 temel şema alanı olmak üzere 18 erken dönem uyum bozucu şemayı ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek: Benim için tamamıyla yanlış (1), Benim için büyük ölçüde yanlış (2), Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla (3), Benim için orta derecede doğru (4), Benim için çoğunlukla doğru (5), Beni mükemmel şekilde tanımlıyor (6) şeklindedir. 6'lı likert tipi ölçektir. 90 maddeden oluşmaktadır. Alınan yüksek puanlar, erken dönem uyum bozucu şemaların varlığına işaret eder. Türkiye’de geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarını Soygüt ve diğerleri (2009) yapmıştır. Çalışmaya farklı üniversitelerde öğrenim gören öğrenciler katılmıştır. 5 şema alanı ve 14 alt boyut tespit edilmiştir. Bunlar: kopukluk (duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, kusurluluk); zedelenmiş otonomi (iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, başarısızlık, karamsarlık, tehditler karşısında dayanıksızlık); zedelenmiş sınırlar (ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim); diğerleri yönelimlilik (kendini feda, cezalandırılma) ve yüksek standartlar (yüksek standartlar, onay arayıcılık) olarak belirlenmiştir.

Ölçeğin geçerliliğini ölçmek için şema alanlarıyla psikolojik belirtilerin ilişkisine bakılmıştır. Bunun için Belirti Tarama Testi (SCL-90-R) ile YŞÖ-KF3 arasındaki ilişkiye bakılmış ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Klinik ve klinik olmayan örnekleme karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir ($t = 2.27- 16.64$, $p < .05-.01$). Güvenilirlik çalışması sonucu, test-tekrar test güvenilirliğin şema alanları için $r = .66-.83$ ($p < .01$) ve şema alt boyutları için $r = .66-.82$ ($p < .01$) arasında değişim gösterdiği ortaya konmuştur. Ölçek iç tutarlılık bakımından ise şema alanları için katsayılarının $\alpha = .53-.81$ arasında değişirken; şema alt boyutları katsayıları $\alpha = .63-.80$ arasında değişmektedir. Tüm ölçeğin bu çalışma örneklemini için Cronbach α değeri, .96 olarak bulunmuştur. Test tekrar test ve iç tutarlılık analizleri sonucu geçerlilik ve güvenilirliği kanıtlanmıştır.

3.3.3. Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği

Evli bireylerin ilişki bağımlılığını ölçmek için Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği (SFİBÖ-Spann-Fischer Codependency Scale- SFCDS) kullanılmıştır. Ölçek, Fischer, Spann ve Crawford (1991) tarafından geliştirmiştir. 16 sorudan oluşan bu ölçek

bireylerin ilişki bağımlılığını ölçmektedir. 6'lı likert tipi ölçektir. Tamamen katılmıyorum (1), Kısmen Katılmıyorum (2), Biraz katılmıyorum (3), Biraz katılıyorum (4), Kısmen katılıyorum (5), Tamamen katılıyorum (6) şeklindedir. Dışarıya aşırı odaklanma, duyguları ifade etmede zorluk, düşük öz saygı, diğerleriyle olan ilişkilerde amaca odaklanma şeklinde gruplandırılmıştır. 5. ve 7. maddeler hesaplanırken tersten hesaplanması gerekmektedir. Puanlar 16-96 arasında değişmektedir.

Geçerlilik için, Spann ve Crawford (1991) Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Dışsal Kontrol Odağı Ölçeği, Kaygı Envanteri, Beck Depresyon Ölçeği kullanılmıştır. Korelasyon sonuçlarına göre; ilişki bağımlılığı ile benlik saygısı arasında ters yönde doğrusal anlamlı ilişki ($r_{(234)} = -0.54, p < 0.001$), ilişki bağımlılığı ile dışsal kontrol odağı arasında pozitif yönde doğrusal anlamlı ilişki ($r_{(234)} = 0.19, p < 0.01$), ilişki bağımlılığı ile kaygı arasında pozitif yönde doğrusal anlamlı ilişki ($r_{(226)} = 0.47, p < 0.001$) ve ilişki bağımlılığı ile depresyon arasında pozitif yönde anlamlı ilişki ($r_{(226)} = 0.42, p < 0.001$) olduğu elde edilmiştir. Araştırmacılar, bu şekilde SFİBÖ'nün ölçüt geçerliliğini sağlamıştır. Güvenilirlik çalışması sonucunda ise Cronbach α değeri 0.77 bulunmuştur. Türkçe uyarlamasında ise Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi'nde 2012-2013 yılları arasında 1409 öğrenciyle geçerlilik güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Araştırma için Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği (SFİBÖ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ), Genel Sağlık Anketi-12 (GSA-12) kullanılmıştır. Bireylerin ne derecede bağımlılıkları olduğunu ortaya koymak hedeflenmiştir. Güvenilirlik için üç farklı üniversite grubuyla araştırma yapılmıştır. 1. Grup Cronbach α değeri= 0.77, 2. Grup Cronbach α değeri= 0.73, 3. Grup Cronbach α değeri= 0.80 çıkmıştır. Ölçeğin tümüne ilişkin hesaplanan iç tutarlılık sayısı $\alpha = 0.62$ ile $\alpha = 0.68$ arasında değişmektedir. Ölçekler arası ilişki sonucuna göre SFİBÖ ile RBSÖ arasında negatif (-0.19) anlamlı bir ilişki ($p < 0.01$); SFİBÖ ile GSA-12 arasında pozitif (0.29) anlamlı bir ilişki ($p < 0.01$) bulunmuştur.

3.3.4. Aldatma Eğilimi Ölçeği

Evli bireylerin aldatma eğilimlerini ölçmek için Polat (2006) tarafından geliştirilen, Aldatma Eğilimi Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, bireylerin aldatma eğilimini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Toplam 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçek içerisinde ödül ya

da bedel olabilecek 18 madde pozitif (aldatma eğilimi olan) davranışları, 12 madde negatif (aldatma eğilimi olmayan) davranışları ölçerek, ilişkiye bağlılıkları ya da aldatmaya eğilimleri yordamıştır (Polat, 2006). 5'li likert tipi ölçektir. Tamamen Katılıyorum (5), Katılıyorum (4), Kararsızım (3), Katılmıyorum (2), Kesinlikle katılmıyorum (1) şeklindedir. Negatif davranışları ölçen maddeler: 4, 9, 10, 11, 14, 16, 17, 18, 20, 23, 27 ve 28. Bu maddeler diğer 18 maddeden farklı olarak ters puanlanmıştır. Puanlar 30-150 arasında değişmektedir. Geçerlilik- güvenirlik çalışması evlilik dışı en az 1 defa eşini aldatmış ve aldatmamış, 104 evli bireyle çalışılmıştır. Geçerlilik çalışmasında, evli bireyler arasında evlilikleri süresince en az bir kez ($n = 30$) ortalama 101.60 ($s=13.41$) ile eşini evlilik dışı en az 1 defa aldatmış katılımcılar ile aldatmamış katılımcılar ($n = 72$) ortalama 66.00 ($s = 21.07$) ve t değeri = 8.55, $p<.01$ olarak elde edilmiştir. Bu iki katılımcı grup Aldatma Eğilimi Ölçeği puanları arasındaki anlamlı fark hesaplanmış ve bu anlamlı fark ölçeğin geçerliliğinin kanıtı olarak verilmiştir. Güvenirlik için Cronbach α değerine ve iki yarım güvenirliğine bakılmıştır. Cronbach α değeri, 0.95 ($n=104$); iki yarım güvenirliği: .95 bulunmuştur. Test tekrar test yapıldığında ise bu değer 0.84 olarak tespit edilmiştir. Bu sonuçlar ile iç tutarlılığının yüksek olduğu, güvenirliğinin olduğu kanıtlanmıştır.

3.4. Veri Analizinde Kullanılan İstatistiksel Yöntemler

Katılımcılardan elde edilen veriler SPSS 25.00 programı ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçları tablolar verilerek açıklanmıştır. Araştırma için kullanılan ölçeklerin güvenirlik ve geçerlilikleri için Cronbach α değerlerine bakılmıştır. Gruplar arasındaki farkı görebilmek için önce normallik testi yapılacaktır. Normal dağılım göstermeyen değişkenler için Mann Whitney U ve Kruskal-Wallis testi yapılmıştır. Normal dağılım gösteren değişkenler için Bağımsız T-testi ve ANOVA uygulanmıştır. ANOVA analizi sonucunda gruplar arasında fark çıkan değişkenlerde, farkın hangi gruplar arasında olduğuna bakmak için Post-HOC analizi yapılmıştır. Eşit varyanslar için “Tukey”, homojen olmayan dağılımlar için “Dunnett’s Post hoc” analizi yapılmıştır. Yapılan post hoc analizleri sonucunda farkın hangi gruptan kaynaklandığı incelenmiştir. Erken dönem uyumsuz şemalar ile aldatma eğilimi ve ilişki bağımlılığının ilişkisini görebilmek için korelasyon analizi yapılacaktır. Değişkenlerin birbirini yordayıp yordamadığını öğrenmek için ise regresyon analizi yapılacaktır. Regresyon analizi için gerekli ön koşulların sağlanıp sağlanmadığı kontrol edildikten

sonra normallik testi yapılacaktır. Verilerin analizinde kullanılan işlemlerin tanımları şu şekildedir (Can, A. 2013):

3.4.1. Bağımsız Gruplar t-Testi (Independent Samples t Test)

Bağımsız gruplar t-testi (Independent Samples t-Test) birbirinden bağımsız iki örneklemin normal dağılım gösterdiğinde elde edilen ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel analizi yapılır. Anlamlı olup olmadığı kontrol edilir.

3.4.2. Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA)

Karşılaştırılacak gruplar ikiden fazla olduğunda varyans analizi uygulanmaktadır. Bağımsız değişkenin düzeylerine göre bağımlı değişkenlerin ortalamaları arasında fark olup olmadığını inceler.

3.4.3. Korelasyon Analizi

Korelasyonel analiz, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi inceler. Değişkenlere müdahale edilmeden veya manipüle edilmeden araştırma gerçekleştirilir. Korelasyonel araştırmalar neden-sonuç hakkında fikir verse de kesin olarak yorumlanmaz. Korelasyonel araştırmalarda ilişkileri saptamak amaçlanmıştır.

3.4.4. Regresyon Analizi

Regresyon analizi, aralarında neden-sonuç ilişkisi bulunan değişkenlerin arasındaki ilişkiyi inceleyen analiz yöntemidir. Regresyon analizi bağımsız değişkenden yola çıkarak, bağımlı değişkeni yorumlamayı amaçlar. “R” yordayan ve yordanan arasındaki ilişkinin derecesini belirtirken; “R Square” yordayan değişkenin, yordanan üzerindeki değişimini belirtir.

BÖLÜM 4

BULGULAR

Bu bölümde örneklem grubundan elde edilen bulgular ve bu bulgularla ilgili değerlendirmeler, tablolar ve açıklamalarıyla birlikte verilmiştir. 382 katılımcıdan elde edilen “Sosyodemografik Bilgi Formu”, “Aldatma Eğilimi Ölçeği”, “Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği” ve “Young Şema Ölçeği Kısa Form-3” sonuçları aşağıda verilmiştir. Analiz aşamasından önce SPSS’e veri girişleri kontrol edilmiştir. Çalışma dışına alınacak herhangi bir problem gözlenmemiş, katılımcılar bütün soruları cevaplandırmıştır. Verilerin dağılımı gözlemlenmiş olup; uç değer görülmemiştir. Öncelikle değişkenlerin betimleyici analizleri (frequencies) yapılmıştır. Ardından normallik değerleri incelenmiştir (kurtosis ve skwness). Düzenleme için kullanılan ölçeklerde ters kodlanması gereken maddeler ters kodlanıp; ölçekler için yeni kategoriler oluşturulmuştur. Her ölçeğin alt boyut maddeleri faktör analizi ile güvenilirlik analizi yapılmıştır. Güvenilirlik ve geçerliliği olan tüm alt boyutlar için ayrı ayrı yeni bir kategori oluşturulmuş ve işleme yeni oluşturulan kategoriler ile devam edilmiştir. Değişkenlerin demografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediğini kontrol etmek için grup ortalamaları karşılaştırılmıştır. Hangi analizin kullanılacağını belirlemek için normallik analizlerine bakılmıştır. Buna göre; ilişki bağımlılığı değişkeni normal dağılmamıştır, diğer erken dönem uyum bozucu şemalar ve aldatma eğilimi değişkenleri normal dağılmıştır. Normal dağılım göstermeyen değişkenler için Mann Whitney U ve Kruskal-Wallis testi yapılmıştır. Normal dağılım gösteren değişkenler için Bağımsız Gruplar T-testi ve ANOVA uygulanmıştır. ANOVA analizi sonucunda gruplar arasında fark çıkan değişkenlerde, farkın hangi gruplar arasında olduğuna bakmak için Post-HOC analizi yapılmıştır. Eşit varyanslar için “Tukey”, homojen olmayan dağılımlar için “Dunnett’s Post hoc” analizi yapılmıştır. Yapılan post hoc analizleri sonucunda farkın hangi gruptan kaynaklandığı incelenmiştir.

Değişkenler arasındaki ilişkinin miktarını ve yönünü belirlemek için korelasyon analizi yapılmıştır. Pearson ve Spearman sıra farkları korelasyon katsayılarına bakılmıştır. Son olarak yordayıcı değişkenin, yordanan değişkene etkisini görebilmek için regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi için gerekli ön koşulların sağlanıp sağlanmadığı kontrol edilmiştir. Normallik testi yapılmıştır. Scatter Plot analizi ile

doğrusal ilişkinin varlığı incelenip; regresyon analizine geçilmiştir. Yordanan değişkendeki değişimin yüzde kaçını yordayıcı değişkenle açıklanabileceğine bakılmıştır. Bu bölümde ilk olarak gruplar arasındaki dağılımları ve anlamlılıklarını gösteren betimleyici analizler gösterilmiştir. Daha sonra araştırma hipotezleri ve alt problemler sınanmıştır. İlişkileri tespit etmek için korelasyon uygulanırken; bağımsız değişkenin etkilerini görebilmek için regresyon analizi uygulanmıştır.

4.1. Sosyodemografik Bilgi Sorularına Dair Bulgular

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Bilgilerine Göre Dağılımı

		N	%
Cinsiyet	Kadın	264	69.1
	Erkek	118	30.9
Eğitim Durumu	Okur-yazar	1	.3
	İlkokul	12	3.1
	Ortaokul	21	5.5
	Lise	60	15.7
	Ön lisans	57	14.9
	Lisans	186	48.7
	Lisans Üstü	45	11.8
Eşinizin Eğitim Durumu	İlkokul	17	4.5
	Ortaokul	22	5.8
	Lise	96	25.1
	Ön lisans	40	10.5
	Lisans	169	44.2
	Lisans Üstü	38	9.9
Çalışıyor musunuz?	Evet	252	66.0
	Hayır	130	34.0
Eşiniz çalışıyor mu?	Evet	302	79.1
	Hayır	80	20.9
Aylık ortalama gelir düzeyiniz?	Düşük	57	14.9
	Orta	279	73.0
	Yüksek	46	12.0
Eşinizin aylık ortalama gelir düzeyi?	Düşük	63	16.5
	Orta	249	65.2
	Yüksek	70	18.3
Çocuğunuz var mı (varsa sayısını belirtiniz)?	0	133	34.8
	1	103	27.0
	2	108	28.3
	3	31	8.1
	4+	7	1.8
Evliliğinizin kaçınıcı yılındasınız?	0	171	44.8
	1	76	19.9
	2	57	14.9
	3	34	8.9
	4+	44	11.5

Tablo 4.1.'de katılımcıların demografik bilgilerine göre dağılımları gösterilmiştir. Araştırmaya katılan katılımcıların 382 katılımcının yaşları 20 ile 72 arasında

değişmektedir. Yaş ortalaması 35 olan katılımcıların cinsiyet dağılımı ise, 264 (%69.1)'ü kadın, 118 (30.9)'i erkektir. Katılımcıların eğitim durumlarına göre dağılımı: okur-yazar 1 (%0.3), ilkokul 12 (%3.1), ortaokul 21 (%5.5), lise 60 (%15.7), ön lisans 57 (%14.9), lisans 186 (%48.7), lisans üstü 45 (%11.8) şeklinde iken eşlerinin eğitim durumlarına göre dağılımı: ilkokul 17 (%4.5), ortaokul 22 (%5.8), lise 96 (%25.1), ön lisans 40 (%10.5), lisans 169 (%44.2), lisans üstü 38 (%9.9) şeklinde dağılmıştır.

Katılımcılardan “Çalışıyor musunuz?” sorusuna 252 (%66.0) kişi evet; 130 (%34.0) kişi hayır olarak cevap verirken; “Eşiniz çalışıyor mu?” sorusuna 302 (%79.1) kişi evet; 80 (%20.9) kişi hayır olarak cevap vermiştir.

Katılımcıların aylık gelir düzeyleri düşük 57 (%14.9), orta 279 (%73.0), yüksek 46 (%12.0) şeklinde dağılım gösterirken; eşlerin aylık gelir düzeyi ise, düşük 63 (%16.5), orta 249 (%65.2), yüksek 70 (%18.3) şeklinde dağılım göstermiştir.

Katılımcıların çocuk sayılarına göre dağılımları, yok 133 (%34.8), 1 çocuk 103 (%27.0), 2 çocuk 108(%28.3), 3 çocuk 31 (%8.1), 4 çocuk ve üzeri ise 7 (%1.8) şeklindedir.

Son olarak katılımcılar evlilik yıllarına göre 0-5 yıl 171 (%44.8), 5-10 yıl 76 (%19.9), 10-15 yıl 57 (%14.9), 20-25 yıl 34 (%8.9) ve son olarak 25 yıl ve üzeri 44 (%11.5) şeklinde dağılmıştır.

Tablo 4.2. Araştırma Değişkenlerinin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

		N	Çarpıklık(skewness)	Basıklık(kurtosis)
1	İlişki Bağımlılığı	382	.03	-1.30
2	Aldatma Eğilim	382	.99	.23
3	Duygusal Yoksunluk	382	.16	.70
4	Başarısızlık	382	.94	.24
5	Karamsarlık	382	.62	-.37
6	Sosyal İzolasyon	382	.55	-.18
7	Duyguları Bastırma	382	.59	-.22
8	Onay Arayıcılık	382	-.14	-.38

9	İç içe Geçme/ Bağımlılık	382	.97	.17
10	Ayrıcalıklık	382	-.02	-.04
11	Kendini Feda	382	.08	-.63
12	Terkedilme	382	.25	.15
13	Cezalandırılma	382	-.85	-.40
14	Kusurluluk	382	.60	.93
15	Tehditler Karşısında D.	382	.42	-.46
16	Yüksek Standartlar	382	.00	.77

Tablo 4.2.'de araştırma değişkenlerinin çarpıklık ve basıklık değerleri gösterilmiştir. Normallik analizleri sonucunda çarpıklık ve basıklık değerlerine ulaşılmıştır. Tabanhnick ve Fidell'e göre bu değerlerin -1 ile +1 arasında olmaması dağılımın normal olmadığını göstermektedir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2021). Normal dağılım gösteren veriler ile parametrik testler yapılacaktır; normal dağılım göstermeyen veriler ile non-parametrik testler yapılacaktır.

Tablo 4.3. Araştırmada kullanılan Ölçeklerin ve Alt Boyutlarının Güvenilirlik Analizi Sonuçları

	Ölçek alt boyutları	Güvenilirlik (Cronbach's Alpha)
1	Aldatma eğilimi	.92
2	İlişki bağımlılığı	.75
3	Duygusal yoksunluk	.83
4	Başarısızlık	.81
5	Karamsarlık	.82
6	Sosyal izolasyon	.75
7	Bastırma	.69
8	Onay arayıcılık	.70
9	İç içe geçme/bağımlılık	.84
10	Ayrıcalıklık	.67
11	Kendini feda	.76
12	Terkedilme	.81
13	Cezalandırılma	.69
14	Kusurluluk	.82
15	Tehditler karşısında dayanıksızlık	.64
16	Yüksek standartlar	.69

Tablo 4.3.'te güvenilirlik analizi sonuçları gösterilmiştir. Aldatma eğilimi ölçeği 30 maddeden oluşmaktadır ve Cronbach's Alpha katsayısı .92 olarak hesaplanmıştır.

Spann- Fischer ilişki bağımlılığı ölçeği ise 16 maddeden oluşmaktadır ve Cronbach's Alpha değeri .75 olarak bulunmuştur. Son olarak erken dönem uyum bozucu şemalar ölçeği olan Young Şema ölçeği-Kısa Form-3 90 maddeden oluşmaktadır ve alt boyutlarının tek tek güvenilirlik puanlarına bakılmıştır. Cronbach's alpha değerleri şu şekildedir: Duygusal yoksunluk .83; Başarısızlık .81; Karamsarlık .83; Sosyal izolasyon .75; Bastırma .69; onay arayıcılık .70; İç içe geçme/bağımlılık .84; Ayrıcalıklılık .67; Kendini feda .76; Terkedilme .81; Cezalandırılma .69; Kusurluluk .82; Tehditler karşısında dayanıksızlık .64; Yüksek standartlar .69.

4.1.1. Evli Bireylerin İlişki Bağımlılığı, Aldatma Eğilimi ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Düzeyleri ile Cinsiyete İlişkin Bulgular

Bu bölümde katılımcıların ilişki bağımlılığı, aldatma eğilimi ve erken dönem uyum bozucu şemaların cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Analize başlamadan önce değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediği kontrol edilmiştir. Histogram grafiğine bakıldığında ilişki bağımlılığı dışında diğer değişkenlerin normal dağıldığı görülmüştür. Çarpıklık ve basıklık kat sayısı değerleri incelenmiştir. Tabanhnick ve Fidell'e göre bu değerlerin -1 ile +1 arasında olmaması dağılımın normal olmadığını göstermektedir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2021). Normal dağılım göstermeyen ilişki bağımlılığı değişkeni için Mann Whitney U testi kullanılmaya karar verilmiştir. Normal dağılım gösteren değişkenler için ise Bağımsız Gruplar T test uygulanmıştır.

Tablo 4.4. Evli Bireylerin İlişki Bağımlılığı Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Değişken	Cinsiyet	N	Ortalama	S	T	p
İlişki Bağımlılığı	Kadın	264	3.41	.799	-1.51	.250
	Erkek	118	3.31	.676		

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.4.'e göre; ilişki bağımlılığı, cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 4.5. Evli Bireylerin Aldatma Eğilimi Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Dağılımı

Değişken	Cinsiyet	N	Ortalama	S	t	p
Aldatma eğilimi	Kadın	264	1.56	.463	-4,932	.000**
	Erkek	118	1.95	.792		

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.5.'e göre; aldatma eğilimi, cinsiyete göre anlamlı bir farklılık ($p<0.01$) göstermektedir. Bağımsız örneklem t Testi sonucunda kadın ve erkeklerin aldatma eğilimleri ortalamaları (mean rank) incelendiğinde erkeklerin (223.00) aldatma eğilimlerinin, kadınlardan (177.42) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4.6. Evli Bireylerin Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalarının Cinsiyete Göre Dağılımı

Değişken Alt Boyutları	Cinsiyet	N	Ortalama	S	t	p
Duygusal Yoksunluk	Kadın	264	1.96	1.149	-2.836	.006**
	Erkek	118	2.33	1.206		
Başarısızlık	Kadın	264	2.44	1.013	-.120	.905
	Erkek	118	2.16	1.013		
Karamsarlık	Kadın	264	2.65	1.324	.128	.898
	Erkek	118	2.63	1.162		
Sosyal izolasyon	Kadın	264	2.49	1.008	-1.657	.098
	Erkek	118	2.68	.997		
Duyguları bastırma	Kadın	264	2.25	.998	-4.314	.000**
	Erkek	118	2.74	1.122		
Onay arayıcılık	Kadın	264	3.70	1.049	.762	.447
	Erkek	118	3.61	.965		
İç içe geçme/Bağımlılık	Kadın	264	1.91	.906	-2.37	.012*
	Erkek	118	2.18	1.049		
Ayrıcalıklılık	Kadın	264	3.69	.986	.762	.656
	Erkek	118	3.65	.920		
Kendini feda	Kadın	264	3.45	1.290	.692	.514
	Erkek	118	3.36	1.110		
Terk edilme	Kadın	264	1.87	.998	-2.648	.008**
	Erkek	118	2.18	1.183		
Cezalandırılma	Kadın	264	3.60	1.064	-3.037	.003**
	Erkek	118	3.94	.867		
Kusurluluk	Kadın	264	1.56	.767	-4.095	.000**
	Erkek	118	2.03	1.135		
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	Kadın	264	2.49	1.050	-1.798	.073
	Erkek	118	2.70	1.046		
Yüksek standartlar	Kadın	264	3.20	1.381	-3.396	.001**
	Erkek	118	3.69	1.245		

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.6.'da Bağımsız örneklem T-test sonucunda evli bireylerin erken dönem uyum bozucu şemaları ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığı incelendiğinde; duygusal yoksunluk ($p<0.01$), duyguları bastırma ($p<0.01$), cezalandırılma ($p<0.01$), kusurluluk ($p<0.01$), yüksek standartlar ($p<0.01$), iç içe geçme ($p<0.05$), terkedilme ($p<0.01$) ile cinsiyet değişkenleri arasında anlamlı bir fark

olduğu görülmüştür. Diğer erken dönem uyum bozucu şemalar ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p > .05$). Kadın ve erkeklerin erken dönem uyum bozucu şema ortalamaları (mean rank) incelendiğinde, erkeklerin (217.81) duygusal yoksunluk puanlarının kadınlardan (179.74) daha yüksek çıktığı görülmüştür. Erkeklerin (225.77) duyguları bastırma şeması kadınlardan (176.18) daha yüksek çıkmıştır. Cezalandırılma şeması erkeklerde (216.01) kadınlara (180.54) kıyasla daha yüksek çıktığı görülmüştür. Kusurluluk şeması erkeklerde (224.79) kadınlardan (176.62) daha fazla görülmüştür. İç içe geçme şeması erkeklerde (210.60) kadınlardan (182.96) daha fazla görülmüştür. Terk edilme şeması erkeklerde (212.33) kadınlardan (182.19) daha fazla görülmüştür. Son olarak yüksek standartlar şeması erkeklerde (218.57) kadınlardan (179.40) daha fazla olduğu görülmüştür. Buna göre cinsiyetler arası erken dönem uyum bozucu şemalar karşılaştırılmasında evli bireylerde erkeklerin uyum bozucu şema değerleri evli kadınlardan daha yüksek çıktığı kaydedilmiştir.

4.1.2. Evli Bireylerde Çalışma Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı

Evli bireylerde çalışma durumuna göre değişkenlerin dağılımları incelenmiştir. Analize başlamadan önce değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediği kontrol edilmiştir. Histogram grafiğine bakıldığında ilişki bağımlılığı dışında diğer değişkenlerin normal dağıldığı görülmüştür. Çarpıklık ve basıklık kat sayısı değerleri incelenmiştir. Tabanhnick ve Fidell'e göre bu değerlerin -1 ile +1 arasında olmaması dağılımın normal olmadığını göstermektedir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2021). Normal dağılım göstermeyen ilişki bağımlılığı değişkeni için Mann Whitney U testi kullanılmaya karar verilmiştir. Normal dağılım gösteren değişkenler için ise Bağımsız örneklem T test uygulanmıştır.

Tablo 4.7. Evli Bireylerde Çalışma Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı

Değişken ve Değişken Alt boyutları	Çalışıyor musunuz?	N	M	Sd	t	p
İlişki bağımlılığı	Evet	252	3.35	.730	-1.197	.231
	Hayır	130	3.44	.826		
Aldatma eğilimi	Evet	252	1.75	.674	-3.032	.560
	Hayır	130	1.55	.476		
Duygusal Yoksunluk	Evet	252	2.03	1.176	1.082	.280
	Hayır	130	2.16	1.181		
Başarısızlık	Evet	252	2.13	1.050	.532	.058
	Hayır	130	2.19	.936		
Karamsarlık	Evet	252	2.62	1.295	.441	.659
	Hayır	130	2.68	1.239		
Sosyal izolasyon	Evet	252	2.54	1.014	0.314	.754
	Hayır	130	2.57	.979		
Duyguları bastırma	Evet	252	2.45	1.058	-1.237	.217
	Hayır	130	2.31	1.047		
Onay arayıcılık	Evet	252	3.67	1.010	-.013	.989
	Hayır	130	3.67	1.053		
İç içe geçme/Bağımlılık	Evet	252	1.99	.999	0.196	.850
	Hayır	130	2.01	.880		
Ayrıcalıklık	Evet	252	3.68	.958	-.047	.963
	Hayır	130	3.68	.983		
Kendini feda	Evet	252	3.33	1.179	2.042	.042*
	Hayır	130	3.60	1.327		
Terk edilme	Evet	252	2.04	1.115	-1.942	.053
	Hayır	130	1.82	.951		
Cezalandırılma	Evet	252	3.70	.953	.143	.887
	Hayır	130	3.71	1.138		
Kusurluluk	Evet	252	1.79	1.014	-2.783	.140
	Hayır	130	1.55	.682		
Tehditler karşısında dayanıksızlık	Evet	252	2.56	1.065	.032	.974
	Hayır	130	2.56	1.030		
Yüksek standartlar	Evet	252	3.42	1.292	-1.30	.212
	Hayır	130	3.23	1.473		

**p<0.01; *p<0.05

İlişki bağımlılığı, aldatma eğilimi ve erken dönem uyum bozucu şemalar ile evli bireylerde çalışıp çalışmamak arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelendiğinde ilişki bağımlılığı ($p>.05$) ve aldatma eğiliminin ($p>.05$) evli bireylerin çalışıp çalışmamasıyla bir ilişkisi olmadığı ortaya çıkmıştır. Erken dönem uyum bozucu şemalarda ise, sadece “Kendini feda” şeması ($p<.05$) ile “Çalışıyor musunuz?” sorusu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Diğer erken dönem uyum bozucu şemalar ile çalışıp çalışmamak arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p>.05$).

4.1.3. Eşin Çalışma Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı

Evli bireylerde eşin çalışma durumuna göre değişkenlerin dağılımları incelenmiştir. Analize başlamadan önce değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediği kontrol edilmiştir. Histogram grafiğine bakıldığında ilişki bağımlılığı dışında diğer değişkenlerin normal dağıldığı görülmüştür. Çarpıklık ve basıklık kat sayısı değerleri incelenmiştir. Tabanhnick ve Fidell'e göre bu değerlerin -1 ile +1 arasında olmaması dağılımın normal olmadığını göstermektedir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2021). Normal dağılım göstermeyen ilişki bağımlılığı değişkeni için Mann Whitney U testi kullanılmaya karar verilmiştir. Normal dağılım gösteren değişkenler için ise Bağımsız Gruplar T test uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.8.'de sunulmuştur.

Tablo 4.8. Eşin Çalışma Durumuna göre Değişkenlerin Dağılımı

Değişken ve Değişken Alt boyutları	Eşiniz çalışıyor mu?	N	M	Sd	t	p
İlişki bağımlılığı	Evet	302	3.39	.764	-.448	.654
	Hayır	80	3.34	.767		
Aldatma eğilimi	Evet	302	1.67	.589	1.021	.308
	Hayır	80	1.74	.685		
Duygusal Yoksunluk	Evet	302	2.04	1.177	1.163	.245
	Hayır	80	2.21	1.180		
Başarısızlık	Evet	302	2.17	1.031	-.885	.376
	Hayır	80	2.06	.935		
Karamsarlık	Evet	302	2.69	1.310	-1.433	.153
	Hayır	80	2.46	1.122		
Sosyal izolasyon	Evet	302	2.53	1.017	.662	.508
	Hayır	80	2.62	.941		
Duyguları bastırma	Evet	302	2.36	1.010	1.613	.107
	Hayır	80	2.57	1.200		
Onay arayıcılık	Evet	302	3.72	1.022	-1.840	.067
	Hayır	80	3.49	1.015		
İç içe geçme/Bağımlılık	Evet	302	1.97	.959	.943	.346
	Hayır	80	2.08	.961		
Ayrıcalıklık	Evet	302	3.69	.981	-.522	.602
	Hayır	80	3.64	.910		
Kendini feda	Evet	302	3.41	1.262	.099	.916
	Hayır	80	3.43	1.141		
Terk edilme	Evet	302	1.96	1.070	.155	.877
	Hayır	80	1.99	1.603		
Cezalandırılma	Evet	302	3.65	1.033	-1.883	.060
	Hayır	80	3.89	.942		
Kusurluluk	Evet	302	1.67	.877	1.369	.172
	Hayır	80	1.83	1.068		
Tehditler karşısında dayanıksızlık	Evet	302	2.57	1.073	-.311	.755
	Hayır	80	2.53	.975		
Yüksek standartlar	Evet	302	3.31	1.346	1.204	.129
	Hayır	80	3.52	1.395		

**p<0.01; *p<0.05

İlişki bağımlılığı, aldatma eğilimi ve erken dönem uyum bozucu şemalar ile evli bireylerde eşin çalışıp çalışmaması arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı

incelendiğinde ilişki bağımlılığı ($p>.05$), aldatma eğiliminin ($p>.05$) ve erken dönem uyum bozucu şemaların ($p>.05$) evli bireylerin eşlerinin çalışıp çalışmaması arasında anlamlı bir farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır.

4.1.4. Eğitim Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı

Eğitim durumu ile değişkenler arasında bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla ANOVA ve Kruskal-Wallis Testi yapılmıştır. Dağılımın normal olduğu değişkenlerde ANOVA uygulanırken; normal dağılmayan değişkenler için (ilişki bağımlılığı) Kruskal-Wallis Testi uygulanmıştır. Anlamlı bir farklılık elde edildikten sonra ilişkinin kimden kaynaklandığını görebilmek adına Post-HOC testi uygulanmıştır. Fakat en az bir grubun (okur-yazar) verilerinin ikiden az olduğu için gruplar arasındaki farkın kimden kaynaklandığı sonucuna ulaşılamamıştır.

Tablo 4.9. İlişki bağımlılığı ile Eğitim Durumlarına İlişkin Bulgular

Kruskal-Wallis

İlişki Bağımlılığı

	Kruskal-Wallis H	Sd	p
	20.758	6	.002**

** $p<0.01$; * $p<0.05$

Tablo 4.9.'da, eğitim durumlarına göre ilişki bağımlılığı puanlarında anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmektedir($p<.01$).

Tablo 4.10. Aldatma Eğilimi ile Eğitim Durumlarına İlişkin Bulgular

ANOVA

Aldatma Eğilimi

	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar arası	4.435	6	.739	2.015	.063
Gruplar içi	137.537	375	.367		
Toplam	141.972	381			

** $p<0.01$; * $p<0.05$

Tablo 4.10.'da, eğitim durumlarına göre aldatma eğilimi puanlarında ($F_{(6-375)}=2.01$ $p>.05$) anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.11. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Eğitim Durumlarına İlişkin Bulgular

ANOVA		Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Duygusal Yoksunluk	Gruplar arası	34.664	6	5.777	4.388	.000**
	Gruplar içi	493.774	375	1.317		
	Toplam	528.438	381			
Başarısızlık	Gruplar arası	4.336	6	.723	.703	.648
	Gruplar içi	385.690	375	1.029		
	Toplam	390.026	381			
Karamsarlık	Gruplar arası	16.344	6	2.724	1.694	.121
	Gruplar içi	602.882	375	1.608		
	Toplam	619.226	381			
Sosyal İzolasyon	Gruplar arası	10.943	6	1.824	1.845	.089
	Gruplar içi	370.618	375	.988		
	Toplam	381.561	381			
Duyguları Bastırma	Gruplar arası	16.768	6	2.795	2.575	.019*
	Gruplar içi	407.027	375	1.085		
	Toplam	423.795	381			
Onay Arayıcılık	Gruplar arası	5.970	6	.995	.950	.459
	Gruplar içi	392.981	375	1.048		
	Toplam	398.951	381			
İç İçe Geçme/ Bağımlılık	Gruplar arası	11.063	6	1.844	2.038	.060
	Gruplar içi	339.297	375	.905		
	Toplam	350.360	381			
Ayrıcalıklık	Gruplar arası	6.469	6	1.078	1.159	.327
	Gruplar içi	348.722	375	.930		
	Toplam	355.191	381			
Kendini Feda	Gruplar arası	23.573	6	3.929	2.636	.016*
	Gruplar içi	558.866	375	1.490		
	Toplam	582.439	381			
Terkedilme	Gruplar arası	5.471	6	.912	.799	.571
	Gruplar içi	427.832	375	1.141		
	Toplam	433.303	381			
Cezalandırılma	Gruplar arası	15.590	6	2.598	2.569	.019*
	Gruplar içi	379.357	375	1.012		
	Toplam	394.947	381			
Kusurluluk	Gruplar arası	6.140	6	1.023	1.210	.300
	Gruplar içi	317.065	375	.846		
	Toplam	323.205	381			

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	Gruplar arası	7.386	6	1.231	1.115	.353
	Gruplar içi	414.127	375	1.104		
	Toplam	421.513	381			
Yüksek Standartlar	Gruplar arası	6.235	6	1.039	.560	.762
	Gruplar içi	695.820	375	1.856		
	Toplam	702.055	381			

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.11.'de eğitim durumlarına göre erken dönem uyum bozucu şema puanlarında duygusal yoksunluk($F_{(6-375)}=4.38$ $p<.01$), duyguları bastırma($F_{(6-375)}=2.57$ $p<.05$), kendini feda($F_{(6-375)}=2.63$ $p<.05$), cezalandırma($F_{(6-375)}=2.56$ $p<.05$) şemaları ile anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmektedir. Başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık, terkedilme, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık ve yüksek standartlar şemaları ile anlamlı bir farklılık yoktur ($p>.05$).

4.1.5. Eşin Eğitim Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı

Eşin eğitim durumu ile değişkenler arasında bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla ANOVA ve Kruskal-Wallis testi yapılmıştır. Hangi analizin kullanılacağına normallik testi ile karar verilmiştir. ANOVA analizi sonrası anlamlı bir farklılık elde edildikten sonra ilişkinin kimden kaynaklandığını görebilmek adına Post-HOC testi uygulanmıştır.

Tablo 4.12. İlişki Bağımlılığı ile Eşin Eğitim Durumlarına İlişkin Bulgular

<i>Kruskal-Wallis</i>			
İlişki Bağımlılığı			
	Kruskal-Wallis H	Sd	p
	.490	5	.992

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.12.'de göre, eşin eğitim durumlarına göre ilişki bağımlılığı puanlarında anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir($p>.05$).

Tablo 4.13. Aldatma Eğilimi ile Eşin Eğitim Durumlarına İlişkin Bulgular

ANOVA

Aldatma Eğilimi

	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar arası	1.080	5	.216	.577	.718
Gruplar içi	140.891	376	.375		
Toplam	141.972	381			

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.13.'te eşin eğitim durumlarına göre aldatma eğilimi puanlarında ($F_{(5-376)}=.577$ $p>.05$) anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.14. Erken Dönem Uyum Bozucu şemalar ile Eşin Eğitim Durumlarına İlişkin Bulgular

ANOVA

		Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Duygusal Yoksunluk	Gruplar arası	24.126	5	4.825	3.598	.003**
	Gruplar içi	504.312	376	1.341		
	Toplam	528.438	381			
Başarısızlık	Gruplar arası	3.562	5	.712	.693	.629
	Gruplar içi	386.463	376	1.028		
	Toplam	390.026	381			
Karamsarlık	Gruplar arası	4.547	5	.909	.556	.734
	Gruplar içi	614.680	376	1.635		
	Toplam	619.226	381			
Sosyal İzolasyon	Gruplar arası	2.480	5	.496	.492	.782
	Gruplar içi	379.081	376	1.008		
	Toplam	381.561	381			
Duyguları Bastırma	Gruplar arası	7.250	5	1.450	1.309	.259
	Gruplar içi	416.545	376	1.108		
	Toplam	423.795	381			
Onay Arayıcılık	Gruplar arası	4.269	5	.854	.813	.541
	Gruplar içi	394.682	376	1.050		
	Toplam	398.951	381			
İç İç Geçme Bağımlılık	Gruplar arası	6.794	5	1.359	1.487	.193
	Gruplar içi	343.566	376	.914		
	Toplam	350.360	381			
Ayrıcalıklık	Gruplar arası	.679	5	.136	.144	.982
	Gruplar içi	354.512	376	.943		
	Toplam	355.191	381			
Kendini Feda	Gruplar arası	18.679	5	3.736	2.492	.031*
	Gruplar içi	563.760	376	1.499		
	Toplam	582.439	381			

Terkedilme	Gruplar arası	5.323	5	1.065	.935	.458
	Gruplar içi	427.980	376	1.138		
	Toplam	433.303	381			
Cezalandırılma	Gruplar arası	12.493	5	2.499	2.457	.033*
	Gruplar içi	382.453	376	1.017		
	Toplam	394.947	381			
Kusurluluk	Gruplar arası	6.018	5	1.204	1.427	.214
	Gruplar içi	317.186	376	.844		
	Toplam	323.205	381			
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	Gruplar arası	7.141	5	1.428	1.296	.265
	Gruplar içi	414.372	376	1.102		
	Toplam	421.513	381			
Yüksek Standartlar	Gruplar arası	7.494	5	1.499	.811	.542
	Gruplar içi	694.560	376	1.847		
	Toplam	702.055	381			

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.14.'te, eğitim durumlarına göre erken dönem uyum bozucu şema puanlarında duygusal yoksunluk ($F_{(5-376)}=3.59$ $p<.01$), kendini feda ($F_{(5-376)}=2.49$ $p<.05$) ve cezalandırılma ($F_{(5-376)}=2.45$ $p<.05$) şeması ile eşin eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmüştür. Farklılaşmanın kimden kaynaklandığını görebilmek için Post-HOC yapıları (Büyüköztürk ve diğerleri, 2021). Hangi Post-HOC değerinin seçileceğini belirlemek için ise homojenlik testi uygulanmıştır. Post-HOC analizini sonucunda; duygusal yoksunluk şemasında ilkökul ($m=2.72$) eğitim seviyesindeki kişilerin, lisans ($m=1.85$) eğitim seviyesindeki kişilere göre duygusal yoksunluk şeması daha yüksek; kendini feda şemasında ilkökul ($m=4.19$) eğitim seviyesindeki kişilerin lisans ($m=3.25$) eğitim seviyesine göre kendini feda şeması daha yüksek ve son olarak cezalandırılma şeması ilkökul ($m=4.38$) eğitim seviyesindeki kişilerin, lisans ($m=3.57$) eğitim seviyesine göre cezalandırılma şeması daha yüksek çıkmıştır. Diğer erken dönem uyum bozucu şemalar ile eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p>.05$).

4.1.6. Gelir Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı

Gelir durumu ile değişkenler arasında bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla ANOVA ve Kruskal-Wallis yapılmıştır. ANOVA analizi sonucu anlamlı bir farklılık elde edildikten sonra ilişkinin kimden kaynaklandığını görebilmek adına Post-HOC testi uygulanmıştır.

Tablo 4.15. İlişki Bağımlılığı ile Gelir Durumuna İlişkin Bulgular

Kruskal-Wallis H

İlişki Bağımlılığı

	Kruskal-Wallis H	Sd	p
	.367	2	.009**

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.15.'te gelir durumuna göre ilişki bağımlılığı puanlarında anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmektedir(p<.01). Farklılaşmanın kimden kaynaklandığını görebilmek için ikili karşılaştırma yapılarak Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Buna göre gelir düzeyi düşük (M=3.53) kişilerin, gelir düzeyi yüksek (M=3.10) kişilere göre ilişki bağımlılığı daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 4.16. Aldatma Eğilimi ile Gelir Durumuna İlişkin Bulgular

ANOVA

Aldatma Eğilimi

	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar arası	.550	2	.275	.736	.480
Gruplar içi	141.422	379	.373		
Toplam	141.972	381			

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.16.'da gelir durumuna göre aldatma eğilimi puanlarında ($F_{(2-379)}=.736$ p>.05) anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.17. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Gelir Durumuna İlişkin Bulgular

ANOVA			Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	P
Duygusal Yoksunluk	Gruplar arası		2.284	2	1.142	.823	.440
	Gruplar içi		526.154	379	1.388		
	Toplam		528.438	381			
Başarısızlık	Gruplar arası		6.776	2	3.388	3.350	.036*
	Gruplar içi		383.250	379	1,011		
	Toplam		390.026	381			
Karamsarlık	Gruplar arası		5.599	2	2.799	1.729	.179
	Gruplar içi		613.628	379	1.619		
	Toplam		619.226	381			
Sosyal İzolasyon	Gruplar arası		1.230	2	.615	.613	.542
	Gruplar içi		380.331	379	1.004		
	Toplam		381.561	381			
Duyguları Bastırma	Gruplar arası		2.639	2	1.319	1.187	.306
	Gruplar içi		421.156	379	1.111		
	Toplam		423.795	381			
Onay Arayıcılık	Gruplar arası		.401	2	.201	.191	.826
	Gruplar içi		398.550	379	1.052		
	Toplam		398.951	381			
İç İçerme/ Bağımlılık	Gruplar arası		2.075	2	1.038	1.129	.324
	Gruplar içi		348.285	379	.919		
	Toplam		350.360	381			
Ayrıcalıklık	Gruplar arası		.498	2	.249	.266	.766
	Gruplar içi		354.693	379	.936		
	Toplam		355.191	381			
Kendini Feda	Gruplar arası		1.461	2	.730	.476	.621
	Gruplar içi		580.978	379	1.533		
	Toplam		582.439	381			
Terkedilme	Gruplar arası		.433	2	.216	.189	.827
	Gruplar içi		432.870	379	1.142		
	Toplam		433.303	381			
Cezalandırılma	Gruplar arası		1.715	2	.858	.826	.438
	Gruplar içi		393.232	379	1.038		
	Toplam		394.947	381			
Kusurluluk	Gruplar arası		1.902	2	.951	1.122	.327
	Gruplar içi		321.303	379	.848		
	Toplam		323.205	381			
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	Gruplar arası		.213	2	.107	.096	.908
	Gruplar içi		421.300	379	1.112		
	Toplam		421.513	381			
Yüksek Standartlar	Gruplar arası		27.849	2	13.924	7.828	.000**
	Gruplar içi		674.206	379	1.779		
	Toplam		702.055	381			

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.16.'da gelir durumlarına göre erken dönem uyum bozucu şema puanlarında başarısızlık($F_{(2-379)}=3.35$ $p<.05$) ve yüksek standartlar ($F_{(2-379)}=7.82$ $p<.01$) şeması ile gelir durumları arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmüştür. Farklılaşmanın kimden kaynaklandığını görebilmek için Post-HOC testi uygulanmıştır. Buna göre;

gelir düzeyi düşük (M=2.46) kişilerin, gelir düzeyi yüksek(M=2.02) kişilere göre başarısızlık şeması daha yüksek çıkmıştır. Son olarak gelir düzeyi yüksek (M=3.81) kişilerin, gelir düzeyi düşük(M=2.80) kişilere göre yüksek standartlar şeması daha yüksek çıkmıştır. Diğer erken dönem uyum bozucu şemalar ile gelir durumu arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p>.05$).

4.1.7. Eşlerin Gelir Durumuna Göre Değişkenlerin Dağılımı

Eşlerin gelir durumu ile değişkenler arasında bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla ANOVA ve Kruskal-Wallis yapılmıştır. ANOVA analizi sonucu anlamlı bir farklılık elde edildikten sonra ilişkinin kimden kaynaklandığını görebilmek adına Post-HOC testi uygulanmıştır.

Tablo 4.18. İlişki Bağımlılığı ile Eşlerin Gelir Durumuna İlişkin Bulgular

Kruskal-Wallis
İlişki Bağımlılığı

	Kruskal-Wallis H	Sd	p
	3.021	2	.221

** $p<0.01$; * $p<0.05$

Tablo 4.18.'de eşlerin gelir durumuna göre ilişki bağımlılığı puanlarında anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir($p>.05$).

Tablo 4.19. Aldatma Eğilimi ile Eşlerin Gelir Durumuna İlişkin Bulgular

ANOVA

Aldatma Eğilimi

	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar arası	.513	2	.257	.688	.503
Gruplar içi	141.458	379	.373		
Toplam	141.972	381			

** $p<0.01$; * $p<0.05$

Tablo 4.19'da eşlerin gelir durumuna göre aldatma eğilimi puanlarında ($F_{(2-379)}=.688$ $p>.05$) anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.20. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Eşlerin Gelir Durumuna İlişkin Bulgular

ANOVA		Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Duygusal	Gruplar arası	11.221	2	5.610	4.111	.017*
Yoksunluk	Gruplar içi	517.217	379	1.365		
	Toplam	528.438	381			
Başarısızlık	Gruplar arası	.474	2	.237	.231	.794
	Gruplar içi	389.552	379	1.028		
	Toplam	390.026	381			
Karamsarlık	Gruplar arası	1.420	2	.710	.436	.647
	Gruplar içi	617.806	379	1.630		
	Toplam	619.226	381			
Sosyal İzolasyon	Gruplar arası	2.259	2	1.129	1.128	.325
	Gruplar içi	379.302	379	1.001		
	Toplam	381.561	381			
Duyguları	Gruplar arası	8.848	2	4.424	4.041	.018
Bastırma	Gruplar içi	414.947	379	1.095		
	Toplam	423.795	381			
Onay Arayıcılık	Gruplar arası	2.010	2	1.005	.959	.384
	Gruplar içi	396.942	379	1.047		
	Toplam	398.951	381			
İç İçer Geçme	Gruplar arası	2.863	2	1.432	1.561	.211
Bağımlılık	Gruplar içi	347.497	379	.917		
	Toplam	350.360	381			
Ayrıcalıklık	Gruplar arası	.095	2	.048	.051	.950
	Gruplar içi	355.096	379	.937		
	Toplam	355.191	381			
Kendini Feda	Gruplar arası	5.104	2	2.552	1.675	.189
	Gruplar içi	577.335	379	1.523		
	Toplam	582.439	381			
Terkedilme	Gruplar arası	4.498	2	2.249	1.988	.138
	Gruplar içi	428.805	379	1.131		
	Toplam	433.303	381			
Cezalandırılma	Gruplar arası	11.427	2	5.713	5.646	.004**
	Gruplar içi	383.520	379	1.012		
	Toplam	394.947	381			
Kusurluluk	Gruplar arası	8.509	2	4.254	5.124	.006**
	Gruplar içi	314.696	379	.830		
	Toplam	323.205	381			
Tehditler	Gruplar arası	2.323	2	1.162	1,050	.351
Karşısında	Gruplar içi	419.189	379	1.106		
Dayanısızlık	Toplam	421.513	381			
Yüksek	Gruplar arası	.827	2	.413	.223	.800
Standartlar	Gruplar içi	701.228	379	1.850		
	Toplam	702.055	381			

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.20.'de eşlerin gelir durumlarına göre erken dönem uyum bozucu şema puanlarında duygusal yoksunluk($F_{(2-379)}=4.11$ $p<.05$), duyguları bastırma($F_{(2-379)}=4.04$ $p<.05$), cezalandırılma($F_{(2-379)}=5.64$ $p<.01$) ve kusurluluk ($F_{(2-379)}=5.12$ $p<.01$), şeması ile eşlerin gelir durumları arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmüştür. Eşleri düşük ($m=2.44$) gelire sahip bireylerin, eşleri yüksek ($m=1.89$) gelire sahip bireylere

göre duygusal yoksunluk şeması daha yüksek çıkmıştır. Eşleri düşük ($m=2.75$) gelire sahip bireylerin, eşleri yüksek ($m=2.33$) gelire sahip bireylere göre duyguları bastırma şeması daha yüksek çıkmıştır. Eşleri düşük ($m=4.01$) gelire sahip bireylerin, eşleri yüksek ($m=3.43$) gelire sahip bireylere göre cezalandırılma şeması daha yüksek çıkmıştır. Eşleri düşük ($m=2.04$) gelire sahip bireylerin, eşleri yüksek ($m=1.61$) gelire sahip bireylere göre kusurluluk şeması daha yüksek çıkmıştır.

Başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık, kendini feda, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık ve yüksek standartlar şemaları ile eşlerin gelir durumu arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p>.05$).

4.1.8. Çocuk Sayısına Göre Değişkenlerin Dağılımı

Çocuk sayısı ile değişkenler arasında bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla ANOVA ve Kruskal-Wallis yapılmıştır. ANOVA analizi sonucu anlamlı bir farklılık elde edildikten sonra farkın kimden kaynaklandığını görebilmek adına Post-HOC testi uygulanmıştır.

Tablo 4.21. İlişki Bağımlılığı ile Çocuk Sayısına İlişkin Bulgular

Kruskal-Wallis İlişki Bağımlılığı			
	Kruskal Wallis H	Sd	p
	7.355	4	.118

** $p<0.01$; * $p<0.05$

Tablo 4.21.'de evli bireylerin çocuk sayılarına göre ilişki bağımlılığı puanlarında anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir($p>.05$).

Tablo 4.22. Aldatma Eğilimi ile Çocuk Sayısına İlişkin Bulgular

ANOVA Aldatma Eğilimi					
	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar arası	1.093	4	.273	.731	.571
Gruplar içi	140.879	377	.374		
Toplam	141.972	381			

** $p<0.01$; * $p<0.05$

Tablo 4.22'de evli bireylerin çocuk sayılarına göre aldatma eğilimi puanlarında ($F_{(4-377)}=.731$ $p>.05$) anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.23. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Çocuk Sayısına İlişkin Bulgular

ANOVA		Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Duygusal Yoksunluk	Gruplar arası	17.450	4	4.363	3.219	.013*
	Gruplar içi	510.988	377	1.355		
	Toplam	528.438	381			
Başarısızlık	Gruplar arası	.176	4	.044	.043	.997
	Gruplar içi	389.850	377	1.034		
	Toplam	390.026	381			
Karamsarlık	Gruplar arası	.557	4	.139	.085	.987
	Gruplar içi	618.669	377	1.641		
	Toplam	619.226	381			
Sosyal İzolasyon	Gruplar arası	1.030	4	.258	.255	.906
	Gruplar içi	380.531	377	1.009		
	Toplam	381.561	381			
Duyguları Bastırma	Gruplar arası	4.316	4	1.079	.970	.424
	Gruplar içi	419.479	377	1.113		
	Toplam	423.795	381			
Onay Arayıcılık	Gruplar arası	1.881	4	.470	.446	.775
	Gruplar içi	397.070	377	1.053		
	Toplam	398.951	381			
İç İç Geçme Bağımlılık	Gruplar arası	2.763	4	.691	.749	.559
	Gruplar içi	347.597	377	.922		
	Toplam	350.360	381			
Ayrıcalıklık	Gruplar arası	12.157	4	3.039	3.340	.011*
	Gruplar içi	343.034	377	.910		
	Toplam	355.191	381			
Kendini Feda	Gruplar arası	17.551	4	4.388	2.928	.021*
	Gruplar içi	564.888	377	1.498		
	Toplam	582.439	381			
Terkedilme	Gruplar arası	1.786	4	.446	.390	.816
	Gruplar içi	431.518	377	1.145		
	Toplam	433.303	381			
Cezalandırılma	Gruplar arası	4.515	4	1.129	1.090	.361
	Gruplar içi	390.431	377	1.036		
	Toplam	394.947	381			
Kusurluluk	Gruplar arası	2.338	4	.584	.687	.602
	Gruplar içi	320.867	377	.851		
	Toplam	323.205	381			

	Toplam	323.205	381			
Tehditler	Gruplar	1.537	4	.384	.345	.848
Karşısında	arası					
Dayanıklılık	Gruplar	419.976	377	1.114		
	İç					
	Toplam	421.513	381			
Yüksek	Gruplar	5.902	4	1.475	.799	.526
Standartlar	arası					
	Gruplar	696.153	377	1.847		
	İç					
	Toplam	702.055	381			

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.23.'te evli bireylerin çocuk sayısına göre erken dönem uyum bozucu şema puanlarında duygusal yoksunluk($F_{(4-377)}=3.21$ p<.05), ayrıcalıklılık($F_{(4-377)}=3.34$ p<.05), kendini feda($F_{(4-377)}=2.92$ p<.05) şeması ile evli bireylerin çocuk sayıları arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmüştür. Buna göre 4+ (M=2.46) çocuğa sahip olan bireylerin hiç çocuğu olmayan (M=1.80) bireylere göre duygusal yoksunluk şeması daha yüksek çıkmıştır. Bir başka sonuç ise hiç çocuğu olmayan bireylerin (M=3.39), 4+ (M=3.18) çocuğa sahip bireylere göre ayrıcalıklılık şeması daha yüksek çıkmıştır. Son olarak 4+ (M=3.76) çocuğa sahip bireylerin, hiç çocuğu olmayan (M=3.20) bireylere göre kendini feda şeması daha yüksek çıkmıştır. Diğer erken dönem uyum bozucu şemalar ile çocuk sayısı arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir (p>.05).

4.1.9. Evlilik Yılına Göre Değişkenlerin Dağılımı

Evlilik yılı ile değişkenler arasında bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla ANOVA ve Kruskal-Wallis yapılmıştır. ANOVA analizi sonucu anlamlı bir farklılık elde edildikten sonra farkın kimden kaynaklandığını görebilmek adına Post-HOC testi uygulanmıştır.

Tablo 4.24. İlişki Bağımlılığı ile Evlilik Yılına İlişkin Bulgular

<i>Kruskal-Wallis</i>			
İlişki Bağımlılığı			
	Kruskal Wallis H	Sd	p
	4.259	4	.372

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.24.'te evlilik yılına göre ilişki bağımlılığı puanlarında anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir(p>.05).

Tablo 4.25. Aldatma Eğilimi ile Evlilik Yılına İlişkin Bulgular

ANOVA

Aldatma Eğilimi

	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar arası	.870	4	.218	.581	.676
Gruplar içi	141.101	377	.374		
Toplam	141.972	381			

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.25'te evlilik yılına göre aldatma eğilimi puanlarında ($F_{(4-377)}=.581$ $p>.05$) anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.26. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Evlilik Yılına İlişkin Bulgular

ANOVA

		Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
Duygusal Yoksunluk	Gruplar arası	10.383	4	2.596	1.889	.112
	Gruplar içi	518.055	377	1.374		
	Toplam	528.438	381			
Başarısızlık	Gruplar arası	2.356	4	.589	.573	.683
	Gruplar içi	387.670	377	1.028		
	Toplam	390.026	381			
Karamsarlık	Gruplar arası	5.933	4	1.483	.912	.457
	Gruplar içi	613.293	377	1.627		
	Toplam	619.226	381			
Sosyal İzolasyon	Gruplar arası	2.105	4	.526	.523	.719
	Gruplar içi	379.457	377	1.007		
	Toplam	381.561	381			
Duyguları Bastırma	Gruplar arası	1.403	4	.351	.313	.869
	Gruplar içi	422.392	377	1.120		
	Toplam	423.795	381			
Onay Arayıcılık	Gruplar arası	.805	4	.201	.191	.943
	Gruplar içi	398.146	377	1.056		
	Toplam	398.951	381			
İç İç Geçme Bağlılık	Gruplar arası	.278	4	.070	.075	.990
	Gruplar içi	350.082	377	.929		
	Toplam	350.360	381			
Ayrıcalıklık	Gruplar arası	7.447	4	1.862	2.018	.091
	Gruplar içi	347.744	377	.922		
	Toplam	355.191	381			
Kendini Feda	Gruplar arası	24.063	4	6.016	4.062	.003**

	Gruplar içi	558.375	377	1.481		
	Toplam	582.439	381			
Terkedilme	Gruplar arası	2.000	4	.500	.437	.782
	Gruplar içi	431.303	377	1.144		
	Toplam	433.303	381			
Cezalandırılma	Gruplar arası	7.944	4	1.986	1.935	.104
	Gruplar içi	387.002	377	1.027		
	Toplam	394.947	381			
Kusurluluk	Gruplar arası	2.135	4	.534	.627	.644
	Gruplar içi	321.070	377	.852		
	Toplam	323.205	381			
Tehditler Karşısında	Gruplar arası	2.177	4	.544	.489	.744
Dayanıksızlık	Gruplar içi	419.336	377	1.112		
	Toplam	421.513	381			
Yüksek Standartlar	Gruplar arası	6.494	4	1.623	.880	.476
	Gruplar içi	695.561	377	1.845		
	Toplam	702.055	381			

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 4.26.'da evlilik yıllarına göre erken dönem uyum bozucu şema puanlarından kendini feda ($F_{(4-377)}=4.06$ $p<.01$) şeması ile evlilik yılları arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmüştür. Buna göre 25+ ($M=3.86$) yıl evli olan bireylerin, 0-5 ($M=3.17$) yılları arasında evli olan bireylere göre kendini feda şeması daha yüksek çıkmıştır. Diğer erken dönem uyum bozucu şemalar ile evlilik yılları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p>.05$).

4.2. Evli Bireylerde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile İlişki Bağımlılığı ve Aldatma Eğilimi Arasındaki Korelasyon Analizleri

Araştırma hipotezlerini incelemek amacıyla katılımcılardan elde edilen verilerle erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişki bağımlılığı ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek için korelasyon analizleri yapılmıştır. Korelasyon analizlerinde pearson ve spearman korelasyon katsayısından faydalanılmıştır. İlgili katsayı 0-1 arasında bir değer almaktadır. Bu değer 1' e yaklaştığında ilişki kuvvetlenirken; 0'a yaklaştığında ilişki zayıflamaktadır. 0.00, ilişki yok anlamına gelirken; 0.01-0.29, düşük düzeyde ilişki, 0.30-0.70, orta düzeyde ilişki, 0.71-0.99, yüksek düzeyde ilişki ve son olarak 1.00 mükemmel ilişki anlamına gelmektedir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2021). Katsayı negatif ya da pozitif olabilir. Pozitif yöndeki

katsayı değişkenler arasındaki ilişkinin doğru y6nl6 olduğunu g6sterirken; negatif y6ndeki katsayı ilişkinin ters y6nde olduğunu g6sterir.



Tablo 4.27. İlişki Bağımlılığı ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1.İlişki Bağımlılığı	1														
2.Duygusal Yoksunluk	.417**	1													
3.Başarısızlık	.379**	.490**	1												
4.Karamsarlık	.571**	.425**	.550**	1											
5.Sosyal izolasyon	.470**	.627**	.556**	.618**	1										
6.Duyguları Bastırma	.360**	.523**	.483**	.486**	.583**	1									
7.Onay Arayıcılık	.329**	.204**	.308**	.405**	.366**	.230**	1								
8.İç içe geçme /bağımlılık	.473**	.599**	.687**	.607**	.609**	.610**	.336**	1							
9.Ayrıcalıklılık	.164**	.108*	.150**	.222**	.266**	.234**	.396**	.139**	1						
10.Kendini feda	.507**	.432**	.292**	.413**	.430**	.352**	.376**	.422**	.269**	1					
11.Terkedilme	.444**	.556**	.606**	.659**	.621**	.519**	.356**	.662**	.114*	.394**	1				
12.Cezalandırılma	.282**	.265**	.200**	.302**	.322**	.274**	.427**	.261**	.320**	.437**	.287**	1			
13.Kusurluluk	.338**	.562**	.635**	.560**	.650**	.559**	.267**	.698**	.123*	.253**	.701**	.213**	1		
14.Tehditler karşısında dayanıksızlık	.416**	.439**	.527**	.584**	.603**	.527**	.408**	.573**	.293**	.325**	.560**	.390**	.586**	1	
15.Yüksek standartlar	.264**	.215**	.098	.274**	.283**	.313**	.434**	.194**	.320**	.368**	.218**	.335**	.151**	.269**	1

*p<.05, **p<.01

İlişki Bağımlılığı ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar arasındaki ilişkinin açıklanması amacıyla geliştirilen Korelasyon Analizi bulguları Tablo 4.27.'de verilmiştir. İlişki bağımlılığı ile Ayrıcalıklık ($r=0.16$; $p<0.01$), Cezalandırılma ($r=0.28$; $p<0.01$) ve Yüksek Standartlar ($r=0.26$; $p<0.01$) erken dönem uyum bozucu şemalar arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif ve zayıf bir ilişki vardır.

İlişki Bağımlılığı ile Duygusal Yoksunluk ($r=0.41$; $p<0.01$), Başarısızlık ($r=0.37$; $p<0.01$), Karamsarlık ($r=0.57$; $p<0.01$), Sosyal İzolasyon ($r=0.47$; $p<0.01$), Duyguları Bastırma ($r=0.36$; $p<0.01$), Onay Arayıcılık ($r=0.32$; $p<0.01$), İç içe geçme/Bağımlılık ($r=0.47$; $p<0.01$), Kendini Feda ($r=0.50$; $p<0.01$), Terkedilme ($r=0.44$; $p<0.01$), Kusurluluk ($r=0.33$; $p<0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ($r= 0.41$; $p<0.01$) erken dönem uyum bozucu şemalar arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif, orta düzeyde bir ilişki vardır.

İlişki bağımlılığı ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasında en kuvvetli ilişki Karamsarlık ($r=0.57$; $p<0.01$) ve Kendini Feda ($r=0.50$; $p<0.01$) şemalarında görülmüştür.

Tablo 4.28. Aldatma Eğilimi ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1.Aldatma Eğilimi	1														
2.Duygusal Yoksunluk	.338**	1													
3.Başarısızlık	.281**	.490**	1												
4.Karamsarlık	.250**	.425**	.550**	1											
5.Sosyal izolasyon	.326**	.627**	.556**	.618**	1										
6.Duyguları Bastırma	.289**	.523**	.483**	.486**	.583**	1									
7.Onay Arayıcılık	.083	.204**	.308**	.405**	.366**	.230**	1								
8.İç içe geçme /bağımlılık	.362**	.599**	.687**	.607**	.609**	.610**	.336**	1							
9.Ayrıcalıklık	.083	.108*	.150**	.222**	.266**	.234**	.396**	.139**	1						
10.Kendini feda	.126*	.432**	.292**	.413**	.430**	.352**	.376**	.422**	.269**	1					
11.Terkedilme	.339**	.556**	.606**	.659**	.621**	.519**	.356**	.662**	.114*	.394**	1				
12.Cezalandırılma	.059	.265**	.200**	.302**	.322**	.274**	.427**	.261**	.320**	.437**	.287**	1			
13.Kusurluluk	.401**	.562**	.635**	.560**	.650**	.559**	.267**	.698**	.123*	.253**	.701**	.213**	1		
14.Tehditler karşısında dayanıksızlık	.314**	.439**	.527**	.584**	.603**	.527**	.408**	.573**	.293**	.325**	.560**	.390**	.586**	1	
15.Yüksek standartlar	.150**	.215**	.098	.274**	.283**	.313**	.434**	.194**	.320**	.368**	.218**	.335**	.151**	.269**	1

*p<.05, **p<.01

Aldatma Eğilimi ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar arasındaki ilişkinin açıklanması amacıyla geliştirilen Korelasyon Analizi bulguları Tablo 4.28.'de verilmiştir. Buna göre;

Aldatma Eğilimi ile Başarısızlık ($r=0.28$; $p<0.01$), Kendini Feda ($r=0.12$; $p<0.05$), Yüksek Standartlar ($r=0.15$; $p<0.01$), Karamsarlık ($r=0.25$; $p<0.01$), Duyguları Bastırma ($r=0.28$; $p<0.01$) erken dönem uyum bozucu şemalar arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif, zayıf düzeyde bir ilişki vardır.

Aldatma Eğilimi ve İç içe geçme /Bağımlılık ($r=0.36$; $p<0.01$), Terkedilme ($r=0.33$; $p<0.01$), Kusurluluk ($r=0.40$; $p<0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ($r=0.31$; $p<0.01$) erken dönem uyum bozucu şemalar arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif, orta düzeyde bir ilişki vardır.

Aldatma Eğilimi ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasında en kuvvetli ilişki Kusurluluk ($r=0.40$; $p<0.01$) şemasında görülürken; Onay Arayıcılık, Ayrıcalıklık, Cezalandırılma şemaları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0.05$).

4.3. İlişki Bağımlılığı ve Aldatma Eğiliminin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Erken dönem uyum bozucu şemaların, ilişki bağımlılığı ve aldatma eğilimi üzerindeki yordayıcılığını ölçmek amacıyla regresyon analizi yöntemi kullanılmıştır. Evli bireylerde, erken dönem uyum bozucu şemaların, ilişki bağımlılığı ve aldatma eğilimi üzerindeki etkisini yordamak amacıyla yapılan regresyon analizinde öncelikle analiz için gerekli varsayımların sağlanıp sağlanmadığı kontrol edilmiştir. Normallik, doğrusallık, çoklu ortak doğrusallık ve eş varyanslılık varsayımları incelenmiş ve tüm değerlerin referans aralıklarında olduğu bulunmuş ve herhangi bir varsayımın ihlal edilmediği görülmüştür.

Tablo 4.29. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların, İlişki Bağımlılığını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	Standart Hata	β	T	p
Sabit	2.036	.148		13.797	.000**
Duygusal yoksunluk	.101	.037	.156	2.707	.007**
Başarısızlık	.060	.046	.079	1.308	.192
Karamsarlık	.201	.034	.335	5.933	.000**
Sosyal İzolasyon	.020	.049	.026	.402	.688
Duyguları bastırma	-.002	.040	-.003	-.053	.958
Onay arayıcılık	.028	.038	.038	.744	.458
İç içe geçme/ bağımlılık	.042	.058	.053	.729	.466
Ayrıcalıklık	-.067	.036	-.084	-1.856	.064
Kendini feda	.170	.031	.274	5.439	.000**
Terkedilme	.040	.047	.056	.838	.402
Cezalandırılma	-.026	.036	-.035	-.727	.468
Kusurluluk	-.196	.059	-.236	-3.302	.001**
Tehditler karşısında Dayanıksızlık	.062	.040	.086	1.543	.124
Yüksek standartlar	.030	.026	.054	1.162	.246
R= .676 R ² =.457 R _{adj.} ² = .437					
F ₍₁₄₋₃₆₇₎ =22.08 **p<.01; *p<.05					

Tablo 4.29.'da erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki bağımlılığı ile anlamlı derecede ilişkili olduğu (R=.67; R²=.45), ilişki bağımlılığı varyansının %22'sini açıkladığı görülmüştür (F₍₁₄₋₃₆₇₎=22.08; p<.01).

Modelde, erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki bağımlılığı üzerindeki etkisini önem sırasını incelemek için standartlaştırılmış regresyon katsayıları incelenmiştir. Regresyon katsayıları (β) ve anlamlılıkları (p) incelenmiştir. Buna göre ilişki bağımlılığını en fazla etkileyen erken dönem uyum bozucu şema Karamsarlık (β =.335) olduğu ve bunu Kendini Feda (β =.274), Kusurluluk (β =-.236) ve Duygusal Yoksunluk (β =.156) şemalarının takip ettiği görülmüştür. Diğer erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki bağımlılığını yordama düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (p>0.05).

Tablo 4.30. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların, Aldatma Eğilimini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	Standart Hata	β	T	p
Sabit	1.298	1.36		9.546	.000**
Duygusal yoksunluk	.034	.035	.066	.992	.322
Başarısızlık	-.024	.042	-.040	-.571	.568
Karamsarlık	-.055	.031	-.115	-1.773	.077
Sosyal İzolasyon	.017	.045	.028	.374	.709
Duyguları bastırma	.014	.037	.024	.376	.707
Onay arayıcılık	-.070	.035	-.118	-2.000	.460
İç içe geçme/ bağımlılık	.067	.054	.105	1.253	.211
Ayrıcalıklık	-.009	.033	-.015	-.285	.776
Kendini feda	-.024	.029	-.049	-.837	.403
Terkedilme	-.001	.044	-.001	-.017	.986
Cezalandırılma	-.026	.033	-.044	-.796	.427
Kusurluluk	.269	.055	.406	4.927	.000**
Tehditler karşısında Dayanıksızlık	.056	.037	.096	1.493	.136
Yüksek standartlar	.051	.024	.114	2.117	.035*
R=.527 R ² =.278 R _{adj.} ² = .251					
F ₍₁₄₋₃₆₇₎ =10.10 **p<.01; *p<.05					

Tablo 4.30.'da erken dönem uyum bozucu şemaların aldatma eğilimi ile anlamlı derecede ilişkili olduğu ($R=.52$; $R^2=.27$), aldatma eğilimi varyansının %10'unu açıkladığı görülmüştür ($F_{(14-367)}=10.10$; $p<.05$).

Modelde, erken dönem uyum bozucu şemaların aldatma eğilimi üzerindeki etkisini önem sırasını incelemek için standartlaştırılmış regresyon katsayıları incelenmiştir. Regresyon katsayıları (β) ve anlamlılıkları (p) incelenmiştir. Buna göre aldatma eğilimini en fazla etkileyen erken dönem uyum bozucu şema Kusurluluk ($\beta=.406$) ve Yüksek Standartlar ($\beta=.114$) şemalarının takip ettiği görülmüştür. Diğer erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki bağımlılığını yordama düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0.05$).

BÖLÜM 5

TARTIŞMA VE YORUMLAR

Bu bölümde bulgular ile ilgili tartışma ve yorumlara yer verilmiştir.

5.1.Tartışma

5.1.1. Evli Bireylerde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların İlişki Bağımlılığı ve Aldatma Eğilimi İncelemesinde Cinsiyete İlişkin Sonuçların Yorumlanması

Araştırma, evli bireylerde erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki bağımlılığı ve aldatma eğilimi ile ilişkisini incelemektedir.

Hipotez 1: Evli bireylerin cinsiyete göre ilişki bağımlılıkları arasında anlamlı bir farklılaşma vardır.

Evli bireylerin cinsiyete göre araştırma verileri incelendiğinde ilişki bağımlılığı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Alanyazın incelendiğinde, ilişki bağımlılığına “kadınsı hastalık” şeklinde ifadeler kullanıldığı görülmüştür (Haaken, 1993). Başkasına aşırı odaklanma, kendisi dışındaki kişilerin ihtiyaçlarına duyarlılık, insanları memnun etme ve yardım etme davranışlarını toplumlar “kadın” kavramının içine yerleştirmişlerdir (Cowan ve Warren, 1994). Bu durum kadınların başkalarını ileriye götürebilmek için aslında kendi ihtiyaçlarını nasıl engellediklerini de gözler önüne sermektedir. Tanhan ve Mukba (2014) Spann Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği’nin Türkçeye uyarlandığı psikometrik çalışmaları sonucunda kadın öğrencilerin, erkek öğrencilerden daha yüksek ilişki bağımlılığı puanı elde ettiği sonucuna ulaşmıştır. Literatürde araştırmaları sonucunda cinsiyet eşitsizliği, güç ve kaynak eksikliği, normlar, çevre vs. durumlar kadınların ilişki bağımlılığı özelliklerini daha fazla taşıdığını gösterse de kültür, ekonomi, sosyal, gelişimsel, farklılıklar ya da bireyin evli, bekar vs. durumları sonuçların değişmesine neden olabileceği düşünülmektedir.

Hipotez 2: Evli bireylerin cinsiyete göre aldatma eğilimleri arasında anlamlı bir farklılaşma vardır.

Evli bireylerde aldatma eğilimi ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark görülmüş; erkeklerin aldatma eğilimi puanları, kadınlardan daha yüksek çıkmıştır. Araştırma hipoteziyle ilgili diğer araştırmalar incelendiğinde; destekleyici çalışmalar görülmüş, erkeklerin aldatma eğilimi oranları kadınlardan yüksek bulunmuştur (Atkins ve diğerleri, 2001; Atwood ve Schwartz , 2002; Egan ve Angus, 2004). Şatiroğlu (2017) çalışmasında evli bireylerde aldatma eğilimi, bilişsel duygu düzenleme ve kişilik özelliklerini araştırmıştır. Araştırma sonuçlarından biri de cinsiyet değişkeni hakkında verilmiştir. Buna göre 257 evli bireyin katıldığı (%48 kadın, %51 erkek) bu çalışmada erkeklerin aldatma eğilimi puanları kadınların aldatma eğilimi puanlarından daha yüksek bulunmuştur. Alanyazında cinsiyetler arasındaki bu farklılık için birçok farklı bakış açısı bildirilmiştir. Örneğin; erkeklerin eş olma, başka kaynaklara ulaşma imkanları kadınlardan daha yüksek bulunurken (Buss ve diğerleri, 1992); kadınların evlilik yatırımlarının daha yüksek olması (Buss, 1989; Mellon, 1981) aldatma eğiliminin erkeklerde kadınlardan daha fazla olduğunu belirten nedenler arasındadır. Burada aldatma eğiliminde olduğu gibi birçok faktörün yanı sıra cinsiyetler arası eşitlik, normlar, roller, din, ataerkil toplum özellikleri, kültür, kaynak gibi unsurlar göz ardı edilmemelidir.

Hipotez 3: Evli bireylerin cinsiyete göre erken dönem uyum bozucu şemaları arasında anlamlı bir farklılaşma vardır.

Evli bireylerde duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, cezalandırılma, kusurluluk, iç içe geçme, terkedilme ve yüksek standartlar erken dönem uyum bozucu şemaları ile cinsiyet değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Cinsiyetler arası farklar incelendiğinde evli bireylerde, erkeklerin yukarıda belirtilen erken dönem uyum bozucu şemalarının kadınlardan daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. Alanyazında erken dönem uyum bozucu şemaların cinsiyete göre dağılımları bazı çalışmalarda verilmiştir. Erken dönem uyum bozucu şemalar ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir (Alfasfos, 2009; Akhun 2012; Freeman, 1998; Ünal, 2012;). Akhun (2012) çalışmasında erken dönem uyum bozucu şemaları cinsiyet üzerinden değerlendirmiştir. Elde ettiği sonuçlar bulduğumuz sonuçlarla benzer niteliktedir. Buna göre; çalışma da erkeklerin, duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, cezalandırılma, iç içe geçme/bağımlılık, kendini feda, sosyal izolasyon, terkedilme, ayrıcalıklılık, yüksek standartlar, kusurluluk şemaları kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Aksini ifade eden çalışmalar da bulunmaktadır. Cinsiyet ile

erken dönem uyum bozucu şemalar incelemesinde, kadınların erken dönem uyum bozucu şemalarının erkeklerden daha yüksek bulunmuştur (Welburn ve diğerleri, 2002).

5.1.2. Evli Bireylerin Demografik Bilgilerine Yönelik Bulguların Yorumlanması

Hipotezlerin dışında katılımcıların dağılımlarını gözlemek adına yöneltilen demografik bilgi soruları da analize dahil edilmiş gelecek araştırmalara da konu olabilecek bazı sonuçlar elde edilmiştir.

Bunlardan ilki, evli bireylerin çalışma durumlarına göre dağılımların incelenmesidir. Evli bireylerde çalışıp çalışmama durumuna göre ilişki bağımlılığı ile aldatma eğilimi arasında bir fark görülmezken; erken dönem uyum bozucu şemalardan kendini feda şeması arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Diğer taraftan eşin çalışıp çalışmamasına göre değişkenlerin dağılımları incelendiğinde ilgili değişkenlerle anlamlı bir ilişkisi bulunmadığı görülmüştür.

Alanyazın incelendiğinde ilişki bağımlılığı, aldatma eğilimi ve erken dönem uyum bozucu şemalar ile çalışma durumları hakkında bir bulguya rastlanılmamıştır.

Evli bireylerde eğitim durumuna göre değişkenlerin dağılımları incelenmiştir. İlk olarak ilişki bağımlılığı ile eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmüştür. Özdemir ve Buzlu (2019) ilişki bağımlılığıyla ilgili çalışmasında benzer sonuçlar elde etmiştir. Hemşirelerde ilişki bağımlılığını ve buna etki eden faktörleri araştıran çalışmada eğitim düzeyi yükseldikçe, ilişki bağımlılığın azaldığı sonucunu elde etmiştir.

Aldatma eğilimi ile eğitim durumu arasında ise anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Alanyazın incelendiğinde benzer sonuçlar elde edilmiştir. Polat (2006), Kantarcı ve Kubat (2012) tarafından yapılan aldatma eğilimi ile ilgili çalışmalarda eğitim düzeyi ile ilgili anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Son olarak erken dönem uyum bozucu şemalar ile eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmüştür.

Erken dönem uyum bozucu şemalardan duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, kendini feda, cezalandırılma şemaları ile eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılaşma görülmüştür. Literatür incelendiğinde bu demografik bilgi sorusu ve şemalara ait bir bilgiye rastlanılmamıştır. Farklılaşmanın hangi eğitim grubundan

kaynaklandığı bilinmemektedir. Çünkü eğitim değişkeninde en az bir grubun (okur-yazar) sonucu ikiden az kişiden oluşmaktadır.

Diğer yandan eşin eğitim durumuna göre değişkenlerin dağılımı incelendiğinde ilişki bağımlılığı ile aldatma eğilimleri ile anlamlı bir farklılık gözlemlenmezken; erken dönem uyum bozucu şemalardan duygusal yoksunluk, kendini feda ve cezalandırılma ile eşin eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Farklılığın kimden kaynaklandığı incelendiğinde ilkokul eğitim seviyesindeki kişilerin lisans eğitim seviyesindeki kişilere göre duygusal yoksunluk, kendini feda ve cezalandırılma şemalarının daha yüksek çıktığı görülmüştür. Literatürde eşin eğitim durumu ve erken dönem uyum bozucu şemalar hakkında bir bilgiye rastlanılmamıştır.

Bir başka sonuç ise gelir durumlarının değişkenlere dağılımı sonucundan elde edilmiştir. Gelir durumuna göre ilişki bağımlılığı puanlarında anlamlı bir farklılaşma olduğu görülmüştür. Gelir düzeyi düşük kişilerin, gelir düzeyi yüksek kişilere göre ilişki bağımlılıkları daha yüksek çıkmıştır. Alanyazın incelendiğinde ilişki bağımlılığı ile gelir durumu hakkında bazı çalışmalara ulaşılmıştır. Lim (2010) çalışmasında Asya toplumlarından yola çıkarak bir çalışma gerçekleştirmiştir. Asya toplumlarında kümülatif yaklaşım, aileye güven ve karşılıklı bağımlılığı araştırmasında ifade etmiştir. Ailedeki ekonomik koşulların, sık sık iş değişikliğinde bulunulmasının ve temel ihtiyaçları karşılamadaki güçlüğü kişilerarası bağlılığın artıp kişilerarası bağımlılığa neden olduğunu ileri sürmüştür. Tanhan ve Mukba (2014) ilişki bağımlılığı ölçeğinde geçerlilik güvenilirlik çalışmasında aylık gelir ile ilişki bağımlılığı arasında bir fark olmadığı sonucunu elde etmiştir. Buna göre yukarıda verildiği üzere burada da kültür, normlar, kaynak, mizaç gibi unsurlar göz önünde bulundurulmalıdır.

Aldatma eğilimi ile gelir durumu arasında anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir. Çalışmada olduğu gibi literatürde de destekleyici çalışmalar görülmüştür. Kantarcı (2009) çalışmasında aldatma eğilimi ile gelir durumu arasında herhangi bir anlam olmadığını ifade etmiştir.

Erken dönem uyum bozucu şemalarda ise başarısızlık şeması, gelir düzeyi düşük kişilerde, gelir düzeyi yüksek kişilerden daha yüksek çıkmıştır. Yüksek standartlar şeması ise gelir düzeyi yüksek kişilerde, gelir düzeyi düşük kişilerden daha yüksek

çıkmiştir. Literatürde gelir durumu ve erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilgili bir bilgiye rastlanılmamıştır.

Eşlerin gelir durumlarına göre değişkenlerin dağılımları incelendiğinde ise; ilişki bağımlılığı ve aldatma eğilimi ile eşin gelir düzeyi arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Erken dönem uyum bozucu şemalar açısından incelendiğinde ise, eşleri düşük gelire sahip bireylerin duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, cezalandırılma ve kusurluluk şemaları, eşleri yüksek gelire sahip bireylerden daha yüksek çıkmıştır. Literatür incelendiğinde bu alanla ilgili çalışma görülmemiştir.

Çocuk sayısına göre araştırma değişkenlerinin dağılımları incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre ilişki bağımlılığı ve çocuk sayısı arasında anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Alanyazın incelendiğinde ilişki bağımlılığı ve çocuk sayısı hakkında bir bulguya rastlanılmamıştır.

Aldatma eğilimi ile çocuk sayısı arasında da benzer sonuçlar elde edilmiş; anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Literatür incelendiğinde aldatma eğilimiyle ilgili Çağ ve Yıldırım (2013), Şatıroğlu (2017) benzer sonuçlar elde etmiş; aldatma eğilimi ve çocuk sayısı arasında bir ilişki bulunmamıştır.

Erken dönem uyum bozucu şemalarda ise, 4 ve üzeri çocuğa sahip bireylerin, duygusal yoksunluk ve kendini feda şemalarının; hiç çocuğu olmayan evli bireylere göre daha yüksek çıktığı görülmüştür. Bunun yanı sıra hiç çocuğu olmayan bireylerin ayrıcalıklık şemasının 4 ve üzeri çocuğa sahip bireylere göre daha yüksek çıktığı görülmüştür.

Son olarak evlilik yılına göre değişkenlerin dağılımı incelenmiştir. Araştırma sonucunda ilişki bağımlılığı ve evlilik yılı arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmüştür.

Aldatma eğilimi ile evlilik yılı arasında benzer sonuçlar elde edilmiş ve anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazın incelemesinde aldatma eğilimi ve evlilik yılına dair bulduğumuz sonucu destekleyen çalışmalara denk gelinmiştir. Şatıroğlu (2017) ve Alaçam (2020) evli bireylerde aldatma eğilimi üzerine yaptıkları çalışmalarında benzer sonuçlar elde etmişlerdir. Aldatma eğilimiyle evlilik yılı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Erken dönem uyum bozucu şemalar incelendiğinde ise 25 yıl ve üzeri evlilik süresi olan bireylerin kendini feda şeması, evliliklerinin ilk 5 yılında olan bireylere göre daha yüksek çıktığı görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde erken dönem uyum bozucu şemalar ve evlilik süresi hakkında bir bulguya rastlanılmamıştır.

5.1.3. Erken Dönem uyum Bozucu Şemalar ile İlişki Bağımlılığı ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkinin Yorumlanması

Araştırma hipotezlerinden yola çıkılarak sonuçlar incelendiğinde yordayıcı değişken ile yordanan değişkenler arasındaki ilişkileri görebilmek adına korelasyon analizleri yapılmıştır. İlişkiler, bulgular ve sonuç kısmında “ilişki yok”, “düşük düzeyde ilişki”, “orta düzeyde ilişki”, “yüksek düzeyde ilişki” ve son olarak “mükemmel ilişki” şeklinde tanımlanmıştır. Ayrıca pozitif veya negatif yöndeki katsayı değerlerinde göre ilişkinin doğru yönlü ya da ters yönde olduğu belirtilmiştir.

Hipotez 4: Evli bireylerin erken dönem uyum bozucu şemaları ile ilişki bağımlılığı arasında anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.

Evli bireylerin erken dönem uyum bozucu şemaları ile ilişki bağımlılığı arasındaki ilişki incelendiğinde; ayrıcalıklılık, cezalandırılma ve yüksek standartlar şemaları ile ilişki bağımlılığı arasında anlamlı, pozitif ve zayıf bir ilişki elde edilmiştir. Duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, kendini feda, terkedilme, kusurluluk ve tehditler karşısında dayanıksızlık ile anlamlı, pozitif, orta düzeyde bir ilişki elde edilmiştir. Burada en kuvvetli ilişki, ilişki bağımlılığı ile sırasıyla karamsarlık ve kendini feda erken dönem uyum bozucu şemalarında görülmüştür. Karamsarlık ve kendini feda şemaları arttıkça ilişki bağımlılığının artacağı düşünülmektedir.

İlişkiler incelendikten sonra yordayıcı değişkenin yordanan değişken üzerindeki etkisini görebilmek regresyon analizi yapılmıştır. Erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki bağımlılığını yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları incelendiğinde; karamsarlık, kendini feda, kusurluluk, duygusal yoksunluk şemalarının yordama düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Alanyazın incelendiğinde ilişki bağımlılığı ile erken dönem uyum bozucu şemalar hakkında bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Fakat konu içeriği olarak destekleyici

bilgilere ulaşılmıştır. Araştırma boyunca erken dönem yaşantıların yetişkin dönemine etkilerinden bahsedilmiştir. Etki gösterdiği alanlardan biri de ilişkilerdir.

Ebeveyn tarzları çocuğun yetişirken sosyalleşme çabası üzerinde büyük bir etkiye sahiptir. Ebeveynlik bağlamları ve ilk çocukluk deneyimleri değiştiğinde sosyallik, iletişim pratiği de değişebilmektedir (Darling ve Steinberg, 1993). Bornstein (2005) çalışmasında otoriter ebeveynlikte yetişen çocuklardan genellikle boyun eğicilik bekleminin yanı sıra kendisi dışındaki insanları memnun etme ve başkalarının istek ve arzularını kendi beklentilerinin önüne koymalarına yönelik beklentileri ifade etmiştir. Ayrıca duygularını ifade etmekte zorlanan bu çocukların cezalandırılmaya yönelik kaygıları mevcuttur. Dolayısıyla bu tarz ailelerde ilk çocukluk deneyimlerini yaşayan bireyler yetişkinlik dönemlerinde de yine benzer yaşantılar deneyimleyip; insanların beklenti ve arzularını karşılamaya aşırı odaklanırken; kendi istek ve arzularını geri plana atma, sevgilerini kazanma çabasına girme, olumsuz değerlendirmelerden kaçınma gibi davranışlar gerçekleştirebilir (Young ve diğerleri, 2003). Sadece otoriter yetiştirilme tarzında değil; aşırı kaygılı bakım verenler ile yetiştirilmekte yetişkin yaşamına yıkıcı etkiler bırakabilir. Aşırı korumacı ebeveyn tarzları çocuğa, “bakıma ihtiyaç duyma”, mesajı verebilir. Yani birey kendini kusurlu, eksik, karar alamayan mesajını alabilir (Bornstein, 2005). Örseleyici yaşam olaylarının etkilerini bu şekilde örneklendirebiliriz. Bu yönüyle ilişki bağımlılığı geliştiren bireylerin geçmiş yaşantısı ve kişilik özelliklerinin, erken dönem uyum bozucu şemalar ile bağlantılı olduğunu söyleyebiliriz.

Hipotez 5: Evli bireylerin erken dönem uyum bozucu şemaları ile aldatma eğilimi arasında anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Evli bireylerde aldatma eğilimi ile erken dönem uyum bozucu şemaların korelasyon analizi incelendiğinde; başarısızlık, kendini feda, yüksek standartlar, karamsarlık ve duyguları bastırma erken dönem uyum bozucu şemaları ile anlamlı, pozitif, zayıf bir ilişki bulunmuştur. Bunun yanı sıra iç içe geçme/bağımlılık, terkedilme, kusurluluk ve tehditler karşısında dayanıksızlık şemaları ile aldatma eğilimi arasında anlamlı, pozitif, orta düzeyde bir ilişki görülmüştür. En kuvvetli ilişki kusurluluk şemasında görülmüştür. Buna göre; kusurluluk şeması arttıkça aldatma eğiliminin artacağı düşünülmektedir.

Tortamış (2014) 208 evli birey ile romantik kıskançlık düzeyi ve aldatma eğilimini şema terapi çerçevesinde değerlendirmiştir. Korelasyon analizinde kadın ve erkekleri ayrı ayrı analiz etmiştir. Ayrıca şemalar ayrı ayrı olarak değil; şema alanı şeklinde analize dahil edilmiştir. Buna göre; kadın katılımcılarda erken dönem uyum bozucu şemalar ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan korelasyon analizi sonucunda kopukluk ve reddedilme şema alanı (terkedilme, güvensizlik, duygusal yoksunluk, kusurluluk, sosyal izolasyon), zedelenmiş özerklik şema alanı (bağımlılık, dayanıksızlık, iç içe geçme, başarısızlık) ve diğerleri yönelimlilik (onay arayıcılık, boyun eğicilik, kendini feda) şema alanı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Erkeklerde ise kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı ile zedelenmiş özerklik şema alanı ile aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur. Kadınlarda, erken dönem uyum bozucu şemalar ile aldatma eğilimi arasında en kuvvetli ilişki kopukluk ve reddedilmişlik şema alanında görülürken; erkeklerde zedelenmiş özerklik alanında en kuvvetli ilişki görülmüştür.

Erken dönem uyum bozucu şemaların aldatma eğilimini yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları incelendiğinde kusurluluk ve yüksek standartlar şemalarının yordama düzeylerinde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Tortamış (2014) korelasyon analizleri sonunda ilişkisi bulunan şema alanlarını regresyon analizine dahil edip etkiyi ortaya koymuştur. Analiz sonucunda ise, kadınlarda kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı arttıkça aldatma eğiliminin de arttığı sonucuna ulaşmıştır. Erkeklerde ise, regresyon analizi sonucunda zedelenmiş özerklik arttıkça aldatma eğiliminin de arttığı sonucuna ulaşmıştır.

BÖLÜM 6

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Araştırmadan elde edilen sonuçlar aşağıda maddeler halinde sunulmuştur:

- Evli bireylerde aldatma eğilimi, erkek katılımcılarda kadın katılımcılardan daha fazla çıkmıştır. Literatür çalışmalarında da desteklendiği üzere kadınların evliliğe yatırımlarının daha fazla olması, toplum öğretileri, ilk çocukluk döneminde cinsiyetler arası rol dağılımları, aldatma sonucunda kadının güvenliğinin tehlikeye girmesi gibi faktörler sebebiyle erkeklerin daha fazla aldatma eğiliminde oldukları düşünülmektedir.
- Evli bireylerde ilişki bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Sonuçların samimiyetle cevaplandırıldığı düşünüldüğünde geçmiş araştırmalara kıyasla bugün bu sonuca ulaşmak; kadının eğitim, çalışma, sosyalleşme gibi alanlardaki artışının günümüz sonuçlarını oluşturduğunu düşünülmektedir.
- Erken dönem uyum bozucu şemalardan, duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, cezalandırılma, kusurluluk, yüksek standartlar, iç içe geçme, terkedilme şemalarının erkeklerde, kadınlardan daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyetler arası çalışmalarda şemaların göz önünde bulundurulması gerektiği düşünülmektedir.
- Araştırma sonucuna göre kişinin, erken dönem uyum bozucu şemalarının oluşmasında veya ilişki bağımlılığı, aldatma eğilimi gibi ilişkisel problemler yaşanmasında ilk çocukluk deneyimlerinin yanı sıra çalışma, eğitim, çocuk sayısı, evlilik yılı, eş faktörü, gelir durumu gibi çevresel etmenlerinde etkili olduğu düşünülmektedir.
- Erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki bağımlılığı ve aldatma eğilimi ile ilişkisi ve etkisi incelendiğinde; bireyin erken çocukluk dönemlerinde yaşadığı problemlere karşı geliştirdiği işlevsiz baş etme mekanizmalarını bugün kurduğu ilişkilerde yeniden deneyimlediği düşünülmektedir.

6.2. Öneriler

Bu bölümde araştırma sonuçları doğrultusunda önerilere yer verilmiştir.

İlgili araştırmada erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki bağımlılığı ve aldatma eğilimi ile ilişkisi incelenmiştir. Araştırma örneklemini 382 evli bireyden oluşmaktadır. Örneklemin sayı olarak kısıtlılığı sadece evli bireylerle yapıyor olması ve kadın popülasyonunun fazla olması spesifik alanda bilgi sağlarken; araştırmanın genellenebilirliğinin önüne geçmiştir. Bundan sonraki çalışmalarda cinsiyetler arasında denge sağlanarak daha fazla kişiye ulaşıldığında daha genel geçer sonuçlar elde edileceği düşünülmektedir.

Literatür incelendiğinde bazı analiz sonuçlarının literatürden farklılaşması cevaplara etki eden başka durumların varlığının düşünülmesine sebep olmuştur. Bu durumda kültürlerarası bir çalışmanın yapılması, demografik bilgi sorularının arttırılması ve bu etkinin minimize edilmesi; sonuçların farklı çıkmasıyla ilgili araştırmacılara geniş bir bakış açısı sunacaktır. Alanyazındaki çalışmalar incelendiğinde ilişki bağımlılığı ve aldatma eğilimiyle ilgili oldukça kısıtlı çalışmanın var olduğu görülmüştür. Örneklemin bulunma zorluğu göz önüne alındığında başta evli bireylerle araştırmalar olmak üzere aldatma eğilimine yönelik araştırmalar toplumların ahlaki değerleri, bu değerlere yükledikleri anlamlar sebebiyle çalışma kısıtlılığı getirmektedir. Ataerkil toplumlarda verilen cevaplar ve dayatılan sıfatlar her ne kadar kadınların ilişki bağımlılığına, erkeklerin aldatma eğilimine daha yatkın olduklarını gösterse de aksini ifade eden çalışmaların mevcut olması, bu alandaki çalışmaların genişletilmesine duyulan ihtiyacı da vurgulamaktadır.

Araştırmalar incelendiğinde yordanan değişkenlere ait çalışma kısıtlılığının yanı sıra aldatma eğilimi ile erken dönem uyum bozucu şemalar ile çalışmalar oldukça kısıtlıyken; ilişki bağımlılığı ile erken dönem uyum bozucu şemalar ile alakalı araştırmaya rastlanılmamıştır. Sosyodemografik bilgiler ile araştırma değişkenleri ayrıca analiz edildiğinde elde edilen sonuçlara kaynak araştırması yapıldığında özellikle eşlere yönelik cevaplarda ilgili çalışmalara rastlanılmamıştır. Bu alanla ilgili çalışmalarda sosyodemografik bilgi soruları incelendiğinde değişkenler üzerinde etkileri görülmüştür. İlerleyen zamanlarda yapılacak çalışmalarda sosyodemografik bilgi soruları ile araştırma değişkenleri arasındaki bulgulara yer verilmesi bu alanla

ilgili eksikliğin giderilmesi önerilmektedir. Daha önce çalışılmamış bir konu hakkında çalışmak ve yeni bir ufuk açmak gurur verici olmakla birlikte, aslında bu alanda çalışmaya ne kadar ihtiyaç duyulduğunu da gözler önüne sermektedir.

6.3. Sınırlılıklar

- Evli bireylerin aldatma eğilimleri “Aldatma Eğilimi Ölçeği”nden elde edilen bulgular ile sınırlıdır.
- Evli bireylerin ilişki bağımlılığı “Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği”nden elde edilen bulgular ile sınırlıdır.
- Evli bireylerin erken dönem uyum bozucu şemaları “Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3”ten elde edilen bulgular ile sınırlıdır.
- Çalışmaya katılan katılımcılar 2021 yılında Türkiye’nin bazı illerinde ikamet eden evli bireylerle sınırlandırılmıştır.
- Çalışma ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle seçilmiş 382 evli birey ile sınırlıdır.

6.4. Klinik Doğurgular

Çalışmanın şema terapi çerçevesinde incelendiği göz gönüne alındığında elde edilen sonuçların terapi çalışmalarına yol gösterici olacağı düşünülmektedir. Demografik bilgi sorularından elde edilen sonuçların bireylere olan etkisi değerlendirildiğinde ise, cinsiyet, kişinin gelir düzeyi, kaç çocuğunun olduğu, evlilik yılı, eşlerinin özellikleri vb. çevresel faktörlerin çeşitli erken dönem uyum bozucu şemalara etki edebileceğini bu sebeple kişinin patolojisinin dışında bulunduğu ortam ve yaşam koşullarının değerlendirmeye alınması gerektiği konusunda desteklemektedir.

Araştırma ile erken dönem uyum bozucu şemaların, ilişki bağımlılığı ve aldatma eğilimiyle ilişkisi ve etkisi incelendiğinde; erken çocukluk dönemlerinden gelen yaşam tekrarlarının ve şemalarla oluşturulan sağlıklı baş etme mekanizmalarının ilişkilere olan yıpratıcı etkisini gözler önüne sermiştir. Bu araştırmanın terapistlere ve araştırmacılara ilişki problemlerinde ilk çocukluk dönemleri ile çalışmak konusunda yol gösterici olabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Afifi, W. A., Falato, W. L. ve Weiner, J. L. (2001). Identity concerns following a severe relational transgression: The role of discovery method for the relational outcomes of infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18 (2), 291-308
- Alaçam, S. (2020). Evli bireylerde evlilik doyumu, aldatma eğilimi ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi.
- Alfasfos, L. (2009). The Early Maladaptive Schemas And Their Correlations With The Psychiatric Symptoms And The Personality Accentuations For Palestinian Students. (Yayımlanmamış doktora tezi). Hamburg University.
- Aktepe, E. (2009). Çocukluk Çağı Cinsel İstismarı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1, 95-119.
- Akhun, M. (2012) Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Ebeveynlik Biçimleri, Erken Dönem Uyumsuz Şemaları, Benlik Kurguları, Ayrılma Bireyleşme ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Psikolojik Belirtilerle İlişkisi (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi.
- Asher, R. ve Brissett, D. (1988). Codependency: a view from women married to alcoholics. *Thg International Journal of the Addictions*, 23, 331-350.
- Atkins, D. C., Baucom, D. H. ve Jacobson, N. S. (2001). Understanding Infidelity: Correlates in a National Random Sample. *Journal of Family Psychology*, 15. Cilt, 4, 735-749.
- Atwood, J. D. ve Schwartz , L. (2002). Cyber-Sex. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 3, 37-56.
- Aydoğdu, M., Gonca, S. ve Özsoy , Ü. (2017). Çocuk Hakları İhlali: Cinsel İstismar. *Jaren*, 3, 57-60.
- Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, 37, 887-907.
- Beattie, M. (1987). *Codependent No More*. New York: Hazelden.
- Betzig, L. (1989). Causes of conjugal dissolution: A cross-cultural study. *Chicaco Journals*, 654.
- Blow, A. J. ve Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships II: A substantive review. *Journal of Marital and Family Therapy*, 217-233.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby. (1973). *Attachment and Loss*. Australia: Pimlico: Random House.
- Bowlby, J. (1973). Responses of young children to separation from mother. *Separation: Anxiety And Anger* (s. 15). United States of America: Perseus Books.

- Brennan, K. A. ve Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 267-283.
- Buss, D. M. (1989). Conflict between the sexes: strategic interference and the evocation of anger and upset. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 735-747.
- Buss, D. M., Larsen, R. J., Westen, D. ve Semmelroth, J. (1992). Sex Differences in Jealousy: Evolution, Physiology, and Psychology. *Psychological Science*, 3, 251– 255.
- Buunk, B. P. ve van Driel, B. (1989). *Variant lifestyles and relationships*. London: Sage Publications, Inc.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2021). *Bilimsel araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- Can, A. (2013). SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Cermak, T. L. (1986). Diagnostic Criteria for Codependency. *Journal of Psychoactive Drugs*, 18, 15-20.
- Chan, M. E. (2009). “Why did You Hurt Me?” Victim's Interpersonal Betrayal Attribution and Trust Implications. *Review of General Psychology*, 3, 262–274.
- Chang, S. H. (2010). Codependency among College Students in the United States and Taiwan: A Cross- Cultural Study. *Doctoral Dissertation, Ohio Üniversitesi*. Taiwan.
- Cheng, G. H., Chan, D. K. ve Tong, P. Y. (2006). Qualities of Online Friendships with Different Gender Compositions and Durations. *Cyber Psychology and Behavior*, 9, 14-21.
- Conway, M. A. ve Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The Construction of Autobiographical Memories in the Self-Memory System. *Psychological Review*, 107(2), 261-288.
- Cooper, M. (1995). Applying the codependency model to a group for families of obsessive-compulsive people. *Health & Social Work*, 20 (4).
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013) Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler, *Türk Psikoloji Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 13-23.
- Çıkıt, B. (2017). Evli bireylerde bağlanma stilleri ve aldatma eğiliminin şema terapi modeli çerçevesinde değerlendirilmesi (Yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi.
- Çiftçi, E. (2020). Erken dönem uyum bozucu şemalar ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkide ilişki doyumunun ve ilişki bağlanımının rolü: Aracı ve durumsal aracı model önerileri. (Yüksek lisans tezi). Başkent üniversitesi.

- Darling, N. ve Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological bulletin*, 113(3), 487.
- DeWall, C. N. (2011). So far away from one's partner, yet so close to romantic alternatives: Avoidant attachment, interest in alternatives, and infidelity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1302–1316.
- Drigotas, S. M. ve Barta, W. (2001). The cheating heart: Scientific explorations of infidelity. *Current directions in psychological science*, 10 (5), 177-180.
- Duba, J. D., Kindsvatter, A. ve Lara, T. (2008). Treating Infidelity: Considering Narratives of Attachment. *The Family Journal*, 16, 293.
- Dupree, W. J., White, M., Olsen, C. ve Lafleur, C. L. (2007). Infidelity Treatment Patterns: A Practice-based Evidence Approach. *American Journal of Family Therapy*, 35(4), 327-341.
- Egan, V. ve Angus, S. (2004). Is social dominance a sex-specific strategy for infidelity? *Personality and Individual Differences*, 36 (3), 575 – 586.
- Farrell, J. M., Reiss, N. ve Shaw, I. A. (2014). *The Schema Therapy Clinician's Guide*. Wiley-Blackwell.
- Feeney, J. ve Noller, P. (1990). Attachment Style as a Predictor of Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291.
- Flores, P. J. (2004). *Addiction as an Attachment Disorder*. New York: Jason Aronson.
- Freeman, N. (1998). Constructive Thinking And Early Maladaptive Schemas As Predictors Of Interpersonal Adjustment And Marital Satisfaction (Doktora tezi) Biola.
- Freud, S. (1910). A Special Type of Choice of Object made by Men (Contributions to the Psychology of Love I). *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, 11, 163–176.
- Gambescia, N., Jenkins, R. E. ve Weeks, G. R. (2003). *Treating infidelity: Therapeutic dilemmas and effective strategies*. New York: W. W. Norton.
- Gieryski, T. ve Williams, T. (1986). Codependency. *Journal of Psychoactive Drugs*, 18, 7-13.
- Glass, S. P. ve Wright, T. L. (1992). Justifications for extramarital relationships: The association between attitudes, behaviors, and gender. *Journal of sex Research*, 29(3), 361-387.
- Goetz, A. T. ve Shackelford, T. K. (2009). Sexual coercion in intimate relationships: A comparative analysis of the effects of women's infidelity and men's dominance and control. *Archives of Sexual Behavior*, 38(2), 226–234.

- Greenleaf, J. (1984). *Co-alcoholic, para-alcoholic: Who's who and what's the difference?* Pompano Beach, FL: Health Communications.
- Haaken, J. (1993). From Al-Anon to ACOA: Codependence and the Reconstruction of Caregiving. *Chicaco Journals*, 2, 321-345.
- Hall, J. H. ve Fincham, F. D. (2006). Relationship Dissolution Following Infidelity: The Roles of Attributions and Forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(5), 508.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 1-22.
- Hunler, O. S. ve Gençöz, T. (2003). Submissive behaviours and marital satisfaction relation: Mediator role of perceived marital problem solving. *Türk Psikoloji Dergisi*, 99-110.
- Hunyady, O., Josephs, L. ve Jost, J. T. (2008). Priming the primal scene: Betrayal trauma, narcissism, and attitudes toward sexual infidelity. *Self & Identity*, 7(3), 278-294.
- Johnson, M. P. (1973). Commitment: A Conceptual Structure and Empirical Application. *The Sociological Quarterly*, 14, 395-406.
- Kantarıcı, D. (2009). *Evli bireylerde bağlanma stillerine göre aldatma eğilimleri ve çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi) İstanbul Üniversitesi.
- Kubat, D.E. (2012) *Evli bireylerde aldatma eğilimi ve evlilik doyumu ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi.
- Lancer, D. (2012). *Codependency for Dummies*. Canada: Courtney Patterson.
- Lancer, D. (2017). Codependency Addiction: Stages of Disease and Recovery. *Global Journal of Addiction and Rehabilitation Medicine*.
- Lawson, A. (1988). *Adultery: An Analysis of Love and Betrayal*. New York: Basic Books.
- Levine, S. B. (1998). Extramarital sexual affairs. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 24(3), 207-216.
- Lim, A., P., A. (2010). From dependence to independence to interdependence: the parenting journey in raising boys to become men and girls to become women. *Journal of Youth Studies*, 13 (1), 133-148.
- McAlister, A., Pachana, N. ve Jackson, C. J. (2010). Predictors of young dating adults' inclination to engage in extradyadic sexual activities: A multi-perspective study. *British Journal of Psychology*, 96(3), 331–350.
- Mellon, L. W. (1981). *The Evolution of love*. San Francisco: W.H. Freeman.

- Mickelson, K. D., Kessler, R. C. ve Shaver, P. R. (1997). Adult attachment in a nationally representative sample. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(5), 1092–1106.
- Nia, M. K., Sovani , A. ve Forooshani , G. S. (2014). Exploring correlation between perceived parenting styles, early maladaptive schemas, and depression among women with depressive symptoms in iran and India- role of early maladaptive schemas as mediators and moderatos. *Iran Red Crescent Med Journal*, 16(12).
- Norwood, R. (1985). *Women Who Love Too Much* . US.
- Oberle, C. D., Dooley, A. A. ve Nagurney, A. J. (2017). Predicting Perceived İnfidelity From Gender and İnterpersonal Traits. *Sexual and Relationship Therapy*, 32(1), 89–101.
- O'Brien, P. E. ve Gaborit, M. (1992). Copedency: A Disorder Seperate From Chemical Dependency. *Journal of Clinical Psychology*, 48(1), 129–136.
- Özdemir, N. ve Buzlu, S. (2019). Codependency in nurses and related factors. *Annals of Medical Research*, 26(7), 1145-51.
- Peele, S. ve Brodsky, A. (1974). Love Can Be An Addiction. *Psychology Today*, 22-26.
- Polat, D. (2006). Evli Bireylerin Evlilik Uyumları, Aldatma Eğilimleri Ve Çatışma Eğilimleri Arasındaki İlişkilerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Ankara üniversitesi.
- Polat, O. (2006). *Tüm Boyutlarıyla Çocuk İstismarı*. İstanbul: Seçkin Yayıncılık.
- Prest, L. A. ve Storm, C. (1988). The codependent relationships of compulsive eaters and drinkers: Draw-ing parallels. *American Journal of Family Therapy*, 16, 339-349.
- Rusbult, C. E. (1983). A Longitudinal Test of the Investment Model: The Development (and Deterioration) of Satisfaction and Commitment in Heterosexual Involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1, 101-117.
- Russell, V. M., Baker, L. R. ve McNulty, J. K. (2013). Attachment Insecurity and Infidelity in Marriage: Do Studies of Dating Relationships Really Inform Us About Marriage? *Journal of Family Psychology*, 2, 242-251.
- Sabzıkar, F., Hidaji, M. B. ve Sodagar, S. (2015). Predicting the marital adjustment based on the early maladaptive schemas in women. *IJBPAS*, 4(11), 1005-1012.
- Schaef, A. (1986). Co-dependence: Mistreated and misunderstood.
- Shackelford, T. K. ve Buss, D. M. (2002). *Forgiveness or breakup: Sex differences in responses to a partner's infidelity*. USA: Cognition and Emotion.
- Sher, K. J. (1997). Psychological Characteristics of Children of Alcoholics. *Alcohol Health and Research World*, 21(3), 247-254.

- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z. (2009). Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ün Psikometrik Özelliklerine İlişkin Bir İnceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 76.
- Spanier, G. B. ve Margolis, R. L. (1983). Marital separation and extramarital sexual behavior. *Journal of Sex Research*, 19(1), 23-48.
- Spann, L. (1996). Attribution About Codependency On The Of Feminists And Nonfeminists. *Marriage And Family Therapy*, 37-41.
- Spann, L. A. (1989). Developing a Scale to Measure Codependency. *Family Studies*, 11.
- Sprecher, S. (1998). Social Exchange Theories and Sexuality. *The Journal of Sex Research*, 35(1), 32-43.
- Stearns, H. S. (1976). The extramarital affair: a psychoanalytic view. *Scholarly Journal*, 63 (1), 101-113.
- Subby, R. C. (1987). *Lost In The Shuffle: The Co-Dependent Reality*. Pompano Beach, FL: Health Communications.
- Subby, R. ve Friel, J. (1984). *Co-dependency: A paradoxical dependency. In Co-Dependency: An Emerging Issue*. Pompano Beach, FL: Health Communications.
- Şatıroğlu, G. (2017). *Evli Bireylerde Aldatma Eğilimi, Bilişsel Duygu Düzenleme Ve Kişilik Özellikleri* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi.
- Tanhan, F. ve Mukba, G. (2014). Spann-Fischer İlişki Bağımlılığı Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlama Çalışmasına İlişkin Psikometrik Bir Analiz. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 179-189.
- Thompson, A. P. (1984). Extramarital sexual crisis: Common themes and therapy implications. *Journal of Sex ve Marital Therapy*, 10 (4), 239-254.
- Tortamış, M. (2014). *Evli Bireylerde Romantik Kıskançlık Türü ve Aldatma Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi.
- TUİK Evlenme ve Boşanma İstatistikleri (2020). Erişim tarihi: 4 Kasım 2021, data.tuik.gov.tr
- Ünal, B. (2012). *Early Maladaptive Schemas And Well-Being: Importance Of Parenting Styles And Other Psychological Resources* (Doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi.
- Wegscheider-Cruse, S. (1985). *Choice-Making*. Pompano Beach, FL: Health Communications.
- Wegscheider-Cruse, S. (1990). *Understanding Co-Dependency*. Florida: Health Communications.

- Weil, M. W. (1975). Extramarital relationships: A reappraisal. *Journal of Clinical Psychology*, 31(4), 723–725.
- Welburn, K., Coristine, M., Dagg, P., Pontefract, A. ve Jordan, S. (2002). The Schema Questionnaire—Short Form: Factor analysis and relationship between schemas and symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 26(4), 519–530.
- Whitfield, C. L. (1989). Co-dependence: Our most common addiction-some physical, mental, emotional and spiritual perspectives. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 6(1), 19-36.
- Whitfield, C. L. (1991). *Co-Dependence Healing the Human Condition*. FL: Health Communications .
- Woititz, J. G. (1984). The co-dependent spouse: What happens to you when your husband is an alcoholic. *Co-dependency: An emerging issue*, 83-91.
- Yıldız, Ö. Z. (2018). Evlilik doyumunun öncülleri ve sonuçları: Depresyon, kaygı, erken dönem uyumsuz şemalar (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi.
- Young, J. E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders*. Sarasota, FL: Professional Resources Press.
- Young, J. E. ve Lindemann, M. (1992). An Integrative Schema-Focused Model for Personality Disorders. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 11-23.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). Schema Therapy: Conceptual Model. *Schema Therapy A Practitioner's Guide* (s. 1). içinde New York: The Guilford Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2009). Young'ın Şema Tanımı. İçinde F.S. Göral Alkan (Edl.), *Şema Terapi* (s. 28). İstanbul: Litera Yayıncılık.

EKLER

Ek.1. Sosyodemografik Bilgiler

1.Yaşınız?

2.Cinsiyetiniz?

☐ Kadın

☐ Erkek

3.Çalışıyor musunuz?

☐ Evet

☐ Hayır

4.Eşiniz çalışıyor mu?

☐ Evet

☐ Hayır

5.Mesleğiniz?

6.Eşinizin mesleği?

7.Eğitim durumunuz?

☐ İlkokul

☐ Lisans

☐ Ortaokul.

☐ Yüksek Lisans

☐ Lise

☐ Doktora

8.Eşinizin eğitim durumu?

☐ İlkokul

☐ Lisans

☐ Ortaokul.

☐ Yüksek Lisans

☐ Lise

☐ Doktora

9.Aylık ortalama gelir düzeyiniz?

☐ 0-5.000

☐ 5.000-10.000

☐ 10.000-20.000

☐ +20.000

10.Eşinizin aylık ortalama gelir düzeyi?

☐ 0-5.000

☐ 5.000-10.000

☐ 10.000-20.000

☐ +20.000

11.Çocuğunuz var mı (varsa sayısını belirtiniz)?

☐ Hayır

☐ 1

☐ 2

☐ +3

12.Evliliğinizin kaçınıcı yılındasınız?

☐ 0-5

☐ 5-10

☐ 10-20

☐ +20

Ek 2. SPANN-FİŞHER İLİŞKİ ÖLÇEĞİ

Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve kendinizi değerlendirin. Sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olamadığınız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, kendi duygu ve düşüncenize göre cevaplandırın. Sizin için en uygun seçeneğin karşısına (X) işareti koyunuz. Lütfen her ifadeye tek yanıt veriniz.	Tamamen katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Kısmen Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1.Benim için karar vermek zordur.						
2. Benim için hayır demek zordur.						
3.Benim için zarif bir şekilde yapılan övgüleri kabul etmek zordur.						
4.Bazen odaklanmam gereken sorunlar olmadığında, kendimi adeta sıkkın ya da boş hissedirim.						
5.kendileri için yapabilecekleri şeylerde, başkaları için genelde bir şey yapmam.						
6.Kendim için güzel bir şey yaptığımda genellikle kendimi suçlu hissedirim.						
7.Çok fazla kaygılanmam.						
8.Hayatımdaki insanlar, yaptıkları şeyleri değiştirdiklerinde, kendi kendime bir şeylerin daha iyi olacağını söylerim.						
9.İlişkide bulunduklarımin her zaman yanımda bulunurum ancak onlar nadiren benim yanımda bulunurlar.						
10.Bazen diğer ilişki ve sorumlulukları ihmal edecek kadar sadece bir kişiye odaklanırım.						
11.Bana acı veren ilişkiler kuran biriyim.						
12.Genellikle, başkalarının(içimdeki) “gerçek beni” görmelerine izin vermem.						
13.Biri beni üzdüğünde uzun süre içimde tutarım, ancak bir süre sonra patlarım.						
14.Çatışmalardan kaçınmak için genellikle her yolu denerim.						
15.Sık sık ürkütücü ya da kötü şeyler olacağına dair içimde bir his olur.						
16.Sıklıkla başkalarının gereksinimlerini kendiminkinin önüne koyarım.						

Ek3. ALDATMA EEĞİLİMİ ÖLÇEĞİ

Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve kendinizi değerlendirin. Sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olmadığınız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, kendi duygu ve düşüncenize göre cevaplandırın. Sizin için en uygun seçeneğin karşısına (X) işareti koyunuz. Lütfen her ifadeye tek yanıt veriniz.	Tamamen Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Tamamen Katılmıyorum
1.Eşimle iletişim çatışması yaşadığım dönemlerde, beni anlayacak bir partner isterim.					
2.Eşimle düzenli aralıklarla cinsel ilişkiye giremediğimde (iş seyahatleri vs.), bu dönemlerde başkasıyla birlikte olmayı deneyebilirim.					
3.Zaman zaman, beni daha mutlu edebilecek bir başkasıyla birlikte olmayı düşünürüm.					
4.Eşimden aldığım cinsel doyum düşük olsa da, başkasıyla birlikte olmayı düşünmem.					
5.Evliliğimi artık kurtaramayacağımı hissettiğimde (her şeye rağmen devam edecek ya da boşanmayla sonuçlanacak), hayatımda başka birinin olması için açık kapı bırakırım.					
6.Eşim kendine ayrı bir sosyal çevre edinip onlarla yoğun bir ilişki içine girdiğinde; ben de ortak ilgilerimizi, hobilerimizi paylaşacağım bir partnerle vakit geçirmeyi deneyebilirim.					
7.Eşimden daha güzel/yakışıklı, çekici bir partnerle birlikte olmayı da düşünürüm.					
8.Giderek eşime olan sadakatim azalıyor.					
9.Evliliğimdeki romantizm bitse de, bunu bir başkasıyla gidermeyi düşünmem.					
10.Eşimden başka bir partneri düşünmek bile kendimi suçlu hissetmeme neden olur.					
11.Sevgi, anlayış ve desteğe ihtiyacım olduğunda; yine de bu isteğime eşimden başka bir partnerin karşılık vereceğine inanmıyorum.					
12.Eşimle yaşayamadığım fantezileri gerçekleştirebileceğim bir teklif aldığımda, bunu değerlendirebilirim.					
13.Eşimin kıskanç davranışları, başka bir partnere yönelmeme neden olabilir.					

14.Salt farklı bir heyecan yaşamak için, eşimden başkasıyla birlikte olmam.					
15.Tek eşlilik bana göre değil.					
16.Eşimden ayrılmayı düşünsem de, başka biriyle birlikte olmam.					
17.Evliliğimdeki mutsuzluğun, başkasıyla birlikte olmama neden olacağını sanmıyorum.					
18.Eşimin fiziksel çekiciliği azalsa da, başka bir insanı çekici olduğu için tercih etmem.					
19.Eşimin yoğun ilgisi, beni başka bir partnere itebilir.					
20.Eşimle anlaşılmamam da “keşke başka biriyle evli olsaydım” diye düşünmem.					
21.Eşim bakımsız olduğunda, bakımlı ve hoş biriyle birlikte olmayı isterim.					
22.Eşim karı-koca rolünü, ana-baba rolünün arkasına atarsa başkasıyla birlikte olabilirim.					
23.Evliliğimi hiçbir koşulda riske atmam.					
24.Eşimin başka biriyle birlikte olduğunu öğrensem, ben de bir başkasıyla birlikte olmayı denerim.					
25.İlişkimiz rutinleştğinde yeni heyecanlar yaşamak için başkasıyla birlikte olabilirim.					
26.Elimde olmadan, salt ortamın uygun olması nedeniyle; başkasıyla birlikte olabilirim.					
27.Eşim bana zaman ayırmasa da, hayatıma başka bir partneri almayı düşünmem.					
28.Karşımdaki insan istedi diye, onunla birlikte olmam.					
29.Eşim başkasıyla birlikte olmamı hak ediyor.					
30.Eşim geçici cinsel işlev bozukluğu yaşarsa, cinsel ilişki için bir başkasıyla birlikte olmayı düşünürüm.					

Ek4. YOUNG ŞEMA ÖLÇEĞİ- KISA FORM

Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. 1'den 6'ya kadar numaralandırın. Derecelendirme: <table><tr><td>1. Benim için tamamıyla yanlış</td><td>4. Benim için orta derecede doğru</td></tr><tr><td>2. Benim için büyük ölçüde yanlış</td><td>5. Benim için çoğunlukla doğru</td></tr><tr><td>3. Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla</td><td>6. Beni mükemmel şekilde tanımlıyor</td></tr></table>		1. Benim için tamamıyla yanlış	4. Benim için orta derecede doğru	2. Benim için büyük ölçüde yanlış	5. Benim için çoğunlukla doğru	3. Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla	6. Beni mükemmel şekilde tanımlıyor
1. Benim için tamamıyla yanlış	4. Benim için orta derecede doğru						
2. Benim için büyük ölçüde yanlış	5. Benim için çoğunlukla doğru						
3. Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla	6. Beni mükemmel şekilde tanımlıyor						
1. Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.							
2. Beni 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 hissedirim.							
18. Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hakkederim.							
19. Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.							
20. Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.							

21. İnsanlara karşı tedbiri elden bırakamam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.	
22. Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.	
23. Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.	
24. İşleri halletmede son derece yetersizim.	
25. Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.	
26. Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hiss ediyorum.	
27. Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.	
28. Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hiss ediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.	
29. Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.	
30. Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.	
31. En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.	
32. Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.	
33. Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.	
34. Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.	
35. İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.	
36. Eğer yanlış yaparsam, bunun 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. İstedığımı yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.	
51. Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakarlık etmekte zorlanırım.	
52. Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli 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 ihtiyaçlarımı ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.	
56. Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim.	
57. Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheciyimdir.	
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 kararlarıma güvenilemez.	
62. Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.	
63. Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum. Benim kendime ait bir hayatım yok.	
64. Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.	
65. Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.	
66. Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.	
67. Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.	
68. Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.	
69. Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.	
70. Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.	

71. Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.	
72. Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.	
73. Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.	
74. İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.	
75. Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.	
76. Kendimi hep grupların dışında hissederim.	
77. Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.	
78. İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.	
79. Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.	
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.	

ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı : Esra Muz

ORCID Numarası : 10398716

Öğrenim Durumu

20015– 2019 Lisans: İstanbul Medipol Üniversitesi – Psikoloji

2020 – 2022 Yüksek Lisans: İstanbul Arel Üniversitesi – Klinik Psikoloji

Çalışma Deneyimi

2019 – 2020 Mutlu Yuva Derneği – Gönüllü Psikolog

2020 – 2021 Özel Gülenay Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi – Kurum
Müdürü ve psikolog

Sertifikalar

2020 – 2021 DATEM – Cognitive Behavioral Therapy

2021 – 2022 İlişki Pusulası Aile Çalışmaları Enstitüsü – Aile ve Evlilik
Terapisi

2022 – 2023 Şema Terapi Enstitüsü – Şema Terapisi