

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**GENÇ YETİŞKİNLERDE ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE
CİNSEL DOYUM ARASINDAKİ İLİŞKİDE CİNSELLİĞE YÖNELİK
TUTUMLARIN ARACILIK ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Aşkım ÇELEBİ

Psikoloji Ana Bilim Dalı
Klinik Psikoloji Programı

EYLÜL, 2024

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**GENÇ YETİŞKİNLERDE ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE
CİNSEL DOYUM ARASINDAKİ İLİŞKİDE CİNSELLİĞE YÖNELİK
TUTUMLARIN ARACILIK ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Aşkım ÇELEBİ
(Y2112.480014)

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Programı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Ayça Ferda KANSU

EYLÜL, 2024

TEZ SINAV TUTANAĞI

İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun 14.08.2024 tarih ve 2024/13 sayılı toplantısında oluşturulan jüri üyeleri önünde, 12.09.2024 tarihinde tez savunma sınavı yapılan Aşkın ÇELEBİ'nin tezi hakkında oybirliği ile kabul kararı verilmiştir.

JÜRİ

- | | |
|------------------------|--------------------------------|
| 1. Üye (Tez Danışmanı) | :Dr.Öğr.Üyesi Ayça Ferda KANSU |
| 2. Üye | :Dr.Öğr.Üyesi Engin EKER |
| 3. Üye | :Dr.Öğr.Üyesi Duygu BUĞA |

ONAY

İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun
..... tarih ve sayılı kararı

(*) Oybirliği/Oyçokluğu hâli yazı ile yazılacaktır.

(**) Kabul kararı hâli yazı ile yazılacaktır.

ONUR SÖZÜ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Genç Yetişkinlerde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişkide Cinselliğe Yönelik Tutumların Aracılık Rolünün İncelenmesi” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (12/09/2024)

Aşkım ÇELEBİ



ÖNSÖZ

Tez çalışmamın tamamlanmasında bana rehberlik eden, hem bilgi birikimi hem güler yüzü ve şefkati ile her an desteğini sürdüren ve yanımda olan çok kıymetli hocam, Dr. Öğr. Üyesi Ayça Ferda Kansu'ya en içten teşekkürlerimi sunarım.

Çalışmam boyunca desteklerini benden hiç esirgemeyen, daima yanımda olan, bana hep inanan kıymetlilerim, dostlarıma her bir destekleri için teşekkür ederim.

Beni hep cesaretlendiren, desteğini hiç esirgemeyen ve her koşulda yanımda olan ablam Meltem Akrap'a teşekkür ederim.

Bir yerlerden bana hep desteğini hissettiren, içimdeki çocuğu hep diri tutan, benimle hep gurur duyan, elini her zaman omzumda hissettiğim babam Arif Çelebi'ye teşekkür ederim.

Hayallerime giden her adımında bana destek olan, gücüyle güçlü olmayı, başarılarıyla başarılı olmayı öğretene, varlığıyla motive eden, her zorlandığımda elimi sıkı sıkı tutan, yoluma ışık olan annem, Nuray Akrap'a teşekkür ederim.

Eylül, 2024

Aşkım ÇELEBİ



GENÇ YETİŞKİNLERDE ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE CİNSEL DOYUM ARASINDAKİ İLİŞKİDE CİNSELLİĞE YÖNELİK TUTUMLARININ ARACILIK ROLÜNÜN İNCELENMESİ

ÖZET

Bu araştırmada, genç yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyuma etkisi ve bu ilişkide cinselliğe yönelik tutumların aracılık rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda araştırma ilişkisel tarama modelinde yürütülmüştür. Araştırma, 18-34 yaş aralığında olan ve evli, romantik ya da cinsel birlikteliği olan genç yetişkin bireyler arasından basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilen 415 katılımcı ile yürütülmüştür. Araştırma verilerinin toplanmasında, Demografik Bilgi Formu, Hendrick Cinsel Tutum Ölçeği, Young Şema Ölçeği (Kısa Form-3) ve Yeni Cinsel Doyum Ölçeğini içeren çevrimiçi bir anket formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS v26 programı yardımıyla analiz edilmiştir. Araştırmada gerçekleştirilen korelasyon analizi sonucunda, erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyum ve cinsel tutum ile negatif ilişkili olduğu tespit edilirken, cinsel tutum ile cinsel doyum arasında pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Regresyon analizi sonuçları ise erken dönem uyumsuz şemalardan duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum ve cinsel tutum üzerinde negatif yönde anlamlı etkisinin olduğunu göstermiştir. Bunun yanında, cinsel tutumun cinsel doyum üzerinde pozitif yönde ve anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür. Araştırmada gerçekleştirilen aracılık analizleri sonucunda ise erken dönem uyumsuz şemalardan duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum ile ilişkisinde cinselliğe yönelik tutumun kısmi aracılık rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan çalışmanın özgünlüğü açısından bulguların alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Cinsel Doyum, Cinselliğe Yönelik Tutumlar



**EXAMINING THE MEDIATING ROLE OF ATTITUDES TOWARDS
SEXUALITY IN THE RELATIONSHIP BETWEEN EARLY MALADAPTIVE
SCHEMAS AND SEXUAL SATISFACTION IN YOUNG ADULTS**

ABSTRACT

This study aimed to investigate the effect of early maladaptive schemas on sexual satisfaction and the mediating role of attitudes towards sexuality in this relationship among young adults. The research was conducted using a correlational survey model. The study was carried out with 415 participants, aged between 18-34, who were married or in a romantic relationship, selected through a simple random sampling method. An online questionnaire form, including a Demographic Information Form, Hendrick Sexual Attitudes, Young Schema Questionnaire (Short Form-3), and New Sexual Satisfaction Scale, was used to collect research data. The obtained data were analyzed using the SPSS v26 program. As a result of the correlation analysis performed in the study, it was found that early maladaptive schemas were negatively related to sexual satisfaction and sexual attitudes, while there was a positive relationship between sexual attitudes and sexual satisfaction. The results of the regression analysis showed that the emotional deprivation schema, one of the early maladaptive schemas, had a significant negative effect on sexual satisfaction and sexual attitudes. In addition, it was observed that sexual attitudes had a positive and significant effect on sexual satisfaction. As a result of the mediation analyses conducted in the study, it was concluded that the emotional deprivation schema, among the early maladaptive schemas, had a partial mediating role in the relationship between sexual satisfaction and attitudes towards sexuality. The findings will contribute to the literature regarding the study's originality.

Keywords: Early Maladaptive Schemas, Sexual Satisfaction, Attitudes Towards Sexuality



İÇİNDEKİLER

ONUR SÖZÜ	iii
ÖNSÖZ	v
ÖZET.....	vii
ABSTRACT	ix
İÇİNDEKİLER.....	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xiii
ÇİZELGELER LİSTESİ	xv
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xvii
I. GİRİŞ.....	1
A. Hipotezler	3
B. Sayıtlar.....	3
C. Sınırlılıklar	4
II. LİTERATÜR TARAMASI.....	7
A. Şema Kavramı ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	7
1. Şema Kavramı	7
2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	8
3. Şema Alanları ve Şemalar	9
B. Cinsellik ve Cinsel Doyum.....	25
1. Cinsellik Kavramı.....	25
2. Cinsel Doyum Kavramı	27
3. Cinsel Doyumu Etkileyen Faktörler	28
C. Cinselliğe Yönelik Tutumlar	30
1. Cinsel Tutum Kavramı.....	30
2. Cinsel Tutumların Nedenleri	30
3. Cinsel Tutumların Sonuçları	32
III. YÖNTEM.....	35
A. Araştırma Modeli ve Hipotezler	35
B. Evren ve Örneklem	36
C. Veri Toplama Yöntemi	37

D. Veri Toplama Araçları	37
1. Demografik Bilgi Formu	38
2. Young Şema Ölçeği - Kısa Form-3 (YŞÖ-KF-3)	38
3. Yeni Cinsel Doyum Ölçeği.....	40
4. Hendrick Cinsel Tutum Ölçeği	40
E. Analiz Yöntemi.....	41
IV. BULGULAR	43
A. Katılımcıların Demografik Özellikleri	43
B. Güvenilirlik Analizi	45
C. Normal Dağılım Analizi.....	46
D. Korelasyon Analizi.....	48
E. Regresyon Analizleri	59
1. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Cinsel Doyum Üzerindeki Etkilerine Yönelik Bulgular	59
2. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Cinselliğe Yönelik Tutum Üzerindeki Etkilerine Yönelik Bulgular	66
3. Cinselliğe Yönelik Tutumun Cinsel Doyum Üzerindeki Etkisine Yönelik Bulgular	69
F. Aracılık Analizi	70
V. TARTIŞMA	77
A. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulguların Tartışılması	77
B. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Cinsel Tutum Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulguların Tartışılması	79
C. Cinsel Tutum ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulguların Tartışılması.....	80
D. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişkide Cinsel Tutumun Aracılık Rolüne Yönelik Bulguların Tartışılması.....	81
VI. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	83
VII. KAYNAKÇA.....	87
EKLER.....	101
ÖZGEÇMİŞ	116

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1 Araştırma Modeli	35
Şekil 2 Aracılık Modeli	74





ÇİZELGELER LİSTESİ

Çizelge 1 Şema Alanları ve Şemalar	10
Çizelge 2 Katılımcıların Demografik Özellikleri	44
Çizelge 3 Güvenilirlik Analizi Sonuçları	45
Çizelge 4 Normal Dağılım Analizi Sonuçları.....	47
Çizelge 5 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Cinsel Doyum ve Cinselliğe Yönelik Tutumlar Arasındaki İlişkilere Yönelik Pearson Korelasyon Sonuçları	48
Çizelge 6 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Cinsel Doyum ve Cinselliğe Yönelik Tutum Alt Boyutları Arasındaki İlişkilere Yönelik Pearson Korelasyon Sonuçları	49
Çizelge 7 Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Cinsel Doyum Üzerindeki Etkilerine Yönelik Çok Değişkenli Regresyon Analizi Sonuçları	59
Çizelge 8 Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Cinselliğe Yönelik Tutum Üzerindeki Etkilerine Yönelik Çok Değişkenli Regresyon Analizi Sonuçları	66
Çizelge 9 Cinselliğe Yönelik Tutumun Cinsel Doyum Üzerindeki Etkisine Yönelik Basit Regresyon Analizi Sonuçları	69
Çizelge 10 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişkide Cinselliğe Yönelik Tutumun Aracılık Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	70



KISALTMALAR LİSTESİ

n	: Frekans
SPSS	: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı (Statistical Package for the Social Sciences)
ss	: Standart Sapma
vd.	: ve diğerleri
WHO	: World Health Organization
YŞÖ-KF-3	: Young Şema Ölçeği - Kısa Form-3

I. GİRİŞ

Cinsellik, insan yaşamının önemli ve merkezi bir bileşenidir. Dünya Sağlık Örgütü'ne (WHO) göre cinsellik, cinsiyetin, cinsel kimliğin ve rollerin, cinsel yönelimin, zevkin, mahremiyetin ve üreme davranışının merkezi bir yönüdür (WHO, 2006). Cinsellik, bireyin kimliğinin ve benlik algısının ayrılmaz bir parçasını oluşturmakta ve biyolojik, psikolojik, sosyal ve kültürel faktörlerin karmaşık etkileşimi sonucu şekillenmektedir (Sakallı-Uğurlu, 2003; Özsoy ve Bulut, 2017). Bu bağlamda, bireylerin cinselliklerini nasıl deneyimledikleri ve cinselliğe yönelik tutumları, genel yaşam kaliteleri ve psikolojik sağlıkları üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Flynn vd., 2016).

Cinsellik kavramı tarih içerisinde sürekli olarak değişim gösteren, hem bireyleri hem de toplumu etkileyen faktörlerden biridir. Toplumsal yargılar, tutumlar, değerler ve normlar bireylerde cinselliğe dair inançları ve cinselliği yaşayış biçimini şekillendirmektedir. Günümüzde dünya genelinde ve Türkiye’de bireylerin cinselliği algılayış ve yaşayış biçimi ile ilgili farklılıklar meydana gelmiştir (Yılmaz Esencan ve Kızılkaya Beji, 2015). Bu değişiklikler bireylerin cinselliğe dair tutumlarını ve cinsel doyumlarını da etkilemektedir. Her ne kadar günümüzde cinselliğe dair daha açık ve farklı bakış açıları geliştirilmiş olsa da, var olan ve süregelen yargılar, tabular sağlıklı bir cinsel yaşamın sürdürülmesini olumsuz etkilemektedir (Türegün, 2017). Modern dünyanın ve teknolojinin gelişimi ile birlikte birçok konu gibi cinsellik ve cinselliğe dair düşünceler de gelişim göstermiştir. Fakat olumlu etkileri kadar olumsuz etkileri de görülmektedir. Aynı zamanda Türkiye’de cinsel bilgi yetersizliği, kaynakların sınırlı oluşu, toplumda var olan tabular ve yanlış inançlar bu konuda gelişim katedilmesine rağmen sağlıklı bir cinsel gelişimini negatif etkilemektedir (CETAD, 2007). Bu nedenle, çalışmanın Türkiye’deki cinselliğe dair tutumlar ve doyuma ilişkin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bireylerin cinselliklerini nasıl deneyimledikleri ve cinselliğe yönelik tutumları, çocukluk döneminde yaşadıkları deneyimlerden etkilenebilir. Bu

deneyimlerin bir sonucu olarak gelişen erken dönem uyumsuz şemalar, bireylerin cinselliğe yönelik tutumlarını ve cinsel doyumlarını şekillendirebilir. Erken dönem uyumsuz şemalar, bireyin çocukluk veya ergenlik döneminde yaşadığı olumsuz deneyimler sonucunda gelişen ve kişinin yaşamı boyunca süregelen kalıcı ve olumsuz düşünce kalıplarıdır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Bu şemalar, bireyin kendisi, diğer insanlar ve dünya hakkındaki temel inançlarını ve varsayımlarını içermekte ve çeşitli psikolojik sorunlara yol açabilmektedir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2011).

Erken dönem uyumsuz şemalar, bireylerin cinselliğe yönelik tutumlarını olumsuz yönde etkileyebilir. Örneğin, duygusal yoksunluk şemasına sahip bireyler, cinselliği duygusal paylaşım ve yakınlıktan yoksun, sadece fiziksel bir ihtiyaç olarak görebilirler (Rafaeli vd., 2011). Bu durum, bireylerin cinselliğe yönelik olumsuz tutumlar geliştirmelerine yol açabilir. Literatürde, erken dönem uyumsuz şemalar ile cinselliğe yönelik olumlu tutumlar arasında negatif ilişkiler olduğu gösterilmiştir (Algül, 2019).

Benzer şekilde, erken dönem uyumsuz şemalar, bireylerin cinsel doyumlarını da olumsuz yönde etkileyebilir. Duygusal yoksunluk şeması, bireyin cinsel ilişkilerinde duygusal paylaşım ve yakınlık ihtiyaçlarının karşılanmadığını hissedebilir ve bu durum cinsel doyumlarını olumsuz yönde etkileyebilir (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011). Literatürde, erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel doyum arasında negatif ilişkiler olduğu gösterilmiştir (Tarakçı, 2020; Akoğlan, 2023; Parlak, 2023; Tınmazoğlu, 2023; Yıldırım, 2023).

Diğer taraftan, cinselliğe yönelik tutumlar da cinsel doyumun önemli bir belirleyicisi olabilir. Olumlu cinsel tutumlar, bireylerin cinselliği sadece üreme amaçlı bir eylem olarak görmekten ziyade, zevk ve yakınlık kaynağı olarak algılamalarını, cinselliği daha rahat ve açık bir şekilde ifade edebilmelerini, yaşamalarını sağlayarak cinsel doyumunu artırabilir (Byers, 2005; Higgins vd., 2011; MacNeil ve Byers, 2009; Öztürk vd., 2019). Literatürde, cinselliğe yönelik olumlu tutumların cinsel doyumla pozitif ilişkili olduğu gösterilmiştir (Soltani vd., 2017; Marcinechová ve Záhorecová, 2020).

Bu çerçevede, erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel doyum arasındaki ilişkide cinsel tutumun aracılık rolü oynayabileceği düşünülebilir. Ancak,

literatürde, erken dönem uyumsuz şemalar, cinsel tutum ve cinsel doyum değişkenlerinin bir arada ele alındığı çalışmanın olmadığı görülmektedir. Literatürdeki bu boşluğa katkı sağlamak üzere, bu araştırmada, genç yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyuma etkisinin ve bu ilişkide cinselliğe yönelik tutumların aracılık rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma ilişkisel tarama modelinde yürütülmüştür. Araştırmanın örneklemini, 18-34 yaş aralığında olan ve evli, romantik, cinsel birlikteliği olan genç yetişkin bireyler arasından basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilen 415 katılımcı oluşturmaktadır. Araştırma verilerinin toplanmasında, Demografik Bilgi Formu, Young Şema Ölçeği (Kısa Form-3), Yeni Cinsel Doyum Ölçeği ve Hendrick Cinsel Tutum Ölçeğini içeren çevrimiçi bir anket formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS v26 programı yardımıyla analiz edilmiştir.

A. Hipotezler

Bu araştırmada aşağıdaki hipotezler incelenmiştir;

H₁: Erken dönem uyumsuz şemalar genç yetişkinlerin cinsel doyumunu yordamaktadır.

H₂: Erken dönem uyumsuz şemalar cinselliğe yönelik tutumları yordamaktadır.

H₃: Cinselliğe yönelik tutumlar genç yetişkinlerin cinsel doyumunu yordamaktadır.

H₄: Cinselliğe yönelik tutumlar, erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel doyum arasındaki ilişkide aracılık rolü oynamaktadır.

B. Sayıtlar

Araştırmanın sayıtları şu şekildedir;

Örneklemin genel popülasyonu kapsadığı varsayılmıştır.

Araştırmaya katılan bireylerin gönüllü katılım sağladıkları ve envanterleri doğru ve gerçeği yansıtacak şekilde yanıtladıkları varsayılmaktadır.

Araştırmada kullanılan veri toplamaları kaynaklarının incelenen kavramları geçerli ve güvenilir bir şekilde ölçtüğü varsayılmaktadır.

Araştırma sonuçları, çalışmanın yürütüldüğü örneklem grubuna genellenebilir.

C. Sınırlılıklar

Araştırma, sadece Türkiye’de 18-34 yaş aralığındaki genç yetişkin bireyler üzerinde yapılmıştır, bu nedenle diğer yaş gruplarına genelleme yapılamaz. Araştırmanın bulguları, sadece bu yaş aralığındaki bireylerin cinsel tutum ve doyumları hakkında bilgi verir.

Araştırmadan elde edilen veriler, Demografik Bilgi Formu, Young Şema Ölçeği (Kısa Form-3), Yeni Cinsel Doyum Ölçeği ve Hendrick Cinsel Tutum Ölçeği ile sınırlı olacaktır.

Araştırma çevrimiçi olarak hazırlanan bir anket yönteminden elde edilen verilerle sınırlı olacaktır.

Araştırma, katılımcıların öz-bildirimine dayalı veriler kullanılarak yürütülmüştür, bu nedenle sosyal beğenirlik yanlılığı gibi olası yanlılıklar içerebilir. Katılımcıların kendilerini daha olumlu ya da toplumsal normlara daha uygun şekilde göstermeye çalışmaları, sonuçların doğruluğunu etkileyebilir.

Türkiye’de cinselliğe yönelik tabular ve kültürel baskılar, katılımcıların doğru ve samimi cevaplar vermesini zorlaştırabilir. Cinsellik konusunun toplum içinde açıkça konuşulamaması ve bu konudaki tabular, katılımcıların anket sorularına gerçek duygu ve düşüncelerini yansıtmayan yanıtlar vermesine neden olabilir. Bu durum, araştırma sonuçlarının doğruluğunu ve geçerliliğini önemli ölçüde etkileyebilir.

Türkiye’de cinsellik konusundaki toplumsal baskılar ve kültürel normlar, bireylerin cinselliğe yönelik tutumlarını ve deneyimlerini dürüst bir şekilde ifade etmelerini engelleyebilir. Bu baskılar, özellikle cinsel ilişkiler, cinsel tatmin ve cinsel sağlık konularında doğru bilgi vermeyi zorlaştırabilir.

Katılımcıların cinsellik gibi mahrem bir konuda anket doldururken kendilerini rahat hissetmemeleri, sonuçların doğruluğunu etkileyebilir. Anketin

gizlilik ve mahremiyet ilkelerine uygun bir şekilde yürütülmesine rağmen, katılımcılar yine de yanıtlarını tam anlamıyla dürüstçe vermekten çekinebilirler.

Bu sınırlılıklar, araştırmanın bulgularının yorumlanması ve genellenmesi sırasında dikkate alınmalıdır. Araştırma sonuçları, bu sınırlılıkların farkında olarak değerlendirilmeli ve gelecekteki araştırmalar için bu sınırlılıkların giderilmesine yönelik önlemler alınmalıdır.





II. LİTERATÜR TARAMASI

Çalışmanın bu bölümünde, erken dönem uyumsuz şemalar, cinsel doyum ve cinselliğe yönelik tutum kavramları ele alınmaktadır.

A. Şema Kavramı ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

1. Şema Kavramı

Şema kavramı, bilişsel psikolojide önemli yer tutan bir kavramdır ve psikolojide ilk olarak bilişsel gelişimsel alanda kullanılmaya başlanmış, ardından bilişsel psikoloji alanına da dahil olmuştur (Beck, 1972). "Psikolojide, 'şema' terimi genellikle Piaget (1955) tarafından çocukluk dönemi bilişsel gelişiminin çeşitli aşamalarında detaylı bir şekilde ele alınmış ve bu terim, yeni bilgi edinme ve anıları geri çağırma süreçlerinde şemaların rolünü ortaya koymaya öncülük etmiş olan Barlett (1932) ile ilişkilendirilmiştir. Şemalar gerçek ve tecrübeler üzerine değinir ve bireyin algılama, ifade etme ve tepki verme süreçlerinde gözlemlenir. Bilişsel psikoloji alanında şemalar, durum ve/veya olayları analiz edip yorumlamak ve çözüme ulaştırmak için çalışan bilişsel yapı olarak tanımlanır (Rafaeli vd., 2011). Şemalar, bireyin dünyayı algılama, anlama ve yorumlama biçimini şekillendiren, genelleştirilmiş ve kalıcı bilişsel yapılardır ve durumlara karşı aşırı, abartılı, gerçekdışı, çarpıtılmış yorumlara sebebiyet verebilir. (Young vd., 2003). Başka bir deyişle, şemalar, bireyin yaşam deneyimleri sonucunda oluşan, kendisi, diğer insanlar ve dünya hakkındaki temel inanç ve varsayımlarını içeren zihinsel şablonlardır (Türkçapar, 2018).

Şema Terapi, Jeffrey Young tarafından geliştirilen bütünleştirici, yapılandırılmış bir tedavi yöntemidir. Bilişsel, Psikodinamik, Geştalt, Duygu Odaklı terapi, bağlanma ve nesne ilişkileri kavramlarını benimseyen bütünleştirici bir ekol olan Şema Terapi, Bilişsel Davranışçı Terapi ekolünden doğmuş olsa da sorun durumların yalnızca bireylerdeki güncel, süregelen etkilerine değil; bunların geçmiş kökenlerine ve gelişim süreçlerine de odaklanmaktadır (Heath ve Startup,

2024). Şemalar, bireyin mizacı, çevresel faktörleri, erken çocukluk dönemindeki deneyimleri ve ebeveynleriyle olan ilişkileri sonucunda gelişmektedir. Çocuğun temel duygusal ihtiyaçlarının (güvenlik, sevgi, kabul, özerklik vb.) karşılanma biçimi, şemaların oluşumunda belirleyici bir rol oynamaktadır (Schmidt vd., 1995; Young vd., 2003). Örneğin, sürekli olarak eleştirilen veya duygusal ihtiyaçları göz ardı edilen bir çocuk, "değersizlik" veya "duygusal yoksunluk" şemaları geliştirebilmektedir (Karaosmanoğlu, 2016; Türkçapar, 2018).

Şemalar, bireyin yaşamı boyunca deneyimlerini filtrelemekte ve yorumlamaktadır ve bireyin düşünce, duygu ve davranışlarını otomatik bir şekilde etkilemektedir. Belirli bir durum veya olay, ilgili şemayı tetiklediğinde, birey o şemayla paralel düşünce, duygu ve davranışlar sergilemektedir (Young vd., 2003). Uyumlu şemalar, bireyin sağlıklı ve işlevsel bir şekilde düşünmesine, hissetmesine ve davranmasına olanak tanırken; uyumsuz şemalar, psikolojik sorunlara ve işlevsellikte bozulmalara yol açabilmektedir (Beck, 1976; Piaget, 1999; Soygüt vd., 2009; Rafaeli vd., 2011; Young ve Klosko, 2011; Farrell vd., 2014). Bu nedenle Şema Terapi, bireyde zaman içerisinde oluşan uyum bozucu ve özyıkıcı şemalara odaklanmaktadır. Şema terapide amaçlanan ise, özyıkıcı ve işlevsiz olan yaşam döngülerini, giderilmeyen duygusal ihtiyaçlarını keşfetmek, bunları kişinin fark etmesini ve dönüştürmesini sağlayarak şema döngüsünü kırmaktır (Farrell vd., 2011). Bu nedenle uyumsuz şemalar ve bunların ne şekilde oluştuğu (kökenleri) ve güncel tetikleyicileri tespit edilip çözümlemek amaçlanır.

2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Erken dönem uyumsuz şemalar, bireyin erken çocukluk dönemindeki olumsuz deneyimleri, ebeveynleriyle olan ilişkileri, mizacı ve çevresel faktörleri sonucunda ortaya çıkmakta ve yaşam boyunca tekrarlayan uyumsuz davranış, düşünce ve duygu kalıplarına yol açmaktadır (Young vd., 2003; Soygüt vd., 2009). Duygu, biliş, bedensel tepkimeler ve anılardan oluşan bu özyıkıcı örüntüler; Duygusal temel ihtiyaçlardan yoksun kalma ile gelişip kişinin kendisine, diğerlerine ve dünyaya dair yerleşik, olumsuz ve sürekli gelişen kalıplar olarak tanımlanmaktadır (Young vd., 2021). Dünyaya gelindiği andan itibaren bazı temel ihtiyaçlar vardır, özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde doyurulması gereken temel ihtiyaçlar kişinin hayatında oldukça önemlidir ve gelişiminin bir parçasıdır.

Çocukluk döneminde karşılanması gereken temel ihtiyaçlar, güvenli bağlanma-hareket özgürlüğü, yeterlilik, olumlu kimlik algısı- gereksinim, duyguları ifade etme özgürlüğü- kendiliğindenlik ve oyun, gerçekçi limitler, özdenetimdir (Young vd., 2021). Şema Terapi, bu dönemde karşılanmayan duygusal temel ihtiyaçların bireyin tüm yaşamını olumsuz etkileyen uyumsuz şemalarını meydana getirdiğinden bahsetmektedir. Erken çocukluk döneminde uyumsuz şemaların oluşmasına sebep olan etkenler:

- Karşılanması gereken ihtiyaçların engellenmesi, yoksun bırakılması
- Travmatizasyon ve kötü davranım
- İyi şeylerin aşırı verilmesi
- İçselleştirme ve önem verilen kişilerle özdeşim kurma (Roediger vd., 2023).

Yukarıdaki sebepler ile ebeveynler şemaların oluşumu üzerinde etkiliyken, ergenlik dönemindeki sosyal ilişkiler ve çevre de şemaların oluşumuna ya da gelişimine sebep olabilir. Şemalar yetişkinlik hayatında bireyin kendilik algısını, sosyal ilişkilerini, performanslarını ve birçok konudaki bakış açısını etkileyebilmektedir. Erken dönem uyumsuz şemalar, beş temel alanda sınıflandırılmaktadır: Kopukluk ve Reddedilme, Zedelenmiş Otonomi ve Performans, Zedelenmiş Sınırlar, Diğer Yönelimlilik ve Aşırı Tetikte Olma ve Ketlenme (Young vd., 2003). Bu şema alanları, bireylerin temel ihtiyaçlarının karşılanmadığı durumları yansıtmakta ve her bir alan, belirli uyumsuz şemaları içermektedir (Rafaeli vd., 2011).

3. Şema Alanları ve Şemalar

Erken dönem uyumsuz şemalar, beş temel şema alanı altında sınıflandırılmaktadır. Her bir şema alanı, belirli uyumsuz şemaları içermekte ve bireylerin temel duygusal ihtiyaçlarının karşılanmadığı durumları yansıtmaktadır (Young vd., 2003). Şema alanları yoksun kalınmış temel ihtiyacı gösterirken; şemalar ise, bu ihtiyaçların doyurulmaması sonucu kişinin yaşantısında ortaya çıkan örüntüyü tasvir etmektedir. Young tarafından önerilen orijinal model, beş şema alanı altında 18 şemayı içermektedir. Ancak, Soygüt vd. (2009) tarafından yapılan Türkçe uyarlama çalışmasında, beş şema alanı altında 13 şemanın yer aldığı görülmüştür. Young vd. (2003) tarafından önerilen orijinal model ve Soygüt vd. (2009)'un Türkçe uyarlama çalışmasında ulaşılan şema alanları ve şemalar Çizelge 1'de karşılaştırmalı olarak sunulmaktadır:

Young vd. (2003)	Soygüt vd. (2009)
(1) Zedelenmiş Özerklik ve Performans - Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık - Başarısızlık - İç İçe Geçme/Gelişmemiş Benlik - Bağımlılık/Yetersizlik	(1) Zedelenmiş Otonomi - Tehditler Karşında Dayanıksızlık - Başarısızlık - İç İçe Geçme/Bağımlılık - Karamsarlık - Terk Edilme
(2) Kopukluk ve Reddedilme - Duygusal Yoksunluk - Kusurluluk/Utanç - Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma - Güvensizlik/Kötüye Kullanılma - Terk Edilme/ İstikrarsızlık	(2) Kopukluk - Duygusal Yoksunluk - Kusurluluk - Sosyal İzolasyon/Güvensizlik - Duyguları Bastırma
(3) Zedelenmiş Sınırlar - Yetersiz Özdenetim/Öz Disiplin - Haklılık/Büyüklik Taslama	(3) Zedelenmiş Sınırlar Ayrıcalıklık/Yetersiz Özdenetim
(4) Diğer Yönelimlilik - Kendini Feda - Boyun Eğicilik - Onay Arayışı/Kabul Arayışı	(4) Diğerleri Yönelimlilik - Kendini Feda - Cezalandırılma
(5) Aşırı Uyarılma ve Baskılama - Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştirelilik - Olumsuzluk/Karamsarlık - Duyguları Baskılama - Cezalandırıcılık	(5) Yüksek Standartlar - Yüksek Standartlar - Onay Arayıcılık

a. Kopukluk/Reddedilme

Kopukluk şema alanı, bireyin diğer insanlarla güvenli ve tatmin edici bağlanma ilişkileri geliştirme yeteneğindeki eksiklikleri ifade etmektedir. Bu şema alanına sahip bireyler, genellikle duygusal olarak mesafeli, güvensiz ve sosyal olarak izole bir tutum sergilemektedirler (Young vd., 2003). Kopukluk şema alanı, genellikle çocukluk döneminde istikrarlı, güvenli ve duygusal açıdan besleyici ilişkilerin eksikliğinden kaynaklanmaktadır (Rafaeli vd., 2011, Demir, 2022).

Kopukluk şema alanı, bireyin diğer insanlarla yakın ilişkiler kurma, duygularını ifade etme ve sosyal etkileşimlere katılma konusundaki zorluklarını yansıtmaktadır (Rafaeli vd., 2011). Kopukluk şema alanına sahip bireyler, genellikle duygusal ihtiyaçlarının karşılanmayacağına dair bir inanç taşımaktadırlar. Diğer insanlardan duygusal destek ve empati beklemekte zorlanmakta ve kendi duygularını ifade etmekten kaçınmaktadırlar (Demir, 2022; Young vd., 2003). Bu şema alanına sahip bireyler, genellikle yakın ilişkiler kurmakta ve sürdürmekte zorlanmakta, sosyal destek ağlarından yoksun kalabilmektedirler (Young vd., 2003; Mardikyan, 2022; Uludağ, 2022).

Kopukluk şema alanı, beş temel şemayı içermektedir: Terk Edilme, Güvensizlik/Kötüye Kullanılma, Duygusal Yoksunluk, Sosyal İzolasyon ve Kusurluluk (Young vd. 2013).

i. Terk Edilme/ İstikrarsızlık

Terk Edilme şeması, bireyin yakın ilişkide olduğu kişiler tarafından terk edileceği, reddedileceği veya istikrarlı bir şekilde destek göremeyeceği inancını yansıtmaktadır (Young vd., 2003). Bu şemaya sahip bireyler, ilişkilerinin sonlanacağına dair yoğun bir kaygı yaşamakta ve sürekli olarak terk edilme tehlikesine karşı tetikte olmaktadır (Rafaeli vd., 2011). Terk Edilme şeması, genellikle tutarsız, güvenilmez veya duygusal olarak ulaşılamayan ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Young ve Klosko, 2011; Roediger, 2015).

Terk Edilme şemasına sahip bireyler, ilişkilerinde aşırı bağımlı ve talepkâr olabilmektedirler. Partnerleri veya yakınları tarafından terk edilmemek için aşırı çaba gösterebilmekte, kendi ihtiyaçlarını ve isteklerini bastırabilmektedirler (Young vd., 2003). Terk Edilme şemasına sahip bireyler, ilişkilerinde yoğun bir güvensizlik yaşamakta ve sürekli olarak partnerleri tarafından terk edileceklerine dair işaretler aramaktadırlar. Partnerleri tarafından gösterilen en ufak bir ilgisizlik veya uzaklaşma belirtisi, bu bireylerde yoğun bir kaygı ve panik yaratabilmektedir (Rafaeli vd., 2011; Young ve Klosko, 2011).

ii. Güvensizlik/Kötüye Kullanılma

Tehlikeye karşı sürekli bir tetikte olma hali ile karakterize olan şemadır. Birey kötü, tehlikeli, ona zarar verebilecek bir durum ile her an karşılaşabileceğini hisseder. Çünkü, diğerlerinin bir şekilde onları kandırabileceğini, aldatabileceğini ya da zarar

verebileceği düşünceleri yaygındır, bu nedenle sürekli bir zarar görme kaygısı ve kötü bir şey olacağı düşünceleri ile meşgul olurlar. Sosyal ortamlarda, diğerleriyle birlikte rahat ve konforlu hissetmezler. İkili ilişkilerde, onlara yalan söyleneceği, zayıf yanlarından yararlanacağı, kandırılacakları, aşağılanacakları, kötü muameleye maruz kalacakları düşünceleri hakimdir (Rafaeli, 2013). Diğerlerine karşı mesafeli olurlar, kendilerine çok fazla yaklaşılmamasına izin vermez, yakın sıcak ilişkilere ve bağlara karşı kaçınma davranışı gösterip daha yüzeysel ve mesafeli ilişkiler kurabilirler. Bunun sebebi ise insanların güvenilmez ve tehlikeli olduğunu düşünmeleridir (Young ve Klosko, 2011). Hayata, dış dünyaya ve diğerlerine karşı güven duyguları yoktur ya da çok azdır. Çünkü diğerlerinin kendi amaç ve hedefleri için kendilerini kullanabileceklerini, bencil davranışlar sergileyebileceklerini onları istismar edeceklerini düşünürler (Young, Klosko, Weishaar, 2013).

Bu şemanın oluşmasına sebep olan en büyük etkenler kişinin çocukluk döneminde bir terk edilme, ihmal ya da istismar öyküsünün olmasıdır. Bunların haricinde ebeveyn tavır ve tutumları da güvensizlik şemasının kişide oluşmasına ve yetişkin yaşantısını etkilemesine sebep olabilir. Burada erken çocukluk döneminde ebeveyn ile özdeşleşme ve onu modelleme şemanın oluşumdaki sebeplerden biri olabilir. Güvensizlik şemasına sahip olan, insanların güvenilmez, tehlikeli ve/veya aldatıcı olduklarını düşünen, çocuğa bununla ilgili öğütler veren ebeveyn figürleri şemanın kökenini oluşturabilir. Aynı zamanda erken çocukluk döneminde kötü davranışlara maruz kalma, güvenli ve istikrarlı bir aile ortamına sahip olmama, ebeveynlerin duygusal veya fiziksel açıdan ulaşılabilir olmaması da güvensizlik şemasının oluşmasında rol oynar (Young ve Klosko, 2011). Bunun sonucunda, yetişkinlik yaşantısında da kendilerini güvende hissettikleri hiçbir yer ve ilişki bulamaz; birçok şeyi olası bir tehlike, tehdit olarak algılarlar ve bu sebeple de kaçınma davranışı gösterirler.

iii. Duygusal Yoksunluk

Duygusal Yoksunluk şeması, bireyin duygusal destek, empati ve yakınlık ihtiyaçlarının yeterince karşılanmadığına dair inancını yansıtmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler, diğer insanlardan duygusal olarak beslenme ve bakım görme konusunda kronik bir eksiklik yaşadıklarını hissetmektedirler (Young vd., 2003). Duygusal Yoksunluk şeması, genellikle soğuk, mesafeli veya duygusal olarak

ulaşılamayan ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011; Roediger, 2015).

Duygusal Yoksunluk şemasına sahip bireyler, genellikle üç temel alanda yoksunluk yaşadıklarını düşünmektedirler: bakım, empati ve korunma. Bakım yoksunluğu, bireyin ilgi, şefkat ve sıcaklık ihtiyaçlarının karşılanmamasını ifade etmektedir. Empati yoksunluğu, bireyin duygularının ve ihtiyaçlarının anlaşılmaması ve onaylanmamasını içermektedir. Korunma yoksunluğu ise bireyin rehberlik, yönlendirme ve destek ihtiyaçlarının karşılanmamasını yansıtmaktadır (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011; Young ve Klosko, 2011).

Duygusal Yoksunluk şemasına sahip bireyler, genellikle diğer insanlarla yakın ilişkiler kurmakta zorlanmaktadırlar. Duygusal ihtiyaçlarının karşılanmayacağına dair bir beklenti içinde oldukları için, ilişkilerinde kendilerini açmaktan ve savunmasız hissetmekten kaçınabilmektedirler (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011; Young ve Klosko, 2011). Bu şemaya sahip bireyler, genellikle duygularını ifade etmekte ve düzenlemekte zorlanmaktadırlar. Kendi duygusal ihtiyaçlarını bastırma veya görmezden gelme eğiliminde olabilmektedir (Sağ, 2016).

iv. Kusurluluk

Kusurluluk şeması, bireyin kendisini kusurlu, değersiz, istenmeyen veya sevilmeye layık olmayan biri olarak algılamasını içermektedir. Bu şemaya sahip bireyler, kendilerinde var olduğuna inandıkları kusurların başkaları tarafından fark edileceği ve reddedilecekleri konusunda yoğun bir kaygı yaşamaktadırlar (Young vd., 2003). Kusurluluk şeması, genellikle çocukluk döneminde eleştirel, küçümseyici veya koşullu sevgi gösteren ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011; Bricker ve Young, 2012; Sağ, 2016).

Kusurluluk şemasına sahip bireyler, genellikle kendilerini sert bir şekilde eleştirmekte ve yargılamaktadırlar. Hatalarına, eksikliklerine veya zayıf yönlerine odaklanmakta ve bunlardan utanmaktadırlar. Bu durum, sürekli bir yetersizlik ve utanç duygusu yaşamalarına neden olmaktadır (Bricker ve Young, 2012). Kusurluluk şeması, bireyin yakın ilişkilerini ve sosyal etkileşimlerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bu şemaya sahip bireyler, kusurlarının başkaları tarafından fark edileceği ve reddedileceği konusunda yoğun bir kaygı yaşadıkları

için, samimi ilişkiler kurmaktan ve kendilerini açmaktan ekinebilmektedirler. Başkalarının sevgisini ve kabulünü hak etmediklerine inandıkları için, ilişkilerinde duygusal mesafeyi koruma eğiliminde olabilmektedirler (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011).

v. Sosyal İzolasyon

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması, bireyin kendisini diğer insanlardan farklı, izole ve gruba ait olmayan biri olarak algılamasını içermektedir. Bu şemaya sahip bireyler, sosyal ortamlarda kendilerini yabancı, uyumsuz veya dışlanmış hissetmekte ve başkalarıyla bağ kurmakta zorlanmaktadır (Young vd., 2003). Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması, genellikle çocukluk döneminde akran grupları tarafından reddedilme, dışlanma veya alay edilme deneyimleri sonucunda gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011; Young ve Klosko, 2011; Demir, 2022).

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şemasına sahip bireyler, genellikle sosyal ortamlarda kendilerini güvende ve rahat hissetmemektedirler. Başkaları tarafından eleştirilecekleri, reddedilecekleri veya incitilecekleri konusunda yoğun bir kaygı yaşamakta ve bu nedenle sosyal etkileşimlerden kaçınmaktadır (Türkçapar, 2018; Demir, 2022). Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şemasına sahip bireyler, genellikle diğer insanların güvenilirmez, samimiyetsiz veya art niyetli olduğuna inanmaktadır. Başkalarının kendilerini anlayamayacağını veya kabul edemeyeceğini düşünmekte ve yakın ilişkiler kurmaktan çekinmektedirler (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011; Young ve Klosko, 2011).

b. Zedelenmiş Özerklik ve Performans

Zedelenmiş Özerklik şema alanı, bireyin kendi başına hayatta kalma, bağımsız olarak işlev görme veya başarılı performans gösterme yeteneğine ilişkin beklentilerinin zedelendiği durumları içermektedir (Young vd., 2003). Bu şema alanı, genellikle çocukluk döneminde aşır koruyucu, müdahaleci veya çocuğun özerkliğini desteklemeyen ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011; Sağ, 2016; Akyikit, 2021). Zedelenmiş Özerklik şema alanı, bireylerin kendi ihtiyaçlarını karşılama, sorumluluk alma ve bağımsız karar verme becerilerini olumsuz yönde etkilemektedir. Zedelenmiş Özerklik şema alanındaki şemalar, bireylerin özerk davranma, kendi kararlarını verme ve sorumluluk alma becerilerini olumsuz yönde etkilemektedir. Bu şemalar, bireylerin başkalarına aşır

bağımlı olmasına, kendi yeteneklerine güvenmemesine, başarısızlık ve terk edilme korkusu yaşamasına neden olmaktadır (Arslan, 2016; Rafaeli vd., 2011).

Zedelenmiş Özerklik şema alanı altında Bağımlılık/Yetersizlik, İç İç Geçme, Başarısızlık, Karamsarlık ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık şemaları yer almaktadır (Soygüt vd., 2009).

i. Bağımlılık/Yetersizlik

Kişinin diğerlerinin desteği olmadan bir şeyleri yapamayacağına dair inancın hakim olduğu şemadır. Bireyin kendini yetersiz hissettiğine ve kendine bakım veremeyeceğine dair inançlar ile görülür. Kişi kendi kararlarına ve seçimlerine güvenmekte zorluk çeker ve bu nedenle kendi başına karar veremez ve diğerlerine ihtiyaç duyar sürekli olarak diğerlerinin yardımına ihtiyaç duyduğu için diğerleri olmadan sorumluluk alamayacağı ya da aldığı sorumlulukları doğru bir şekilde yerine getiremeyeceğini düşünür (Rafaeli vd., 2013). Yeni bir işe başlamada başka birinin desteği ve yönlendirmesi olmadığında zorlanır. Kendi başına hareket etmekte güçlük çeker, bu nedenle hayatında güçlü, kararlı ve güvenilebileceği kişiler arar, onlar tarafından hayatlarının kontrol edilmesine, onlar yerine karar alınmasına izin verir (Young ve Klosko, 2011).

Bireyin çocukluk döneminde özerkliğinin önemsenmemesi, sağlıksız çocukluk ortamına sahip olması ve ebeveynleri tarafından kendi kendine yetebilme becerilerinin öğretilmemesi şemanın oluşmasına sebebiyet verebilir. Bunun yanı sıra aşırı koruyucu ebeveyn modeline sahip olan kişilerde ayrı bir kimlik geliştirme olmadığından bu tarz ebeveynlerle büyüyen kişilerde bağımlılık şeması gelişir. Erken çocukluk döneminde kendine güvenme yetisi öğretilmeyen, ebeveynlerden bağımsız davranıldığında sürekli engellenen ve yetersiz hissettirilen, sosyalleşme ve yaşlılar ile ilişkiler geliştirme konusunda desteklenmeyen bireylerde bağımlılık şeması ortaya çıkar (Rafaeli vd., 2013). Ebeveynin çocuğun sorumluluklarını üstlenmesi ve onun yerine kararlar vermesi de şemanın oluşmasında etkin rol oynar. Ayrıca çocuk kendi başına bir şeyler yapmak, karar vermek ya da sorumluluk almak istediğinde ebeveynleri tarafından yetersiz ve küçük görülmesi, kendi seçimlerine ve kararlarına güvenmemesine yol açar (Young, Klosko, Weishaar, 2013). Bu da kişinin yetişkinlik yaşantısında benzer örüntüleri bağımlılık şemasıyla sürdürmesine neden olur.

ii. Tehditler Karşısında Dayanıksızlık

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık şeması, bireyin olası felaketler veya kötü olaylar karşısında aşırı endişe duyma ve bunlarla başa çıkma konusunda kendini yetersiz hissetme eğilimini yansıtmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler, herhangi bir anda kötü bir şey olabileceğine dair abartılı bir korku taşımakta ve tehlikelerle başa çıkma becerilerine güvenmemektedirler (Young vd., 2003). Tehditler Karşısında Dayanıksızlık şeması, genellikle aşırı koruyucu veya kaygılı ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011).

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık şemasına sahip bireyler, olası riskleri ve tehditleri abartılı bir şekilde algılamaktadırlar. Günlük yaşamda karşılaşılabilecekleri zorlukları veya stresli durumları felaket senaryoları olarak yorumlamakta ve bunlarla başa çıkamayacaklarına inanmaktadırlar (Young vd., 2003). Bu şemaya sahip bireyler, genellikle problemlerle yüzleşmekten kaçınmakta ve olumsuz duygularını bastırmaktadırlar. Tehditler Karşısında Dayanıksızlık şemasına sahip bireyler, genellikle güvenlik arayışı içindedirler ve kontrol edilebilir ortamlarda kalmayı tercih etmektedirler. Belirsizlikten ve bilinmeyenden kaçınmakta ve risk almaktan çekinmektedirler (Rafaeli vd., 2011; Young ve Klosko, 2011; Bricker ve Young, 2012).

iii. İç İçe Geçme

İç İçe Geçme şeması, bireyin başkalarıyla aşırı duygusal bağ kurma, başkalarının desteği olmadan yaşayamayacağına inanma ve kendi kimliğini başkalarının kimliğiyle aşırı özdeşleştirme eğilimini ifade etmektedir (Young vd., 2003). Bu şemaya sahip bireyler, başkalarının sürekli desteğine ve rehberliğine ihtiyaç duyduklarını hissetmekte ve kendi başlarına karar almakta veya bağımsız davranmakta zorlanmaktadırlar (Rafaeli vd., 2011).

İç İçe Geçme/Bağımlılık şeması, genellikle aşırı koruyucu veya müdahaleci ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir. Çocuğun özerkliğini desteklemeyen, aşırı kontrolcü veya çocuğun kararlarına saygı duymayan ebeveynler, bu şemanın oluşumuna zemin hazırlamaktadır. Sonuç olarak, birey yetişkin yaşamında da başkalarına aşırı bağımlı hale gelmekte ve kendi ihtiyaçlarını karşılamakta güçlük çekmektedir (Young ve Klosko, 2011; Akyikit, 2021). İç İçe Geçme şemasına sahip bireyler, genellikle romantik ilişkilerinde veya yakın arkadaşlıklarında aşırı

bağımlı, iç içe ve talepkâr olabilmektedirler. Başkalarının onayını ve desteğini almak için kendi isteklerinden ve ihtiyaçlarından ödün verebilmekte, kendi kimliklerini ve hedeflerini göz ardı edebilmektedirler (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011; Sağ, 2016).

iv. Başarısızlık

Başarısızlık şeması, bireyin yeteneklerine ve başarı potansiyeline ilişkin olumsuz inançlarını yansıtmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler, başarısız olacaklarına, diğer insanlardan daha yetersiz olduklarına ve hedeflerine ulaşamayacaklarına dair güçlü bir inanç taşımaktadırlar (Young vd., 2003). Başarısızlık şeması, genellikle aşırı eleştirel, mükemmeliyetçi veya başarıyı ön planda tutan ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011; Young ve Klosko, 2011).

Başarısızlık şemasına sahip bireyler, genellikle akademik, mesleki veya kişisel alanlarda kendilerini yetersiz hissetmekte ve başarılı olmak için gereken çabayı göstermekten kaçınmaktadırlar. Bu bireyler, başarısızlığa uğrama korkusuyla yeni girişimlerde bulunmaktan veya risk almaktan çekinebilmektedirler (Young vd., 2003; Young ve Klosko, 2011). Başarısızlık şemasına sahip bireyler, genellikle olumsuz bir benlik algısına sahiptirler ve kendilerini sürekli olarak diğer insanlarla kıyaslamaktadırlar. Başkalarının başarılarını abartılı bir şekilde algılamakta ve kendi başarılarını küçümsemektedirler (Rafaeli vd., 2011, Sağ, 2016).

c. Zedelenmiş Sınırlar

Zedelenmiş Sınırlar şema alanı, bireyin kendi haklarını, ihtiyaçlarını ve isteklerini diğer insanlarınkinden üstün tutmasını, sorumluluk almakta ve dürtülerini kontrol etmekte zorlanmasını ifade etmektedir. Bu şema alanına sahip bireyler, genellikle başkalarının haklarına saygı göstermekte güçlük çekmekte, kurallara uymakta zorlanmakta ve uzun vadeli hedefler yerine anlık tatminlere odaklanmaktadırlar (Young vd., 2003). Zedelenmiş Sınırlar şema alanı, genellikle tutarsız, aşırı izin verici veya sınır koymakta zorlanan ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011; Bricker ve Young, 2012). Zedelenmiş Sınırlar şema alanı, "Haklılık/Üstünlük ve Yetersiz Özdenetim" şemalarını içermektedir (Soygüt vd., 2009).

i. Haklılık/Üstünlük

Bu şemaya sahip bireyler kendilerini diğer insanlardan daha üstün ve öncelikli hissederler. Bu nedenle, diğerlerinin uyması gereken kurallara uymalarının gerekli olmadığı inancına sahiptirler. Diğer bireylerden daha ayrıcalıklı ve özel olduklarını düşündüklerinden sınırlandırmaları reddeder ve her isteklerini anında yapmak, her istediğini söyleme hakkına sahip olduklarını düşünürler. Kendilerini bir şeyler için sınırlandırma, zorlama ya da disipline etmede zorlanırlar (Arntz ve Jacob, 2019). Diğerleri için nasıl bir sonuç doğuracağını düşünmeden kendi istekleri doğrultusunda hareket ederler. Bu kişiler için güç aşırı önem taşır bu nedenle bunu elde etmek için başarı, şöhret, zenginlik gibi kavramlara aşırı bir odaklanma gösterebilirler (Farrell ve Shaw, 2019). Diğer kişilere karşı fazlasıyla talepkâr olabilir, onların üzerinde üstünlük kurma çabası görülebilir.

Bu kişilerin erken çocukluk dönemlerine bakıldığında, başta ebeveynleri olmak üzere, çevredekiler tarafından şımartılan, bir şeylerin aşırı verildiği ve sağlıklı sınırların ebeveynler tarafından konulmadığı bir yapı görülür. Ebeveynlerin fazla serbest olduğu, fazla tolerans gösterdiği ve istikrarlı kurallar koymadığı çocukluk yaşantıları haklılık şemasının oluşmasına sebep olur (Young, Klosko, Weishaar, 2013). Bu çocuklar akranlarıyla empati kurmada ve onların uyduğu kurallara uymada zorluk yaşayabilir, bu durum yetişkinlik yaşantısında da diğerlerine karşı benmerkezci, empatiden yoksun, kendi isteklerini gözeten ve büyüklenmeci özellikler şeklinde görülür.

ii. Yetersiz Özdenetim

Yetersiz Özdenetim şeması, bireyin üstünlük duygusuna sahip olmasını, özel muamele görmeyi hak ettiğine inanmasını ve dürtülerini kontrol etmekte zorlanmasını ifade etmektedir (Young vd., 2003). Bu şemaya sahip bireyler, genellikle kendi istek ve ihtiyaçlarını diğer insanlarınkinden daha önemli görmekte ve kurallara uymakta güçlük çekmektedirler (Rafaeli vd., 2011). Yetersiz Özdenetim şeması, genellikle tutarsız, aşırı izin verici veya sınır koymakta zorlanan ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011; Bricker ve Young, 2012).

Yetersiz Özdenetim şemasına sahip bireyler, genellikle empati kurmakta zorlanmakta ve başkalarının duygu ve ihtiyaçlarını göz ardı edebilmektedirler.

Dürtüsel davranışlar sergileyebilmekte, uzun vadeli sonuçları dikkate almakta güçlük çekebilmekte ve sorumluluk almaktan kaçınabilmektedirler (Türkçapar, 2018). Yetersiz Özdenetim şemasına sahip bireyler, genellikle başkalarından sürekli olarak özel muamele ve ayrıcalıklar beklemektedirler. Kendi hatalarını ve eksikliklerini kabul etmekte zorlanmakta ve eleştiriye karşı aşırı duyarlılık gösterebilmektedirler (Young vd., 2003). İlişkilerinde bencil ve talepkâr davranabilmekte, karşılıklılık ve eşitlik ilkelerini göz ardı edebilmektedirler (Rafaeli vd., 2011).

d. Diğerleri Yönelimlilik

Diğerleri Yönelimlilik şema alanı, bireyin kendi ihtiyaçlarını, isteklerini ve duygularını göz ardı ederek, başkalarının ihtiyaçlarına, isteklerine ve duygularına aşırı odaklanmasını ifade etmektedir. Bu şema alanına sahip bireyler, genellikle kendi mutluluklarından ve refahlarından ödün vererek başkalarını memnun etmeye çalışmakta ve onaylanmak, sevilmek veya reddedilmekten kaçınmak için kendi benliklerini bastırmaktadırlar (Young vd., 2003). Diğerleri Yönelimlilik şema alanı, genellikle koşullu sevgi gösteren, ihmalkâr veya baskıcı ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011; Türkçapar, 2018).

Diğerleri Yönelimlilik şema alanı, iki temel şemayı içermektedir: Kendini Fedâ, Boyun Eğicilik ve Onay Arayıcılık (Soygüt vd., 2009).

i. Boyun Eğicilik

Kişinin kontrolü diğerlerine bırakması ile karakterize olan şemadır. Kendi arzularının, hislerinin ve düşüncelerinin diğerleri tarafından önemsenmeyeceğine ya da kabul görmeyeceğine dair bir inanca sahiptir. Bu nedenle birey diğerlerinin isteklerine, duygularına, düşüncelerine ve tutumlarına kendisinininkinden daha fazla önem verir. Boyun eğicilik şeması, genellikle iki farklı şekilde görülür: Birincisi, kişinin ihtiyaçlarını, seçimlerini ve arzularını bastırması iken; ikincisi ise duygularını, duygusal tepkimelerini ve özellikle de öfkelerini bastırmasıdır. Kişinin diğerlerinden yoksun kalmaktan ya da öfkelerinden kaçınmak için fazlasıyla kontrollü davranmak zorunda hissetmesidir (Rafaeli vd., 2013). Boyun eğicilik şemasına sahip olan kişilerde diğerlerinin kendilerini yönlendirmesine izin verme görülür, bunun sebebi ya kendi istek ve arzularını dile getirdiğinde karşı tarafı kıracak olmanın suçluluk

duygusudur ya da buna boyun eğmezse ceza ya da terk edilme ile karşılaşacak olmasıdır (Young, Klosko, 2011).

Bu şemanın kökeninde ebeveynler tarafından onaylanmama, yoğun ebeveyn kontrolü ve kendini ifade ettiğinde kabul görmeme durumları hakimdir. Bunun yanında duygular, ihtiyaçlar ya da kararlar ebeveyn ile paylaşıldığında, bunların kabul görmemesi, kişinin suçlu hissettirilmesi ya da cezalandırılması şeklinde görülür (Bricker ve Young, 2012). Çocuğun yetersiz ve güçsüz hissettirildiği, eleştirildiği aile yapılarında ve ebeveynin istekleri ve duyguları çocuğunkinden ön planda olduğunda boyun eğicilik şeması oluşabilir. Bu gibi durumlar ile oluşmaya başlayan şema, kişinin yetişkinlik döneminde gereksinim ve isteklerini başkalarını memnun etmek ya da onların ihtiyaçlarını karşılamak için kendilerini feda etmeleri olarak meydana çıkar (Arntz ve Jacob, 2019).

vi. Kendini Feda

Kendini Feda şeması, bireyin kendi ihtiyaçlarını, isteklerini ve duygularını göz ardı ederek, başkalarının ihtiyaçlarına, isteklerine ve duygularına aşırı odaklanmasını ifade etmektedir. Bu şemaya sahip bireyler, genellikle başkalarını memnun etmek, onları korumak veya üzmemek için kendi mutluluklarından ve refahlarından ödün vermektedirler (Young vd., 2003). Kendini Feda şeması, genellikle ihmalkâr, baskıcı veya koşullu sevgi gösteren ebeveynlik stilleri sonucu ya da ebeveyn ile özdeşim kurma, modelleme ile gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011).

Kendini Feda şemasına sahip bireyler, genellikle "başkalarının ihtiyaçları benim ihtiyaçlarımdan daha önemlidir", "kendimi düşünmek bencilliktir" veya "başkalarına yardım etmezsem, değersiz bir insanım" gibi inançlara sahiptirler. Bu inançlar doğrultusunda, kendi isteklerini ve duygularını ifade etmekte zorlanmakta ve sürekli olarak başkalarına yardım etmeye odaklanmaktadır (Türkçapar, 2018). Bu bireyler, genellikle "hayır" demekte zorlanmakta ve sınırlarını korumakta güçlük çekmektedirler. Başkalarının isteklerini geri çevirdiklerinde suçluluk veya kaygı hissedebilmekte ve ilişkilerinde kendilerini sürekli olarak ikinci plana atabilmektedirler (Young vd., 2003). Aynı zamanda, başkalarına yardım etme motivasyonları genellikle gerçek bir empati veya şefkatten ziyade, onay ve takdir alma ihtiyacından kaynaklanmaktadır (Rafaeli vd., 2011; Türkçapar, 2018).

iii. Onay Arayıcılık

Onay Arayıcılık şeması, bireyin benlik değerini ve kimliğini başkalarının onayına ve takdirine bağlamasını ifade etmektedir. Bu şemaya sahip bireyler, diğer insanların dikkatini, beğenisini ve kabulünü kazanmak için yoğun çaba sarf etmekte ve kendi ihtiyaçlarını ve isteklerini göz ardı edebilmektedirler (Young vd., 2003). Onay Arayıcılık şeması, genellikle koşullu sevgi gösteren, eleştirel veya mükemmeliyetçi ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011; Demir, 2022).

Onay Arayıcılık şemasına sahip bireyler, genellikle başkalarının beklentilerini karşılamaya ve onları memnun etmeye odaklanmaktadır. Kendi düşüncelerini, duygularını ve ihtiyaçlarını ifade etmekte zorlanmakta ve sürekli olarak diğer insanların onayını almaya çalışmaktadırlar. Başkalarının kendileri hakkında ne düşündüğüne aşırı önem vermekte ve olumsuz değerlendirmelere karşı aşırı duyarlılık göstermektedirler (Bricker ve Young, 2012). Onay Arayıcılık şemasına sahip bireyler, genellikle sosyal ilişkilerinde kendilerini olduğundan farklı gösterme eğilimindedirler. Başkaları tarafından sevilme ve kabul edilmek için, gerçek duygu ve düşüncelerini gizleyebilmekte veya sahte bir imaj oluşturabilmektedirler (Young vd., 2003; Sağ, 2016). Ancak, sürekli olarak başkalarının beklentilerine uyum sağlamaya çalıştıkları için, kendi kimliklerini ve otantik benliklerini kaybetme riskiyle karşı karşıya kalabilmektedirler (Rafaeli vd., 2011). Onay Arayıcılık şeması, bireyin karar verme süreçlerini ve davranışlarını da etkileyebilmektedir. Bu şemaya sahip bireyler, başkalarının onayını almak için kendi isteklerinden ve değerlerinden ödün verebilmekte veya olumsuz sonuçlar doğurabilecek davranışlarda bulunabilmektedirler (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011).

e. Aşırı Uyarılma/Baskılama

Aşırı Uyarılma/Baskılama şema alanı, kişide istek ve ihtiyaçlarını bastırma davranışları ile karakterizedir. Duygu ve düşüncelerin diğerleri ile paylaşılmasında güçlük yaşama, paylaşmadan kaçınma ve bastırma şeklinde görülmektedir (Young vd., 2003). Şema alanı, bireyin mükemmeliyetçilik, katı kurallar ve yüksek başarı beklentileri ile karakterize olan bilişsel ve davranışsal örüntülerini içermektedir. Bu şema alanına sahip bireyler, kendileri ve başkaları için gerçekçi olmayan,

ulaşılması güç hedefler belirlemekte ve sürekli olarak daha iyisini yapma baskısı hissetmektedirler (Young vd., 2003). Aşırı Uyarılma/Baskılama şema alanı, genellikle başarı odaklı, eleştirel, cezalandırıcı veya talepkâr ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011; Bricker ve Young, 2012).

Aşırı Uyarılma/Baskılama şema alanına sahip bireyler, genellikle yaptıkları işlerde en iyisini hedeflemekte ve kendilerine karşı acımasız bir eleştirel bakış açısına sahip olmaktadır. Başarısızlığı kabul etmekte zorlanmakta ve sürekli olarak kendilerini geliştirmeye odaklanmaktadır (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011; Mardikyan, 2022). Aynı zamanda, bireylerde kötümser düşüncelere eğilim görülür. Kötümser düşüncelerden kaynaklı olarak birey, her an kötü/felaket bir durum olabileceğini düşünür, bu nedenle de her an tetikte olma ihtiyacı hisseder (Young vd., 2003).

Aşırı Uyarılma/Baskılama şema alanı, dört temel şemayı kapsamaktadır: Karamsarlık, Duyguları Bastırma, Cezalandırılma ve Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik (Soygüt vd., 2009).

i. Karamsarlık

Karamsarlık şeması, bireyin yaşamın olumsuz yönlerine odaklanma ve geleceğe dair kötümser beklentiler içinde olma eğilimini yansıtmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler, olayların ve durumların olumlu yanlarını görmekte zorlanmakta ve her şeyin kötüye gideceğine dair abartılı bir inanç taşımaktadırlar (Young vd., 2003). Karamsarlık şeması, genellikle olumsuz, eleştirel veya karamsar bir tutuma sahip ebeveynlerle büyümenin sonucunda gelişmektedir (Bricker ve Young, 2012; Rafaeli vd., 2011).

Karamsarlık şemasına sahip bireyler, genellikle yaşamın zorluklarına ve stresli durumlarına karşı aşırı hassasiyet göstermektedirler. Olumsuz olayları abartılı bir şekilde yorumlamakta ve bu olayların üstesinden gelemeyeceklerine inanmaktadırlar. Bu durum, kronik bir endişe ve kaygı haline yol açabilmektedir (Türkçapar, 2018; Uludağ, 2022). Karamsarlık şemasına sahip bireyler, genellikle depresif belirtiler göstermektedirler. Geleceğe dair umutsuzluk, değersizlik ve çaresizlik duyguları yaşamakta ve yaşamdan zevk almakta güçlük çekmektedirler (Bricker ve Young, 2012; Young vd., 2003; Caner, 2009; Rafaeli vd., 2011).

ii. Duyguları Bastırma

Duyguları Bastırma şeması, bireyin duygularını ifade etmekten kaçınma ve duygusal kontrolü aşırı vurgulama eğilimini yansıtmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler, duygularını göstermenin utanç verici, zayıflık belirtisi veya başkaları tarafından reddedilmeye yol açacağına inanmaktadırlar (Young vd., 2003). Duyguları Bastırma şeması, genellikle duygusal ifadenin onaylanmadığı veya cezalandırıldığı aile ortamlarında gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011).

Duyguları Bastırma şemasına sahip bireyler, genellikle duygularını kontrol etmek ve gizlemek için yoğun çaba sarf etmektedirler. Öfke, üzüntü, korku gibi olumsuz duyguları bastırmaya çalışmakta ve bu duyguları ifade etmenin olumsuz sonuçlar doğuracağına inanmaktadırlar. (Rafaeli vd., 2011; Bricker ve Young, 2012). Duyguları Bastırma şemasına sahip bireyler, genellikle rasyonel ve mantıklı olmaya aşırı önem vermektedirler. Duygularını görmezden gelerek, sorunlara pragmatik ve akılcı çözümler bulmaya odaklanmaktadırlar (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011; Uludağ, 2022). Duyguları Bastırma şeması, bireyin yakın ilişkilerini ve sosyal etkileşimlerini de olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bu şemaya sahip bireyler, duygusal olarak mesafeli ve soğuk algılanabilmekte ve başkaları tarafından anlaşılmadıklarını hissedebilmektedirler. Duyguları paylaşmaktan ve samimi ilişkiler kurmaktan kaçınmaları, yalnızlık ve izolasyon duygularını artırabilmektedir (Young vd., 2003; Türkçapar, 2018).

iii. Yüksek Standartlar

Yüksek Standartlar şeması, bireyin kendisi ve performansı için gerçekçi olmayan, mükemmeliyetçi beklentilere sahip olmasını ifade etmektedir. Bu şemaya sahip bireyler, her konuda en iyisini yapmaya, hata yapmamaya ve başarılı olmaya odaklanmaktadırlar (Young vd., 2003). Yüksek Standartlar şeması, genellikle başarı odaklı, eleştirel veya onay koşullu ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011; Bricker ve Young, 2012).

Yüksek Standartlar şemasına sahip bireyler, genellikle "mükemmel olmalıyım", "her zaman en iyisini yapmalıyım", "asla hata yapmamalıyım" gibi katı ve zorlayıcı inançlara sahiptirler. Bu inançlar doğrultusunda, kendilerine yüksek hedefler belirlemekte ve bu hedeflere ulaşmak için yoğun çaba sarf etmektedirler (Akyikit, 2021). Yüksek Standartlar şemasına sahip bireyler, genellikle

performanslarını sürekli olarak değerlendirmekte ve eleştirmektedirler. Yaptıkları işlerde en ufak hataları bile kabul etmekte zorlanmakta ve kendilerini acımasızca yargılamaktadırlar (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011). Bu şemaya sahip bireyler, akademik başarı, kariyer, görünüm, ilişkiler gibi konularda yüksek standartlar belirleyebilmekte ve bu standartlara ulaşmak için aşırı çaba gösterebilmektedirler (Rafaeli vd., 2011). Yüksek Standartlar şemasının aşırı kullanımı, çeşitli psikolojik ve fiziksel sorunlara zemin hazırlayabilmektedir. Bu şemaya sahip bireyler, mükemmeliyetçilik, işkoliklik, tükenmişlik, anksiyete, depresyon ve stres kaynaklı sağlık sorunları açısından risk altında olabilmektedirler (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011; Uludağ, 2022).

iv. Cezalandırılma

Cezalandırılma şeması, bireyin hata yaptığında, başarısız olduğunda veya başkalarının beklentilerini karşılayamadığında sert bir şekilde cezalandırılması gerektiğine inanmasını ifade etmektedir. Bu şemaya sahip bireyler, genellikle kendilerine karşı acımasız ve eleştirel bir tutum sergilemekte ve mükemmel olmaları gerektiğine inanmaktadırlar (Young vd., 2003). Cezalandırılma şeması, genellikle katı, eleştirel veya cezalandırıcı ebeveynlik stilleri sonucunda gelişmektedir (Bricker ve Young, 2012; Rafaeli vd., 2011).

Cezalandırılma şemasına sahip bireyler, genellikle "hata yaparsam cezalandırılmayı hak ederim", "mükemmel olmazsam değersizim" veya "başarısız olursam insanlar beni terk eder" gibi inançlara sahiptirler. Bu inançlar doğrultusunda, sürekli olarak kendilerini eleştirmekte ve hatalarına karşı tahammülsüz olmaktadır. Başarısızlıklarını kabul etmekte zorlanmakta ve sürekli olarak kendilerini cezalandırmaktadırlar. Cezalandırılma şemasına sahip bireyler, genellikle başkalarına karşı da katı ve yargılayıcı bir tutum sergilemektedirler. Diğer insanların hatalarına veya eksikliklerine karşı tahammülsüz olabilmekte ve onları da cezalandırma eğiliminde olabilmektedirler (Bricker ve Young, 2012; Gör vd., 2017; Türkçapar, 2018).

B. Cinsellik ve Cinsel Doyum

1. Cinsellik Kavramı

Cinsellik, insanların yaşamında merkezi bir role sahip olan ve biyolojik, psikolojik, sosyal ve kültürel faktörlerin karmaşık etkileşimi sonucu şekillenen çok boyutlu bir kavramdır (Sakallı-Uğurlu, 2003). Dünya Sağlık Örgütü cinselliği, "cinsiyetin, cinsel kimliğin ve rollerin, cinsel yönelimin, zevkin, mahremiyetin ve üreme davranışının merkezi bir yönü" olarak tanımlamaktadır (WHO, 2006). Bu tanım, cinselliğin sadece biyolojik bir fenomen olmadığını, aynı zamanda psikolojik, sosyal ve kültürel bileşenleri de kapsadığını vurgulamaktadır.

Cinsellik yaşamda çok önemli bir yer tutan ve bireyler, toplumlar için değişik anlamları olan ve sürekli olarak gelişen bir kavramdır. Cinsellik ve cinselliğin algılanışı hem dünyada hem Türkiye’de yıllar içerisinde değişiklikler göstermiştir. Bireyin içinde bulunduğu ve yetiştiği toplumsal yapısı, ailesi, yakın çevresi, değerleri, dini inanç ve ahlaki tutumları onun cinselliğe dair tutumlarını ve davranışlarını belirleyen faktörler arasındadır. Toplumumuz da cinselliğin mahrem olarak görülmesi, diğerleri ile paylaşılmaması ya da evlilik öncesi cinsel birliktelik yaşamaması gibi inançlar geçmiş yıllardan beri görülmektedir (CETAD, 2008). Cumhuriyet dönemi itibari ile cinsellik daha açık bir şekilde tartışılmaya başlanmıştır. Günümüzde cinselliğe dair konuların bireyler tarafından daha fazla kabul görüyor ve daha özgür bir şekilde konuşulup yaşanıyor olsa da bahsedilen sebeplerden kaynaklı olarak toplumsal yargı ve baskıların devam ettiği görülmektedir. Günümüzde cinselliğe dair eğitimler ve bilinçlendirme çalışmalarının yeterli olmayışı, toplumdaki tabular, yanlış inançlar cinsellik ve cinsel sağlık hakkında konuşmayı zorlaştırmasının yanı sıra kişinin cinselliğe yönelik tutumlarını ve cinsel doyumunu olumsuz yönde etkilemektedir (CETAD, 2008). Günümüzde siber dünya ile gelişen teknolojinin ve sosyal medyanın yaygınlaşması cinsellik ile ilgili tabuların yıkılması ve konu ile ilgili bilgi edinilmesi yaygınlaşmıştır. Bireyler cinselliği daha açık konuşabilme, yaşayabilme ve konuyla ilgili bilinçlenme konularında da gelişim göstermiştir. Bunun yanı sıra, sosyal medya da maruz kalınan gerçekçi olmayan ve yanıltıcı bilgiler de bireylerin cinsellik algısını, beklentilerini ve cinsel doyumlarını negatif etkileyebilmektedir (Tandoğan, Oskan, 2019).

Cinsellik, bireylerin yaşamında haz, doyum ve sevginin olduğu bir temel ihtiyaçtır ve temelinde üremeden ziyade haz yatar. Bireylerin sağlıklı gelişim göstermeleri için de dürtünün doyuma ulaşması gerekir. Haz kavramı kişilerin hayatın içindeki zevk ve doyum arayışını göstermektedir (Nedir, 2008). Freud, bireylerin doğumla başlayan ve sürekli gelişim gösteren bir cinsel gelişim sürecine sahip olduklarından bahsetmektedir. Bununla birlikte, bireylerin doğuştan edindikleri bir acıdan kaçış ve hazza yönelişe sahip olduklarını söyler (Freud, 2024). Freud haz ilkesini, kişilerin davranış ve tutumlarının büyük bir çoğunluğunun haz ve tatmin arayışından kaynaklanması olarak açıklamıştır. Haz açlık, susuzluk, boşaltım ve cinsellik gibi içgüdülerin doyurulmasına bireyleri iten bir güçtür (Freud, 2017).

Freud'a göre bireyler bir yaşama motivasyonuna, enerjisine sahiptir ve bu motivasyon psişik enerji olarak da ifade edilebilecek libidodur ve libido bireyleri yaşama bağlar ve cinsel içgüdü ile ilişkilidir. Libidonun tatmin düzeyi bireylerin sağlıklı gelişim göstermesi üzerinde etkilidir. Haz ve libido birbirleriyle iç içe kavramlardır (Freud, 2024). Cinsel tatminin sağlanması kişiyi hem ruhsal hem bedensel olarak olumlu etkiler. Libido kişinin hayatın içerisindeki cinsel tatmin ve arzu arayışını tanımlar. Freud cinsel hazzın çocukluktan itibaren çeşitli psikoseksüel evreler ile şekillendiğini dile getirmektedir ve aynı zamanda cinsel hazzın kişilerin gelişim süreçlerinde ve kişiliklerinin şekillenmesinde önemli bir rol oynadığını vurgulamaktadır (Freud, 2017).

Cinsellik, bireyin kimliğinin ve benlik algısının ayrılmaz bir parçasını oluşturmaktadır. Cinsiyet, cinsel kimlik, cinsel yönelim ve cinsel rol gibi unsurları içeren cinsellik, bireyin kendini nasıl algıladığı, ifade ettiği ve deneyimlediği ile yakından ilişkilidir (Özsoy ve Bulut, 2017). Cinsel kimlik, bireyin kendini belirli bir cinsiyetle özdeşleştirmesi ve bu cinsiyete uygun davranışlar sergilemesi anlamına gelmektedir. Cinsel yönelim ise bireyin duygusal, romantik ve cinsel çekim hissettiği cinsiyeti ifade etmektedir. Bu unsurlar, bireyin cinsel benlik algısını şekillendirmekte ve cinsel davranışlarını etkilemektedir (Savin-Williams, 2006).

Cinsellik, kişilerarası ilişkilerde de önemli bir rol oynamaktadır. Cinsel ilişkiler, bireylerin yakınlık, bağlanma ve duygusal bağ kurma ihtiyaçlarını karşılamalarına olanak sağlamaktadır (Sprecher, 2002). Sağlıklı ve doyurucu cinsel

ilişkiler, çiftlerin uyumunu ve ilişki memnuniyetini artırmaktadır. Öte yandan, cinsel işlev bozuklukları veya uyumsuzluklar, ilişkilerde sorunlara yol açabilmektedir (İncesu, 2004).

Cinsellik, biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörlerin yanı sıra kültürel normlar, değerler ve inançlardan da etkilenmektedir. Toplumların cinselliğe yönelik tutumları, beklentileri ve tabular, bireylerin cinsel davranışlarını ve deneyimlerini şekillendirmektedir (Erol ve Orth, 2011, Ziya, 2015). Bazı kültürlerde cinsellik hala bir tabu olarak görülmekte ve açıkça konuşulması kısıtlanmaktadır. Bu durum, bireylerin cinsellikle ilgili bilgi edinmelerini ve sağlıklı cinsel davranışlar geliştirmelerini engelleyebilmektedir (Kağıtçıbaşı, 2010). Ayrıca, toplumsal cinsiyet rolleri ve önyargılar da cinselliği etkilemektedir. Geleneksel cinsiyet rolleri, kadın ve erkeklerin cinsel davranışlarına ve ifadelerine sınırlamalar getirebilmektedir (Sancar, 2009).

Cinsellik, yaşam boyu gelişen ve değişen dinamik bir süreçtir. Bireylerin cinselliği, yaşam döngüsü boyunca farklı evrelerden geçmekte ve çeşitli faktörlerden etkilenmektedir (Bozdemir ve Özcan, 2011). Ergenlik dönemi, cinsel kimliğin oluşmaya başladığı ve cinsel keşiflerin yaşandığı önemli bir evredir. Yetişkinlik döneminde ise cinsellik, üreme, aile kurma ve yakın ilişkiler bağlamında önem kazanmaktadır. İleri yaşlarda da cinsellik devam etmekte, ancak fizyolojik değişiklikler ve psikososyal faktörler nedeniyle farklı şekillerde deneyimlenebilmektedir (Kalra vd., 2011).

2. Cinsel Doyum Kavramı

Cinsel doyum, bireylerin cinsel yaşamlarından elde ettikleri tatmin ve memnuniyet düzeyini ifade eden bir kavram olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram, hem fiziksel hem de duygusal boyutları içermekte olup, bireylerin cinsel ilişkilerde yaşadığı haz, yakınlık ve bağlanma duygularını kapsamaktadır (Stephenson ve Meston, 2011). Cinsel doyum, bireylerin genel yaşam kalitesi ve psikolojik sağlığı üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Flynn vd., 2016).

Cinsellik kavramı partnerlerin ortak ve uyum içinde bir yaşam yürütmeleri için oldukça önemli bir kavram olsa da, aynı zamanda bireylerin başarılı olmakta en zorlandığı, performans kaygısı yaşadığı, kırılgan oldukları bir nokta (Paris, 2016). Cinsel doyum, bireyin cinsel ilişkilerindeki tatmin düzeyini belirleyen, karmaşık ve

çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmaktadır. Bu tatmin düzeyi, bireyin cinsel beklentileri, arzuları ve ihtiyaçları ile bu beklentilerin ne ölçüde karşılandığı arasındaki uyumdan kaynaklanmaktadır. Cinsel doyum, sadece fiziksel haz ile sınırlı olmayıp, duygusal tatmin, güven, sevgi ve bağlanma gibi psikososyal unsurları da içermektedir (Lawrance ve Byers, 1995).

Cinsel doyum, sadece bireysel düzeyde değil, aynı zamanda çiftler arasındaki ilişkilerde de önemli bir rol oynamaktadır. Cinsel doyumun yüksek olduğu ilişkilerde, çiftlerin genel ilişki memnuniyeti ve duygusal bağları da güçlü olmaktadır (Mark ve Murray, 2012). Bu nedenle, cinsel doyumun artırılması, çift terapilerinde ve cinsel sağlık danışmanlıklarında önemli bir hedef olarak belirlenmektedir. Cinsel doyumun yüksek olduğu ilişkilerde, partnerler arasındaki iletişim, güven ve duygusal bağlanma gibi faktörler de olumlu yönde etkilenmektedir (Byers, 2005).

Cinsel doyumun bireyler üzerindeki psikolojik etkileri de önemli bir araştırma konusu olmuştur. Yüksek düzeyde cinsel doyum, bireylerin özgüvenini artırmakta, stres ve anksiyete düzeylerini azaltmakta ve genel yaşam memnuniyetini yükseltmektedir (Rosen ve Bachmann, 2008). Ayrıca, cinsel doyumun düşük olduğu durumlarda, bireylerde depresyon, anksiyete ve ilişki sorunları gibi psikolojik problemler daha sık görülmektedir (Laumann, Paik ve Rosen, 1999).

3. Cinsel Doyumu Etkileyen Faktörler

Cinsel doyum, bireylerin cinsel yaşamlarından elde ettikleri tatmin düzeyi olarak tanımlanmaktadır ve bu tatmin düzeyini etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler, biyolojik, psikolojik, ilişki dinamikleri ve sosyo-kültürel bağlamda ele alınabilir.

Biyolojik faktörler, cinsel doyum üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Hormonal dengeler, özellikle testosteron ve östrojen seviyeleri, cinsel istek ve performansı doğrudan etkilemektedir (Basson, 2000). Yaşlanma süreci ile birlikte hormonal değişiklikler ve sağlık sorunları cinsel işlevleri olumsuz yönde etkileyebilmekte, bu da cinsel doyumun azalmasına neden olmaktadır. Örneğin, menopoz dönemindeki kadınlarda östrojen seviyelerinin düşmesi, cinsel istekte ve tatminde azalmaya yol açabilmektedir (Dennerstein vd., 2002). Ayrıca, cinsel işlev

bozuklukları, örneğin erektil disfonksiyon veya vajinismus gibi durumlar, cinsel ilişki sırasında yaşanan tatmini azaltabilmektedir (Rosen et al., 2000).

Psikolojik faktörler de cinsel doyum üzerinde belirgin bir etkiye sahiptir. Bireyin kendilik algısı ve beden imajı, cinsel ilişki sırasında kendini nasıl hissettiğini ve cinsel performansını doğrudan etkileyen önemli unsurlardır (Cash vd., 2004). Olumlu bir beden imajına sahip bireyler, cinsel ilişkilerinde daha fazla özgüven ve rahatlık hissederken, olumsuz beden imajı cinsel tatmini azaltabilmektedir. Ayrıca, stres, depresyon ve anksiyete gibi ruhsal durumlar da cinsel isteği ve tatmini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Laumann vd., 1999). Psikolojik sağlığın korunması ve desteklenmesi, cinsel doyumun artırılması açısından kritik öneme sahiptir (Laumann vd., 1999; Cash vd., 2004).

Sosyal ve ilişkisel faktörler, cinsel doyumun bir diğer önemli belirleyicisidir. Partnerler arasındaki iletişim kalitesi, duygusal yakınlık, güven ve bağlılık gibi ilişki unsurları, cinsel tatmini artırıcı bir etkiye sahiptir (Byers, 2005). İyi bir iletişim ve duygusal bağ, partnerlerin cinsel beklentilerini ve ihtiyaçlarını daha iyi anlamalarını ve karşılamalarını sağlamaktadır. Partnerler arasındaki duygusal yakınlık ve güven duygusu, cinsel ilişkilerin daha tatmin edici olmasını sağlamak ve cinsel doyumunu artırmaktadır (Mark ve Murray, 2012). Ayrıca, ilişkinin süresi ve cinsel deneyimlerin çeşitliliği de cinsel doyumunu etkileyen önemli faktörlerdendir (Sprecher, 2002).

Kültürel ve toplumsal normlar, cinsel doyum üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Farklı kültürler ve toplumlar, cinselliği ve cinsel davranışları farklı şekillerde değerlendirmekte ve bu durum bireylerin cinsel tatmin düzeylerini etkilemektedir. Örneğin, cinselliğin tabu olarak görüldüğü ve cinsel eğitimin yetersiz olduğu toplumlarda, bireylerin cinsel bilgi düzeyleri ve cinsel tatmin düzeyleri düşük olabilmektedir (Vural ve Temel, 2010). Buna karşılık, cinselliğin daha açık ve olumlu bir şekilde değerlendirildiği toplumlarda, bireyler cinsel ilişkilerinden daha fazla tatmin elde edebilmektedir. Kültürel değerler ve inançlar, bireylerin cinsel ilişkilere ve cinsel tatmine bakış açılarını şekillendirmekte ve bu da cinsel doyum üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır (Erdoğan, 2018).

C. Cinselliğe Yönelik Tutumlar

1. Cinsel Tutum Kavramı

Cinsel tutum kavramı, bireylerin cinselliğe yönelik düşünce, duygu ve davranışlarını ifade eden bir çerçeve olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram, bireylerin cinsellikle ilgili inançlarını, değerlerini ve normlarını içermekte olup, toplumsal ve kültürel bağlamda şekillenmektedir (Hendrick ve Hendrick, 1987; Herek, 2000). Cinsel tutumlar, bireylerin cinselliğe dair algılarını ve bu algıların davranışlarına yansımalarını içermektedir. Bu tutumlar, cinselliğin doğasına, cinsel ilişkilere, cinsel sağlık ve cinsel haklara yönelik çeşitli inanç ve değerleri kapsamaktadır. Cinsel tutumlar, bireylerin cinselliği nasıl deneyimlediklerini ve nasıl ifade ettiklerini belirlemekte olup, bu tutumlar zaman içinde değişebilmektedir (Laumann vd., 1994; Wells ve Twenge, 2005).

Cinsel tutumların oluşumu ve gelişimi, bireyin yaşamının erken dönemlerinden itibaren başlamaktadır. Aile, arkadaşlar, eğitim kurumları ve medya gibi sosyalizasyon alanları, bireylerin cinselliğe yönelik tutumlarını şekillendirmede kritik bir rol oynamaktadır (Lefkowitz vd., 2004). Örneğin, aile içerisinde cinselliğe yönelik açık ve olumlu bir iletişimin varlığı, bireylerin cinselliğe yönelik daha sağlıklı ve olumlu tutumlar geliştirmelerine katkıda bulunabilmektedir (Byers, 2005).

Cinselliğe dair tutumlar kültürel normlar ve geleneksel yapıya göre şekillenirken, kadın ve erkeklerin cinsellikleri noktasında da farklılıklar görülebilmektedir. Kadınların ve erkeklerin cinselliğe dair tutumları ve cinsellikleri kültürel olarak aynı noktada olmadıkları gibi, psikolojik olarak da farklılıklar görülmektedir. Cinsellik kavramı erkek için gurur ve cinsiyet kimliğini güçlendiren bir etmenken ve buna teşvik edilirken; kadınlar da durum daha farklı olarak görülmektedir ve aşırı bir biçimde annelik ve karşı cinsi tatmin kavramlarını temsil etmektedir (Paris, 2016).

2. Cinsel Tutumların Nedenleri

Cinsel tutumlar, bireylerin cinselliğe yönelik düşünce, duygu ve davranışlarını şekillendiren önemli bir faktördür. Bu tutumların oluşmasında

birçok neden rol oynamaktadır. Bu nedenler arasında biyolojik, psikolojik, sosyal ve kültürel faktörler yer almaktadır (Baumeister vd., 2001).

Biyolojik faktörler, cinsel tutumların oluşmasında etkili olan nedenlerden biridir. Hormonal değişimler, beyin yapısı ve genetik özellikler cinsel tutumları etkileyebilmektedir. Örneğin, testosteron seviyesindeki artış, cinsel dürtüyü ve cinsel aktiviteye yönelik ilgiyi artırabilmektedir (Dabbs ve Morris, 1990; Halpern, 2003). Ayrıca, beyindeki bazı bölgelerin cinsel uyarılma ve cinsel davranışlarla ilişkili olduğu bilinmektedir (Stoléru vd., 2012).

Psikolojik faktörler de cinsel tutumların şekillenmesinde önemli bir role sahiptir. Kişilik özellikleri, benlik saygısı, beden imajı ve duygusal durumlar cinsel tutumları etkileyebilmektedir. Örneğin, yüksek benlik saygısına sahip bireyler daha olumlu cinsel tutumlara sahip olabilirken, düşük benlik saygısı olumsuz cinsel tutumlara yol açabilmektedir (Andersen ve Cyranski, 1994; Seal vd., 2009). Ayrıca, depresyon, anksiyete ve stres gibi duygusal faktörler de cinsel tutumları olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Laurent ve Simons, 2009).

Sosyal faktörler, cinsel tutumların oluşmasında önemli bir yere sahiptir (Aras vd., 2007; Coleman, 2007; Erbil, 2019). Aile, arkadaşlar, medya ve kültürel faktörler cinsel tutumları şekillendirebilmektedir. Ailenin cinselliğe yönelik tutumu, çocukların cinsel tutumlarının gelişiminde belirleyici olmaktadır (Lefkowitz vd., 2004; Ebeoğlu, 2015). Arkadaşlarla yapılan konuşmalar ve paylaşılan deneyimler de cinsel tutumları etkileyebilmektedir (Lefkowitz vd., 2008). Medya, cinselliğin sunumu ve temsili yoluyla cinsel tutumların oluşmasına katkıda bulunmaktadır (Brown, 2002). Kültürel faktörler de cinsel tutumların oluşmasında belirleyici bir role sahiptir (Ebeoğlu ve Karacan, 2017). Her kültürün cinselliğe yönelik kendine özgü değerleri, inançları ve uygulamaları bulunmaktadır. Bu kültürel özellikler, bireylerin cinselliğe bakış açısını ve cinsel tutumlarını etkilemektedir. Örneğin, bazı kültürlerde cinsellik bir tabu olarak görülürken, bazı kültürlerde cinsel özgürlük daha fazla kabul görmektedir (Ember ve Ember, 2003; Giray ve Kılıç, 2004; Köse, 2009). Dini inançlar da kültürün bir parçası olarak cinsel tutumları şekillendirebilmektedir (Lefkowitz vd., 2004).

Bunların yanında cinsel eğitim de cinsel tutumların oluşmasında etkili olan faktörlerdendir. Cinsel eğitim, bireylerin cinsellikle ilgili doğru bilgilere

ulaşmasını, bilinçli kararlar almasını ve sağlıklı cinsel tutumlar geliştirmesini sağlamaktadır (Kirby, 2002; Smith vd., 2003). Bir diğer faktör olarak, kişisel deneyimler de cinsel tutumların şekillenmesinde rol oynamaktadır. Yaşanılan olumlu veya olumsuz cinsel deneyimler, bireylerin cinselliğe yönelik algılarını ve tutumlarını etkileyebilmektedir. Örneğin, cinsel istismar veya travmatik cinsel deneyimler olumsuz cinsel tutumlara yol açabilirken, doyurucu ve güvenli cinsel deneyimler olumlu cinsel tutumların gelişimini destekleyebilmektedir (Andersen ve Cyranowski, 1994; Kayır, 2001; Maltz, 2012).

3. Cinsel Tutumların Sonuçları

Cinsel tutumlar, bireylerin cinsel davranışlarını, ilişkilerini ve genel cinsel sağlıklarını önemli ölçüde etkilemektedir. Olumlu ve sağlıklı cinsel tutumlar, bireylerin cinsel yaşamlarından daha fazla doyum almalarını ve daha iyi cinsel işlevselliğe sahip olmalarını sağlarken, olumsuz cinsel tutumlar çeşitli cinsel sorunlara ve riskli cinsel davranışlara yol açabilmektedir (Laumann vd., 1994).

Cinsel tutumların en önemli sonuçlarından biri, bireylerin cinsel davranışları üzerindeki etkisidir (Ebeoğlu ve Karacan, 2019). Olumlu cinsel tutumlara sahip bireyler, daha güvenli ve doyurucu cinsel ilişkiler yaşama eğilimindedirler (Haavio-Mannila ve Kontula, 1997). Bu bireyler, cinsel ilişki sırasında kendilerini daha rahat hissederler, partnerlerinin ihtiyaçlarına daha duyarlı olurlar ve cinsellikten daha fazla keyif alırlar (Litzinger ve Gordon, 2005). Öte yandan, olumsuz cinsel tutumlar, cinsel kaçınma, cinsel işlev bozuklukları ve riskli cinsel davranışlar gibi sorunlara neden olabilmektedir (Nobre ve Pinto-Gouveia, 2006; Doğan ve Küçüköğücü, 2009). Ayrıca cinsel tutumlar, bireylerin romantik ilişkilerinin kalitesini de etkilemektedir (Dursun ve Özkan, 2019). Olumlu cinsel tutumlara sahip çiftler, daha yüksek ilişki doyumu ve uyumu yaşamaktadırlar. Bu çiftler, cinselliği ilişkilerinin önemli bir parçası olarak görürler ve cinsel konularda açık iletişim kurabilirler. Olumsuz cinsel tutumlar ise ilişki sorunlarına, cinsel uyumsuzluğa ve hatta ilişki çatışmalarına yol açabilmektedir (Metz ve Epstein, 2002; Byers, 2005; MacNeil ve Byers, 2005).

Cinsel tutumlar, bireylerin genel cinsel sağlığı üzerinde de etkili olmaktadır (Bozdemir ve Özcan, 2011; Erenoğlu ve Bayraktar, 2017). Olumlu cinsel tutumlar, cinsel sağlığın korunmasına ve geliştirilmesine katkıda bulunmaktadır. Bu

tutumlar, bireylerin cinsel konularda bilgi edinmelerini, cinsel sorunlarını çözmelerini ve cinsel sağlık hizmetlerine erişmelerini teşvik etmektedir (Robinson vd., 2002). Olumsuz cinsel tutumlar ise cinsel sağlık sorunlarının göz ardı edilmesine, cinsel yolla bulaşan enfeksiyonların yayılmasına ve istenmeyen gebeliklere neden olabilmektedir (Weinstock vd., 2004; Doğan ve Küçükgöncü, 2009).

Cinsel tutumlar, toplumsal cinsiyet rollerinin ve cinsiyet eşitsizliğinin sürdürülmesinde de rol oynamaktadır. Geleneksel ve muhafazakar cinsel tutumlar, kadınların cinsel özgürlüklerini kısıtlayabilmekte ve erkek egemen cinsel normları pekiştirebilmektedir (Crawford ve Popp, 2003). Bu tutumlar, cinsel şiddet, cinsel taciz ve ayrımcılık gibi sorunların devam etmesine katkıda bulunabilmektedir (Murnen vd., 2002). Eşitlikçi ve özgürlükçü cinsel tutumlar ise toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanmasına ve herkesin cinsel haklarının korunmasına yardımcı olmaktadır (Leiblum, 2002).

Cinsel tutumlar, bireylerin ruh sağlığı üzerinde de etkili olabilmektedir. Olumsuz cinsel tutumlar, cinsel işlev bozuklukları, cinsel memnuniyetsizlik ve ilişki sorunları gibi faktörler aracılığıyla depresyon, anksiyete ve stres gibi psikolojik sorunlara yol açabilmektedir (Laurent ve Simons, 2009). Olumlu cinsel tutumlar ise cinsel yaşamdan alınan doyumun artmasına, benlik saygısının yükselmesine ve genel iyi oluşun gelişmesine katkıda bulunabilmektedir (Davison vd., 2009).

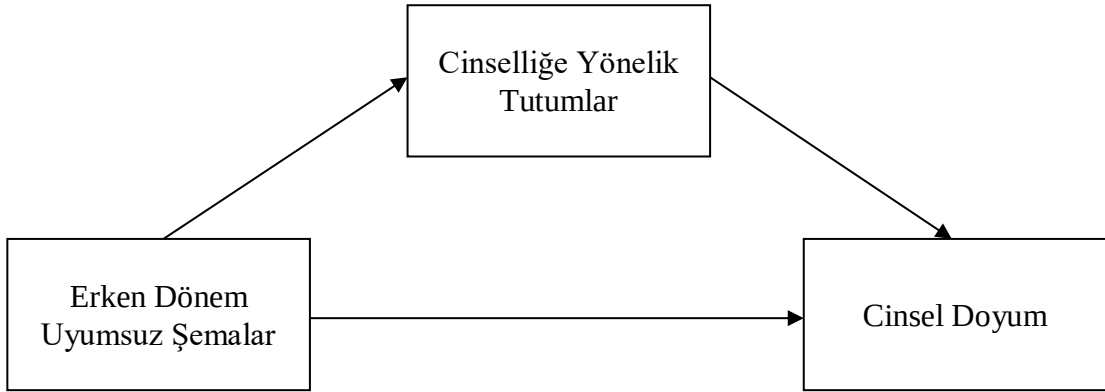


III. YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde, araştırma modeli, evren ve örneklem, veri toplama yöntemi ve araçları ile analiz yöntemi gibi araştırma yöntemine yönelik bilgiler sunulmuştur.

A. Araştırma Modeli ve Hipotezler

Bu araştırmada genç yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyuma etkisi ve bu ilişkide cinselliğe yönelik tutumların aracılık rolünün incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu doğrultuda araştırma, iki değişken arasındaki birlikte değişimin varlığını ve düzeyini inceleyen ilişkisel tarama modelinde (Karasar, 2022) yürütülmüştür. Araştırmanın bağımsız değişkenini erken dönem uyumsuz şemalar, bağımlı değişkenini cinsel doyum, aracı değişkenini ise cinselliğe yönelik tutumlar oluşturmaktadır. Araştırma modeli Şekil 1’de yer almaktadır.



Şekil 1 Araştırma Modeli

Araştırmada aşağıdaki hipotezler test edilmiştir:

H₁: Erken dönem uyumsuz şemalar genç yetişkinlerin cinsel doyumunu yordamaktadır.

H₂: Erken dönem uyumsuz şemalar cinselliğe yönelik tutumları yordamaktadır.

H₃: Cinselliğe yönelik tutumlar genç yetişkinlerin cinsel doyumunu yordamaktadır.

H₄: Cinselliğe yönelik tutumlar, erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel doyum arasındaki ilişkide aracılık rolü oynamaktadır.

B. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, 18-34 yaş aralığında cinsel birliktelik yaşamış ya da cinsel birlikteliği olan genç yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Katılımcılar araştırmaya basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Basit tesadüfi örnekleme yöntemi, evrendeki tüm birimlerin örnekleme seçilme şansının eşit olduğu bir örnekleme yöntemidir (Büyüköztürk vd., 2018).

Örneklem büyüklüğü gereksinimleri, çalışma tasarımı, evren büyüklüğü, güven düzeyi, kabul edilebilir hata ve kullanılan analizler gibi çeşitli faktörlere bağlı olarak değişebilmektedir. Bu çerçevede, asgari örneklem büyüklüğünün belirlenmesine yönelik çeşitli yaklaşımlar bulunmaktadır.

- Bell vd. (2022)'ne göre, sosyal araştırmalar için 100-200 kişilik bir örneklem yeterlidir.
- Bir başka yaklaşım, çoklu regresyon analizi yapılırken örneklem büyüklüğünün her bir bağımsız değişken için 15 gözlem içermesi gerektiğini öne sürmektedir (Siddiqui, 2013). Bu yaklaşıma göre, bu araştırmada 18 bağımsız değişken olduğu göz önüne alındığında gerekli örneklem büyüklüğü $18 \times 15 = 270$ olarak ortaya çıkmaktadır.
- Ayrıca, örneklem büyüklüğünü evren büyüklüğü ve güven düzeyine göre hesaplayan bir formül, 384 kişilik bir örneklemin %5 hata payı ile bir milyonu aşan nüfusları temsil edebileceğini göstermektedir (Rahi, 2017). Bu araştırmanın evrenini 18-34 yaş aralığında olan ve evli, romantik veya

cinsel bir ilişkisi olan genç yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Söz konusu evrenin büyüklüğüne ilişkin yayımlanmış bir istatistiğe rastlanmamıştır ancak bu sayının bir milyonun çok üzerinde olduğu düşünülmektedir.

Bu kriterler göz önünde bulundurularak, bu çalışmada en az 384 katılımcının yer alması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmaya toplam 415 genç yetişkin katılım göstermiş ve gerekli örneklem büyüklüğüne ulaşılmıştır. Sonuç olarak, çalışmanın örneklemi 18-34 yaş aralığında olan ve evli, romantik veya cinsel bir ilişkisi olan genç yetişkin bireyler arasından basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilen 415 katılımcı oluşturmaktadır. Katılımcıların %47,7'si kadınlardan oluşurken; %52,3'ü erkeklerden oluşmaktadır.

C. Veri Toplama Yöntemi

Araştırma kapsamında öncelikle İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır (Ek-1).

Çalışma katılımcılarına Google Forms üzerinde çevrimiçi olarak hazırlanan bir anket formu kullanılarak ulaşılmıştır. Söz konusu anket formunun bağlantı linki katılımcılara e-posta, online platformlar, sosyal medya vb. platformlar üzerinden ulaştırılmıştır.

Katılımcılara anket uygulaması öncesinde “bilgilendirilmiş gönüllü olur formu” (Ek-2) sunulmuştur. Bu formda araştırmaya katılımın tamamen gönüllülük esasına dayalı olduğu belirtilmiştir. Bunun yanında, araştırmanın amacı, kimlik bilgilerinin istenmediği, araştırmadan diledikleri zaman ayrılacakları, verilerin gizli tutulacağı ve yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılacağı gibi konularda bilgiler verilmiş, ayrıca daha fazla bilgi için araştırmacının iletişim bilgileri paylaşılmıştır. Araştırmaya sadece gönüllülük beyanında bulunan kişiler katılmıştır.

Araştırmada elde edilen veriler araştırmacının şifre ile korunan kişisel bilgisayarında yine şifre ile korunan bir dosyada muhafaza edilmiştir.

D. Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin toplanmasında, Demografik Bilgi Formu, Anne Baba Tutumları Ölçeği, Young Şema Ölçeği (Kısa Form-3) ve Yeni Cinsel Doyum

Ölçeğini içeren çevrimiçi bir anket formu (Ek-3) kullanılmıştır. Söz konusu ölçekler aşağıda tanıtılmıştır.

1. Demografik Bilgi Formu

Demografik Bilgi Formu, katılımcıların demografik özelliklerine yönelik toplam 10 soru içermektedir. Söz konusu sorular araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

2. Young Şema Ölçeği - Kısa Form-3 (YŞÖ-KF-3)

YŞÖ-KF-3, Jeffrey Young'ın Şema Terapisi (1990, 2003) temel alınarak geliştirilmiştir. Toplam 90 maddeden oluşan ölçek aşağıda belirtilen beş şema alanı altında toplam 18 şemayı ölçmektedir:

- i. Zedelenmiş Özerklik ve Performans
 - Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık (8, 26, 44, 62, 80)
 - Bağımlılık/Yetersizlik (7, 25, 43, 61, 79)
 - İç İç Geçme/Gelişmemiş Benlik (9, 27, 45, 63, 81)
 - Başarısızlık (6, 24, 42, 60, 78)
- ii. Kopukluk ve Reddedilme
 - Terk Edilme/ İstikrarsızlık (2, 20, 38, 56, 74)
 - Güvensizlik/Kötüye Kullanılma (3, 21, 39, 57, 75)
 - Duygusal Yoksunluk (1, 19, 37, 55, 73)
 - Kusurluluk/Utanç (5, 23, 41, 59, 77)
 - Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma (4, 22, 40, 58, 76)
- iii. Zedelenmiş Sınırlar
 - Haklılık/Büyüklik Taslama (14, 32, 50, 68, 86)
 - Yetersiz Özdenetim/Öz Disiplin (15, 33, 51, 69, 87)
- iv. Diğer Yönelimlilik
 - Boyun Eğicilik (10, 28, 46, 64, 82)
 - Kendini Feda (11, 29, 47, 65, 83)

- Onay Arayışı/Kabul Arayışı (16, 34, 52, 70, 88)

v. Aşırı Uyarılma ve Baskılama

- Olumsuzluk/Karamsarlık (17, 35, 53, 71, 89)
- Duyguları Baskılama (12, 30, 48, 66, 84)
- Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştirelilik (13, 31, 49, 67, 85)
- Cezalandırıcılık (18, 36, 54, 72, 90)

Ölçeğin Türkçe uyarılma çalışması Soygüt vd. (2009) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada, ölçeğin Türkçe formu için beş şema alanına ve bu şema alanlarının kapsadığı 14 alt şema boyutuna ulaşılmıştır. Be şema alanları ve boyutlar/şemalar aşağıdaki gibidir:

i. Zedelenmiş Otonomi

- İç İç Geçme/Bağımlılık (7, 9, 10, 25, 63, 64, 79, 81, 82)
- Terk Edilme (2, 20, 28, 38, 74)
- Başarısızlık (6, 24, 33, 42, 60, 78)
- Karamsarlık (8, 17, 26, 35, 80)
- Tehditler Karşında Dayanıksızlık (21, 39, 44, 62, 71)

ii. Kopukluk

- Duygusal Yoksunluk (1, 19, 37, 55, 73)
- Duyguları Bastırma (12, 30, 48, 66, 84)
- Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (3, 4, 40, 57, 58, 75, 76)
- Kusurluluk (23, 41, 43, 59, 77, 90)

iii. Yüksek Standartlar

- Yüksek Standartlar (13, 14, 31)
- Onay Arayıcılık (16, 34, 52, 56, 70, 88)

iv. Zedelenmiş Sınırlar

- Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim (15, 22, 32, 50, 51, 68, 69)

v. Diğerleri Yönelimlilik

- Kendini Feda (11, 29, 47, 65, 83)
- Cezalandırılma (18, 49, 53, 54, 72, 89)

Ölçek altılı Likert tipindedir (1=Benim için tamamen doğru değil; 6=Beni mükemmel bir şekilde tanımlıyor). Alt ölçeklerden alınan puanlar ilgili şemanın düzeyini yansıtmaktadır. Alt ölçeklerin Cronbach alfa güvenirlik katsayılarının .67-.93 arasında değiştiği bildirilmiştir (Soygüt vd., 2009).

3. Yeni Cinsel Doyum Ölçeği

Yeni Cinsel Doyum Ölçeği, Štulhofer vd.(2010) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe uyarlama çalışması Tuğut (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir. Toplam 20 madde bulunan ölçek, “ben merkezli” (1-10.maddeler) ve “eş-partner/cinsel aktivite merkezli” (11-20.maddeler) olmak üzere iki boyut içermektedir. Ölçek beşli likert (1= Hiç Memnun Değilim, 5= Son Derece Memnunum) tipindedir. Ölçekten alınan puanlar cinsel doyum düzeyini yansıtmaktadır. Ölçeğin Cronbach alpha güvenirlik katsayısı 0.95 olarak bildirilmiştir (Tuğut, 2016).

4. Hendrick Cinsel Tutum Ölçeği

Hendrick Cinsel Tutum Ölçeği, Hendrick vd. (2006) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe uyarlama çalışması Karaçam (2012) tarafından gerçekleştirilmiştir. Toplam 23 madde bulunan ölçek, “onaylayıcılık” (1-10.maddeler), “doğum kontrolü” (11-13.maddeler), paylaşım (14-18.maddeler) ve araç olarak değerlendirme (19-23.maddeler) olmak üzere dört boyut içermektedir. Onaylayıcılık boyutu gelişigüzel cinsellik, doğum kontrolü boyutu sorumlu ve hoşgörülü cinsellik, paylaşım boyutu idealist cinsellik, araç olarak değerlendirme boyutu ise biyolojik ve faydacı cinsellik olarak nitelendirilmektedir. Buna göre, onaylayıcılık ve araç olarak değerlendirme kişinin kendini merkeze aldığı, paylaşım ve doğum kontrolü ise cinsel eşini merkeze aldığı faktörler olarak değerlendirilmektedir. Ölçek beşli likert (1= Kesinlikle katılmıyorum, 5= Kesinlikle katılıyorum) tipindedir. Ölçeğin Cronbach alpha güvenirlik katsayısı onaylayıcılık boyutu için 0.86, doğum kontrolü boyutu için 0.84, paylaşım boyutu için 0.66, araç olarak değerlendirme boyutu için 0.69 ve ölçek geneli için 0.85 olarak bildirilmiştir (Karaçam, 2012).

E. Analiz Yöntemi

Araştırmada gerçekleştirilen analizlerde SPSS v26 programı kullanılmıştır. Araştırma kapsamında gerçekleştirilen analizlere ilişkin bilgiler aşağıda sunulmuştur.

- Araştırmaya katılım sağlayan bireylerin demografik özelliklerine göre dağılımları frekans analizi aracılığıyla incelenmiştir.
- Araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenilirlikleri Cronbach alpha katsayıları üzerinden değerlendirilmiştir.
- Verilerin normal dağılım gösterip göstermediklerini belirlemek üzere değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiştir. Verilerin normal dağıldığı görüldüğünden araştırmanın devamındaki analizlerde parametrik teknikler kullanılmıştır.
- Genç yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemalar, cinsel doyum ve cinselliğe yönelik tutumlar arasındaki ilişkilerin incelemesi amacıyla Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır.
- Genç yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyum üzerindeki etkilerini incelemek üzere çok değişkenli regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.
- Genç yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel doyum arasındaki ilişkide cinselliğe yönelik tutumların aracılık rolünün incelenmesinde Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen üç aşamalı regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.



IV. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde araştırmada toplanan verilerin analizinde ulaşılan bulgular yer almaktadır.

A. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Araştırmaya yaşları 18-34 arasında değişen ($\bar{x} = 25,10$; $ss = 3,70$) toplam 415 gönüllü katılım göstermiştir. Katılımcıların demografik özelliklerine göre dağılımına ilişkin frekans analizi sonuçları Çizelge 2’de sunulmuştur. Çizelgede görüldüğü üzere;

- Katılımcıların %47,7’si kadın ($n = 198$), %52,3’ü erkektir ($n = 217$).
- Katılımcıların %34’ü evli ($n = 141$), %52,8’i bekar olup ilişkisi var ($n = 219$) ve %13,3’ü bekar olup ilişkisi yoktur ($n = 55$).
- Eğitim durumlarına bakıldığında, katılımcıların %6,7’si ilkokul ($n = 28$), %8,4’ü ortaokul ($n = 35$), %34’ü lise ($n = 141$), %43,9’u lisans ($n = 182$) ve %7’si lisansüstü ($n = 29$) mezunudur.
- Katılımcıların partnerlerinin eğitim durumları ise %6,3 ilkokul ($n = 26$), %8,7 ortaokul ($n = 36$), %33,3 lise ($n = 138$), %45,8 lisans ($n = 190$) ve %6 lisansüstü ($n = 25$) şeklindedir.
- Gelir durumları incelendiğinde, katılımcıların %19’u düşük ($n = 79$), %55,4’ü orta ($n = 230$) ve %25,5’i yüksek ($n = 106$) gelir grubundadır.
- Cinsel ilişki sıklığı açısından, katılımcıların %24,6’sı birkaç ayda bir ($n = 102$), %28,7’si ayda birkaç kez ($n = 119$), %37,6’sı haftada birkaç kez ($n = 156$) ve %9,2’si her gün ($n = 38$) cinsel ilişkiye girmektedir.
- Son olarak, katılımcıların %68,7’sinin çocuğu yokken ($n = 285$), %9,4’ünün 1 ($n = 39$), %10,6’sının 2 ($n = 44$), %6’sının 3 ($n = 25$), %2,9’unun 4 ($n = 12$) ve %2,4’ünün 5 ($n = 10$) çocuğu bulunmaktadır.

Çizelge 2 Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	Kategori	n	%
Cinsiyet	Kadın	198	47,7
	Erkek	217	52,3
İlişki Durumu	Evli	141	34,0
	Bekar (İlişkisi Var)	219	52,8
	Bekar (İlişkisi Yok)	55	13,3
Eğitim Durumu	İlkokul	28	6,7
	Ortaokul	35	8,4
	Lise	141	34,0
	Lisans	182	43,9
	Lisansüstü	29	7,0
Partnerin Eğitim Durumu	İlkokul	26	6,3
	Ortaokul	36	8,7
	Lise	138	33,3
	Lisans	190	45,8
	Lisansüstü	25	6,0
Gelir Durumu	Düşük	79	19,0
	Orta	230	55,4
	Yüksek	106	25,5
Cinsel İlişki Sıklığı	Birkaç ayda bir	102	24,6
	Ayda birkaç kez	119	28,7
	Haftada birkaç kez	156	37,6
	Her gün	38	9,2
Çocuk Sayısı	0	285	68,7
	1	39	9,4
	2	44	10,6
	3	25	6,0
	4	12	2,9
	5	10	2,4

B. Güvenilirlik Analizi

Araştırmada veri toplamak üzere kullanılan ölçeklerin güvenilirlik analizi sonuçları Çizelge 3’te sunulmuştur.

Çizelge 3 Güvenilirlik Analizi Sonuçları

Ölçek	Cronbach Alpha
YOUNG ŞEMA ÖLÇEĞİ	.989
İç İçe Geçme/Bağımlılık	.930
Terk Edilme	.862
Başarısızlık	.902
Karamsarlık	.847
Tehditler Karşında Dayanıksızlık	.882
Duygusal Yoksunluk	.849
Duyguları Bastırma	.855
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	.908
Kusurluluk	.891
Yüksek Standartlar	.847
Onay Arayıcılık	.884
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	.887
Kendini Feda	.862
Cezalandırılma	.880
CİNSEL DOYUM ÖLÇEĞİ	.990
Ben Merkezli	.984
Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli	.984
CİNSEL TUTUM ÖLÇEĞİ	.970
Onaylayıcılık	.930
Doğum Kontrolü	.935
Paylaşım	.956
Araç Olarak Değerlendirme	.955

Cronbach Alpha katsayısı, ölçek maddelerinin birbiriyle tutarlılığını ve ölçeğin genel güvenilirliğini değerlendirmek için kullanılan bir katsayıdır. Katsayının .70 ve üzerinde olması, ölçeğin güvenilir olduğunu göstermektedir (Nunnally, 1978). Çizelge 3'te görüldüğü üzere, Young Şema Ölçeği'nin genel Cronbach Alpha katsayısı .989 olup, alt boyutlarının katsayıları .847 (Karamsarlık ve Yüksek Standartlar) ile .930 (İç İç Geçme/Bağımlılık) arasında değişmektedir. Cinsel Doyum Ölçeği'nin genel Cronbach Alpha katsayısı .990 olup, alt boyutlarının katsayıları .984'tür. Cinsel Tutum Ölçeği'nin genel Cronbach Alpha katsayısı .970 olup, alt boyutlarının katsayıları .930 (Onaylayıcılık) ile .956 (Paylaşım) arasında değişmektedir. Bu sonuçlar, araştırmada kullanılan ölçeklerin yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğunu ve güvenilir ölçümler yaptığını göstermektedir.

C. Normal Dağılım Analizi

Araştırma verilerinin normal dağılıma uyup uymadıklarını incelemek üzere değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiştir. Analiz sonuçları Çizelge 4'te sunulmuştur.

Çarpıklık ve basıklık katsayıları, bir değişkenin normal dağılıma uygunluğunu değerlendirmek için kullanılan ölçülerdir. Çarpıklık katsayısı, dağılımın simetrisini gösterirken, basıklık katsayısı dağılımın dikliğini veya düzlüğünü göstermektedir. Normal dağılım için, çarpıklık ve basıklık katsayılarının ± 1 aralığında olması beklenmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Ancak, ± 2 aralığındaki değerler de kabul edilebilir sınırlar içinde değerlendirilmektedir (George ve Mallery, 2010).

Çizelge 4'te görülen analiz sonuçlarına göre, Young Şema Ölçeği'nin genel çarpıklık katsayısı .734 ve basıklık katsayısı .541'dir. Ölçeğin alt boyutlarının çarpıklık katsayıları .509 ile .876 arasında, basıklık katsayıları ise -.648 ile .617 arasında değişmektedir.

Cinsel Doyum Ölçeği'nin genel çarpıklık katsayısı -.544 ve basıklık katsayısı -.767'dir. Ölçeğin alt boyutlarının çarpıklık katsayıları -.549 (Ben Merkezli) ve -.509 (Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli), basıklık katsayıları ise -.771 (Ben Merkezli) ve -.834'tür (Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli).

Çizelge 4 Normal Dağılım Analizi Sonuçları

Değişken	Çarpıklık	Basıklık
YOUNG ŞEMA ÖLÇEĞİ	.734	.541
İç İçe Geçme/Bağımlılık	.876	.617
Terk Edilme	.780	.343
Başarısızlık	.840	.354
Karamsarlık	.608	.142
Tehditler Karşında Dayanıksızlık	.621	.042
Duygusal Yoksunluk	.752	.219
Duyguları Bastırma	.686	.118
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	.800	.384
Kusurluluk	.756	.338
Yüksek Standartlar	.526	-.648
Onay Arayıcılık	.597	-.169
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	.590	.077
Kendini Feda	.634	-.024
Cezalandırılma	.509	-.153
CİNSEL DOYUM ÖLÇEĞİ	.544	-.767
Ben Merkezli	-.549	-.771
Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli	-.509	-.834
CİNSEL TUTUM ÖLÇEĞİ	-.219	-.378
Onaylayıcılık	.202	-.840
Doğum Kontrolü	.470	-1.025
Paylaşım	.453	-1.012
Araç Olarak Değerlendirme	-.430	-.984

Cinsel Tutum Ölçeği'nin genel çarpıklık katsayısı -.219 ve basıklık katsayısı -.378'dir. Ölçeğin alt boyutlarının çarpıklık katsayıları -.430 (Araç Olarak Değerlendirme) ile .470 (Doğum Kontrolü) arasında, basıklık katsayıları ise -1.025 (Doğum Kontrolü) ile -.840 (Onaylayıcılık) arasında değişmektedir.

Bu sonuçlar, araştırmada kullanılan ölçeklerin ve alt boyutlarının çarpıklık ve basıklık katsayılarının ± 2 aralığında olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, verilerin normal dağılıma uygun olduğu söylenebilir.

D. Korelasyon Analizi

Erken dönem uyumsuz şemalar, cinsel doyum ve cinselliğe yönelik tutum arasındaki ilişkilerin incelemesi amacıyla gerçekleştirilen Pearson korelasyon analizi sonuçları Çizelge 5’te sunulmuştur.

Çizelge 5 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Cinsel Doyum ve Cinselliğe Yönelik Tutumlar Arasındaki İlişkilere Yönelik Pearson Korelasyon Sonuçları

Değişken	(1)	(2)	(3)
(1) Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	1		
(2) Cinsel Doyum	-.471**	1	
(3) Cinselliğe Yönelik Tutum	-.212**	.427**	1

**p<.01

Pearson korelasyon analizi, iki değişken arasındaki doğrusal ilişkinin yönünü ve gücünü değerlendirmek için kullanılan istatistiksel bir yöntemdir. Korelasyon katsayısı (r), -1 ile +1 arasında değerler almaktadır. Katsayının mutlak değeri, ilişkinin gücünü gösterirken, işareti ilişkinin yönünü belirtmektedir. Katsayının 0 olması, iki değişken arasında ilişki olmadığını göstermektedir. Katsayının -1’e yaklaşması negatif, +1’e yaklaşması ise pozitif yönde güçlü bir ilişkiyi ifade etmektedir (Cohen, 1988).

Çizelge 5’te görülen analiz sonuçlarına göre, erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel doyum arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r = -.471$, $p < .01$). Bu sonuç, erken dönem uyumsuz şemaları daha yüksek olan bireylerin cinsel doyumlarının daha düşük seviyede olduğunu göstermektedir. Benzer şekilde, erken dönem uyumsuz şemalar ile cinselliğe yönelik tutum arasında da negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r = -.212$, $p < .01$). Bu sonuç, erken dönem uyumsuz şemaları daha yüksek olan bireylerin cinselliğe yönelik daha olumsuz tutumlara sahip olduğunu göstermektedir. Diğer taraftan, cinsel doyum ile cinselliğe yönelik tutum arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .427$, $p < .01$). Bu sonuç, cinsel doyumunu yüksek olan bireylerin cinselliğe yönelik daha olumlu tutumlara sahip olduğunu ifade etmektedir.

Erken dönem uyumsuz şemalar, cinsel doyum ve cinselliğe yönelik tutum değişkenlerinin alt boyutları arasındaki ilişkileri incelemek üzere gerçekleştirilen Pearson korelasyon analizi sonuçları Çizelge 6’da sunulmuştur.

Çizelge 6 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Cinsel Doyum ve Cinselliğe Yönelik Tutum Alt Boyutları Arasındaki İlişkilere Yönelik Pearson Korelasyon Sonuçları

Değişkenler		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	(12)	(13)	(14)	(15)	(16)	(17)	(18)	(19)	(20)
Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	(1) İç İç Geçme / Bağımlılık	1																			
	(2) Terk Edilme	.896**	1																		
	(3) Başarısızlık	.907**	.884**	1																	
	(4) Karamsarlık	.882**	.857**	.850**	1																
	(5) Tehditler Karşında Dayanıksızlık	.889**	.861**	.880**	.857**	1															
	(6) Duygusal Yoksunluk	.764**	.790**	.764**	.749**	.762**	1														
	(7) Duyguları Bastırma	.860**	.840**	.847**	.851**	.858**	.734**	1													
	(8) Sosyal İzolasyon / Güvensizlik	.899**	.899**	.878**	.856**	.881**	.762**	.861**	1												
	(9) Kusurluluk	.900**	.867**	.893**	.829**	.890**	.767**	.857**	.892**	1											
	(10) Yüksek Standartlar	.664**	.716**	.670**	.749**	.645**	.611**	.763**	.690**	.625**	1										
	(11) Onay Arayıcılık	.804**	.820**	.802**	.815**	.808**	.688**	.834**	.830**	.779**	.784**	1									
	(12) Ayrıcalıklılık / Yetersiz Özdenetim	.866**	.868**	.868**	.872**	.867**	.727**	.850**	.875**	.843**	.785**	.902**									
	(13) Kendini Feda	.845**	.829**	.818**	.845**	.824**	.684**	.864**	.819**	.800**	.780**	.894**	.886**	1							
	(14) Cezalandırılma	.826**	.827**	.808**	.829**	.836**	.724**	.852**	.847**	.808**	.773**	.910**	.899**	.872**	1						
Cinsel Doyum	(15) Ben Merkezli	-.456**	-.438**	-.453**	-.429**	-.428**	-.511**	-.427**	-.417**	-.425**	-.348**	-.413**	-.415**	-.425**	-.431**	1					
	(16) Eş-Partner / Cinsel Aktivite Merkezli	-.440**	-.429**	-.433**	-.404**	-.422**	-.508**	-.419**	-.410**	-.410**	-.340**	-.402**	-.395**	-.411**	-.419**	.935**	1				
Cinselliğe Yönelik Tutum	(17) Onaylayıcılık	.258**	.273**	.258**	.293**	.249**	.399**	.296**	.280**	.241**	.326**	.296**	.276**	.299**	.318**	-.432**	-.437**	1			
	(18) Doğum Kontrolü	-.193**	-.196**	-.213**	-.284**	-.232**	-.300**	-.230**	-.234**	-.177**	-.345**	-.310**	-.301**	-.262**	-.301**	.245**	.235**	-.672**	1		
	(19) Paylaşım	-.207**	-.232**	-.220**	-.295**	-.246**	-.335**	-.260**	-.257**	-.204**	-.366**	-.310**	-.307**	-.289**	-.313**	.278**	.266**	-.662**	.892**	1	
	(20) Araç Olarak Değerlendirme	.152**	.169**	.168**	.234**	.187**	.286**	.196**	.211**	.169**	.282**	.243**	.245**	.225**	.246**	-.275**	-.254**	.618**	-.843**	-.928**	1

*p<0,05; **p<0,01

Çizelge 6’da görülen Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre, erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel doyumun alt boyutları arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p < .01$). Korelasyon katsayıları $-.340$ (Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli ve Yüksek Standartlar) ile $-.511$ (Ben Merkezli ve Duygusal Yoksunluk) arasında değişmektedir. Bu sonuçlar, erken dönem uyumsuz şemaları daha yüksek olan bireylerin cinsel doyumlarının daha düşük olduğunu göstermektedir.

Duygusal Yoksunluk ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.511$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.508$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, duygusal olarak yoksunluk çeken bireylerin cinsel doyumlarının düşük olduğunu göstermektedir. Duygusal bağlanma eksikliği, bireylerin cinsel tatminlerini olumsuz yönde etkileyebilir.

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.417$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.410$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Sosyal olarak izole ve güvensiz hisseden bireylerin cinsel yaşamlarında tatminsizlik yaşadıkları anlaşılmaktadır. Bu durum, bireylerin sosyal bağ kurmakta zorlandıkları ve bu zorluğun cinsel tatminlerini azalttığına işaret eder.

Kusurluluk ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.425$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.410$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Kendini kusurlu hisseden bireylerin cinsel doyumlarının düşük olduğu görülmektedir. Bu, bireylerin kendilerine yönelik olumsuz algılarının cinsel tatminlerini olumsuz yönde etkilediğini göstermektedir.

Duyguları Bastırma ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.427$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.419$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Duygularını bastıran bireylerin cinsel yaşamlarında da tatminsizlik yaşadıkları görülmektedir. Bu, duygusal ifadede zorluk yaşayan bireylerin cinsel tatminlerini de olumsuz etkilediğini ortaya koymaktadır.

İç İçe Geçme/Bağımlılık ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.456$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.440$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, bağımlı ve iç içe geçmiş ilişkiler yaşayan bireylerin cinsel tatminlerinin daha düşük olduğunu göstermektedir. Bağımlılık, bireyin kendine olan güvenini sarsarak cinsel tatmini olumsuz yönde etkileyebilir.

Terk Edilme ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.438$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.429$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Terk edilme korkusu yaşayan bireylerin cinsel yaşamlarında tatminsizlik yaşadıkları anlaşılmaktadır. Bu şema, bireyin ilişkilerinde sürekli olarak terk edilme endişesi taşımasına yol açarak, cinsel doyumunu olumsuz etkileyebilir.

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.428$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.422$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Bu şemaya sahip bireylerin cinsel yaşamlarında tatminsizlik yaşadıkları görülmektedir. Tehditler karşısında dayanıksız olan bireyler, cinsel yaşamda da kendilerini güvende hissetmeyebilirler.

Başarısızlık ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.453$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.433$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Kendini başarısız hisseden bireylerin cinsel yaşamlarında da tatminsizlik yaşadıkları görülmektedir. Bu şema, bireyin kendine olan güvenini sarsarak cinsel doyumunu olumsuz yönde etkileyebilir.

Karamsarlık ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.429$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.404$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Sürekli olarak olumsuz düşüncelere kapılan bireylerin cinsel yaşamlarında tatminsizlik yaşadıkları anlaşılmaktadır. Karamsarlık, bireyin cinsel yaşamda da mutluluğu bulamamasına yol açabilir.

Yüksek Standartlar ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.348$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.340$ ($p < .01$)

korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, yüksek standartlara sahip olan bireylerin cinsel tatminlerinin daha düşük olduğunu göstermektedir. Yüksek beklentiler, bireyin cinsel yaşamda tatmin olmasını zorlaştırabilir.

Onay Arayıcılık ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.413$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.402$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, onay arayışında olan bireylerin cinsel tatminlerinin daha düşük olduğunu göstermektedir. Sürekli olarak başkalarının onayını arayan bireyler, cinsel ilişkilerinde de tatmin olamayabilirler.

Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.415$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.395$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, ayrıcalıklılık ve yetersiz özdenetim hissi yaşayan bireylerin cinsel tatminlerinin daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu bireyler, cinsel ilişkilerinde de dengeyi kurmakta zorlanabilirler.

Kendini Feda ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.425$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.411$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Kendini feda eden bireylerin cinsel tatminlerinin daha düşük olduğu görülmektedir. Bu bireyler, sürekli olarak başkalarının ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarının önüne koyarak, cinsel tatminlerini azaltabilirler.

Cezalandırılma ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında $-.431$ ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında $-.419$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, cezalandırılma duygusu yaşayan bireylerin cinsel tatminlerinin daha düşük olduğunu göstermektedir. Kendilerini sürekli olarak cezalandırılmış hissedenden bireyler, cinsel yaşamlarında da tatminsizlik yaşayabilirler.

Erken dönem uyumsuz şemaların alt boyutları ile cinselliğe yönelik tutumun Onaylayıcılık ve Araç Olarak Değerlendirme alt boyutları arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler saptanmıştır ($p < .01$). Korelasyon katsayıları Onaylayıcılık için $.241$ (Kusurluluk) ile $.399$ (Duygusal Yoksunluk) arasında, Araç

Olarak Değerlendirme için ise .152 (İç İçe Geçme / Bağımlılık) ile .286 (Duygusal Yoksunluk) arasında değişmektedir. Bu sonuçlar, erken dönem uyumsuz şemaları yüksek olan bireylerin, cinselliğe yönelik tutumlarında Onaylayıcılık ve Araç Olarak Değerlendirme alt boyutlarının daha baskın olduğu görülmektedir.

Duygusal Yoksunluk ile Onaylayıcılık arasında .399 ($p < .01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Onaylayıcılık arasında .280 ($p < .01$), Kusurluluk ile Onaylayıcılık arasında .241 ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik ve kusurluluk şemaları yüksek olan bireylerin cinselliğe yönelik daha onaylayıcı bir tutuma sahip olduklarını göstermektedir. Onaylayıcılık alt boyutu, bireyin cinselliği daha serbest ve bağımsız bir şekilde yaşamasını, rastgele ve çok sayıda partnerle cinsel ilişki yaşamasını, tek gecelik ilişkileri ve kuralların olmadığı seksüel onaylamasını içermektedir.

Duygusal Yoksunluk ile Araç Olarak Değerlendirme arasında .286 ($p < .01$), İç İçe Geçme/Bağımlılık ile Araç Olarak Değerlendirme arasında .152 ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, duygusal yoksunluk ve iç içe geçmiş/birbirine bağımlı ilişkiler yaşayan bireylerin, cinselliği daha çok fiziksel bir ihtiyaç olarak değerlendirdiklerini göstermektedir. Araç Olarak Değerlendirme alt boyutu ise, cinselliğin öncelikli olarak zevk almak ve fiziksel bir ihtiyacı karşılamak amacıyla yaşandığını, bireyin kendi zevkine odaklandığı bir eylem olduğunu vurgulamaktadır.

Diğer taraftan, erken dönem uyumsuz şemaların alt boyutları ile cinselliğe yönelik tutumun Doğum Kontrolü ve Paylaşım alt boyutları arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p < .01$). Korelasyon katsayıları Doğum Kontrolü için -.177 (Kusurluluk) ile -.345 (Yüksek Standartlar) arasında, Paylaşım için ise -.204 (Kusurluluk) ile -.366 (Yüksek Standartlar) arasında değişmektedir. Bu sonuçlar, erken dönem uyumsuz şemaları yüksek olan bireylerin, cinselliğe yönelik tutumlarında Doğum Kontrolü ve Paylaşım alt boyutlarını daha az benimsedikleri görülmektedir.

Yüksek Standartlar ile Doğum Kontrolü arasında -.345 ($p < .01$), Kusurluluk ile Doğum Kontrolü arasında -.177 ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, yüksek standartlar ve kusurluluk

şemaları yüksek olan bireylerin cinsellikte sorumluluk almayı ve doğum kontrolü yöntemlerini kullanmayı daha az benimsediklerini göstermektedir. Doğum Kontrolü alt boyutu, bireylerin cinsel ilişkide sorumluluk alması ve doğum kontrolü yöntemlerini kullanması gerektiğini vurgulamaktadır.

Yüksek Standartlar ile Paylaşım arasında -0.366 ($p < .01$), Kusurluluk ile Paylaşım arasında $r = -0.204$ ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, yüksek standartlar ve kusurluluk şemaları yüksek olan bireylerin cinsellikte duygusal paylaşımı ve yakınlığı daha az önemsediklerini göstermektedir. Paylaşım alt boyutu, cinselliğin iki kişi arasında yakın bir iletişim ve paylaşım olduğunu, ruhların birleşmesine benzediğini ve yaşamın önemli bir parçası olduğunu ifade etmektedir.

Cinselliğe yönelik tutumun Onaylayıcılık ve Araç Olarak Değerlendirme alt boyutları ile cinsel doyumun alt boyutları arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p < .01$). Korelasyon katsayıları Onaylayıcılık için -0.437 (Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli) ile -0.432 (Ben Merkezli), Araç Olarak Değerlendirme için ise -0.254 (Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli) ile -0.275 (Ben Merkezli) arasında değişmektedir. Bu sonuçlar, cinselliğe yönelik daha onaylayıcı bir tutuma sahip olan ve cinselliği bir araç olarak değerlendiren bireylerin, cinsel doyumlarının daha düşük olduğunu göstermektedir.

Onaylayıcılık ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında -0.432 ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında -0.437 ($p < .01$) korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, cinselliğe yönelik daha onaylayıcı bir tutuma sahip olan bireylerin cinsel tatminlerinin daha düşük olduğunu göstermektedir. Onaylayıcılık alt boyutu, bireyin cinselliği daha serbest ve bağımsız bir şekilde yaşamasını, rastgele ve çok sayıda partnerle cinsel ilişki yaşamasını, tek gecelik ilişkileri ve kuralların olmadığı seksüel onaylamasını içermektedir. Bu tutumlara sahip bireylerin, cinsel ilişkide duygusal bağlanma ve yakınlık aramadıkları, cinselliği daha çok fiziksel bir ihtiyaç olarak gördükleri ve bu nedenle cinsel doyumlarının daha düşük olduğu söylenebilir.

Araç Olarak Değerlendirme ile Ben Merkezli cinsel doyum arasında -0.275 ($p < .01$) ve Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli cinsel doyum arasında -0.254 ($p < .01$)

korelasyon katsayıları ile düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, cinselliği bir araç olarak değerlendiren bireylerin cinsel tatminlerinin daha düşük olduğunu göstermektedir. Araç Olarak Değerlendirme alt boyutu, cinselliğin öncelikli olarak zevk almak ve fiziksel bir ihtiyacı karşılamak amacıyla yaşandığını vurgulamaktadır. Bu tutumlara sahip bireylerin, cinsel ilişkide duygusal bağlanma ve yakınlık aramadıkları, cinselliği daha çok fiziksel bir ihtiyaç olarak gördükleri ve bu nedenle cinsel doyumlarının daha düşük olduğu söylenebilir.

Cinselliğe yönelik tutumun Doğum Kontrolü alt boyutu ile cinsel doyumun alt boyutları arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler saptanmıştır ($p < .01$). Korelasyon katsayıları Doğum Kontrolü için .235 (Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli) ile .245 (Ben Merkezli) arasında değişmektedir. Bu sonuçlar, cinsellikte sorumluluk almayı ve doğum kontrolü yöntemlerini kullanmayı önemseyen bireylerin cinsel doyumlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Doğum Kontrolü alt boyutu, bireylerin cinsel ilişkide sorumluluk alması ve doğum kontrolü yöntemlerini kullanması gerektiğini vurgulamaktadır.

Cinselliğe yönelik tutumun Paylaşım alt boyutu ile cinsel doyumun alt boyutları arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler saptanmıştır ($p < .01$). Korelasyon katsayıları Paylaşım için .266 (Eş-Partner/Cinsel Aktivite Merkezli) ile .278 (Ben Merkezli) arasında değişmektedir. Bu sonuçlar, cinsellikte duygusal paylaşımı ve yakınlığı önemseyen bireylerin cinsel doyumlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Paylaşım alt boyutu, cinselliğin iki kişi arasında yakın bir iletişim ve paylaşım olduğunu ifade etmektedir. Bu tutumları benimseyen bireylerin, cinsel ilişkide duygusal paylaşımı önemsedikleri ve bu nedenle cinsel doyumlarının daha yüksek olduğu söylenebilir.

Duygusal Yoksunluk ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .35, p < .01$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .51, p < .01$), Anlamsızlık Kaygısı ($r = .44, p < .01$), Ölüm Kaygısı ($r = .15, p < .01$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .57, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .23, p < .01$) arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, duygusal yoksunluk yaşayan bireylerin kendilerini sabotaj etme ve varoluşsal kaygı gibi olumsuz duygularla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .45, p < .01$), Genel Erteleme Ölçeği ($r = .26, p < .01$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .48, p < .01$), Anlamsızlık Kaygısı ($r = .32, p < .01$), Ölüm Kaygısı ($r = .16, p < .01$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .64, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .26, p < .01$) arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, sosyal izolasyon ve güvensizlik yaşayan bireylerin kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Kusurluluk ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .42, p < .01$), Genel Erteleme Ölçeği ($r = .33, p < .01$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .55, p < .01$), Anlamsızlık Kaygısı ($r = .41, p < .01$), Ölüm Kaygısı ($r = .23, p < .01$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .50, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .41, p < .01$) arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, kendini kusurlu hisseden bireylerin kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Duyguları Bastırma ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .42, p < .01$), Genel Erteleme Ölçeği ($r = .24, p < .01$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .37, p < .01$), Anlamsızlık Kaygısı ($r = .25, p < .01$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .41, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .32, p < .01$) arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, duygularını bastıran bireylerin kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

İç İç Geçme/Bağımlılık ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .53, p < .01$), Genel Erteleme Ölçeği ($r = .52, p < .01$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .70, p < .01$), Anlamsızlık Kaygısı ($r = .53, p < .01$), Ölüm Kaygısı ($r = .29, p < .01$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .57, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .58, p < .01$) arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, bağımlı ilişkiler yaşayan bireylerin kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Terk Edilme ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .46, p < .01$), Genel Erteleme Ölçeği ($r = .52, p < .01$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .53, p < .01$), Anlamsızlık Kaygısı ($r = .30, p < .01$), Ölüm Kaygısı ($r = .31, p < .01$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .46, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .50, p < .01$) arasında orta düzey pozitif

korelasyonlar saptanmıştır. Bu, terk edilme korkusu yaşayan bireylerin kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .41, p < .01$), Genel Erteleme Ölçeği ($r = .43, p < .01$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .53, p < .01$), Anlamsızlık Kaygısı ($r = .38, p < .01$), Ölüm Kaygısı ($r = .11, p < .05$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .56, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .45, p < .01$) arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, tehditler karşısında dayanıksız olan bireylerin kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Başarısızlık ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .64, p < .01$), Genel Erteleme Ölçeği ($r = .45, p < .01$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .59, p < .01$), Anlamsızlık Kaygısı ($r = .44, p < .01$), Ölüm Kaygısı ($r = .26, p < .01$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .51, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .46, p < .01$) arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, kendini başarısız hisseden bireylerin kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Karamsarlık ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .58, p < .01$), Genel Erteleme Ölçeği ($r = .33, p < .01$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .55, p < .01$), Anlamsızlık Kaygısı ($r = .33, p < .01$), Ölüm Kaygısı ($r = .27, p < .01$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .52, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .51, p < .01$) arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, karamsar bireylerin kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Yüksek Standartlar ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .24, p < .01$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .18, p < .01$), Ölüm Kaygısı ($r = .11, p < .05$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .19, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .23, p < .01$) arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, yüksek standartlara sahip bireylerin kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Onay Arayıcılık ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .44, p < .01$), Genel Erteleme Ölçeği ($r = .35, p < .01$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .46, p < .01$), Ölüm Kaygısı ($r = .47, p < .01$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .48, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .53, p$

< .01) arasında orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, sürekli olarak başkalarının onayını arayan bireylerin kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .23, p < .01$), Genel Erteleme Ölçeği ($r = .21, p < .01$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .13, p < .01$) ve Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .28, p < .01$) arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, ayrıcalıklılık ve yetersiz özdenetim hissi yaşayan bireylerin kendilerini sabotaj etme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Kendini Feda ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .32, p < .01$), Genel Erteleme Ölçeği ($r = .11, p < .05$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .36, p < .01$), Anlamsızlık Kaygısı ($r = .16, p < .01$), Ölüm Kaygısı ($r = .18, p < .01$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .34, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .41, p < .01$) arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, kendini feda eden bireylerin kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Cezalandırılma ile Kendini Sabotaj Ölçeği ($r = .33, p < .01$), Genel Erteleme Ölçeği ($r = .12, p < .05$), Varoluşsal Kaygı Ölçeği ($r = .26, p < .01$), Yalıtılmışlık Kaygısı ($r = .37, p < .01$) ve Özgürlük Kaygısı ($r = .36, p < .01$) arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Bu, cezalandırılma duygusu yaşayan bireylerin kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılarla daha fazla mücadele ettiklerini göstermektedir.

Sonuç olarak, erken dönem uyumsuz şemalar ile diğer değişkenler arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler bulunmaktadır. Bu şemalar bireylerin çeşitli olumsuz duygusal ve davranışsal tepkiler vermesine neden olmaktadır. Erken dönem uyumsuz şemaları yüksek olan bireylerin, kendilerini sabotaj etme, erteleme ve varoluşsal kaygılar gibi olumsuz duygularla daha fazla mücadele ettikleri görülmektedir. Bu durum, bireylerin duygusal ve psikolojik sağlıklarını olumsuz yönde etkilemektedir.

E. Regresyon Analizleri

Bu başlık altında, erken dönem uyumsuz şemalar, cinsel doyum ve cinselliğe yönelik tutum arasındaki doğrudan etkileri incelemek üzere gerçekleştirilen regresyon analizlerinde ulaşılan bulgular raporlanmıştır.

1. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Cinsel Doyum Üzerindeki Etkilerine Yönelik Bulgular

Araştırmanın birinci hipotezi “H₁: Erken dönem uyumsuz şemalar genç yetişkinlerin cinsel doyumunu yordamaktadır.” şeklindedir. Bu hipotezi test etmek üzere gerçekleştirilen çok değişkenli regresyon analizi sonuçları Çizelge 7’de sunulmuştur.

Çizelge 7 Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Cinsel Doyum Üzerindeki Etkilerine Yönelik Çok Değişkenli Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	β	T	p
İç İçe Geçme/Bağımlılık	-.200	-1.459	.145
Terk Edilme	.045	.373	.709
Başarısızlık	-.148	-1.229	.220
Karamsarlık	.055	.500	.617
Tehditler Karşında Dayanıksızlık	.018	.150	.881
Duygusal Yoksunluk	-.430	-5.822	.000
Duyguları Bastırma	-.026	-.230	.818
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	.110	.878	.381
Kusurluluk	.115	.941	.347
Yüksek Standartlar	.023	.285	.776
Onay Arayıcılık	-.055	-.439	.661
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	.158	1.146	.253
Kendini Feda	-.109	-.923	.356
Cezalandırılma	-.113	-.928	.354

Bağımlı Değişken=Cinsel Doyum
Model: F=11.697; p=.000; R²=.266

Çizelge 7’de görülen analiz sonuçlarına göre, regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır (F=11.697; p<.001) ve erken dönem uyumsuz şemalar cinsel doyumdaki varyansın %26,6’sını açıklamaktadır (R²=.266).

Regresyon analizi sonuçları incelendiğinde, erken dönem uyumsuz şemalardan duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum üzerinde negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür (t=-5.822; p<.001).

İç İçe Geçme/Bağımlılık ile bağımlı değişken arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $-.200$ ve t değeri -1.459 'dur ($p = .145$). Bu sonuç, iç içe geçmiş/birbirine bağımlı ilişkilerin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Terk Edilme ile bağımlı değişken arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $.045$ ve t değeri $.373$ 'dür ($p = .709$). Bu sonuç, terk edilme duygusunun bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Başarısızlık ile bağımlı değişken arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $-.148$ ve t değeri -1.229 'dur ($p = .220$). Bu sonuç, başarısızlık duygusunun bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Karamsarlık ile bağımlı değişken arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $.055$ ve t değeri $.500$ 'dür ($p = .617$). Bu sonuç, karamsarlığın bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile bağımlı değişken arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $.018$ ve t değeri $.150$ 'dir ($p = .881$). Bu sonuç, tehditler karşısında dayanıksız olmanın bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Duygusal Yoksunluk ile bağımlı değişken arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $-.430$ ve t değeri -5.822 'dir ($p < .001$). Bu sonuç, duygusal yoksunluk yaşayan bireylerin bağımlı değişkende anlamlı bir düşüş yaşadığını göstermektedir.

Duyguları Bastırma ile bağımlı değişken arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $-.026$ ve t değeri $-.230$ 'dur ($p = .818$). Bu sonuç, duyguları bastırmanın bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile bağımlı değişken arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $.110$ ve t değeri $.878$ 'dir ($p = .381$). Bu sonuç, sosyal izolasyon ve güvensizlik duygusunun bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Kusurluluk ile bağımlı değişken arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı .115 ve t değeri .941'dir ($p = .347$). Bu sonuç, kusurluluk duygusunun bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Yüksek Standartlar: Yüksek Standartlar ile bağımlı değişken arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı .023 ve t değeri .285'dir ($p = .776$). Bu sonuç, yüksek standartlara sahip olmanın bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Onay Arayıcılık ile bağımlı değişken arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı -.055 ve t değeri -.439'dur ($p = .661$). Bu sonuç, onay arayıcılığın bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ile bağımlı değişken arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı .158 ve t değeri 1.146'dır ($p = .253$). Bu sonuç, ayrıcalıklılık ve yetersiz özdenetim duygusunun bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Kendini Feda ile bağımlı değişken arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı -.109 ve t değeri -.923'dur ($p = .356$). Bu sonuç, kendini feda etmenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Cezalandırılma ile bağımlı değişken arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı -.113 ve t değeri -.928'dur ($p = .354$). Bu sonuç, cezalandırılma duygusunun bağımlı değişken üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Sonuç olarak, erken dönem uyumsuz şemalardan duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum üzerinde negatif yönde ve anlamlı bir etkisi olduğu, ancak diğer şemaların cinsel doyum üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur. Bu sonuçlara göre H_1 hipotezi kısmen desteklenmiştir.

Uyumsuz Şemalar– Cinsel Doyum Regresyon Analizi

Araştırma kapsamındaki 1. hipotez olan “Erken dönem uyumsuz şemalar genç yetişkinlerin cinsel doyumunu yordamaktadır.” hipotezini test etmek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Çoklu doğrusal regresyon analizinde, 14 uyumsuz şema regresyon modeline aynı anda dahil edilerek, bu şemaların hangilerinin cinsel doyumunu anlamlı olarak yordamakta olduğunu incelemek planlanmıştır.

Çizelge 7’de görüleceği üzere, regresyon analizinden erken dönem uyumsuz şema türleri arasında yalnızca Duygusal Yoksunluk şemasının Cinsel Doyum üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu, diğer şemaların etkisinin anlamsız olduğu sonucu çıkmaktadır.

Çizelge 7 Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Cinsel Doyum Üzerindeki Etkilerine Yönelik Çok Değişkenli Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	β	T	p
İç İç Geçme/Bağımlılık	-.200	-1.459	.145
Terk Edilme	.045	.373	.709
Başarısızlık	-.148	-1.229	.220
Karamsarlık	.055	.500	.617
Tehditler Karşında Dayanıksızlık	.018	.150	.881
Duygusal Yoksunluk	-.430	-5.822	.000
Duyguları Bastırma	-.026	-.230	.818
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	.110	.878	.381
Kusurluluk	.115	.941	.347
Yüksek Standartlar	.023	.285	.776
Onay Arayıcılık	-.055	-.439	.661
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	.158	1.146	.253
Kendini Feda	-.109	-.923	.356
Cezalandırılma	-.113	-.928	.354

Bağımlı
Değişken=Cinsel
Doyum Model:
F=11.697; **p=.000**;
R²=.266

Çoklu doğrusal regresyon analizinin sonucunda 14 şemanın yalnızca 1 tanesinde anlamlı ilişkinin görünüyor olması, Tablo 1’de görüleceği üzere, cinsel doyum ile bütün şema türleri arasında bulunan anlamlı korelasyon ilişkileri ile zıtlık oluşturmaktadır.

Çizelge 8 Erken Dönem Uyumsuz Şema Türleri ile Cinsel Doyum Arasındaki Korelasyon

İlişkisi Tablosu

Bağımsız Değişkenler	r	p
İç İçe Geçme/Bağımlılık	-.456	< .001
Terk Edilme	-.441	< .001
Başarısızlık	-.451	< .001
Karamsarlık	-.424	< .001
Tehditler Karşında Dayanıksızlık	-.432	< .001
Duygusal Yoksunluk	-.518	< .001
Duyguları Bastırma	-.430	< .001
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-.420	< .001
Kusurluluk	-.425	< .001
Yüksek Standartlar	-.350	< .001
Onay Arayıcılık	-.414	< .001
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	-.412	< .001
Kendini Feda	-.425	< .001
Cezalandırılma	-.433	< .001

Erken dönem uyumsuz şemaların her birinin ayrı ayrı olarak cinsel doyum ile korelasyon ilişkisi incelendiğinde her bir şema için anlamlı bir korelasyon ilişkisi bulunup, bütün uyumsuz şema türleri aynı anda çoklu doğrusal regresyon analizine dahil edildiğinde yalnızca Duygusal Yoksunluk şemasının cinsel doyum ile ilişkisinin anlamlı çıkıyor oluşu, çoklu doğrusal regresyon analizine dahil edilen şemaların birbiriyle çoklu doğrusallık (multicollinearity) gösteriyor oluşuyla açıklanmaktadır.

Çoklu doğrusallık, bir analiz modeline bağımsız değişken olarak dahil edilen değişkenlerin birbirleriyle çok yüksek korelasyon ilişkisine sahip oluşu olarak tanımlanmaktadır (Field, 2018). Çizelge 6’da görüleceği gibi, 14 adet uyumsuz şema türünün her biri, birbiriyle .700’ün üzerinde korelasyon ilişkisi göstermektedirler. Bu durum, çoklu doğrusallık (multicollinearity) durumunu doğrular niteliktedir (Shrestha, 2020).

Çizelge 9 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Cinsel Doyum ve Cinselliğe Yönelik Tutum Alt Boyutları Arasındaki İlişkilere Yönelik Pearson Korelasyon Sonuçları

Değişkenler	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	(12)	(13)	(14)
(1) İç İç Geçme / Bağımlılık	1													
(2) Terk Edilme	.896*	1												
(3) Başarısızlık	.907*	.884*	1											
(4) Karamsarlık	.882*	.857*	.850*	1										
(5) Tehditler Karşında Dayanıklılık	.889*	.861*	.880*	.857*	1									
(6) Duygusal Yoksunluk	.764*	.790*	.764*	.749*	.762*	1								
(7) Duyguları Bastırma	.860*	.840*	.847*	.851*	.858*	.734*	1							
(8) Sosyal İzolasyon / Güvensizlik	.899*	.899*	.878*	.856*	.881*	.762*	.861*	1						
(9) Kusurluluk	.900*	.867*	.893*	.829*	.890*	.767*	.857*	.892*	1					
(10) Yüksek Standartlar	.664*	.716*	.670*	.749*	.645*	.611*	.763*	.690*	.625*	1				
(11) Onay Arayıcılık	.804*	.820*	.802*	.815*	.808*	.688*	.834*	.830*	.779*	.784*	1			
(12) Ayrıcalıklılık / Yetersiz Özdenetim	.866*	.868*	.868*	.872*	.867*	.727*	.850*	.875*	.843*	.785*	.902*			
(13) Kendini Feda	.845*	.829*	.818*	.845*	.824*	.684*	.864*	.819*	.800*	.780*	.894*	.886*	1	
(14) Cezalandırılma	.826*	.827*	.808*	.829*	.836*	.724*	.852*	.847*	.808*	.773*	.910*	.899*	.872*	1

Çoklu regresyon analizinde bağımsız değişkenler arasındaki çoklu doğrusallık durumunun varlığı, çoklu regresyon analizinin sonuçlarının güvenilirliğini bozan bir faktördür (Vatcheva ve diğerleri, 2016). Bunun sebebi ise, çoklu doğrusallık durumunun standart hatayı büyütmesi, büyüyen standart hatanın da regresyon analizinde hesaplanan etkilerin anlamlılığını azaltmasıdır. Sonuç olarak böyle bir durumda çoklu regresyon analizinde bağımsız değişkenler hakkında bulunan etki değerleri ile anlamlılık değerleri gerçeği yansıtmayacak şekilde bozulmuş olur (Field,

2018).

Bir çoklu regresyon analizinde hangi değişkenler arasında çoklu doğrusallık bulunduğu, Çizelge 6'daki gibi bir korelasyon tablosu üzerinde incelenmenin yanı sıra, VIF (Variance Inflation Factor) adı verilen bir ölçüt ile de incelenebilir. VIF değerlerine SPSS ile çoklu regresyon analizi yaparken ulaşılabilir. Tablo 2'de, cinsel doyumu yordayıcı rolü çoklu regresyon analizi ile incelenen 14 şemanın her birinin VIF değeri gösterilmektedir. 5 ile 10 arasında olan VIF değerleri çoklu doğrusallık durumunun varlığını işaret etmektedir (Kim, 2019). Ayrıca, Field (2018) da VIF değerlerinin hepsinin 5 ile 10 arasında olduğu takdirde problem yarattığını, ayrıca 10'un üzerinde VIF değerine sahip bağımsız değişken olduğu takdirde ekstrem şekilde çoklu doğrusallık olduğunu belirtmektedir. Tablo 2'de görüleceği üzere, çoklu regresyon analizinde bağımsız değişken olan 14 şemanın büyük çoğunluğunun VIF değerleri çoklu doğrusallığı işaret etmektedir. Bu durumda, bu şemaların hepsinin aynı anda bağımsız değişken olduğu bir çoklu regresyon analizi modeli kurmak isabetsiz ve güvenilir sonuçlar elde edilmesine sebep olacağı için sakıncalıdır.

Çizelge 10 Hipotez 1 İçin Yapılan Çoklu Regresyon Analizine Göre Erken Dönem Uyumsuz Şema Türlerinin Birbirleriyle Çoklu Doğrusallık İlişkisine Dair VIF Değerleri Tablosu

Bağımsız Değişkenler	VIF Değeri
İç İçe Geçme/Bağımlılık	10.595
Terk Edilme	8.141
Başarısızlık	8.224
Karamsarlık	6.711
Tehditler Karşında Dayanıksızlık	7.886
Duygusal Yoksunluk	3.075
Duyguları Bastırma	7.193
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	8.877
Kusurluluk	8.388
Yüksek Standartlar	3.831
Onay Arayıcılık	8.813
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	10.700
Kendini Feda	7.786
Cezalandırılma	8.301

Uyumsuz Şemalar – Cinsel Tutum Regresyon Analizi

Bağımsız değişkenler aynı olduğu için araştırmanın 2. hipotezi olan “Erken dönem uyumsuz şemalar cinselliğe yönelik tutumları yordamaktadır.” hipotezini test etmek için kurulacak olan çoklu doğrusal regresyon modelinde de aynı çoklu doğrusallık (multicollinearity) sorunları yaşanmaktadır. Bu yüzden, bu analizin de bu şekilde yapılması sakıncalıdır.

Uyumsuz şemaların bağımsız değişken olduğu, 4. hipotez olan “Cinselliğe yönelik tutumlar, erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel doyum arasındaki ilişkide aracılık rolü oynamaktadır.” hipotezini test etmek için kurulacak olan aracılık analizi modelinde de aynı çoklu doğrusallık (multicollinearity) sorunları yaşanmaktadır. Bu yüzden aracılık analizinin de bu şekilde yapılması sakıncalıdır.

2. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Cinselliğe Yönelik Tutum Üzerindeki Etkilerine Yönelik Bulgular

Araştırmanın ikinci hipotezi “H₂: Erken dönem uyumsuz şemalar cinselliğe yönelik tutumları yordamaktadır” şeklindedir. Bu hipotezi test etmek üzere gerçekleştirilen çok değişkenli regresyon analizi sonuçları Çizelge 8’de sunulmuştur.

Çizelge 8 Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Cinselliğe Yönelik Tutum Üzerindeki Etkilerine Yönelik Çok Değişkenli Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	β	T	P
İç İçe Geçme/Bağımlılık	.039	.257	.797
Terk Edilme	.065	.493	.622
Başarısızlık	.009	.065	.948
Karamsarlık	.029	.245	.807
Tehditler Karşında Dayanıksızlık	.181	1.162	.031
Duygusal Yoksunluk	-.454	-5.589	.000
Duyguları Bastırma	-.099	-.794	.428
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-.160	-1.155	.249
Kusurluluk	.014	.102	.919
Yüksek Standartlar	-.005	-.051	.960
Onay Arayıcılık	.114	.827	.409
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	.267	1.759	.079
Kendini Feda	-.239	-1.850	.065
Cezalandırılma	-.150	-1.127	.260

Bağımlı Değişken=Cinselliğe Yönelik Tutum
Model: $F=4.701$; $p=.000$; $R^2=.111$

Çizelge 8’de görülen analiz sonuçlarına göre, regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($F=4.701$; $p<.001$) ve erken dönem uyumsuz şemalar cinselliğe yönelik tutumdaki varyansın %11,1’ini açıklamaktadır ($R^2=.111$).

Regresyon analizi sonuçları incelendiğinde, erken dönem uyumsuz şemalardan duygusal yoksunluk şemasının cinselliğe yönelik tutum üzerinde negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür ($t=-5.589$; $p<0.001$).

İç İç Geçme/Bağımlılık ile cinselliğe yönelik tutum arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı .039 ve t değeri .257’dir ($p = .797$). Bu sonuç, iç içe geçmiş/birbirine bağımlı ilişkilerin cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Terk Edilme ile cinselliğe yönelik tutum arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı .065 ve t değeri 0.493’dür ($p = .622$). Bu sonuç, terk edilme duygusunun cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Başarısızlık ile cinselliğe yönelik tutum arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı .009 ve t değeri .065’dir ($p = .948$). Bu sonuç, başarısızlık duygusunun cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Karamsarlık ile cinselliğe yönelik tutum arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı .029 ve t değeri .245’dir ($p = .807$). Bu sonuç, karamsarlığın cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile cinselliğe yönelik tutum arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı .181 ve t değeri 1.162’dir ($p = .312$). Bu sonuç, tehditler karşısında dayanıksız olmanın cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Duygusal Yoksunluk ile cinselliğe yönelik tutum arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı -.454 ve t değeri -

5.589'dir ($p < .001$). Duygusal yoksunluk yaşayan bireylerin cinselliğe yönelik tutumlarında anlamlı bir düşüş olduğu görülmektedir.

Duyguları Bastırma ile cinselliğe yönelik tutum arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $-.099$ ve t değeri $-.794$ 'dur ($p = .428$). Bu sonuç, duyguları bastırmanın cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile cinselliğe yönelik tutum arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $-.160$ ve t değeri -1.155 'dir ($p = .249$). Bu sonuç, sosyal izolasyon ve güvensizlik duygusunun cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Kusurluluk ile cinselliğe yönelik tutum arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $.014$ ve t değeri $.102$ 'dir ($p = .919$). Bu sonuç, kusurluluk duygusunun cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Yüksek Standartlar ile cinselliğe yönelik tutum arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $-.005$ ve t değeri $-.051$ 'dir ($p = .960$). Bu sonuç, yüksek standartlara sahip olmanın cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Onay Arayıcılık ile cinselliğe yönelik tutum arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $.114$ ve t değeri $.827$ 'dir ($p = .409$). Bu sonuç, onay arayıcılığın cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ile cinselliğe yönelik tutum arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $.267$ ve t değeri 1.759 'dur ($p = .079$). Bu sonuç, ayrıcalıklılık ve yetersiz özdenetim duygusunun cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Kendini Feda ile cinselliğe yönelik tutum arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $-.239$ ve t değeri -1.850 'dir ($p = .065$). Bu sonuç, kendini feda etmenin cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak sınırda anlamlı olduğunu göstermektedir.

Cezalandırılma ile cinselliğe yönelik tutum arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş olup, β katsayısı $-.150$ ve t değeri -1.127 'dir ($p = .260$). Bu sonuç, cezalandırılma duygusunun cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Sonuç olarak, erken dönem uyumsuz şemalardan duygusal yoksunluk şemasının cinselliğe yönelik tutum üzerinde negatif yönde ve anlamlı bir etkisi olduğu, ancak diğer şemaların cinselliğe yönelik tutum üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur. Bu sonuçlara göre H_2 hipotezi kısmen desteklenmiştir.

3. Cinselliğe Yönelik Tutumun Cinsel Doyum Üzerindeki Etkisine Yönelik

Bulgular

Araştırmanın üçüncü hipotezi " H_3 : Cinselliğe yönelik tutumlar genç yetişkinlerin cinsel doyumunu yordamaktadır" şeklindedir. Bu hipotezi test etmek üzere gerçekleştirilen basit regresyon analizi sonuçları Çizelge 9'da sunulmuştur.

Çizelge 9 Cinselliğe Yönelik Tutumun Cinsel Doyum Üzerindeki Etkisine Yönelik Basit Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişken	β	T	p
Cinselliğe Yönelik Tutum	.427	9.594	.000

Bağımlı Değişken=Cinsel Doyum
Model: $F=92.050$; $p=.000$; $R^2=.182$

Çizelge 9'da görülen analiz sonuçlarına göre, regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($F=92.050$; $p<.001$) ve cinselliğe yönelik tutum cinsel doyumdaki varyansın %18,2'sini açıklamaktadır ($R^2=.182$).

Regresyon analizi sonuçları incelendiğinde, cinselliğe yönelik tutumun cinsel doyum üzerinde pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür ($t=9.594$; $p<.001$). Bu sonuç, cinselliğe yönelik daha olumlu bir tutuma sahip olan bireylerin cinsel doyumlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Sonuç olarak, cinselliğe yönelik tutumun cinsel doyum üzerinde pozitif yönde ve anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur. Bu bulgu, cinselliğe yönelik olumlu tutumun cinsel doyumun önemli bir yordayıcısı olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlara göre H_3 hipotezi desteklenmiştir.

F. Aracılık Analizi

Araştırmanın dördüncü hipotezi “H₄: Cinselliğe yönelik tutumlar, erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel doyum arasındaki ilişkide aracılık rolü oynamaktadır” şeklindedir. Baron ve Kenny (1986), aracılık etkisinin incelenmesinde üç aşamalı regresyon analizi yapılmasını önermektedir. Buna göre;

- Birinci aşamada, bağımsız değişkenin aracı değişken üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu gösterilmelidir.
- İkinci aşamada, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu gösterilmelidir.
- Üçüncü aşamada, hem bağımsız hem de aracı değişken birlikte regresyon analizine dâhil edilmeli ve aracı değişkenin bağımlı değişken üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu gösterilmelidir.

Tüm bu koşulların yerine gelmiş olması durumunda, üçüncü aşamada bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin ikinci aşamaya göre düşmüş olması hali kısmi aracılık etkisinin olduğu ifade edilebilir. Üçüncü aşamada bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerinde etkisinin olmaması halinde ise tam aracılık etkisinin olduğu belirtilebilir (Baron ve Kenny, 1986).

Araştırmanın dördüncü hipotezini test etmek amacıyla, erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel doyum arasındaki ilişkide cinselliğe yönelik tutumun aracılık rolünün olup olmadığını incelemek üzere Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilerin üç ayrı regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analizlerde ulaşılan sonuçlar birleştirilerek Çizelge 10’da sunulmuştur.

Çizelge 10 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişkide Cinselliğe Yönelik Tutumun Aracılık Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	Bağımlı Değişken		
	1. Aşama	2. Aşama	3. Aşama
	Cinsel Tutum	Cinsel Doyum	Cinselliğe Yönelik Tutum→ Cinsel Doyum
İç İç Geçme/Bağımlılık	.039	-.200	-.212
Terk Edilme	.065	.045	.025

Başarısızlık	.009	-.148	-.151
Karamsarlık	.029	.055	.046
Tehditler Karşında Dayanıksızlık	.181	.018	-.068
Duygusal Yoksunluk	-.454**	-.430**	-.292**
Duyguları Bastırma	-.099	-.026	.004
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-.160	.110	.159
Kusurluluk	.014	.115	.111
Yüksek Standartlar	-.005	.023	.025
Onay Arayıcılık	.114	-.055	-.089
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	.267	.158	.077
Kendini Feda	-.239	-.109	-.036
Cezalandırılma	-.150	-.113	-.067
Cinsel Tutum	-	-	.304**

**p<.01

İlk aşamada, bağımsız değişken olan erken dönem uyumsuz şemaların aracı değişken olan cinselliğe yönelik tutum üzerindeki etkisi incelenmiştir (a yolu). Analiz sonuçlarına göre, duygusal yoksunluk şemasının cinselliğe yönelik tutum üzerinde negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur ($\beta = -.454$; $p < .01$).

İç İç Geçme/Bağımlılık değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı .039 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı -.200 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı -.212 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, iç içe geçme/bağımlılık duygusunun cinsel tutum ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Terk Edilme değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı .065 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı .045 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı .025 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, terk edilme duygusunun cinsel tutum

ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Başarısızlık değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı .009 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı -.148 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı -.151 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, başarısızlık duygusunun cinsel tutum ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Karamsarlık değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı .029 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı .055 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı .046 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, karamsarlığın cinsel tutum ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı .181 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı .018 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı -.068 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, tehditler karşısında dayanıksız olmanın cinsel tutum ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Duygusal Yoksunluk değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı -.454 ($p < .001$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı -.430 ($p < .001$) ve 2. aşamasında β katsayısı -.292 ($p < .001$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, duygusal yoksunluk yaşayan bireylerin cinsel tutum ve cinsel doyum üzerinde anlamlı bir düşüş yaşadığını göstermektedir.

Duyguları Bastırma değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı -.099 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı -.026 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı .004 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, duyguları bastırmanın cinsel tutum ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı -.160 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı .110 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı .159 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, sosyal izolasyon ve güvensizlik duygusunun cinsel tutum ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Kusurluluk değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı .014 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı .115 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı .111 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, kusurluluk duygusunun cinsel tutum ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Yüksek Standartlar değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı -.005 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı .023 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı .025 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, yüksek standartlara sahip olmanın cinsel tutum ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Onay Arayıcılık değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı .114 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı -.055 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı -.089 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, onay arayıcılığın cinsel tutum ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Ayrıcalıklılık/Yetersiz zdenetim değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı .267 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı .158 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı .077 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, ayrıcalıklılık ve yetersiz özdenetim duygusunun cinsel tutum ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Kendini Feda değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı -.239 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı -.109 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı -.036 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, kendini feda etmenin cinsel tutum ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

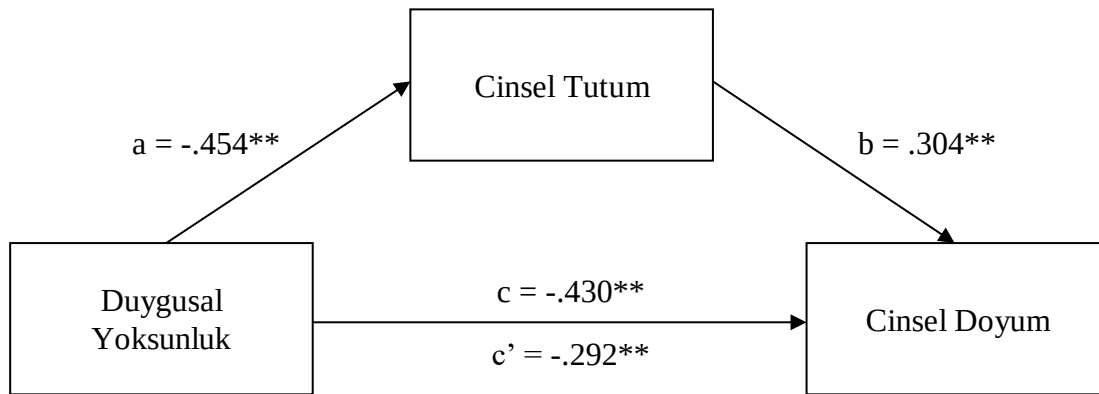
Cezalandırılma değişkeni, cinsel tutum üzerinde β katsayısı -.150 ($p > .05$), cinsel doyumun 1. aşamasında β katsayısı -.113 ($p > .05$) ve 2. aşamasında β katsayısı -.067 ($p > .05$) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, cezalandırılma duygusunun cinsel tutum ve cinsel doyum üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir.

Cinsel Tutum değişkeni, cinsel doyum üzerinde 2. aşamada β katsayısı .304 ($p < .001$) olarak bulunmuştur. Bu sonuç, cinsel tutumun cinsel doyum üzerinde anlamlı bir pozitif etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

İkinci aşamada, bağımsız değişken olan erken dönem uyumsuz şemaların bağımlı değişken olan cinsel doyum üzerindeki etkisi incelenmiştir (c yolu). Analiz sonuçlarına göre, duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum üzerinde negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur ($\beta = -.430$; $p < .01$). Diğer erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyum üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı ($p > .05$) görülmüştür.

Üçüncü aşamada, bağımsız değişken olan erken dönem uyumsuz şemalar ve aracı değişken olan cinselliğe yönelik tutum birlikte regresyon analizine dahil edilmiş ve cinsel doyum üzerindeki etkileri incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, cinselliğe yönelik tutumun cinsel doyum üzerinde pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğu ($\beta = .304$; $p < .01$) bulunmuştur (b yolu). Ayrıca, duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum üzerindeki etkisinin azaldığı, ancak hala istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($\beta = -.292$; $p < .01$) görülmüştür (c' yolu).

Bu sonuçlar, duygusal yoksunluk şeması ile cinsel doyum arasındaki ilişkide cinselliğe yönelik tutumun kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir (Şekil 2). Duygusal yoksunluk şeması, cinselliğe yönelik tutumu olumsuz yönde etkilemekte, bu da cinsel doyumunu azaltmaktadır. Ancak, duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum üzerindeki etkisi, cinselliğe yönelik tutum kontrol edildiğinde azalmakta, fakat tamamen ortadan kalkmamaktadır. Bu da kısmi aracılık etkisinin varlığına işaret etmektedir.



Şekil 2 Aracılık Modeli

Sonuç olarak, erken dönem uyumsuz şemalardan sadece duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum ile ilişkisinde cinselliğe yönelik tutumun kısmi aracılık rolü olduğu bulunmuştur. Diğer erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyum ile ilişkisinde cinselliğe yönelik tutumun aracılık rolü olmadığı görülmüştür. Bu sonuçlara göre H₄ hipotezi kısmen desteklenmiştir.





V. TARTIŞMA

Bu araştırmada genç yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyuma etkisi ve bu ilişkide cinselliğe yönelik tutumlarının aracılık rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

A. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulguların Tartışılması

Araştırmada gerçekleştirilen korelasyon analizi sonucunda erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel doyum arasında negatif ve anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç, erken dönem uyumsuz şemaları daha yüksek olan bireylerin cinsel doyumlarının daha düşük seviyede olduğunu göstermektedir. Araştırmanın bu bulgusuna paralel olarak, literatürde erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel doyum arasında negatif ve anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna ulaşan başka çalışmalar (Tarakçı, 2020; Akoğlan, 2023; Parlak, 2023; Tınmazoğlu, 2023; Yıldırım, 2023) da olduğu görülmektedir.

Araştırmanın birinci hipotezinin test edilmesi kapsamında gerçekleştirilen regresyon analizi sonucunda ise erken dönem uyumsuz şemalardan duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum üzerinde negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu belirlenmiştir. Diğer erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyum üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamıştır.

Bu sonuçlar, duygusal yoksunluk şemasına sahip bireylerin cinsel doyumlarının daha düşük olduğunu göstermektedir. Duygusal yoksunluk şeması, bireyin çocukluk döneminde duygusal olarak beslenme, ilgi görme, korunma ve empati ihtiyaçlarının karşılanmaması sonucu gelişmektedir (Young vd., 2003). Bu şemaya sahip bireyler, yetişkinlik döneminde de duygusal ihtiyaçlarının karşılanmayacağına dair inançlar taşımakta ve yakın ilişkilerinde bu ihtiyaçlarını ifade etmekte güçlük yaşamaktadırlar (Rafaeli vd., 2011; Young ve Klosko, 2011; Sağ, 2016). Cinsel ilişki, yakınlık ve duygusal paylaşımın yoğun olduğu bir

deneyim olduğundan (Sprecher, 2002; İncesu, 2004), bireylerin duygusal yoksunluk şemasına sahip olması cinsel doyumlarını olumsuz yönde etkileyebilir. Partnerler arasındaki iletişim kalitesi, duygusal yakınlık, güven ve bağlılık gibi ilişki unsurları, cinsel tatmini artırıcı bir etkiye sahiptir (Byers, 2005). İyi bir iletişim ve duygusal bağ, partnerlerin cinsel beklentilerini ve ihtiyaçlarını daha iyi anlamalarını ve karşılamalarını sağlamaktadır. Partnerler arasındaki duygusal yakınlık ve güven duygusu, cinsel ilişkilerin daha tatmin edici olmasını sağlamakta ve cinsel doyumunu artırmaktadır (Mark ve Murray, 2012). Literatürde, duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum üzerinde negatif etkisinin olduğu başka çalışmalar (Tınmazoğlu, 2023; Yıldırım, 2023) da olduğu görülmektedir. Akoğlan (2023)'ın Türkiye, İstanbul'da 150 evli çift örneklemini ile yapmış olduğu erken dönem uyumsuz şemalar, evlilik uyumu ve cinsel doyumun ilişkisi üzerine yapmış olduğu çalışmada ise, duygusal yoksunluk şemasını barındıran kopukluk ve reddedilmişlik şema alanının cinsel doyum ile negatif ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bu çerçevede, araştırmanın bu bulgusunun literatürle uyumlu olduğu belirtilebilir.

Diğer taraftan, araştırma bulgularına göre diğer erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyum üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamıştır. Ancak bu şemaların da dolaylı olarak cinsel yaşamı etkileyebileceği düşünülebilir. Örneğin, terk edilme şeması, bireyin yakın ilişkilerinde sürekli olarak terk edileceği endişesi taşımasına neden olabilir (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011). Bu endişe, cinsel ilişki sırasında da kendini göstererek, bireyin cinsel doyum sağlamasını engelleyebilir. Benzer şekilde, başarısızlık şeması, bireyin yeterliliklerine ilişkin olumsuz inançlar geliştirmesine (Young vd., 2003) ve böylece cinsel ilişkide de başarısız olacağı endişesi taşımasına yol açabilir. Nitekim, literatürde duygusal yoksunluk dışında diğer erken dönem uyumsuz şemaların da cinsel doyum üzerinde negatif etkilerinin belirlendiği çalışmaların da olduğu görülmektedir. Örneğin, Tarakçı (2020) tarafından 18-54 yaşları arasında toplam 160 kadın katılımcı ile yürütülen, kadınlarda erken dönem uyumsuz şemalar, beden algısı ve cinsel doyum arasındaki ilişkisinin incelendiği çalışmada, yüksek standartlar ve zedelenmiş otonomi faktörlerinin cinsel doyumunu olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Parlak (2023) tarafından 23-67 yaş arasında toplam 240 katılımcı ile yürütülen çalışmada, ebeveyn reddi ile cinsel doyum arasındaki ilişki ve erken dönem uyumsuz şema alanlarının bu ilişkideki aracı rolü araştırılmıştır. Bulgular doğrultusunda,

zedelenmiş otonomi, kopukluk ve reddedilme, diğeri yönelimlilik ve yüksek standartlar ve bastırılmışlık şema alanlarının işaret ettiği sorunlar arttıkça cinsel doyumun azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Tınmazoğlu (2023) tarafından 500 evli birey ile yürütülen çalışmada, evli bireylerde erken dönem şemalar ile cinsel doyum ilişkisinde mükemmeliyetçiliğin aracılık etkisi araştırılmıştır. Bunun sonucunda, kadınlarda duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, terk edilme ve iç içe geçme/bağımlılık şema alt boyutlarının, erkeklerde ise sadece duygusal yoksunluk şema alt boyutunun cinsel doyumunu olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Yıldırım (2023)'ın 18 yaş ve üzeri toplam 400 katılımcı ile yürütmüş olduğu çalışmada, erken dönem uyum bozucu şema alanları, cinsel doyum ve kontrol odağı arasındaki ilişki araştırılmıştır. Erkeklerde iç içe geçme / bağımlılık ve sosyal izolasyon / güvensizlik şemalarının, kadınlarda ise kusurluluk ve duyguları bastırma şemalarının cinsel doyumunu olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Damiris ve Allen (2023) tarafından 732 yetişkinin katılımıyla yürütülen çalışmada ise erken dönem uyumlu şemalar ile cinsel doyum arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmada gerçekleştirilen hiyerarşik regresyon analizi sonuçları, hem erkeklerde hem de kadınlarda cinsel doyum ile ilişkili olan tek uyumlu şemanın Gerçekçi Beklentiler olduğunu göstermiştir. Sosyal Aidiyet ve Başarı şemaları yalnızca kadınlarda cinsel doyumla ilişkiliyken, Öz Şefkat şemasının erkeklerde cinsel doyumla ilişkili olduğu belirlenmiştir.

B. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Cinsel Tutum Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulguların Tartışılması

Araştırmada gerçekleştirilen korelasyon analizi sonucunda erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel tutum arasında negatif ve anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç, erken dönem uyumsuz şemaları daha yüksek olan bireylerin olumlu cinsel tutumlarının daha düşük seviyede olduğunu göstermektedir. Buna paralel olarak, araştırmanın ikinci hipotezinin test edilmesi kapsamında gerçekleştirilen regresyon analizi sonucunda ise erken dönem uyumsuz şemalardan duygusal yoksunluk şemasının cinselliğe yönelik tutum üzerinde negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür. Diğer erken dönem uyumsuz şemaların cinselliğe yönelik tutum üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamıştır.

Erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel tutumlar arasında tespit edilen negatif ilişki, bireylerin çocukluk döneminde geliştirdikleri olumsuz düşünce ve inanç kalıplarının, yetişkinlik dönemindeki cinsel tutumlarını etkileyebileceğini göstermektedir. Bu bulgu, Young'ın şema teorisini destekler niteliktedir ve erken yaşam deneyimlerinin uzun vadeli etkilerini vurgulamaktadır (Young vd., 2003).

Özellikle duygusal yoksunluk şemasının cinselliğe yönelik tutum üzerindeki negatif etkisi dikkat çekicidir. Duygusal yoksunluk şeması, bireyin duygusal ihtiyaçlarının yeterince karşılanmadığına ilişkin inancını yansıtmaktadır (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011; Young ve Klosko, 2011; Sağ, 2016). Bu şemanın cinsel tutumları olumsuz etkilemesi, duygusal bağlanma ve cinsellik arasındaki güçlü ilişkiyi göstermektedir. Duygusal yoksunluk yaşayan bireylerin, cinselliği bir duygusal bağlanma ve yakınlık aracı olarak görmekte zorlanabilecekleri düşünülebilir (Rafaeli vd., 2011).

Bu bulgu, Bowlby'nin bağlanma teorisi ile de ilişkilendirilebilir. Güvensiz bağlanma stillerinin, yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkileri ve cinsel tutumları etkileyebileceği bilinmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2010). Duygusal yoksunluk şeması, güvensiz bağlanma stillerinin bir yansıması olarak düşünülebilir ve bu bağlamda cinsel tutumlar üzerindeki etkisi daha iyi anlaşılabilir.

Diğer erken dönem uyumsuz şemaların cinsel tutum üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmaması da ilginç bir bulgudur. Bu durum, cinsel tutumların oluşumunda bazı spesifik şemaların diğerlerinden daha etkili olabileceğini göstermektedir. Ancak bu sonuç, diğer şemaların cinsel tutumlar üzerinde hiçbir etkisi olmadığı anlamına gelmemektedir. Nitekim, Algül (2019) tarafından 20-40 yaşları arasında toplam 207 genç yetişkinle yürütülen araştırmada, yetersiz öz denetim/öz disiplin, onay arayıcılık, kusurluluk/utanç ve yüksek standartlar şemalarının olumsuz cinsel tutumlarla ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

C. Cinsel Tutum ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulguların Tartışılması

Araştırmada gerçekleştirilen korelasyon analizi sonucunda cinsel tutum ile cinsel doyum arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç, cinselliğe yönelik daha olumlu bir tutuma sahip olan bireylerin cinsel

doyumlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Buna paralel olarak, araştırmanın üçüncü hipotezinin test edilmesi kapsamında gerçekleştirilen regresyon analizi sonucunda da cinselliğe yönelik tutumun cinsel doyum üzerinde pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, cinselliğe yönelik olumlu tutumun cinsel doyumun önemli bir yordayıcısı olduğunu göstermektedir.

Cinselliğe yönelik olumlu tutumların cinsel doyumunu artırması, birçok açıdan açıklanabilir. Öncelikle, olumlu cinsel tutumlar, bireylerin cinselliği daha rahat ve açık bir şekilde yaşamalarına olanak sağlayabilir (Byers, 2005). Bu rahatlık, cinsel iletişimi geliştirebilir ve partnerlerin birbirlerinin ihtiyaç ve isteklerini daha iyi anlamalarına yardımcı olabilir. Nitekim, cinsel iletişimin cinsel doyum üzerindeki olumlu etkisi, önceki araştırmalarda da vurgulanmıştır (MacNeil ve Byers, 2009; Öztürk vd., 2019).

Bunun yanında, olumlu cinsel tutumlar, cinsellikle ilgili kaygı ve endişeleri azaltabilir. Cinsel kaygıların cinsel işlev bozuklukları ve düşük cinsel doyumla ilişkili olduğu bilinmektedir (Bancroft vd., 2003; Bilgin ve Kömürcü, 2016). Dolayısıyla, olumlu tutumlar bu kaygıları azaltarak cinsel doyumunu artırabilir.

Ayrıca, cinselliğe yönelik olumlu tutumlar, bireylerin cinsel deneyimlerini daha keyifli ve tatmin edici bulmaları için bir zemin hazırlayabilir. Bu tutumlar, cinselliği sadece üreme amaçlı bir eylem olarak görmekten ziyade, zevk ve yakınlık kaynağı olarak algılamayı sağlayabilir (Higgins vd., 2011). Bu algı, cinsel doyumunu artırabilir ve daha sağlıklı cinsel ilişkilerin kurulmasına yardımcı olabilir.

Literatürde, cinselliğe yönelik olumlu tutumların cinsel doyumla pozitif ilişkili olduğu sonucuna ulaşılan başka çalışmalar (Soltani vd., 2017; Marcinechová ve Záhorcová, 2020) da olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, araştırmanın bu bulgusunun literatürle uyumlu olduğu belirtilebilir.

D. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişkide Cinsel Tutumun Aracılık Rolüne Yönelik Bulguların Tartışılması

Araştırmanın dördüncü hipotezinin test edilmesi kapsamında gerçekleştirilen aracılık analizi sonucunda, erken dönem uyumsuz şemalardan sadece duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum ile ilişkisinde cinselliğe yönelik tutumun kısmi

aracılık rolü olduğu bulunmuştur. Diğer erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyum ile ilişkisinde cinselliğe yönelik tutumun aracılık rolü olmadığı görölmüştür. Bu sonuç, duygusal yoksunluğun cinselliğe yönelik olumlu tutumları negatif etkilediğini, bunun da cinsel doyumunu azalttığını göstermektedir.

Daha önce belirtildiği üzere, duygusal yoksunluk şeması, bireyin çocukluk döneminde duygusal olarak beslenme, ilgi görme, korunma ve empati ihtiyaçlarının karşılanmaması sonucu gelişmektedir (Young vd., 2003). Bu şemaya sahip bireyler, yetişkinlik döneminde de duygusal ihtiyaçlarının karşılanmayacağına dair inançlar taşımakta ve yakın ilişkilerinde bu ihtiyaçlarını ifade etmekte güçlük yaşamaktadırlar (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011; Young ve Klosko, 2011; Sağ, 2016). Cinsel ilişki, yakınlık ve duygusal paylaşımın yoğun olduğu bir deneyim olduğundan (Sprecher, 2002; İncesu, 2004), bireylerin duygusal yoksunluk şemasına sahip olması hem cinselliğe yönelik tutumlarını hem de cinsel doyumlarını olumsuz yönde etkileyebilir. Cinselliğe yönelik olumsuz tutumlar ise cinsel doyumunu azaltabilir (Soltani vd., 2017; Marcinechová ve Záhorcová, 2020).

Literatürde, erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyumunu ve cinselliğe yönelik olumlu tutumları negatif etkilediği sonuçlarına ulaşan çalışmalar bulunmaktadır (Algöl, 2019; Tarakçı, 2020; Akoğlan, 2023; Parlak, 2023; Tınmazoğlu, 2023; Yıldırım, 2023). Ayrıca, literatürde olumlu cinsel tutumlar ile cinsel doyumun pozitif ilişkili olduğunun belirlendiği çalışmalar da yer almaktadır (Soltani vd., 2017; Marcinechová ve Záhorcová, 2020). Ancak, literatürde, erken dönem uyumsuz şemalar, cinsel tutum ve cinsel doyum değişkenlerinin bir arada ele alındığı çalışmanın olmadığı görölmektedir. Bu çerçevede araştırmanın bu bulgusunun literatüre önemli bir katkı sağladığı değerlendirilmektedir.

VI. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, genç yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyuma etkisi ve bu ilişkide cinselliğe yönelik tutumların aracılık rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda araştırma ilişkisel tarama modelinde yürütülmüştür. Araştırma, 18-34 yaş aralığında olan ve evli, romantik ya da cinsel ilişkisi olan genç yetişkin bireyler arasından basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilen 415 katılımcı ile yürütülmüştür. Araştırma verilerinin toplanmasında, Demografik Bilgi Formu, Hendrick Cinsel Tutum Ölçeği, Young Şema Ölçeği (Kısa Form-3) ve Yeni Cinsel Doyum Ölçeğini içeren çevrimiçi bir anket formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS v26 programı yardımıyla analiz edilmiştir.

Araştırmada gerçekleştirilen korelasyon analizi sonucunda, erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyum ve cinsel tutum ile negatif ilişkili olduğu tespit edilirken, cinsel tutum ile cinsel doyum arasında pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Regresyon analizi sonuçları ise erken dönem uyumsuz şemalardan duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum ve cinsel tutum üzerinde negatif yönde anlamlı etkisinin olduğunu göstermiştir. Bunun yanında, cinsel tutumun cinsel doyum üzerinde pozitif yönde ve anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür. Araştırmada gerçekleştirilen aracılık analizleri sonucunda ise erken dönem uyumsuz şemalardan sadece duygusal yoksunluk şemasının cinsel doyum ile ilişkisinde cinselliğe yönelik tutumun kısmi aracılık rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırma sonuçları değerlendirilirken, Türkiye'deki kültürel ve toplumsal baskıların etkisi göz önünde bulundurulmalıdır. Türkiye'de cinsellik konusundaki toplumsal baskılar ve kültürel normlar, bireylerin cinselliğe yönelik tutumlarını ve deneyimlerini dürüst bir şekilde ifade etmelerini zorlaştırabilir. Bu baskılar, özellikle cinsel ilişkiler, cinsel tatmin ve cinsel sağlık konularında bilgi verilmesini engelleyebilir. Bu nedenle, elde edilen verilerin, katılımcıların gerçek duygu ve düşüncelerini tam anlamıyla yansıtmayabileceği dikkate alınmalıdır.

Gizlilik ve mahremiyetin korunmasına yönelik tüm önlemlere rağmen, katılımcıların cinsellik gibi mahrem bir konuda anket doldururken kendilerini rahat

hissetmemeleri de sonuçların doğruluğunu etkileyebilir. Anketin gizlilik ve mahremiyet ilkelerine uygun bir şekilde yürütülmesine rağmen, katılımcılar yine de yanıtlarını tam anlamıyla dürüstçe vermekten çekinebilirler. Bu durum, araştırmanın geçerliliğini ve güvenilirliğini sınırlandırabilir.

Bu çalışmadaki tüm şemaların birbiriyle yüksek korelasyon göstermesinden ötürü, şemaların aynı anda birlikte incelendiği çoklu regresyon analizlerinde Duygusal Yoksunluk şemasının etkisi diğer şemaların önüne çıkmıştır. Ancak bunun nedeni, Bulgular kısmında bahsedildiği gibi, şemalar arasındaki çoklu doğrusallık durumunun çoklu regresyon istatistiksel analiz sonuçlarının güvenilirliğini azaltmasıdır. Bu sebepten dolayı, çoklu regresyon analizi sonucu olarak yalnızca Duygusal Yoksunluk şemasının anlamlı etkisinin olduğu bulgusu, diğer şemaların Tutum veya Doyum ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı anlamına gelmez. Pearson korelasyon analizi sonuçlarında görüldüğü gibi, gerçekte bütün şemalar hem Doyum hem de Tutum ile anlamlı korelasyon ilişkileri göstermektedir.

Araştırma bulguları, erken dönem uyumsuz şemaların, özellikle de duygusal yoksunluk şemasının, genç yetişkinlerin cinsel doyumunu olumsuz yönde etkilediğini göstermektedir. Duygusal yoksunluk şeması, bireylerin cinselliğe yönelik tutumlarını da olumsuz etkilemekte, bu da dolaylı olarak cinsel doyumunu azaltmaktadır. Diğer bir deyişle, çocukluk döneminde duygusal ihtiyaçları yeterince karşılanmamış olan bireyler, yetişkinlik döneminde cinselliğe karşı daha olumsuz tutumlara sahip olmakta ve bu da cinsel ilişkilerinden aldıkları doyumunu düşürmektedir.

Bu bulgular ışığında uygulamaya yönelik olarak aşağıdaki öneriler sunulabilir:

- Çoklu regresyon analizinde bulgulanan çoklu doğrusallık probleminin çözümü için uygulanması uygun görülen alternatif istatistiksel analiz yöntemlerine bu çalışmayı besleyen bir sonraki makalemizde değinilmiştir. Gelecek çalışmada analiz sonucu elde edilecek olan yeni istatistiklerle bu konu beslenecektir.
- Erken dönem uyumsuz şemaların, özellikle de duygusal yoksunluk şemasının, terapi veya danışmanlık yoluyla ele alınması önemlidir.

Bireylerin çocukluk döneminde karşılanmamış duygusal ihtiyaçlarının farkına varmaları ve bunları sağlıklı yollarla gidermeyi öğrenmeleri, cinsel doyumlarını artırmada etkili olabilir. Bu bağlamda, şema terapi veya bilişsel-davranışçı terapi gibi yaklaşımlar kullanılabilir.

- Genç yetişkinlerin cinselliğe yönelik tutumlarını iyileştirmek için eğitim programları düzenlenebilir. Bu programlarda, sağlıklı cinsellik, cinsel mitler, cinsel iletişim gibi konular ele alınabilir. Bireylerin cinselliğe yönelik olumsuz tutumlarını fark etmeleri ve bunları daha olumlu ve gerçekçi tutumlarla değiştirmeleri sağlanabilir. Ayrıca, bu eğitimler çiftlere birlikte verilebilir ve cinsel ilişkide iletişim ve empati becerilerini geliştirmeye yönelik çalışmalar yapılabilir.
- Toplumsal düzeyde cinselliğe yönelik olumsuz tutumların değiştirilmesi için çalışmalar yapılabilir. Medya, eğitim kurumları ve diğer sosyal kurumlar aracılığıyla, cinselliğin sağlıklı ve doğal bir yaşam alanı olduğu vurgulanabilir. Cinsel konularda tabuların ve yanlış inanışların kırılması, bireylerin cinselliği daha rahat ve doyum verici bir şekilde yaşamalarına yardımcı olabilir.

Bu araştırmanın bulguları, erken dönem uyumsuz şemalar, cinselliğe yönelik tutumlar ve cinsel doyum arasındaki ilişkilere dair önemli bilgiler sunmakla birlikte, bazı sınırlılıklar da içermektedir. Bu sınırlılıklar göz önünde bulundurularak gelecek araştırmalar için aşağıdaki öneriler sunulabilir:

- Bu araştırma, kesitsel bir çalışma olup, değişkenler arasındaki ilişkilerin zaman içindeki değişimini incelememektedir. Gelecek araştırmalarda, boylamsal desenlerin kullanılması, erken dönem uyumsuz şemalar, cinselliğe yönelik tutumlar ve cinsel doyum arasındaki ilişkilerin zaman içindeki değişimini ve nedensellik mekanizmalarını daha iyi anlamaya yardımcı olabilir.
- Araştırma örneklemini, 18-34 yaş aralığındaki genç yetişkinlerle sınırlıdır. Gelecek çalışmalarda, farklı yaş gruplarından (örn., orta yetişkinlik, ileri yetişkinlik) ve farklı kültürel bağlamlardan katılımcıların dahil edilmesi, bulguların genellenebilirliğini artırabilir ve yaşa veya kültüre özgü örüntüleri ortaya çıkarabilir.

- Bu araştırmada, erken dönem uyumsuz şemalar ve cinselliğe yönelik tutumlar, öz-bildirim ölçekleri ile değerlendirilmiştir. Gelecek çalışmalarda, deneysel çalışmalar, mülakat, odak grup veya gözlem gibi farklı ölçüm yöntemlerinin kullanılması, değişkenlerin daha derinlemesine ve çok boyutlu olarak incelenmesine olanak sağlayabilir.
- Bu çalışmada, erken dönem uyumsuz şemalar ve cinsel doyum arasındaki ilişkide cinselliğe yönelik tutumların aracılık rolü incelenmiştir. Gelecekteki araştırmalarda, öz-şefkat, ilişki doyumu, bağlanma stilleri gibi diğer olası aracı veya düzenleyici değişkenlerin de ele alınması, bu ilişkilerin daha kapsamlı bir şekilde anlaşılmasını sağlayabilir.



VII. KAYNAKÇA

KİTAPLAR

BELL, E., BRYMAN, A. ve HARLEY, B. (2022). **Business Research Methods**, Oxford, Oxford University Press.

BÜYÜKÖZTÜRK, Ş., KILIÇ ÇAKMAK, E., AKGÜN, Ö. E., KARADENİZ, Ş. ve DEMİREL, F. (2018). **Bilimsel Araştırma Yöntemleri**, Ankara, Pegem Akademi.

CİNSEL EĞİTİM TEDAVİ VE ARAŞTIRMA MERKEZİ (CETAD). (2006). **Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Araştırması Kitapları 2: Cinsel Yaşam ve Sorunları**, CETAD Yayını.

CİNSEL EĞİTİM TEDAVİ VE ARAŞTIRMA MERKEZİ (CETAD). (2007). **Cinsel Yaşam ve Sorunları**, CETAD Yayını.

CİNSEL EĞİTİM TEDAVİ VE ARAŞTIRMA MERKEZİ (CETAD). (2008). **Cinsel Yaşam ve Sorunları**, CETAD Yayını.

EMBER, C. R. ve EMBER, M. (2003). **Encyclopedia of Sex and Gender: Men and Women in the World's Cultures**, New York, Kluwer Academic/Plenum Publishers.

FARRELL, J. M., REISS, N. ve SHAW, I. A. (2014). **The Schema Therapy Clinician's Guide: A Complete Resource for Building and Delivering Individual, Group and Integrated Schema Mode Treatment Programs**, John Wiley & Sons.

FREUD, S. (2017). **Cinsellik Üzerine**. A. Öneş (Çev.), İstanbul: Say Yayınları.

FREUD, S. (2024). **Haz İlkesinin Ötesinde & Ego ve Id**. G. Karahasanoğlu (Çev.), İstanbul: Olimpos Yayınları.

GEORGE, D. ve MALLERY, M. (2010). **SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference (10th ed.)**, Boston, Pearson.

- HALPERN, C. T. (2003). **Biological Influences on Adolescent Romantic and Sexual Behavior**, Adolescent Romantic Relations and Sexual Behavior: Theory, Research, and Practical Implications, editörler P. Florsheim, Mahwah, NJ, Lawrence Erlbaum Associates, ss.57-84.
- KAĞITÇIBAŞI, Ç. (2010). **Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi: Kültürel Psikoloji**, İstanbul, Koç Üniversitesi Yayınları.
- KARAOSMANOĞLU, A. (2016). **Eyvah! Kötü Bir Şey Olacak**, İstanbul, Psikonet.
- KARASAR, N. (2022). **Bilimsel Araştırma Yöntemleri**, Ankara, Nobel Akademik Yayıncılık.
- KAYIR, A. (2001). **Cinsellik ve Cinsel İşlev Bozuklukları**, İstanbul, İstanbul Üniversitesi Yayınları.
- LAUMANN, E. O., GAGNON, J. H., MICHAEL, R. T. ve MICHAELS, S. (1994). **The Social Organization of Sexuality: Sexual Practices in the United States**, Chicago, University of Chicago Press.
- MALTZ, W. (2012). **The Sexual Healing Journey: A Guide for Survivors of Sexual Abuse**, New York, William Morrow.
- MIKULINCER, M. ve SHAVER, P. R. (2010). **Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change**, New York, Guilford Publications.
- NUNNALLY, J. C. (1978). **Psychometric Theory**, New York, McGraw-Hill.
- ÖZSOY, S. ve BULUT, S. (2017). **Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı**, Ankara, Akademisyen Kitabevi.
- ÖZTÜRK, O. ve ULUŞAHİN, A. (2011). **Ruh Sağlığı ve Bozuklukları**, Ankara, Nobel Tıp Kitapevleri.
- PARIS, G. (2016). **Cinselliğin Önemi**, İstanbul, Ayrıntı Yayınları.
- PIAGET, J. (1999). **Play, Dreams and Imitation in Childhood**, Routledge.
- RAFAELI, E., BERNSTEIN, D. P. ve YOUNG, J. (2011). **Schema Therapy: Distinctive Features**, Routledge.
- ROEDIGER, E. (2015). **Şema Terapi Nedir? Şema Terapinin Temellerine, Modellerine ve Uygulamasına Giriş**, Ankara, Nobel Yayınları.

- SANCAR, S. (2009). **Erkeklik: İmkansız İktidar - Ailede, Piyasada ve Sokakta Erkekler**, İstanbul, Metis Yayınları.
- TABACHNICK, B. G. ve FIDELL, L. S. (2013). **Using Multivariate Statistics (6th ed.)**, Boston, Pearson.
- TÜRKÇAPAR, M. H. (2018). **Bilişsel Terapi: Temel İlkeler ve Uygulama**, Epsilon Yayınevi.
- WHO. (2006). **Defining Sexual Health: Report of a Technical Consultation on Sexual Health**, Geneva, World Health Organization.
- YOUNG, J. (1990). **Cognitive Therapy for Personality Disorders: A Schema-Focused Approach**, Sarasota, FL, Professional Resource Press.
- YOUNG, J. E. ve KLOSKO, J. S. (2011). **Hayatı Yeniden Keşfedin**, İstanbul, Psikonet Yayınları.
- YOUNG, J. E., KLOSKO, J. S. ve WEISHAAR, M. E. (2003). **Schema Therapy: A Practitioner's Guide**, New York, The Guilford Press.

MAKALELER

- ANDERSEN, B. L. ve CYRANOWSKI, J. M. (1994). "Women's Sexual Self-Schema", **Journal of Personality and Social Psychology**, cilt 67, sayı 6, ss.1079-1100.
- ARAS, S., SEMİN, S., GÜNAY, T., ORCİN, E. ve OZAN, S. (2007). "Sexual Attitudes and Risk-Taking Behaviors of High School Students in Turkey", **Journal of School Health**, cilt 77, sayı 7, ss. 359-366.
- ARSLAN, R. (2016). "Çocukluk Dönemi Duygusal İstismarı ile Depresyon Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Aracı Rolüne İlişkin Bir Gözden Geçirme", **Klinik Psikiyatri Dergisi**, cilt 19, sayı 4, ss.202-210.
- BANCROFT, J., LOFTUS, J., ve LONG, J. S. (2003). "Distress about Sex: A National Survey of Women in Heterosexual Relationships", **Archives of Sexual Behavior**, cilt 32, ss. 193-208.
- BARON, R. M. ve KENNY, D. A. (1986). "The Moderator-Mediator Variable distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations", **Journal of Personality and Social Psychology**, cilt 51, sayı 6, ss.1173-1182.

- BASSON, R. (2000). "The Female Sexual Response: A Different Model", **Journal of Sex & Marital Therapy**, cilt 26, sayı 1, ss.51-65.
- BAUMEISTER, R. F., CATANESE, K. R. ve VOHS, K. D. (2001). "Is There a Gender Difference in Strength of Sex Drive? Theoretical Views, Conceptual Distinctions, and a Review of Relevant Evidence", **Personality and Social Psychology Review**, cilt 5, sayı 3, ss.242-273.
- BİLGİN, Z., ve KÖMÜRCÜ, N. (2016). "Kadın Cinselliği ve Kanıt Temelli Yaklaşımlar", **Androloji Bülteni**, cilt 18, sayı 64, ss. 48-55.
- BOZDEMİR, N. ve ÖZCAN, S. (2011). "Cinselliğe ve Cinsel Sağlığa Genel Bakış", **Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care**, cilt 5, sayı 4, ss.37-46.
- BROWN, J. D. (2002). "Mass Media Influences on Sexuality", **Journal of Sex Research**, cilt 39, sayı 1, ss.42-45.
- BYERS, E. S. (2005). "Relationship Satisfaction and Sexual Satisfaction: A Longitudinal Study of Individuals in Long-Term Relationships", **Journal of Sex Research**, cilt 42, sayı 2, ss. 113-118.
- CASH, T. F., MAIKKULA, C. L. ve YAMAMIYA, Y. (2004). "Baring the Body in the Bedroom": Body Image, Sexual Self-Schemas, and Sexual Functioning among College Women and Men", **Electronic Journal of Human Sexuality**, cilt 7, sayı 1, ss.1-9.
- COLEMAN, E. (2007). "Creating a Sexually Healthier World Through Effective Public Policy", **International Journal of Sexual Health**, cilt 19, sayı 3, ss. 5-24.
- CRAWFORD, M. ve POPP, D. (2003). "Sexual Double Standards: A Review and Methodological Critique of Two Decades of Research", **Journal of Sex Research**, cilt 40, sayı 1, ss.13-26.
- DABBS, J. M. ve MORRIS, R. (1990). "Testosterone, Social Class, and Antisocial Behavior in a Sample of 4,462 Men", **Psychological Science**, cilt 1, sayı 3, ss.209-211.
- DAMIRIS, I. K., ve ALLEN, A. (2023). "Exploring the Relationship Between Early Adaptive Schemas and Sexual Satisfaction", **International Journal of Sexual Health**, cilt 35, sayı 1, ss. 13-29.
- DAVISON, S. L., BELL, R. J., LACHINA, M., HOLDEN, S. L. ve DAVIS, S. R. (2009). "The Relationship Between Self-Reported Sexual Satisfaction and

- General Well-Being in Women", **Journal of Sexual Medicine**, cilt 6, sayı 10, ss.2690-2697.
- DENNERSTEIN, L., RANDOLPH, J., TAFTE, J., DUDLEY, E. ve BURGER, H. (2002). "Hormones, Mood, Sexuality, and the Menopausal Transition", **Fertility and Sterility**, cilt 77, ss.42-48.
- DOĞAN, S. ve KÜÇÜKGÖNCÜ, S. (2009). "Geçmişten Günümüze Cinsellik Araştırmaları", **Nöropsikiyatri Arşivi**, cilt 46, sayı 3, ss. 102-109.
- EBEOĞLU, M., KARACAN, E. (2017). "Aile İçinde Ağırlıklı Olarak Konuşulan Cinsel Konular Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması", **Nesne Psikoloji Dergisi**, cilt 5, sayı 9, ss. 33-53.
- ERBİL, N. (2019). "Relationship Between Sexual Myths and Sexual Function of Women", **International Journal of Caring Sciences**, cilt 12, sayı 3, ss. 1570-1579.
- ERENOĞLU, R., BAYRAKTAR, E. (2017). "Hemşirelik Öğrencilerinin Cinsel Tutumları ve Etkileyen Faktörler", **Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi**, cilt 14, sayı 2, ss. 1745-1756.
- EROL, B. ve ORTH, U. (2011). "Self-Esteem Development from Age 14 to 30 Years: A Longitudinal Study", **Journal of Personality and Social Psychology**, cilt 101, sayı 3, ss.607-619.
- FLYNN, K. E., LIN, L., BRUNER, D. W., CYRANOWSKI, J. M., HAHN, E. A., JEFFERY, D. D., ... ve WEINFURT, K. P. (2016). "Sexual Satisfaction and the Importance of Sexual Health to Quality of Life Throughout the Life Course of US Adults", **The Journal of Sexual Medicine**, cilt 13, sayı 11, ss.1642-1650.
- GİRAY, H. ve KILIÇ, B. (2004). "Bekar Kadınlar ve Üreme Sağlığı", **Sürekli Tıp Eğitim Dergisi**, cilt 13, sayı 8, ss. 286-289.
- GÖR, N., YİĞİT, İ., KÖMÜRCÜ, B. ve ŞENKAL ERTÜRK, İ. (2017). "Geçmişim Mirası ve Geleceğin Haritası: Erken Dönem Uyumsuz Şemalar", **Nesne Psikoloji Dergisi**, cilt 5, sayı 10, ss.197-218.
- HAAVIO-MANNILA, E. ve KONTULA, O. (1997). "Correlates of Increased Sexual Satisfaction", **Archives of Sexual Behavior**, cilt 26, sayı 4, ss.399-419.
- HACIOÖMEROĞLU, B., AK, M., GARIP, B., ÇINAR, A. ve CONGOLOĞLU, E. (2014). "The Role of Early Maladaptive Schemas and Coping Strategies in Substance Dependence", **Journal of Cognitive Behavioral Psychotherapy and Research**, cilt 2, ss.162-170.

- HENDRICK, C., HENDRICK, S. S. ve REICH, D. A. (2006). "The Brief Sexual Attitudes Scale", **Journal of Sex Research**, cilt 43, sayı 1, ss. 76-86.
- HENDRICK, S. S. ve HENDRICK, C. (1987). "Multidimensionality of Sexual Attitudes", **Journal of Sex Research**, cilt 23, sayı 4, ss.502-526.
- HEREK, G. M. (2000). "The Psychology of Sexual Prejudice", **Current Directions in Psychological Science**, cilt 9, sayı 1, ss. 19-22.
- HIGGINS, J. A., MULLINAX, M., TRUSSELL, J., DAVIDSON SR, J. K., ve MOORE, N. B. (2011). "Sexual Satisfaction and Sexual Health Among University Students in the United States", **American Journal of Public Health**, cilt 101, sayı 9, ss. 1643-1654.
- İNCESU, C. (2004). "Cinsel İşlevler ve Cinsel İşlev Bozuklukları", **Klinik Psikiyatri Dergisi**, cilt 7, sayı 3, ss.3-13.
- KALRA, G., SUBRAMANYAM, A. ve PINTO, C. (2011). "Sexuality: Desire, Activity and Intimacy in the Elderly", **Indian Journal of Psychiatry**, cilt 53, sayı 4, ss.300-306.
- KARAÇAM, Ö., TOTAN, T., KORKMAZ, Y. B. ve KOYUNCU, M. (2012). "Hendrick Cinsel Tutum Ölçeği Kısa Formunun Türkçeye Uyarlanması, Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması", **Anadolu Psikiyatri Dergisi**, cilt 13, sayı 2, ss. 138-144.
- KEYFITZ, L., LUMLEY, M. N., HENNIG, K. H. ve DOZOIS, D. J. A. (2013). "The Role of Positive Schemas in Child Psychopathology and Resilience", **Cognitive Therapy and Research**, cilt 37, ss.97-108.
- KIM, J. H. (2019). "Multicollinearity and Misleading Statistical Results", **Korean Journal of Anesthesiology**, cilt 72, sayı 6, ss.558-569.
- KIRBY, D. (2002). "Effective Approaches to Reducing Adolescent Unprotected Sex, Pregnancy, and Childbearing", **Journal of Sex Research**, cilt 39, sayı 1, ss.51-57.

- KÖSE, E. (2009). "Bir Keşif Olarak Modern Kadınlık: Tıp, Beden ve Cinsellik", **Fe Dergi**, cilt 1, sayı 2, ss. 71-78.
- LAUMANN, E. O., PAIK, A. ve ROSEN, R. C. (1999). "Sexual Dysfunction in the United States: Prevalence and Predictors", **JAMA**, cilt 281, sayı 6, ss.537-544.
- LAURENT, S. M. ve SIMONS, A. D. (2009). "Sexual Dysfunction in Depression and Anxiety: Conceptualizing Sexual Dysfunction as Part of an Internalizing Dimension", **Clinical Psychology Review**, cilt 29, sayı 7, ss.573-585.
- LAWRANCE, K. A. ve BYERS, E. S. (1995). "Sexual Satisfaction in Long-Term Heterosexual Relationships: The Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction", **Personal Relationships**, cilt 2, sayı 4, ss.267-285.
- LEFKOWITZ, E. S., BOONE, T. L. ve SHEARER, C. L. (2008). "Communication with Best Friends About Sex-Related Topics During Emerging Adulthood", **Journal of Youth and Adolescence**, cilt 33, sayı 4, ss.339-351.
- LEFKOWITZ, E. S., GILLEN, M. M., SHEARER, C. L. ve BOONE, T. L. (2004). "Religiosity, Sexual Behaviors, and Sexual Attitudes During Emerging Adulthood", **Journal of Sex Research**, cilt 41, sayı 2, ss.150-159.
- LEIBLUM, S. R. (2002). "Reconsidering Gender Differences in Sexual Desire: An Update", **Sexual and Relationship Therapy**, cilt 17, sayı 1, ss.57-68.
- LITZINGER, S. ve GORDON, K. C. (2005). "Exploring Relationships Among Communication, Sexual Satisfaction, and Marital Satisfaction", **Journal of Sex & Marital Therapy**, cilt 31, sayı 5, ss.409-424.
- MACNEIL, S. ve BYERS, E. S. (2005). "Dyadic Assessment of Sexual Self-Disclosure and Sexual Satisfaction in Heterosexual Dating Couples", **Journal of Social and Personal Relationships**, cilt 22, sayı 2, ss.169-181.
- MACNEIL, S., ve BYERS, E. S. (2009). "Role of Sexual Self-Disclosure in the Sexual Satisfaction of Long-Term Heterosexual Couples", **Journal of Sex Research**, cilt 46, sayı 1, ss. 3-14.
- MARCINECHOVÁ, D., ve ZÁHORCOVÁ, L. (2020). "Sexual Satisfaction, Sexual Attitudes, and Shame in Relation to Religiosity", **Sexuality & Culture**, cilt 24, sayı 6, ss. 1913-1928.

- MARK, K. P. ve MURRAY, S. H. (2012). "Gender Differences in Desire Discrepancy as a Predictor of Sexual and Relationship Satisfaction in a College Sample of Heterosexual Romantic Relationships", **Journal of Sex & Marital Therapy**, cilt 38, sayı 2, ss.198-215.
- METZ, M. E. ve EPSTEIN, N. (2002). "Assessing the Role of Relationship Conflict in Sexual Dysfunction", **Journal of Sex & Marital Therapy**, cilt 28, sayı 2, ss.139-164.
- MURNEN, S. K., WRIGHT, C. ve KALUZNY, G. (2002). "If 'Boys Will Be Boys,' Then Girls Will Be Victims? A Meta-Analytic Review of the Research That Relates Masculine Ideology to Sexual Aggression", **Sex Roles**, cilt 46, sayı 11-12, ss.359-375.
- NOBRE, P. J. ve PINTO-GOUVEIA, J. (2006). "Dysfunctional Sexual Beliefs as Vulnerability Factors for Sexual Dysfunction", **Journal of Sex Research**, cilt 43, sayı 1, ss.68-75.
- ÖZTÜRK, C. Ş., ARKAR, H., ve GÖKDAĞ, C. (2019). "Cinsel İşlev Bozukluğu Olan Çiftlerde Evlilik Uyumunda Kişilik Özellikleri Etkili mi? Cinsel Doyumun Aracı Etkisi", **Türk Psikiyatri Dergisi**, cilt 31, sayı 4, ss. 259-268.
- RAHI, S. (2017). "Research Design and Methods: A Systematic Review of Research Paradigms, Sampling Issues and Instruments Development", **International Journal of Economics & Management Sciences**, cilt 6, sayı 2, ss. 1-5.
- RISKIND, J. H. ve ALLOY, L. B. (2006). "Cognitive Vulnerability to Psychological Disorders: Overview of Theory, Design, and Methods", **Journal of Social and Clinical Psychology**, cilt 25, sayı 7, ss.705-725.
- ROBINSON, B. B. E., BOCKTING, W. O., ROSSER, B. R. S., MINER, M. ve COLEMAN, E. (2002). "The Sexual Health Model: Application of a Sexological Approach to HIV Prevention", **Health Education Research**, cilt 17, sayı 1, ss.43-57.

- ROSEN, C., BROWN, J., HEIMAN, S., LEIBLUM, C., MESTON, R., SHABSIGH, D., FERGUSON, R. ve D'AGOSTINO, R. (2000). "The Female Sexual Function Index (FSFI): A Multidimensional Self-Report Instrument for the Assessment of Female Sexual Function", **Journal of Sex & Marital Therapy**, cilt 26, sayı 2, ss.191-208.
- ROSEN, R. C. ve BACHMANN, G. A. (2008). "Sexual Well-Being, Happiness, and Satisfaction, in Women: The Case for a New Conceptual Paradigm", **Journal of Sex & Marital Therapy**, cilt 34, sayı 4, ss.291-297.
- SAKALLI-UĞURLU, N. (2003). "Cinsiyetçilik: Kadınlara ve Erkeklerle İlişkin Tutumlar ve Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik Kuramı", **Türk Psikoloji Yazıları**, cilt 6, sayı 11-12, ss.1-20.
- SAVIN-WILLIAMS, R. C. (2006). "Who's Gay? Does It Matter?", **Current Directions in Psychological Science**, cilt 15, sayı 1, ss.40-44.
- SCHMIDT, N. B., JOINER, T. E., YOUNG, J. E. ve TELCH, M. J. (1995). "The Schema Questionnaire: Investigation of Psychometric Properties and the Hierarchical Structure of a Measure of Maladaptive Schemas", **Cognitive Therapy and Research**, cilt 19, ss.295-321.
- SEAL, A., MINICHIELLO, V. ve OMODEI, M. (1997). "Young Women's Sexual Risk Taking Behaviour: Re-Visiting the Influences of Sexual Self-Efficacy and Sexual Self-Esteem", **International Journal of STD & AIDS**, cilt 8, sayı 3, ss.159-165.
- SHRESTHA, N. (2020). "Detecting Multicollinearity in Regression Analysis", **American Journal of Applied Mathematics and Statistics**, cilt 8, sayı 2, ss.39-42.
- SIDDQUI, K. (2013). "Heuristics for Sample Size Determination in Multivariate Statistical Techniques", **World Applied Sciences Journal**, cilt 27, sayı 2, ss. 285-287.
- SMITH, A. M., RISSEL, C. E., RICHTERS, J., GRULICH, A. E. ve DE VISSER, R. O. (2003). "Sex in Australia: The Rationale and Methods of the Australian Study of Health and Relationships", **Australian and New Zealand Journal of Public Health**, cilt 27, sayı 2, ss.106-117.

- SOLTANI, F., AZIZI, R., SOURINEGAD, H., SHAYAN, A., MOHAMMADI, Y., ve KHODAKARAMI, B. (2017). "Sexual Knowledge and Attitude as Predictors of Female Sexual Satisfaction", **Biomedical Research and Therapy**, cilt 4, sayı 12, ss. 1874-1884.
- SOYGÜT, G., KARAOSMANOĞLU, A. ve ÇAKIR, Z. (2009). "Assessment of Early Maladaptive Schemas: A Psychometric Study of the Turkish Young Schema Questionnaire-Short Form-3", **Turkish Journal of Psychiatry**, cilt 20, sayı 1, ss. 75-84.
- SPRECHER, S. (2002). "Sexual Satisfaction in Premarital Relationships: Associations with Satisfaction, Love, Commitment, and Stability", **Journal of Sex Research**, cilt 39, sayı 3, ss.190-196.
- STEPHENSON, K. R. ve MESTON, C. M. (2011). "The Association between Sexual Costs and Sexual Satisfaction in Women: An Exploration of the Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction", **Canadian Journal of Human Sexuality**, cilt 20, sayı 1, ss.31-40.
- STOLÉRU, S., FONTEILLE, V., CORNÉLIS, C., JOYAL, C. ve MOULIER, V. (2012). "Functional Neuroimaging Studies of Sexual Arousal and Orgasm in Healthy Men and Women: A Review and Meta-Analysis", **Neuroscience & Biobehavioral Reviews**, cilt 36, sayı 6, ss.1481-1509.
- ŠTULHOFER, A., BUŠKO, V. ve BROUILLARD, P. (2010). "Development and Bicultural Validation of the New Sexual Satisfaction Scale", **Journal of Sex Research**, cilt 47, sayı 4, ss. 257-268.
- TANDOĞAN, Ö., ve OSKAN, Ü. (2019). "İnternet ve Cinsellik", **Androloji Bülteni**, cilt 21, ss. 119-122.
- TUĞUT, N. (2016). "Yeni Cinsel Doyum Ölçeği'nin Türkçe Versiyonu: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", **The Journal of Happiness & Well-Being**, cilt 4, sayı 2, ss. 183-195.
- VATCHEVA, K. P., LEE, M., McCORMICK, J. B., ve RAHBAR, M. H. (2016). "Multicollinearity in Regression Analyses Conducted in Epidemiologic Studies", **Epidemiology (Sunnyvale, Calif.)**, cilt 6, sayı 2, s.227.

WEINSTOCK, H., BERMAN, S. ve CATES, W. (2004). "Sexually Transmitted Diseases Among American Youth: Incidence and Prevalence Estimates, 2000", **Perspectives on Sexual and Reproductive Health**, cilt 36, sayı 1, ss.6-10.

WELLS, B. E. ve TWENGE, J. M. (2005). "Changes in Young People's Sexual Behavior and Attitudes, 1943–1999: A Cross-Temporal Meta-Analysis", **Review of General Psychology**, cilt 9, sayı 3, ss.249-261.

YILMAZ ESENCAN, T. ve KIZILKAYA BEJİ, N. (2015). "Günümüze Değın Cinsellik Konusunda Yapılan Çalışmaların İrdelenmesi", **Androloji Bülteni**, cilt 17, sayı 63, ss.301-310.

ELEKTRONİK KAYNAKLAR

BRİCKER, D. C., & YOUNG, J. E. (2012). "A Client's Guide to Schema Therapy", https://disarmingthenarcissist.com/wp-content/uploads/2021/09/clientsguide_SchemaTherapy.pdf, (Erişim Tarihi: 27.05.2024).

TEZLER

AKOĞLAN, Ö. (2023). "Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Evlilik Uyumu ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Topkapı Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

AKYİKİT, M. (2021). "Yönetici ve Çalışanların Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Karşılaştırılması", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

ALGÜL, E. Y. (2019). "Cinsel Tutumların Young Şema Modeli Çerçevesinde İncelenmesi", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

CANER, M., (2009). "Evli Bireylerde Kendi Ebeveynlerini Algılama Biçimleri, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Eşe Yönelik Değerlendirmeler Arasındaki İlişkiler: Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- DEMİR, D. (2022). “18 Yaş ve Üzeri Bireylerde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Bağlanma Stilleri ile Romantik İlişki Eğilimleri Arasındaki İlişki: Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- ERDİNÇ, İ. (2018). "Evli Çiftlerde, Evlilik Uyumu, Cinsel Yaşam Doyumu ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- MARDİKYAN, N. (2022). “Üniversite Öğrencilerinde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Öz Şefkat Düzeylerinin Romantik İlişkilerde Akılcı Olmayan İnançlarla İlişkisinin İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- PARLAK, M. E. (2023). “Evli Bireylerde Ebeveyn Kabul-Reddi ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Aracı Rolü”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- SAĞ, B. (2016). “Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Pozitif Algının, Psikolojik Dayanıklılık, Depresyon ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- TARAKÇI, K. (2020). “Kadınlarda Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Beden Algısı ve Cinsel Doyum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- TINMAZOĞLU, E. (2023). “Evli Bireylerde Erken Dönem Şemalar ile Cinsel Doyum İlişkisinde Mükemmeliyetçiliğin Aracılık Etkisi”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- TÜREGÜN, C. A. (2017). “Yetişkinlerde Cinsel Doyum İle Suçluluk Ve Utanç Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

ULUDAĞ, N. Ö. (2022). “Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

YILDIRIM, B. (2023). “Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları, Cinsel Doyum ve Kontrol Odağı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

ZİYA, A. Z. (2015). "Üniversite Öğrencilerinin Cinsel Mit İnançları, Cinsel Bilgi Düzeyleri ve Cinsel Tutumları Arasındaki İlişkiler", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.



EKLER

Ek-1: Etik Kurul Onayı

Ek-2: Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu

Ek-3: Anket Formu





Ek-1: Etik Kurul Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 02.08.2024-126068



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü



Sayı : E-88083623-020-126068
Konu : Etik Onayı Hk.

02.08.2024

Sayın Aşkıım ÇELEBİ

Tez çalışmanızda kullanmak üzere yapmayı talep ettiğiniz anketiniz İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurul Komisyonu'nun 18.07.2024 tarihli ve 2024/07 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur.
Bilgilerinize rica ederim.

Dr.Öğr.Üyesi Mehmet Sencer GİRGİN
Müdür Yardımcısı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : BSP4Y3ESL4 Pin Kodu : 60962 Belge Takip Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/istanbul-aydin-universitesi-ebys?>
Adres : Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Küçükçekmece / İSTANBUL Bilgi için : Tuğba SÜNNETÇİ
Telefon : 444 1 428 Unvanı : Yazı İşleri Uzmanı
Web : <http://www.aydin.edu.tr/> Tel No : 31002
Kep Adresi : iau.yazisleri@iau.hs03.kep.tr



Ek-2: Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu

Bilgilendirme

Değerli Katılımcı;

Bu çalışma, İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Aşkım ÇELEBİ tarafından Dr. Öğr. Üyesi Ayça Ferda KANSU danışmanlığında yürütülen “Genç Yetişkinlerde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Cinsel Doyum Arasındaki İlişkide Cinselliğe Yönelik Tutumların Aracılık Rolünün İncelenmesi” isimli tez çalışması kapsamında yürütülmektedir.

Bu araştırmanın amacı; genç yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemaların cinsel doyum üzerindeki etkisinin ve bu ilişkide cinselliğe yönelik tutumların aracılık rolünün incelenmesidir.

Bu çalışmada yer almak tümüyle sizin isteğinize bağlıdır. İstedığınız zaman, herhangi bir cezaya veya yaptırıma maruz kalmaksızın, hiçbir hakkınızı kaybetmeksizin araştırmaya katılmayı reddedebilir veya araştırmadan çekilebilirsiniz.

Araştırma içerisinde sizden isim soyisim gibi kişisel bilgileriniz istenmemektedir. Bunun yanında, sizden elde edilen tüm bilgiler gizli tutulacaktır ve kesinlikle üçüncü taraflarla paylaşılmayacaktır. Araştırmada elde edilen veriler sadece bilimsel amaçlarla, anonim olarak ve topluca kullanılacaktır. Bu çerçevede, araştırmaya katılmanız durumunda herhangi bir gizlilik/güvenlik zafiyeti oluşmayacaktır ve herhangi bir risk/rahatsızlık öngörülmemektedir. Araştırmaya katılmamanız durumunda da herhangi bir olumsuz sonuç ile karşılaşmayacaksınız. Araştırma, taraflara herhangi bir maddi sorumluluk da yüklememektedir.

Araştırmaya yaklaşık 400 kişinin katılım göstermesi beklenmektedir. Araştırmaya katılmayı kabul etmeniz halinde sizden Demografik Bilgi Formu, Young Şema Ölçeği (Kısa Form-3), Yeni Cinsel Doyum Ölçeği ve Hendrick Cinsel Tutum Ölçeğini içeren toplam dört bölümlük bir anket formunu doldurmanız beklenecektir. Bu anketi doldururken yaklaşık 20 dakika ayırmanız gerekecektir. Çalışmanın sağlıklı sonuçlar verebilmesi için sorulara samimi bir biçimde cevap vermeniz ve tüm soruları yanıtlamanız önem taşımaktadır. Yanıtlarınız, bu çalışmanın sonuçlarının toplum için yararlı bir bilgi olarak kullanılmasını sağlayacaktır.

Desteğiniz için teşekkür ederim.

Araştırmacı:

Aşkım ÇELEBİ

İletişim:

0539 936 87 16

askimcelebi@stu.aydin.edu.tr

Onay

Bilgilendirilmiş gönüllü olur formundaki tüm açıklamaları okudum. Bana yukarıda konusu ve amacı belirtilen araştırma ile ilgili yazılı ve sözlü açıklama yukarıda adı belirtilen araştırmacı tarafından yapıldı. Araştırmaya gönüllü olarak katıldığımı, istediğim zaman gerekçeli veya gerekçesiz olarak araştırmadan ayrılabileceğimi biliyorum.

(Lütfen bilgilendirilmiş gönüllü olur beyanında bulunmak üzere aşağıdaki kutucuğu işaretleyiniz)

☐ Söz konusu araştırmaya, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın kendi rızamla katılmayı kabul ediyorum.



Ek-3: Anket Formu

1. Bölüm: Demografik Bilgi Formu

Cinsiyetiniz	☐ Kadın ☐ Erkek
Yaşınız	
İlişki durumunuz	☐ Evliyim ☐ Evli değilim ama romantik ilişkim var ☐ İlişkim yok
Öğrenim durumunuz	☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Lisansüstü
Gelir durumunuz	☐ Düşük ☐ Orta ☐ Yüksek
Cinsel ilişki sıklığınız	☐ Hergün ☐ Haftada birkaç kez ☐ Ayda birkaç kez ☐ Birkaç ayda bir
Mevcut birlikteliğinizden kaç çocuğunuz var? (Yok ise “0” sıfır yazınız)	
Eşinizin (veya partnerinizin) eğitim durumu	☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Lisansüstü

2. Bölüm: Young Şema Ölçeği – Kısa Form-3

Yönerge: Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olmadığınız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, sizin duygusal olarak ne hissettiğinize dayanarak cevap verin. Birkaç soru, anne babanızla ilişkiniz hakkındadır. Eğer biri veya her ikisi şu anda yaşamıyorlarsa, bu soruları o veya onlar hayatta iken ilişkinizi göz önüne alarak cevaplandırın.

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

Derecelendirme:

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

1. Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.	1	2	3	4	5	6
2. Beni terk edeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.	1	2	3	4	5	6
3. İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
4. Uyumsuzum.	1	2	3	4	5	6
5. Beğendiğim hiçbir erkek/kadın, kusurlarımı görürse beni sevmez.	1	2	3	4	5	6
6. İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum.	1	2	3	4	5	6
7. Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.	1	2	3	4	5	6
8. Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.	1	2	3	4	5	6
9. Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşitlarım kadar, başaramadım.	1	2	3	4	5	6
10. Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
11. Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.	1	2	3	4	5	6
12. Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseddiğimi göstermek gibi).	1	2	3	4	5	6

13.Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.	1	2	3	4	5	6
14.Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.	1	2	3	4	5	6
15. Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.	1	2	3	4	5	6
16.Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.	1	2	3	4	5	6
17. Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim.	1	2	3	4	5	6
18. Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hak ederim.	1	2	3	4	5	6
19. Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.	1	2	3	4	5	6
20. Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.	1	2	3	4	5	6
21. İnsanlara karşı tedbiri elden bırakamam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.	1	2	3	4	5	6
22.Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.	1	2	3	4	5	6
23. Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.	1	2	3	4	5	6
24. İşleri halletmede son derece yetersizim.	1	2	3	4	5	6
25. Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.	1	2	3	4	5	6
26. Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
27. Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.	1	2	3	4	5	6
28. Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.	1	2	3	4	5	6
29. Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.	1	2	3	4	5	6
30. Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.	1	2	3	4	5	6
31. En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.	1	2	3	4	5	6
32. Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.	1	2	3	4	5	6

33. Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.	1	2	3	4	5	6
34. Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.	1	2	3	4	5	6
35. İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.	1	2	3	4	5	6
36. Eğer yanlış yaparsam, bunun özürü yoktur.	1	2	3	4	5	6
37. Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.	1	2	3	4	5	6
38. Yakınlarımla beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6
39. Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.	1	2	3	4	5	6
40. Bir yere ait değilim, yalnızım.	1	2	3	4	5	6
41. Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.	1	2	3	4	5	6
42. İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.	1	2	3	4	5	6
43. Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6
44. Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6
45. Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hisseder veya suçluluk duyarız	1	2	3	4	5	6
46. İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.	1	2	3	4	5	6
47. Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.	1	2	3	4	5	6
48. İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur.	1	2	3	4	5	6
49. Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.	1	2	3	4	5	6
50. İstediğimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.	1	2	3	4	5	6
51. Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakarlık etmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5	6
52. Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissederim.	1	2	3	4	5	6

53. Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.	1	2	3	4	5	6
54. Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.	1	2	3	4	5	6
55. Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarım ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.	1	2	3	4	5	6
56. Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim.	1	2	3	4	5	6
57. Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.	1	2	3	4	5	6
58. Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
59. Kendimi sevebilecek biri gibi hissetmiyorum.	1	2	3	4	5	6
60. İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.	1	2	3	4	5	6
61. Gündelik işler için benim kararlarım güvenilemez.	1	2	3	4	5	6
62. Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6
63. Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum. Benim kendime ait bir hayatım yok.	1	2	3	4	5	6
64. Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.	1	2	3	4	5	6
65. Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.	1	2	3	4	5	6
66. Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.	1	2	3	4	5	6
67. Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.	1	2	3	4	5	6
68. Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
69. Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.	1	2	3	4	5	6
70. Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.	1	2	3	4	5	6
71. Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.	1	2	3	4	5	6

72. Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.	1	2	3	4	5	6
73. Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.	1	2	3	4	5	6
74. İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.	1	2	3	4	5	6
75. Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.	1	2	3	4	5	6
76. Kendimi hep grupların dışında hissedirim.	1	2	3	4	5	6
77. Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımlarına izin vermiyorum.	1	2	3	4	5	6
78. (Okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.	1	2	3	4	5	6
79. Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum.	1	2	3	4	5	6
80. Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.	1	2	3	4	5	6
81. Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
82. Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum.	1	2	3	4	5	6
83. Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar.	1	2	3	4	5	6
84. Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar.	1	2	3	4	5	6
85. Kendimi sorumluluktan kolayca sıyrıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.	1	2	3	4	5	6
86. Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.	1	2	3	4	5	6
87. Kararlarıma nadiren sadık kalabilirim.	1	2	3	4	5	6
88. Bir dolu övgü ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.	1	2	3	4	5	6
89. Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.	1	2	3	4	5	6
90. Ben cezalandırılmayı hak eden kötü bir insanım.	1	2	3	4	5	6

3. Bölüm: Yeni Cinsel Doyum Ölçeği

Aşağıda yer alan maddeleri okurken son altı ay içindeki cinsel yaşamınızı düşününüz. Son 6 ay içindeki cinsel yaşamınızı en iyi yansıtan, memnuniyet derecenizi belirten numarayı işaretleyiniz.		1=Hiç Memnun Değilim	2=Biraz Memnunum	3=Orta Düzeyde Memnunum	4=Çok Memnunum	5=Son Derece Memnunum
1	Cinsel uyarılma yoğunluğum	1	2	3	4	5
2	Cinsel boşalmamın (orgazm) kalitesi	1	2	3	4	5
3	Cinsel ilişki boyunca kendimi cinsel zevke teslim etme ve bırakmam	1	2	3	4	5
4	Cinsel ilişki boyunca odaklanmam/konsantrasyonum	1	2	3	4	5
5	Eşime/partnerime cinsel tepki biçimim	1	2	3	4	5
6	Vücudumun cinsel açıdan fonksiyonelliği (işlevselliği)	1	2	3	4	5
7	Cinsel ilişki sırasında duygusal serbestliğim (açılmam)	1	2	3	4	5
8	Cinsel ilişki sonrasındaki ruh halim	1	2	3	4	5
9	Cinsel boşalma (orgazm) sıklığı	1	2	3	4	5
10	Eşime/partnerime tattırdığım zevk	1	2	3	4	5
11	Cinsel ilişki sırasında aldığım ve verdiğim arasındaki denge	1	2	3	4	5
12	Cinsel ilişki boyunca eşimin/partnerimin duygusal paylaşımı (açılması)	1	2	3	4	5
13	Cinsel ilişkiyi eşimin/partnerimin başlatması	1	2	3	4	5
14	Eşimin/partnerimin cinsel boşalma (orgazm) becerisi	1	2	3	4	5
15	Eşimin/partnerimin kendisini cinsel zevk için teslim etmesi (bırakması)	1	2	3	4	5
16	Eşimin/partnerimin benim cinsel ihtiyaçlarımla ilgilenme tarzı	1	2	3	4	5
17	Eşimin/partnerimin cinsel yaratıcılığı	1	2	3	4	5
18	Eşimin/partnerimin cinsel ilişkiye hazır olması	1	2	3	4	5
19	Cinsel ilişkimin çeşitliliği	1	2	3	4	5
20	Cinsel ilişkimin sıklığı	1	2	3	4	5

4. Bölüm: Hendrick Cinsel Tutum Ölçeği

Aşağıda yer alan maddelere ne ölçüde katıldığınızı belirtmek üzere size en uygun gelen rakamı işaretleyiniz.	1=Kesinlikle katılmıyorum	2=Katılmıyorum	3=Kararsızım	4=Katılıyorum	5=Kesinlikle Katılıyorum
1. Birisiyle seks yapmak için ona bağlanmak zorunda değilim.	1	2	3	4	5
2. Rastgele seks, kabul edilebilir bir olaydır.	1	2	3	4	5
3. Çok sayıda partnerle seks yapmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
4. Tek gecelik ilişkiler, bazen çok eğlenceli olabilir.	1	2	3	4	5
5. Belli bir zamanda birden fazla kişiyle cinsel birliktelik yaşamak, normal bir şeydir.	1	2	3	4	5
6. Her iki taraf da aynı fikirdeyse seksi zevklerin paylaşımı olarak görebiliriz.	1	2	3	4	5
7. En iyi seks, kuralların olmadığı sekstir.	1	2	3	4	5
8. İnsanlar daha özgürce seks yapabilse hayat daha kolay olurdu.	1	2	3	4	5
9. Çok sevmediğin birisiyle seks yapıp bundan hoşlanmak mümkündür.	1	2	3	4	5
10. Seksin yalnızca iyi bir fiziksel rahatlama niteliğini taşıması mümkündür.	1	2	3	4	5
11. Doğum kontrolü, sorumluluk taşıyan cinselliğin bir parçasıdır.	1	2	3	4	5
12. Bir kadın, doğum kontrolü sorumluluğunu paylaşmalıdır.	1	2	3	4	5

13. Bir erkek, doğum kontrolü sorumluluğunu paylaşmalıdır.	1	2	3	4	5
14. İki kişi arasında en yakın iletişim tarzı sekstir.	1	2	3	4	5
15. Birbirini çok seven iki kişi arasındaki cinsel ilişki, en üst düzeydeki insan etkileşimidir.	1	2	3	4	5
16. Seks iyi bir nitelikte olursa, iki ruhun birleşmesine benzer.	1	2	3	4	5
17. Seks, yaşamın çok önemli bir parçasıdır.	1	2	3	4	5
18. Seks, genellikle yoğun ve insanı adeta ezip geçen bir yaşantıdır.	1	2	3	4	5
19. En iyi seks, kendi zevkine odaklandığın sekstir.	1	2	3	4	5
20. Seks, öncelikle başka birinden zevk almaktır.	1	2	3	4	5
21. Seksin temel amacı zevk almaktır.	1	2	3	4	5
22. Seks, öncelikle fiziksel bir şeydir.	1	2	3	4	5
23. Seks, esasen yemek yemek gibi bir beden işlevidir.	1	2	3	4	5



ÖZGEÇMİŞ

Aşkim Çelebi

Psikolog

Profil

Lisans eğitimi süresince aktif gönüllü projelere katılım ve staj deneyimleri vasıtasıyla öğrencilik hayatımdan itibaren mesleğimin içinde yer aldım. Lisans eğitiminin hemen ardından yüksek lisans eğitimime başladım. Eğitim hayatım boyunca sorumluluk sahibi, etik kurallara [hakim](#) ve bunların ışığında geleceğine yön veren, mesleğine tutkuyla bağlı, her daim gelişmeye meraklı yapım ile akademik bir yön çizdim ve bunu sürdürmeyi hayatıma en büyük gaye edindim. Bu süre içerisinde terapi ekol eğitimlerimi ve kişilik envanteri uygulama eğitimimi tamamladım ve bunların ışığı ile mesleğime aktif olarak büyük bir motivasyon ile devam etmekteyim.

Eğitimler

Lise	2011 - 2015
Özel Ata Koleji, İstanbul	
Üniversite	2015 - 2020
İstanbul Bilgi Üniversitesi	
İngilizce Psikoloji	
Yüksek Lisans	2021 - 2024
İstanbul Aydın Üniversitesi	
Klinik Psikoloji (Tezli)	

İş deneyimi

Hayyinc Danışmanlık Psikolog	Şub 2021 - May 2021
SAWA Danışmanlık Merkezi Psikolog	May 2021 - Eyl 2021
Özel Melek Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi Psikolog	Şub 2022 - Ocak 2024
Psikolog	2022 - devam ediyor
Bilgi Psikoloji Öğrenci Seans Destek Projesi Psikolog	

Diller

İngilizce

İspanyolca

Türk İşaret Dili

Fransızca

Gönüllülük projeleri

Yönetim Kurulu Üyeliği İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji Kulübü	2017 - 2020
İstanbul Akademik Etkinlik Sorumlusu Türk Psikoloji Öğrencileri Çalışma Grubu (TPÖÇG)	2017 - 2018
Satış ve Sosyal Medya Ekip Üyelikleri World Human Relief	2018 - 2019
Etkinlik Koordinatörü Bir Küçük Mucize Derneği	2018 - 2020

Stajlar

Psikolog Türkiye Alzheimer Derneği	Kas 2017 - Oca 2018
Psikolog Özel Melek Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi	Nis 2018 - Ağu 2018
Psikolog Balıklı Rum Hastanesi Psikiyatri Kliniği ve Bağımlılık Kliniği olmak üzere iki bölümde de staj yapılmıştır.	Eki 2019 - Oca 2020

Sertifikalar

Şema Terapi Uygulayıcı Eğitimi	2023
Psikodinamik Psikoterapi Uygulayıcı Eğitimi	2022
MMPI Kişilik Envanteri Uygulayıcı Eğitimi	2021