



T.C.
DOĞUŞ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**EVLİ KADINLARDA ANNEDEN ALGILANAN
NARSİSİZM İLE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU
ŞEMALARI VE BİLİŞSEL ESNEKLİK ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan
ŞEYMA EĞRİBOYUN EKŞİ

İstanbul, 2024



T.C.
DOĞUŞ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**EVLİ KADINLARDA ANNEDEN ALGILANAN
NARSİSİZM İLE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU
ŞEMALARI VE BİLİŞSEL ESNEKLİK ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan
ŞEYMA EĞRİBOYUN EKŞİ
202091070004
0009-0003-1143-9430

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Kahraman GÜLER

İstanbul, 2024

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Evli Kadınlarda Anneden Algılanan Narsisizm İle Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaları Ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını, patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım
11/06/2024

Şeyma EĞRİBOYUN EKŞİ



YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

Doküman No	FR.1.26
Yürürlük Tarihi	1.11.2017
Revizyon Tarihi	4.12.2020
Revizyon No	2
Sayfa	1 / 1

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Tarih : 02/07/2024

Anabilim/Anasanat Dalı : Psikoloji

Öğrencinin Adı Soyadı : Şeyma Eğriboyun Ekşi

Öğrenci No : 202091070004

Tez Danışmanının Adı Soyadı : Dr. Öğr. Üyesi Kahraman Güler

İkinci Tez Danışmanının Adı Soyadı :

Tezin Başlığı : Evli Kadınlarda Anneden Algılanan Narsisizm İle Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaları Ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Doğuş Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin 32.Maddesi uyarınca yapılan değerlendirmeler sonunda;



tezin kabul
edilmesine



tezde düzeltme
verilmesine



tezin
reddedilmesine

oy birliği / oy çokluğu ile karar verilmiştir. Gereği için arz olunur.

Danışman Üye

Üye

Üye

Üye

Üye

Anabilim/Anasanat Dalı Başkanı Onayı:

Doğuş Üniversitesi ("Üniversite") olarak kişisel verilerinizin güvenliği hakkında azami hassasiyet göstermekteyiz. Üniversite olarak, Üniversite ile ilişkili tüm şahıslara ait her türlü kişisel verinin 6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu ("KVKK")'na uygun olarak işlenmesine ve gizliliğinin sağlanmasına büyük önem vermekteyiz. Anayasa m.20/3 ile tanıyan "kişisel verilerinizin korunmasını isteme" hakkınızın bilincinde olarak, KVKK Kapsamında tanımlı "Veri Sorumlusu" sıfatıyla, kişisel verilerinizi mevzuata uygun şekilde işlemekteyiz. Daha geniş açıklama için Doğuş Üniversitesi <https://www.dogus.edu.tr/hakkimizda/kisisel-verilerin-korunmasi>

As Doğuş University ("University"), we show maximum sensitivity about the security of your personal data. As a university, we attach great importance to the processing and confidentiality of all personal data of all individuals associated with the University in accordance with the Law No. 6698 on Protection of Personal Data ("KVKK"). Being aware of your right to "ask for the protection of your personal data" recognized by the constitution article 20/3, as "Data Controller" defined within the scope of KVKK, we process your personal data in accordance with the legislation. For a broader explanation you can visit <https://www.dogus.edu.tr/hakkimizda/kisisel-verilerin-korunmasi>

hakkımızda: about us kişisel-verilerin-korunmasi: protection of personal data

(Form No: FR-001, Revizyon Tarihi:30.09.2016, Revizyon No:00)

Adı ve Soyadı : Şeyma EĞRİBOYUN EKŞİ
Danışmanı : Dr. Öğr. Üyesi Kahraman GÜLER
Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans Tezi - 11 /06 /2024
Alanı : Psikoloji
Anahtar Kelimeler : Anneden algılanan narsisizm, bilişsel esneklik, erken dönem uyum bozucu şemalar, evli kadınlar, narsisizm

ÖZET

EVLİ KADINLARDA ANNEDEN ALGILANAN NARSİSİZM İLE ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALARI VE BİLİŞSEL ESNEKLİK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Bu çalışma, evli kadınlarda anneden algılanan narsisistik özellikler, erken dönem uyumsuz başa çıkma şemaları ve bilişsel esneklik arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamıştır. Nicel araştırma yöntemlerinden olan anket uygulaması ile gerçekleştirilen araştırma 335 evli kadın katılımcı ile yürütülmüştür. Veriler IBM SPSS Statistic v.23 paket programı ile istatistiksel analize tabi tutulmuştur. Analiz neticesinde elde edilen bulgular, anneden algılanan narsisistik özelliklerin, erken dönem uyumsuz başa çıkma şemaları ile, erken dönem uyumsuz şemaların bilişsel esneklikle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Genç evli kadınların yüksek standartlar ve bastırılmışlık düzeylerinin daha yüksek olduğu, genç-orta yaş grubundaki kadınların ise kişisel sınırlarının daha fazla zedelendiği belirlenmiştir. Ayrıca eğitim düzeyinin evli kadınların uyum bozucu şemalarındaki rolü incelenmiş ve yüksek eğitim düzeyine sahip bireylerin daha az uyum bozucu şemalar geliştirdiği ve daha sağlıklı bilişsel ve duygusal yapılar oluşturduğu bulunmuştur. Korelasyon analizi, bilişsel esneklik ile erken dönem uyum bozucu şemalar ve anneden algılanan narsisizm arasında ilişkiler olduğunu göstermiştir. Ancak, beklenmedik bir şekilde anneden algılanan narsisizm ile bilişsel esneklik arasında pozitif yönlü ve anlamlı olmayan bir ilişki tespit edilmiştir.

Sonuç olarak, bu araştırma evli kadınların psikolojik sağlığını etkileyen faktörleri anlamak adına önemli bir katkı sunmuştur. Genç ve orta yaş grubundaki kadınlar için ve eğitim düzeyi daha düşük kadınlar için özgün müdahale stratejilerinin

geliştirilmesine, önleyici ve destekleyici eğitimlere, sosyal programlara ve psikolojik destek sistemlerinin güçlendirilmesine yönelik öneriler sunmaktadır.



Name and Surname : Şeyma EĞRİBOYUN EKŞİ
Supervisor : Asst. Prof. Dr. Kahraman GÜLER
Degree and Date : Master's Thesis - 11 /06 /2024
Major : Psychology
Key Words : Narcissism perceived from mother, cognitive flexibility,
early maladaptive schemas, married women, narcissism

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED MATERNAL NARCISSISM, EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS, AND COGNITIVE FLEXIBILITY IN MARRIED WOMEN

This study aimed to examine the relationships between narcissistic traits perceived from the mother, early maladaptive coping schemas and cognitive flexibility in married women. The study, which was carried out with a questionnaire application, which is one of the quantitative research methods, was conducted with 335 married women participants. The data were subjected to statistical analysis using the IBM SPSS Statistic v.23 software package. The findings revealed that narcissistic traits perceived from the mother are related to early maladaptive coping schemas and cognitive flexibility. It was found that young married women have higher levels of high standards and suppression, whereas women in the young-middle age group have more impaired personal boundaries. In addition, the role of educational level in maladaptive schemas of married women was examined and it was found that individuals with higher educational level developed less maladaptive schemas and formed healthier cognitive and emotional structures. Correlation analyses showed that there were relationships between cognitive flexibility, early maladaptive schemas, and narcissism perceived from the mother. However, unexpectedly, a positive yet non-significant relationship was found between cognitive flexibility and narcissism perceived from the mother.

In conclusion, this study has made an important contribution to understanding the factors affecting the psychological health of married women. It provides recommendations for developing specific intervention strategies, preventive and

supportive training, social programs, and strengthening psychological support systems for young and middle-aged women and those with lower education levels.



İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

ÖZET

ABSTRACT

TABLolar LİSTESİ.....	iii
ŞEKİLLER LİSTESİ	iv
KISALTMALAR	v
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM KURAMSAL ALTYAPI

1.1. Narsisizm.....	8
1.1.1. Etiyoloji, Prevalans ve Tanı Kriterleri	10
1.1.2. Türleri	13
1.1.3. Yakın İlişkilerde Narsisizm	15
1.2. Anneden Algılanan Narsisizm.....	18
1.2.1 Ruh Sağlığı İle İlgisi.....	21
1.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar	22
1.3.1. Young'ın Şemaları ve Şema Alanları.....	25
1.3.2. Yakın İlişkilerde EDUBŞ	28
1.4. Bilişsel Esneklik.....	30
1.4.1. İlgili Kuram ve Yaklaşımlar.....	31
1.4.1.1. Bilişsel Davranışçı Terapi.....	31
1.4.1.2. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Modeli	32
1.4.1.3. Sosyal Bilişsel Teori	33

İKİNCİ BÖLÜM YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Yöntemi	35
---------------------------------	----

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR

3.1. Araştırmanın Bulguları	40
-----------------------------------	----

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM TARTIŞMA VE YORUM

4.1. Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler ile Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkinin Sosyo-demografik Değişkenlere Göre Değerlendirilmesi	59
4.1.1. Yaş Değişkenine Bağlı Olarak Değerlendirilmesi	59
4.1.2. Eğitim Düzeyine Bağlı Olarak Değerlendirilmesi	61
4.2. Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi	62
4.3. Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi	64
4.4. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi	64
4.5. Genel Değerlendirilme ve Öneriler	66

SONUÇ	70
--------------------	-----------

KAYNAKÇA	72
-----------------------	-----------

EKLER

Ek-1 Katılımcı Bilgi ve Onam Formu	88
Ek-2 Sosyo-demografik Bilgi Formu	88
Ek-3 Bilişsel Esneklik Ölçeği	89
Ek-4 Young Şema Ölçeği Kısa Form 3	89
Ek-5 Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği	94
Ek-6 Etik Kurul İzni	95

TABLÖLAR LİSTESİ

	Sayfa No.
Tablo 1. Ulusal Tez Merkezinde Yayınlanan İlgili Araştırmalar.....	5
Tablo 2. EDUBŞ Alanları ve Kategorizasyon	27
Tablo 3. Çalışmadaki EDUBŞ Alanları ve Kategorizasyon.....	28
Tablo 4. Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanlarının Özellikleri.....	28
Tablo 5. Yakın İlişkilerde Kutuplar	30
Tablo 6. Türkiye’de Evli Kadın Nüfusu	36
Tablo 7. Cronbach’s Alpha Katsayıları	40
Tablo 8. Skewness (Çarpıklık) ve Kurtosis (Basıklık) Değerleri	40
Tablo 9. Tanımlayıcı Veriler.....	41
Tablo 10. Yaş Değişkeni ve Ölçeklerin Farklılaşma Durumları	42
Tablo 11. Eğitim Değişkeni ve Ölçeklerin Farklılaşma Durumları	44
Tablo 12. Yaş Değişkeni ve YŞÖ Alt Boyutlarının Farklılaşma Durumları	46
Tablo 13. Eğitim Değişkeni ve YŞÖ Alt Boyutlarının Farklılaşma Durumları	48
Tablo 14. Korelasyon Analizi-1	53
Tablo 15. Korelasyon Analizi-2	55
Tablo 16. Çoklu Regresyon Analizi	58

ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa No.

Şekil 1. Evlenme Sayısı Ve Kaba Evlenme Hızı, 2001-2023	3
Şekil 2. Boşanma Sayısı ve Kaba Boşanma Hızı, 2001-2023	3



KISALTMALAR

AAN: Anneden Algılanan Narsisizm

AANÖ: Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler

BDT: Bilişsel Davranışçı Terapi

BE: Bilişsel Esneklik

BEÖ: Bilişsel Esneklik Ölçeği

EDUBŞ veya EMS: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar

REBT: Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi

SBT: Sosyal Bilişsel Teori

TDK: Türk Dil Kurumu

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

YŞÖ: Young Şema Ölçeği

GİRİŞ

Araştırma Problemi

Erken dönem uyum bozucu şemalar (EDUBŞ), bireylerin çocukluk veya ergenlik döneminde oluşan ve yaşamları boyunca gelişen zihinsel kalıpları ifade eder (Young vd., 2003). Bu şemalar genellikle bireyin farkındalığının ötesinde çalışır ve benlik ile çevre arasındaki bilgileri çarpıtarak olumsuz düşüncelere ve kişisel sıkıntılara yol açabilir (Renner vd., 2012). Zamanla değişime direnç göstererek bireyin olumsuz düşüncelerle başa çıkmasını zorlaştırabilir (Jovev vd., 2004). Erken dönemde oluşan bu kalıplar, kişinin kendisiyle ve çevresiyle ilişkilerinde problemlere neden olabilir.

Narsisizm ise tutarlı düşünce yapısı ve savunma mekanizması altında ortaya çıkar. Bu bozukluğa sahip bireyler, kendilik duygularını düzenlemek için gücü her şeye yeten nesneyi veya değersizleştirmeyi tercih edebilirler. Çocuklukta sürekli başarı için övgü toplayan birey idealizasyon mekanizmasını kullanabilirken, sürekli eleştiri duyan birey değersizleştirme mekanizmasını benimseyebilir. Bireyler arasında ortak temalar büyülenmecilik, yetkinlik vurgusu ve empati eksikliği olarak belirtilir (Masterson, 2014). Narsisizm, kişinin kendi benliğine aşırı bir hayranlık ve kendi duygusal ihtiyaçlarına yoğun bir odaklanma durumunu ifade etmektedir. Bu, bireyin kendini aşırı derecede önemli ve özel hissetmesi, başkalarını sürekli olarak kendisiyle karşılaştırması ve takdir beklemesi şeklinde tezahür edebilir. Narsistik bireyler empati eksikliğinin yanı sıra başkalarının duygusal ihtiyaçlarına dikkat etmekte zorlanır.

Anneden algılanan narsisizm (AAN), bireyin annesinin narsistik özelliklere sahip olduğuna dair bir algıdır. Bu algı, bireyin annesinin empati eksikliği, aşırı özsaygı ve başkalarını manipüle etme eğilimleri gibi narsistik davranışları sergilediği düşüncesiyle ilişkilidir. Bu algı, bireyin çocukluk döneminde annesiyle olan ilişkisinden kaynaklanabilir ve ilerleyen yaşlarda bu algının bireyin kişilik gelişimine etkisi olabilir. AAN, bireyin duygusal ve psikolojik gelişimini etkileyebilir. Bu algı, çocukluk döneminde güvenin oluşturulması, duygusal bağlanma ve kişisel kimlik gelişimi gibi temel unsurları etkileyebilir. Bu algının bireyin özellikle evlilik gibi yakın ilişki dinamikleri üzerindeki etkilerini anlamak ve çözümlemek de önemlidir.

Bilişsel esneklik (BE) ise bir bireyin farklı durumlarla başa çıkma, esnek düşünme ve zorluklarla baş etme becerisini ifade eder (Üzümcü ve Müezziz, 2018; Sinnott vd., 2020). Birey, çeşitli perspektifleri görebilme, değişen koşullara uyum sağlayabilme ve esnek düşünme kapasitesine sahiptir (Yaşar Ekici ve Balcı, 2019; Yelpaze ve Yakar, 2019). BE, zorlayıcı durumlarla başa çıkarken alternatif çözümleri düşünme, hatalardan öğrenme ve değişen koşullara uyum sağlama yeteneği olarak ortaya çıkar.

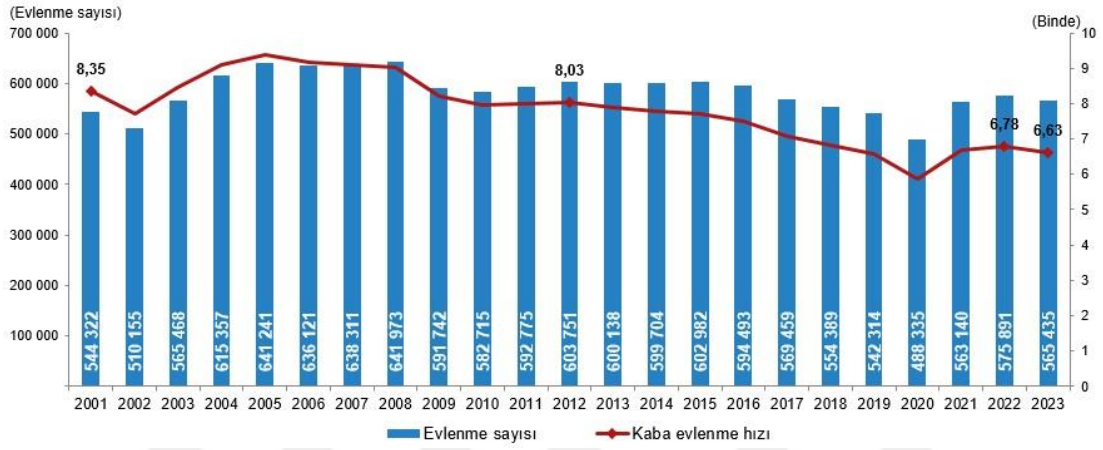
- BE, zorlayıcı durumlarla başa çıkma, esnek düşünme ve alternatif çözümleri görebilme yeteneğini içerir. EDUBŞ ise genellikle kişinin düşünce kalıplarını çarpıtan negatif kalıplardır. BE, bu uyum bozucu şemaların üzerinde çalışma ve değişiklik yapma yeteneğini ifade edebilir. BE geliştikçe, bireyin geçmişte oluşan olumsuz düşünce kalıplarıyla daha etkili bir şekilde başa çıkma olasılığı artabilir.
- EDUBŞ ve AAN arasında karşılıklı etkileşim olabilir. Örneğin, AAN, bireyin erken dönemdeki şemalarını etkileyebilir ve olumsuz düşünce kalıplarının oluşmasına katkıda bulunabilir. Aynı zamanda EDUBŞ, AAN'yi yorumlama biçimini etkileyebilir. Birey, kendi düşünce kalıpları aracılığıyla annesinin narsistik davranışlarını algılayabilir.
- AAN, bireyin annesinin narsistik özelliklere sahip olduğu algısıdır. Bu algı, bireyin kendilik algısını şekillendirebilir, ilişki dinamiklerini etkileyebilir. BE, AAN ile başa çıkma ve bu algıları değiştirme kapasitesini yansıtabilir. Bu, bireyin duygusal zorluklarla daha esnek bir şekilde başa çıkmasına yardımcı olabilir.

Bu kavramlar bireyin psikolojik ve duygusal iyi oluşunun yanı sıra, evlilikteki başarı, uyum ve genel memnuniyet düzeyini de etkileyebilir. Türkiye'de yükselen boşanma düzeyleri ve bireylerde yol açtığı sorunlar, kavramların birbirleri ve evlilik ile ilişkisinin araştırılmasını gerektirmektedir. Örneğin EDUBŞ, bireyin evlilikteki duygusal tepkilerini ve davranışlarını etkileyebilir. Bu şemalar, çift içinde olumsuz düşünce kalıplarına ve etkileşimlere neden olabilir. Çiftler arasında çatışma, anlayış eksikliği ve duygusal bağ kurma zorluklarına yol açabilir. AAN, bireyin kendilik duygusunu ve ilişki beklentilerini etkileyebilir. Bu, evlilikteki rol ve beklentilere yansıyabilir. Eğer bir birey annesinde narsistik özellikler algılamışsa, bu evlilikteki empati eksikliği, ilgi çatışmaları ve duygusal kopukluk gibi sorunlara neden olabilir. Ancak bilişsel esneklik, evlilikte çiftlerin zorluklarla başa çıkma, çatışmaları çözme

ve değişen koşullara uyum sağlama becerilerini olumlu yönde etkileyebilir. BE geliştikçe, çiftler arasında daha etkili iletişim, problem çözme ve empati gösterme becerileri gelişebilir. Bu da evlilikte daha sağlıklı bir ilişki dinamiği yaratmaya yardımcı olabilir.

Diğer bir yönden,

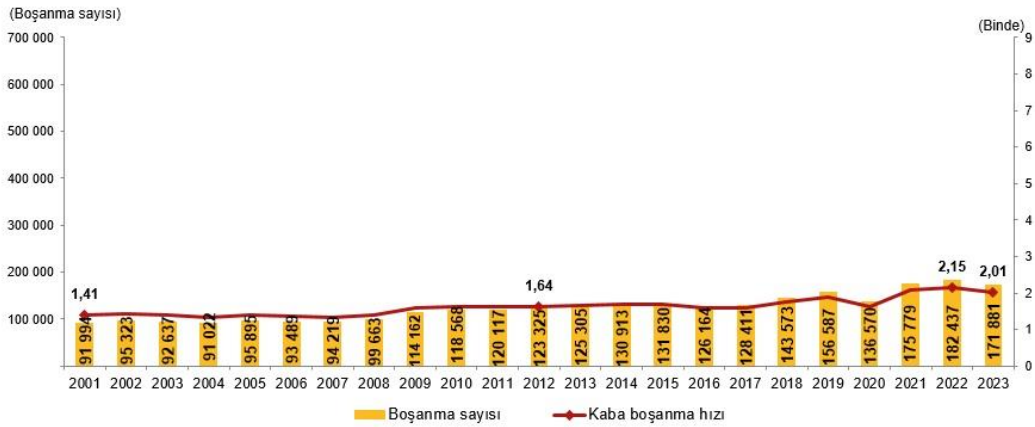
- 2022 yılında evlenen çiftlerin sayısı 575 bin 891 iken 2023 yılında 565 bin 435 olmuştur. .



Şekil 1. Evlenme Sayısı ve Kaba Evlenme Hızı, 2001-2023

Kaynak: (TÜİK, 2023).

- Boşanan çiftlerin sayısı ise 182 bin 437'den 171 bin 881'e düşmüştür (Şekil 2).



Şekil 2. Boşanma Sayısı ve Kaba Boşanma Hızı, 2001-2023

Kaynak: (TÜİK, 2023).

- Evlilik süresine göre boşanmalar incelendiğinde, 2023 yılında gerçekleşen boşanmaların %33,4'ü evliliğin ilk 5 yılı, %21,7'si ise evliliğin ikinci 5 yılı içinde meydana gelmiştir.
- Kesinleşen boşanma davaları sonucunda 2023 yılında 171 bin 881 çift boşanırken 171 bin 213 çocuk için verilen velayetin %74,9'u anneye, %25,1'i babayadır.
- Boşanma kararı alan taraf %75 oranında kadındır. Nedenlerin %25'i evi geçindirememesi, işsiz koca ve maddi yetersizlik; %22'si sorumlulukların yerine getirmeyen koca; %16'sı kişilik ve kültürel uyumsuzluk bildirmiştir. Birincil boşanma nedeni olan bu durumların yanı sıra ikincil boşanma nedenleri (%55) aile sorumluluğu taşımayan ilgisiz ve sevgisiz olarak belirtilmiştir (Binay, 2018).

Aktarılanlar doğrultusunda evliliğin devam edip etmemesi gibi bir kararın alınmasının ve çocuğun bakımı sorumluluğunun yüksek oranda kadın tarafından üstlenilmekte olduğunu söyleyebiliriz. Bu nedenle bu çalışmanın evli kadınlarla yürütülmesinin fayda sağlayabileceği düşünülmüştür. Evli kadınların psikolojik ve duygusal iyi oluşlarının, yakın ilişkilerde iletişim ve sorun çözme becerileri üzerindeki etkilerin, ilişki doyumu veya boşanma oranlarına etkisinin de değerlendirilebilecek olması, konunun dinamiklerini anlamak için bir fırsat sunabilir.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Çalışmanın amacı, evli kadınlarda AAN ile EDUBŞ ve bilişsel esneklik arasındaki ilişkilerin incelenmesi olup kavramlar arasındaki ilişkiyi anlamak ve çeşitli psikolojik süreçlerin evli kadınların yaşamında nasıl etkileşimde bulunduğunu araştırmak da amaçlanmaktadır.

AAN ile EDUBŞ arasındaki ilişki detaylı biçimde incelenecektir. Bu durum evli kadınların çocukluk döneminden gelen algıları ile şu anki psikolojik durumları arasındaki bağlantıyı anlamak için önemli görülmektedir. BE, evli kadınların duygusal ve bilişsel süreçlerini anlamak açısından önemli bir faktördür. Evli kadınların genel psikolojik sağlığına etkiler değerlendirilebilecektir. Böylece klinik ve uygulamalı perspektif yaratarak terapötik müdahaleler ve danışmanlık süreçleri açısından katkı sunmak hedeflenmektedir.

Bu araştırma evli kadınların yaşadığı psikolojik zorluklar ve ilişkisel dinamikler hakkında bilgi sağlayarak, aile ve sosyal politikaların geliştirilmesine

rehberlik edebilir. Bu, aileleri destekleme ve psikolojik sağlıkları üzerinde olumlu bir etki yaratma amacıyla tasarlanan programların etkili bir şekilde yönlendirilmesine katkıda bulunabilir.

Araştırmanın Türkçe yüksek lisans tezi olması nedeniyle aynı düzeydeki araştırmalar incelenerek özgünlük değeri ve örneklem seçimi konularında fikir geliştirilmiştir. Buna göre öncelikle ulusal tez merkezi üzerinden “bilişsel esneklik” anahtar kelimesi ile tarama yapılmıştır. 261 çalışmaya ulaşılmıştır. Bu çalışmaların 166’sının psikoloji alanında olduğu, 11’inin doktora tezi düzeyinde hazırlandığı belirlenmiştir. Araştırmalar oldukça geniş örneklem kümelerine olmasına rağmen yalnızca 1 çalışmada evli kadınlar örneklem grubu olarak tercih edilmiştir. Daha sonra “Şema” ve “Kadın” anahtar kelimeleriyle tarama gerçekleştirilmiştir. Erişilen çalışmaların örnekleme kontrol edilmiş veya yalnızca evli kadınlar ile yürütölen araştırmalara Tablo 1’de yer verilmiştir. Son olarak “narsi (NARSİSİZM, narsistik, narsizm vb. ifadelerin kullanılma ihtimalinden dolayı)” ve “kadın” anahtar kelimeleriyle tarama yapılmıştır. Herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak bağımlı değişkenlerin yer verildiğı çalışmalar tespit edilmiş, anahtar kelimeleri içeren araştırmaların tümü aşağıda listelenmiştir.

Tablo 1. Ulusal Tez Merkezinde Yayınlanan İlgili Araştırmalar

Arslantaş, 2023	• Sigara kullanan evli kadınların bilişsel esneklik ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi
Eker, 2022	• Postpartum depression in relation to gender role attitude, early maladaptive schemas and coping skills among women
Topcu, 2023	• Evli kadınlarda erken dönem uyum bozucu şemalar ile eş tükenmişliği arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü’nün aracı rolü
Çakır, 2021	• Evli kadınlar benlik algısı ve evlilik doyumunu erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkisi
Uzunoğlu, 2021	• Evli kadınların cinsel benlik şemaları ile cinsel işlev düzeyleri arasındaki ilişki
Bulut, 2019	• Beliren yetişkinlik dönemindeki kadınlarda toplumsal cinsiyet rolleri ve anne baba tutumlarının erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkisinin incelenmesi
Taşkale, 2014	• Aile içi şiddet mağduru kadınların şema modeli açısından incelenmesi
Çeri, 2009	• Vajinismus tanısı alan kadınlar ve eşlerinde temel bilişsel şemalar ile bağlanma stillerinin incelenmesi

Dündar, 2022	• The relationship between narcissism, perceived maternal narcissism, selfobject needs and attachment
Tuatay, 2022	• The role of emptiness on relationship between maternal narcissism and self-handicapping in adulthood: A mixed-method study
Türker, 2018	• The role of perceived maternal narcissism and depression on the later development of narcissistic personality organization
Kepenek, 2022	• Yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şemalar, otomatik düşünceler ve bilişsel esneklik arasındaki ilişki
Usluca, 2021	• Yetişkinlerde erken dönem uyum bozucu şemalar bilişsel esneklik ve bilişsel duygu düzenleme arasındaki ilişkiler
Ar, 2021	• Romantik ilişkilerde çatışmanın erken dönem uyumsuz şemalar ve bilişsel esneklik ile ilişkisi
Dinç, 2020	• Denetimli serbestlik uygulamasına tabi yükümlüler: Baba-oğul şema aktarımı, bilişsel esneklik ile genel öz yeterlik açısından bir inceleme
Anayurt, 2017	• Duygu düzenleme ile erken dönem uyumsuz şemalar, bilişsel esneklik ve ruminasyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi (üniversite öğrencilerinde)

Görüldüğü üzere evli kadınlarda AAN ile EDUBŞ ve bilişsel esneklik arasındaki ilişkinin incelenmesini konu edinen bir araştırma mevcut değildir. Bu durum araştırma konusunun özgün olduğunu düşündürmektedir.

Araştırmanın Hipotezleri

H1: Evli kadınlarda AANÖ ile EDUBŞ arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Evli kadınlarda AANÖ ile BE arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

H3: Evli kadınlarda EDUBŞ ile BE arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

Araştırmanın Kapsamı

Bu araştırma, evli kadınlarda AAN ve EDUBŞ ile bilişsel esneklik arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Anket yöntemiyle evli kadınlardan elde edilen veriler kullanılacaktır.

Tanımlar

Narsisizm: Kişinin aşırı özsaygı, kendi benliğine aşırı önem verme ve başkalarını kullanma eğilimlerini içeren bir kişilik özelliğidir (Timuroğlu ve İşcan, 2010).

Anneden Algılanan Narsisizm: Bireyin, annesinin empatiden yoksun, büyülenmeci, sürekli olarak ilgi ve onay arayan davranışlarını nasıl algıladığı olarak tanımlanmıştır. Bu algı nedeniyle bireyin kendi benlik değeri ve ilişkileri etkilenebilir (Horton ve arkadaşları, 2014).

Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar: Çocukluk ve ergenlik döneminde olumsuz deneyimler sonucu gelişen ve bireyin yaşamı boyunca işlevsiz davranış ve düşünce kalıplarına yol açan derin psikolojik yapılardır. Bu şemalar bireyin kendisiyle, diğer insanlarla ve dünyayla ilgili algılarını şekillendirir, çoğu zaman ilişkilerde ve duygusal dengede sorunlara neden olur (Young, Klosko ve Weishaar 2003).

Bilişsel Esneklik: Bireyin, farklılaşan durumlara adapte olma, problem çözme ve esnek davranma becerisi olup karşılaşılan zorlukları çeşitli perspektiflerden değerlendirme, alternatif çözümler bulma yeteneğini içerir. Bu yetenek, bireyin duygusal dengeyi korumasına ve stresle etkin başa çıkmasına da yardımcı olabilir (Akçay Özcan ve Kıran, 2016; Liu ve Wei, 2020).

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ALTYAPI

Bu bölümde kavramlara yönelik kuramsal altyapı sunulmaktadır.

1.1. Narsisizm

“Narsisizm”, Yunan mitolojisinde sudaki yansımasını görüp aşık olan, hayatını aşkının (kendisinin) peşinden giderek geçiren ve nihayetinde sonlandıran Narkissos’tan gelmektedir. Narkissos bu imkansız aşka ulaşma arzusuna tutunur ve suya düşerek boğulur. Sözlükte ise anlamı kişinin kendi bedenine yönelttiği cinsel istek ve haz olarak açıklanır (Özsaydın, 1984) Etimolojik olarak, kelime kökünün Yunanca körlük veya duyarsızlık anlamına gelen narke kelimesiyle ilişkili olduğu görülür. Kavramın günümüzde kullanımı kendini aşırı sevmek, kendini aşırı büyütmek ve benmerkezcilik şeklindedir (Budak, 2019). Kibir ve gösterişçilik narsisizmi belirtmek için yaygın yararlanılan diğer niteliklerdir (Twenge ve Campbell, 2015).

Freud (1957)’a göre narsisizm, libido kişinin kendi benliğine yöneldiğinde ortaya çıkar. İki yönü mevcuttur: birincil ve ikincil narsisizm. Birincil narsisizm, ilk gelişim yıllarında kendini dış dünyadan ayıramadığı için sevgi nesnesi olarak gören normal aşamadır. İkincil narsisizm ise devamındaki gelişim evrelerinde dış dünyada aranan sevgi nesnesinin yokluğu nedeniyle yeniden benliğe yönelen libidoyu işaret eden patolojik özelliklere sahip aşamadır.

Normal narsisizm, bireyin kendisiyle, yakın çevresiyle ve çevresindeki diğer bireylerle uyum içinde olduğunu hissetmesi ve çevresinin beklentilerini karşılayabileceğini düşünmesidir (Rozenblatt, 2002). Öz değer ve özgüveninin şüpheye yer bırakmayacak biçimde yüksek seyrettiği, farklı kimselerden alınan olumlu/olumsuz etki ve eleştirilerin bireyin özgüvenini minimum oranda etkilediği durumdur. Çevredekilerin düşünce ve görüşlerinden beslenmenin aksine birey kendi düşünce ve görüşlerine odaklanarak öz güvenini tatmin etmektir (Akhtar, 1989).

Klinik anlamda ilk kez psikanalitik kuramcı Ellis tarafından 1898’de açıklanan kavram özellikle kadınlarda izlenen ve bireyin cinsel dürtülerini hayranlıkla kendine yönlendirmesini içeren duygular şeklinde tanımlanmıştır (Rozenblatt, 2002). Freud narsisizm kelimesini Cinsellik Kuramı Üzerine Çalışmalar (1905) adlı makalesinde

kullanmıştır. Alandaki ilk önemli çalışma Freud'un An Introduction to Narcissism (Narsisizme Giriş) adlı makalesidir. Narsisizmin psikanalizdeki yeri bu makaleye dayanır.

Narsisistik birey daha yaşamının ilk aylarında yalnızlık duygusunu yaşamaya başlar. İhtiyaçları karşılanamayan ve ihmal edilen birey, bebeklikte dahi kendi kendine yetme ihtiyacı duyar (Ozan vd., 2008). Erken dönemde bebeğe primer bakım veren kişi ile kurulması gereken bağın kurulamaması ve bebeğin ihtiyaçlarının göz ardı edilmesi, bebeğin hayal kırıklığına uğramasına ve olumsuz duygular yaşamasına zemin hazırlar (Mahler, 1968). Bu şekilde gelişen süreç sonrasında bebek libidinal yatırımı kendine yönlendirir ve dış dünya yerine iç dünyada yaşamayı tercih eder (Freud, 1957). Günümüze ulaştıkça yapılan objektif ve projektif çalışmaların tüm bakış açılarıyla karşılaştırılması neticesinde dikkat çekici bulgulara ulaşılmıştır. Özellikle narsisizm ile yaş, cinsiyet, aile durumu gibi demografik özellikler arasında pozitif ya da negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunamaması ortaya konan düşünceyi desteklemiştir (Atay, 2009).

Jung gibi bazı teorisyenler Freud tarafından bir durum olarak açıklanan narsisizmi süregelen bir olgu olarak ele alırlar (Rapier, 2005). Dolayısıyla patolojik narsisizmin tanımında kuramlar içi ve kuramlar arasında anlaşmazlıklar mevcuttur. Kernberg (1985) patolojik narsisizmi empati yoksunluğu, büyüklenmecilik, duygusal boşluk hissi ve benmerkezcilik gibi ifadelerle tanımlar. Bu tanımdan farklı olarak Kohut (1977) narsisizmin kırılganlık, depresyon, boşluk hissi, empati eksikliği ve esnekliğin hakim olduğu bir olgu olarak betimler. Kernberg (1985)'e göre, normal narsisizmde benliğe libidinal yatırım olmasına rağmen, bütünleşik iyi ve kötü benlik imajları vardır. Kohut (1977) normal ve patolojik narsisizm arasında değişen bir süreklilik olduğuna inanırken, Kernberg (1985) iki türü birbirinden ayıran bazı farklılıklar öne sürer. Patolojik narsisizmdeki spesifik narsisistik direnç, onu normal narsisizmden ayırmaktadır. Nitekim patolojik narsisizm patolojik nesne ilişkilerinden kaynaklanır. Ayrıca ego ve süperegoda patolojik bütünleşme ve ayrışma eksikliği söz konusudur. Normal narsisizmde, birey libidinal ve agresif enerjilerini belirli nesne imgelerine yatırır. Bu imgeler, genellikle kişinin kendi benliğini ya da benlik algısını yansıtır. Ancak, normal narsisizmde bu yatırım sağlıklı bir düzeydedir ve kişinin eleştiriye, suçlamalara veya başarısızlıklara aşırı tepki vermek yerine nesnelere güven

ve bağımlılık duygusu ile birlikte gelir. Patolojik narsisizmde ise bu içselleştirilmiş nesne imgelerinin gelişimi bozulmuştur. Talepler aşırıdır ve genellikle karşılanamaz niteliktedir. Birey, kendi benliği veya algılanan benlikleriyle aşırı bir şekilde özdeşleşir ve bu, ilişkilerinde ve günlük yaşamda ciddi problemlere yol açabilir. Normal infantil narsisizmde, çocuğun talepleri genellikle temel ihtiyaçlarına bağlıdır ve sağlıklı bir şekilde ifade edilir. Ancak, patolojik narsisizmde talepler aşırı ve mantıksızdır, genellikle karşılanamaz ve çocuğun gelişimine zarar verebilir. Bu bireylerin soğuk, mesafeli, küçümseyici ve değersizleştirici davranışları, normal bir çocuğun bencil davranışlarından farklıdır. Bu davranışlar genellikle başkalarını manipüle etmek ve kendi ihtiyaçlarını karşılamak için kullanılır (Kernberg, 1985). Kernberg ve Kohut arasında süregelen tartışma, narsisizmin çok boyutlu bir kavram olabileceğini ve bireylerde farklı boyutların mevcut olabileceğini düşündürmektedir.

Çağdaş görüşler incelendiğinde narsisizmin adaptif ve maladaptif olarak iki boyutta değerlendirildiği görülür (Ackerman vd., 2011). Adaptif boyut, narsistik yaralanmalar karşısında öz-değer duygusunu koruma kapasitesi psikolojik dayanıklılık ve Ruh sağlığı ile yakından ilişkilidir (Sedikides vd., 2002). Maladaptif narsisizm, patolojik kontrol arzusu ve olumsuz yönelimli benmerkezci özelliklerle karakterizedir. Birey sürekli olarak başkalarının ilgisine/onayına ihtiyaç duyar. Adaptif narsisizm normal/sağlıklı bir süreçken, maladaptif narsisizm patolojik bir süreçtir (Pincus ve Lukowitsky, 2010). Adaptif ya da normal/sağlıklı narsisizm gelişmiş sosyal becerileri ve olumlu benlik imajını içerirken, patolojik narsisizm (1) orantısız etki kullanımıyla diğer bireyleri kontrol etme ihtiyacı ve (2) empati eksikliği ile izlenir (Miller ve Campbell, 2008). Genel anlamda öz düzenleme becerilerindeki eksiklikler veya zorluklarla yakından ilişkilidir (Ackerman vd., 2011).

1.1.1. Etiyoloji, Prevalans ve Tanı Kriterleri

Psikanalitik perspektife göre çocuğun gelişiminde normal kabul edilen (Freud, 1914; Kohut 1975; Kernberg, 2004), narsisizmin patolojik yapılandırmaları uyumsuz çabaları barındırır. Miller (2007), çevrede sevgi yokluğunun çocuğun “gerçek” duygu ve benlik deneyimini olumsuz etkilediğini öne sürer. Bireyler hayranlığı sevgiyle aynı şekilde anlar, bu nedenle telafi etmek için hayranlık arayışına girer. Bu da büyülenmecilikle sonuçlanır. Bu noktada narsisizm, narsistik kırılganlık ve

narsisistik büyüklenmecilik olarak iki temel özelliğe dayanır. Bu özelliklerin kalıcı, esnek olmayan, uyumsuz ve önemli işlevsel bozukluğu patolojik tanımlamalarla ilişkilendirilebilir. Narsistik büyüklenmecilik, abartılı bir benzersizlik duygusu ve başkalarından ilgi ve hayranlık talep etmedir. Baskın büyüklenmecilik görünümü açık narsistlerde kök salmıştır. Sosyal ve çekici olup özsaygı tehditlerine öfke, utanç, aşağılanma ve meydan okuma duygularıyla karşılık verirler. Bu kırılgan benlik kavramı narsistik bireyi sürekli kendini onaylama arayışına iter (Baumeister ve Vohs, 2001). Öte yandan, gizli narsistlerde narsistik kırılganlık ağırlıktadır. Kırılganlık belirtileri yaşayıp kendinden şüphe etmekte ve eleştiriye karşı aşırı duyarlı hale gelmektedir. Başkalarına güvenmek ya da bağımlı hale gelmek oldukça zordur. Her iki tür de düşmanlık ve yetki sahibi olma özelliklerini paylaşır (Miller vd., 2011). Kernberg (2004), soğuk, reddedici ve yıkıcı olan yetersiz ebeveynliğin narsisizmi artırdığını öne sürer. İlkel içselleştirilmiş nesne ilişkisindeki bozulmayı ortaya koyan bu açıklamaların yanı sıra çocukken reddedilmekten dolayı kırılgan bir egoya neden olabilir. Böylece ego gelişimi olumsuz etkilenebilir (Otway ve Vignoles, 2006; Zvelc, 2010). Ebeveyn gözetimi ve psikolojik kontrol de narsisizmin gelişimine katkıda bulunur. Bununla birlikte, Kohut (1975) narsisizmi ebeveyn sıcaklığının katkısı ve ebeveyn takibinin eksikliği ile ilişkilendirmiştir. Bir çocuğun aşırı övülmesi, çocuğun olağanüstü kapasiteye sahip olduğuna inanmasına neden olabilir. Bu doğrultuda patoloji, narsistik mükemmellik aşamasında iki yapı bütünleşmediğinde ortaya çıkar. Bu yapılardan biri, çocuğun tatmin duygusunu deneyimlemesini sağlamak için aynalama yapmaktır (Russell, 1985). Aksi takdirde birey sürekli olarak büyüklenmeciliğini yansıtacak bir öznesellik arayışına girer. İkincisi ise idealleştirme yapısındaki bozulma nedeniyle idealleştirilmiş ebeveyn imajının devam etmesidir. Çocuk ilk aşamada primer bakım verenden kendi mesajlarını geri alamadığı için idealize edilmiş bir figürü primer narsisizmi yansıtamadığından içselleştirilmiş bir süperegoya dönüştüremez. Bu nedenle kendileriyle birleşecek idealize edilmiş nesneler arar.

Bazı çalışmalar saldırganlık, sıkıntıya tahammülsüzlük ve işlevsiz duygusal düzenleme gibi özelliklerin yaygın izlendiğini iddia eder (Weinberg, 2006). Bununla birlikte çocuklukta istismar, ihmal, ebeveynlerden gerçekçi olmayan beklentiler ve aşırı ebeveyn değerlemesi gibi çevresel faktörler de narsistik kişilik bozuklukları

gelişimini etkileyebilir. DSM-5'e göre de narsisistik bozukluklar erken yetişkinlik döneminde başlar. Çocukluk veya ergenlik döneminde gözlenen özellikler, yetişkinlikte narsisistik kişilik bozukluğu teşhisine yol açmayabilir. Toplumsal prevalansı %0-6,2 arasında değişen narsisizm, erkeklerde daha yaygın olup tanı alanların %50-70'ine tekabül eder.

Narsistik kişilik bozukluğu, ilk kez DSM-III (1980)'ten başlayarak, tüm baskılarda (1987, 1994, 2000), Eksen II bozuklukları arasında tanımlanmıştır. Ancak, DSM-V (2013)'in yapısal değişiklikleriyle patolojik narsisizmi yansıttığı düşünülen tanım yapılmıştır. Buna göre genç yetişkinlik döneminde başlayan ve farklı koşullarda kendini gösteren büyüklenmeciliği, hayranlık gereksinimi, empati yoksunluğu gibi özelliklerden oluşan bir yaygın örüntü şeklinde tanımlanmıştır. Bu özellikler, aşağıdaki DSM-V kriterlerinden en az beşini içermesi gereken bir tabloyu işaret eder (APA, 2013):

- Kendisi hakkında büyüklenmeci hislere sahip olma
- Başarı, güç, zeka, güzellik veya ideal aşk gibi sınırsız fantezilere dalmak
- Kendisinin “özel” olduğuna, sadece özel-üstün insanlarla ilişki kurduğuna/kurması gerektiğine inanma
- Aşırı hayranlık bekleme
- Hak sahibi olduğuna inanma, özel muamele görmeyi veya beklentilerinin otomatik olarak karşılanmasını bekleme
- İlişkilerde sömürücü olma ve insanları kendi amacı doğrultusunda kullanma
- Empati eksikliği, başkalarının duygularını ve ihtiyaçlarını anlama veya kabul etmede zorluk yaşama
- Diğerlerine karşı kıskançlık duyma veya diğerlerinin kendisine kıskançlık duyduğuna inanma
- Küstah ve kibirli davranışlar sergileme

Daha önce büyüklenmeci narsisizm ile sınırlanarak klinik bir olgu olduğu vurgulanan patolojik narsisizm tanımı, ilgili profili tam olarak karşılayamamıştır (Cooper ve Ronningstam, 1992). Günümüzde bir yöne yapılan aşırı vurgunun aksine kırılğan ve büyüklenmeci olarak açıklanan iki boyutlu bir yapıya yönelik literatür hızla gelişmektedir.

1.1.2. Türleri

Karmaşık bir doğaya sahip olan narsisizmin farklı biçimleri uzun zamandır tanımlanmaya çalışılmaktadır. Kohut ve Wolf (1978) narsisistik kişiliğin beş farklı türünü ortaya koymuştur: ayna açlığı, ideal açlığı, alter-ego, birleşme açlığı ve temastan kaçan kişilikler. Bu kişiliklerden ilk üçü, benliklerinin büyülenmeci, teşhirci ve beslenmemiş yanlarını tatmin edecek benlik nesneleri arayışında olan kişileri temsil ederken son ikisi ise patolojik varyantları tasvir etmektedir.

Farklı bir bakış açısıyla, Millon (1981) ilkesiz, aşk dolu, seçkinci ve telafi edici olarak etiketlenen dört narsisistik tip önermiştir (Holdren, 2004). Bu tiplerin her biri narsisizmin farklı özelliklerini temsil eder ve diğer kişilik tiplerinin özelliklerini de kapsar. Örneğin, ilkesiz tip, narsisistik ve antisosyal kişilik özelliklerini (kendini beğenmişlik, büyülenmecilik ve başkalarını önemsememe gibi) bir arada barındırır; Histriyonik ve narsisistik kişilik özelliklerinin birleşimi, cinsel açıdan baştan çıkarıcı eylemler ve duygusuz davranış biçimleriyle öz saygılarını sürdüren aşk düşkün bireyleri yansıtır. Narsisizmin karakteristik portresi, şişirilmiş, egoist bir benlik imajına sahip elitist narsistler tarafından sergilenir. Telafi edici narsisistik tip, narsisistik ve kaçınan kişilik özelliklerini kapsar. Kırılgan, zayıf ve düşük özsaygıları nedeniyle reddedilmenin ince işaretlerine karşı aşırı hassas olan ve bunu narsisistik davranışlarla telafi etmeye çalışan bireyleri gösterir.

Salman Akhtar ve Thomson (1982) narsisistik kişiliğe sahip bireylerin bazı özellikleri açıkça sergilerken diğerlerini gizli bir şekilde deneyimlediklerini ve hissettiklerini öne sürer. Kolaylıkla gözlemlenebilen özelliklere dayanarak narsisistik karakterin iki ana biçimini vurgulanır: büyülenmeci veya açık (1), savunmasız veya gizli (2). Gabbard (1989) narsisizmin kayıtsız ve aşırı dikkatli olmak üzere iki alt türünü tasvir eder. Doğaları gereği birbirlerine benzemelerine rağmen, terapistler dahil kişilerarası ilişki kurma ve sürdürme biçimleri bakımından farklı olduklarını belirtir. Kayıtsız narsistleri bencil, benmerkezci, farklı fikirlere, duygulara ve tepkilere kayıtsız olarak tanımlar. Buna karşılık, aşırı tetikte olma özelliğine sahip bireyler korkak, mütevazı, içe dönük, farklı tepkilere karşı aşırı duyarlı ve onaylanmamaya karşı tetiktedir.

Masterson (1993) teşhirci ve gizli olmak üzere iki tür narsist olduğunu savunur. Her ikisinin de aynı büyüklenmeci benlik ve her şeye gücü yeten nesne içsel temsiline sahip olduğunu ancak ideali gerçekleştirmek üzere farklı yol tercihi bulunduğunu belirtir. Spesifik olarak, teşhirci narsistlerin enerjilerinin çoğunu şişirilmiş bir benlik için harcadıklarını; önemli olmak, saygı görmek, beğenilmek, takdir edilmek için mücadele ettiklerini; gizli narsistlerin ise idealize edilen nesne ile özdeşleştirdikleri kendilerine tür bir varlık duygusu kazandırdıklarını öne sürer. Teşhirci narsistlerin kendilerini psikolojik sıkıntıdan koruyabilmek için acı verici olaylardan kaçınarak, görmezden gelerek ya da değersizleştirerek altta yatan saldırgan, aşağılık benlikten uzaklaşabileceklerini belirtir. Ancak gizli narsistlerin tüm özü dışsal bir nesneye dayandığından saldırı ve depresyon karşısında daha savunmasızdır. Shulman (1986) da narsisizmi açık ve gizli olarak deneyimleyen ve ifade eden iki farklı narsistik hasta tipi olabileceğini savunur. Ancak son çalışmalarda bu iki alt kategoriye belirtmek için büyüklenmeci ve kırılgan terimleri tercih edilir (Pincus vd., 2009; Krizan ve Johar, 2012; Kealy ve Rasmussen, 2012). Büyüklenmeci narsistik bireyler “kibir, kendini beğenmişlik, hak sahibi olma duygusu ve eleştiriye karşı tepkisellik” (Besser ve Priel, 2010) gibi açık özelliklerle tanımlanırken, savunmasız muadilleri utangaç, içe dönük, endişeli ve kaçınan bir portre çizmektedir (Kealy ve Rasmussen, 2012).

Wink (1991) altı farklı narsisizm öz bildirimini kapsayan iki ana faktör (yani, büyüklenmecilik-teşhircilik ve kırılganlık-duyarlılık) ortaya koyar. Bu faktörler dürtüsellik, hazzı erteleme, itaatsizlik, benzersizlik ve dikkat çekicilik özellikleriyle pozitif korelasyon göstermektedir. Ancak kırılganlık özellikleri baskın bireyler kendilerini belirgin bir şekilde kendini koruyucu, duygusal olarak dengesiz, endişeli ve sosyal olarak içe kapanık olarak değerlendirirken, büyüklenmeciliğin ön planda olduğu bireyler kendilerini sosyal, aşırı özgüvenli, etkileyici ve bağımsız olarak betimler. Yakınları ise her iki tip narsisizmi benmerkezci, otoriter, kibirli ve geçimsiz olarak tanımlar.

Rathvon ve Holmstrom (1996) da narsisizmin çok boyutlu doğasını destekler. Wink (1991)’e benzer şekilde, altı narsisizm ölçeğinden iki faktörlü bir yapı saptar: tükenmiş ve büyüklenmeci. Benzer şekilde, Dickinson ve Pincus (2003) sömürücülük

ve yetki alanlarındaki benzerlik ve olumlu özelliklerdeki farklılıkları dayanarak savunmasız ve büyüklenmeci faktörlerinden bahseder. Kontrol ve otoriteyle ilgili karşılıklı kişilerarası sorunlar yaşamalarına rağmen, büyüklenmeci narsistlerin kırılğan narsistlere kıyasla kişilerarası ilişkilerinde daha düşük kaygı bildirdiklerini belirtir. Bu bulgu, büyüklenmeci narsistlerin çevrelerine ve başkaları üzerindeki etkilerine karşı ilgisizliklerine işaretir.

Miller vd. (2011) narsisizmin büyüklenmeci ve kırılğan olmak üzere kısmen farklı iki boyuta sahip olduğunu ortaya koyar. İki narsisizm biçimi başkalarıyla düşmanca ve hak sahibi biçimde ilişki kurma açısından birbirine benzer. Ancak faktörler bazı kişilik özelliklerinde ayrışır. Kırılğanlık faktörü nevrotilikle pozitif, dışadönüklükle negatif; büyüklenmeci faktör nevrotilikle negatif, dışadönüklükle pozitif korelasyon gösterir.

1.1.3. Yakın İlişkilerde Narsisizm

Narsisizmde sosyal ilişkilerin başlatılması ve sürdürülmesi, kişilerarası stratejiler ve davranışlarla ilgilidir. Narsisizm düzeyi yüksek bireyler, görkemli bir benlik görüşü kazanma ve sürdürme temel hedeflerine ulaşmak için başkalarının hayranlığını kazanmaya çalışır. Bu, kendinden emin, çekici, eğlenceli ve iddialı davranışlarla ifade bulur (Küfner vd., 2013; Back vd., 2013; Carlson vd., 2011; Back vd., 2010). Ayrıca üstün statülerini savunmak için görkemli benlik görüşlerini tehdit eden bireyleri aşağılama eğilimi söz konusudur. Bu ise bencil, sosyal olarak duyarsız, saldırgan ve düşmanca davranışlarla sonuçlanır (Küfner vd., 2013; Back vd., 2013; Campbell vd., 2005; Twenge ve Campbell, 2003; Bushman ve Baumeister, 1998). Öyle ki bu bireylerin kendi başarısızlıklarını başkalarına yükledikleri, eleştirildiklerinde aşırı duyarlı tepki verdikleri ve sosyal partnerlerini istismar ettikleri belirtilir (Morf ve Rhodewalt, 2001; Campbell vd., 2000).

Kişilerarası stratejiler ve davranışlardan oluşan narsisizm, ilişkisel sonuçlar açısından “karışık bir nimete” (Paulhus, 1998) yol açar ve sosyal ilişkinin aşamasına bağlı olarak farklı sonuçlar ortaya çıkarır. Campbell ve Campbell (2009) bunu bağlamsal pekiştirme modellerinde özetler. Narsisizm düzeyi yüksek bireyler, çekici ve eğlenceli niteliklerinden faydalanabildikleri için ilişkinin ilk aşamalarında (gelişmekte olan bölge) başarılı olurlar. Bu nedenle, beğenilme eğilimindedirler,

genellikle yeni sosyal ilişkiler başlatmada başarılıdırlar ve başlangıçta arzuladıkları sosyal hayranlığı elde ederler (Dufner vd., 2012; Brunell ve Campbell, 2011; Campbell ve Campbell, 2009; Friedman vd., 2006; Oltmanns vd., 2004). Ancak sosyal ilişkiler derinleştikçe (sürekli bölge), narsisizmin daha antagonistik özellikleri ortaya çıkar ve kişiler arası sorunların (çatışmalar ve ihlallerin) yanı sıra narsisistik sosyal partnerden daha az hoşlanma ve hayranlık duyma söz konusu olur (Czarna vd., 2014; Carlson vd., 2011; Campbell ve Campbell, 2009; McCullough vd., 2003; Morf ve Rhodewalt, 2001). Muhtemelen bunun bir sonucu olarak, narsisizm düzeyi yüksek bireyler genellikle sosyal ilişkilerini derinleştirmekten kaçınır ve yakın ilişkileri arzulamazlar (Campbell ve Campbell, 2009).

Narsisizmin sosyal ilişkiler üzerindeki etkilerinin farklı örüntüsü özellikle romantik ilişkilerde belirgindir. Önceki araştırmalar narsisizmin kısa vadeli romantik bağlamlarda (flört, cinsel ilişki veya erken dönem romantik ilişkiler vb.) romantik partnerleri cezbetme başarısı ve romantik çekicilikle ilişkili olduğunu ancak uzun vadede (Holtzman ve Strube, 2011; Brunell ve Campbell, 2011; Campbell ve Campbell, 2009) ciddi sorunlarla karşılaştığını belirtir.

Kısa vadeli romantik bağlamlarda narsisizmin çekiciliğini oluşturan unsurlara daha yakından bakıldığında, bir dizi çekici özellikle ilişkili gözlenir: çekici ve bakımlı bir görünüm (Back vd., 2010; Gangestad vd., 2007; Vazire vd., 2008), yüksek özgüven, yüksek statü kapasitesi (Campbell vd., 2005), yüksek çekicilik algısı (Gabriel vd., 1994) ve romantik reddedilme korkusunun az olması ve dolayısıyla karşı cinsle kolayca ve sınırsızca yaklaşma eğilimi (Campbell vd., 2005). Sonuç olarak, narsisizmden yüksek puan alan bireyler karşı cins tarafından sempatik, fiziksel ve cinsel açıdan çekici ve yüksek eş çekiciliğine sahip olarak algılanır (Dufner vd., 2013; Brunell ve Campbell, 2011; Holtzman ve Strube, 2011).

Narsisizm ile ilişkilendirilen daha yüksek eş çekiciliğinin doğrudan kişilerarası sonuçları vardır. Geçmiş çalışmalarda, narsisizm düzeyi yüksek kişiler, romantik partnerlerle kolayca tanışabildiklerini ve narsisizm düzeyi düşük kişilere kıyasla karşı cinsten daha az reddedildiklerini ve daha fazla telefon numarası aldıklarını iddia eder (Dufner vd., 2013; Rhodewalt ve Eddings, 2002). Ayrıca daha kısıtlanmamış sosyoseksüel yönelimlere sahip olduklarını ve tek gecelik ilişki gibi kısa süreli

birleşmelere (Koladich ve Atkinson, 2016; Jonason vd., 2009; Foster vd., 2006) daha başarılı biçimde katıldıklarını bildirir. Aynı zamanda daha fazla sayıda yaşam boyu cinsel ve flört partneri söz konusudur (Adams vd., 2014; Jonason vd., 2009; Rhodewalt ve Eddings, 2002). Tüm bu bulgular birlikte, narsisizmin kısa süreli tanışma bağlamlarında yüksek romantik çekiciliğine ve başarısına işaret eder.

Önceki araştırmalar uzun süreli romantik ilişkilerde, narsisizmin bir dizi sorunla ilişkili olduğunu göstermiştir. Öncelikle, narsisizmin uzun süreli bağlılık ilişkilerini olumsuz etkileyen eğilim ve özelliklerle ilişkili olduğu bulunmuştur: Yakın ilişkiler kurmaya ilgi duymamalarının yanı sıra (Campbell ve Campbell, 2009), narsisizmden yüksek puan alan kişilerin bencil oldukları, uzun süreli ilişkilerde saygı, hoşgörü ve empatiden yoksun oldukları (Campbell vd., 2004; Campbell vd, 2005; Brunell ve Campbell, 2011) ve romantik partnerlerini narsisizm düzeyi düşük kişilere kıyasla daha az olumlu algıladıkları (Campbell vd., 2002a) belirtilir. Muhtemelen bunun bir sonucu olarak, narsisizm düzeyi yüksek bireylerin uzun vadeli romantik ilişkileri düşük duygusal yakınlık, sevgi ve güven (Campbell vd., 2005; Brunell ve Campbell, 2011), saldırganlık noktasına varan sıcaklık ve ilgi eksikliği (Campbell, 1999; Campbell vd., 2002b; Keller vd, 2014) ve her iki partner tarafından deneyimlenen düşük ilişki memnuniyeti ve düşük ilişki kalitesi (Campbell vd., 2005; Campbell ve Campbell, 2009; Foster, 2008; Lamkin vd., 2015; Lavner vd., 2015) gelişir. Geçmiş çalışmalarda, uzun süreli romantik ilişkiler yaşayan narsisizm düzeyi yüksek bireylerin, narsisizm düzeyi düşük bireylere kıyasla düşük bağlılık ve yatırım düzeyleri gösterdikleri, potansiyel alternatif partnerlere daha fazla sayıda ve daha fazla ilgi gösterdikleri, sadakatsizliğe daha yatkın oldukları ve daha fazla sayıda boşanma yaşadıkları görülür (Brewer vd., 2015; Brunell ve Campbell, 2011; Cramer, 2011; Foster, 2008; Foster vd., 2006; Foster ve Campbell, 2005; Campbell ve Foster, 2002; Campbell vd., 2002a; 2002b). Ayrıca, narsisizm puanları yüksek olan bireyler romantik partnerleriyle daha sık çatışma yaşadıklarını bildirir (Horan vd., 2015). Bu tür çatışmalardan veya romantik partnerlik ihlallerinden sonra (hakarete uğramak veya aldatılmak), narsisizm düzeyi yüksek kişiler intikam istediğini, çok azının affetme ve ilişkiyi sürdürme davranışı gösterdiğini bildirir (Rasmussen ve Boon, 2014; Peterson ve DeHart, 2014; Exline vd., 2004) ki bu da işlevsiz bir ikili başa çıkma tarzıdır. Tüm

bunlar, narsisizmin uzun vadeli romantik ilişkilerde oldukça önemli sorunlarla ilişkili olduğunu göstermektedir.

Özetle, ampirik kanıtların büyük bir kısmı narsisizmin flört ve erken evre ilişkiler gibi kısa vadeli tanışma bağlamlarında yüksek romantik çekiciliğine ve başarısına; kararlı ilişkiler gibi uzun vadeli romantik bağlamlarda sorunlara işaret eder (Sedikides vd., 2004). Bu nedenle Campbell ve Miller (2011) narsist bir partnerle romantik bir ilişkiye girmeyi çikolatalı pasta yemeye benzetir: başlangıçta karşı konulamayan bir heyecan ve olumlu duygular, ardından uzun vadeli maliyetler ve ilk zevke ağır basan pişmanlık. Kısa vadede tat reseptörlerini tetiklerken yağ üretimi uyarılmakta ve uzun vadede pişmanlığa yol açmaktadır.

1.2. Anneden Algılanan Narsisizm

Anne, bebeğin dünyayı algılamasında ilk etkileşim noktasıdır. Bebeğin anne karnında olduğu andan itibaren, annenin sesini duyarak ve hareketlerini hissederek dış dünyayı algılamaya başlar. Bu süreç, bebeğin doğumundan itibaren annenin sağladığı bakım ve etkileşimle devam eder. Bu nedenle, anne bebek için ilk ve en önemli etkileşim ortağıdır (Nordahl vd., 2005; Dutton vd., 2011; Calvo vd., 2020).

Bebek doğmadan önce anne tarafından bebekle ilgili hayaller, hedefler ve beklentiler oluşturulur. Tüm bu idealler, bebeği gelecekte yetişkin olmaya hazırlar. Raphael-Leff'in (1995) belirttiği gibi, annenin hamileliğinden itibaren bebeğiyle ilgili fantezileri narsistik beklentiler ve kaygılar kapsamına girer. Bu narsistik salınımların kaynağını dört ana argümanla açıklamıştır: Birincisi, anne narsistik yaralanma nedeniyle kendi imajıyla meşguldür. İkincisi, "hayat yaratma" büyüüne kapılabilir ve böylece ya megalomani ya da bebek üzerinde sınırlı etkiye sahip olmaktan kaynaklanan çaresizlik duyguları artabilir. Üçüncüsü, bebeğin kendisine bağımlı olduğunun farkına varması, başkalarıyla ilişki kurarken kendini savunmasız bulan annenin kaygısını artırır. Dördüncüsü, anneye bir kez günah keçisi çocuk olmak yerine otoriter bir ebeveyn olarak iç temsillerin aktif bir şekilde yeniden canlandırılması için bir fırsat verir. Annenin bedeninin içinde bebek de anne ile bütünleşir, böylece anne bebekle kaynaştığı yanılsamasına kapılabilir (Freud, 1914). Kendi annesiyle ilişkisini, çocukluğunu, bilinçdışı ideallerini, anılarını, düşüncelerini, başarılarını, saplantılarını ve önceki narsistik özelliklerindeki gerilemeyi yeniden canlandırabilir (Denby,

2021). Bebekle kaynaşmanın bir sonucu olarak bebek aracılığıyla yansımaları yeniden deneyimleyebilir. Kendisinin yansımaları sevebilir ya da nefret edebilir (Raphael-Leff, 1995). Ayrıca, annenin kimliği çocukla iç içe geçmiş olabilir, bu nedenle çocuğun bağımsız bir benlik duygusu geliştirmesine yardımcı olmakta zorlanabilir. Aksi takdirde, kendisi için sembolik bir kayıp riskiyle karşı karşıya kalır (Rothstein, 1979).

Narsistik eğilimleri olan anneler kendi çıkarları için her bir çocuğu diğerinden ayırır çünkü narsistik anneler, sosyal onay talep etmenin yanı sıra yavruların öznelliğinden kaçınmak veya yavrulara aşırı duyarlı olmak şeklinde iki şekilde tepki verebilir (Kernberg, 2004; Kohut, 1971). Özsaygısını korumak için sömürülen bir çocuk yetiştirmiştir (Miller, 2007). En zeki ya da en güzel olan çocukla yakın ilişki içindeyken, diğerini hayal kırıklığı olarak tanımladığı için aileye yabancılaştırır (Balcı vd., 2023). Dışlanmış çocuk, annenin narsistik öfkesinin hedefi olabilir. Annenin hiçbir şey beklemediği bu çocuk, “gölge” olarak algılanarak değersizleştirilebilir (Kernberg, 2004). Çocuk nesne kaybını sert bir şekilde deneyimleyebilir. Green (1993), annenin yokluğunu ve yaşayan annenin uzak bir figüre dönüşme sürecini tanımlamak için “ölü anne” tanımını yapmıştır. Annenin gerçek ölümünden ziyade, anne depresif, sessiz ve yok olduğunda çocuğun ruhunda oluşan imgedir. Çocuğun annesini kaybetmesi, ruhunu yapılandırmada diğer nesneleri kaybetmesinden daha temel bir andır. Dekateksis ya da yatırımsızlık nedeniyle yas üretir ve narsistik bir geleceğe yol açar. Çocuk, iç dünyasındaki sahipsizlik ve yalnızlık ya da diğer nesnelerden ve dış dünyadan çekilme nedeniyle zayıflık ve kırılganlık deneyimiyle başa çıkmak için büyülenmecilik geliştirebilir. Ancak narsistik annenin sevgisi koşulludur ve sonunda olumlu çocuğu da hayal kırıklığına uğratar. Narsistikler sürekli kendilerine hayranlık duyma arayışında olduklarından, annenin çocuğu kendisinin bir uzantısı olarak görmesi, başarılı olması için çocuğun omzuna baskı uygular. İdealleştirdiği benlik kavramını bu çocuğa yansıtır ve idealleştirme tutumuna yaklaşır (Kernberg, 2004). Annenin sevgisini kazanmak için çocuk mükemmeliyetçi özellikler ve başarısızlığa tahammülsüzlük geliştirebilir. Çocuk yüksek rekabetçiliğin doğası gereği kendini aşağılayıcı davranışlar, iç kapanma, kaygı, madde kullanımı ve yok etme gibi davranışlarla zarar görür (Gomez, 1998). Ayrıca çocuk, annesinin uzantısı olmanın bir sonucu olarak onunla simbiyotik bir ilişki yaşayabilir. Narsistik bireyler başkalarını ayrı varlıklar olarak algılamakta zorlanırlar (Kohut, 1971; Kernberg,

2004). Bu nedenle çocuk da kimliğini ve anneden ayrılmayı kabullenmekte zorlanır. Bir zamanlar idealize edilen çocuk, tüm ihtiyaçları çıkarıldığında boş olarak algılanabilir (Kernberg, 1966), bu nedenle kim olduğunu, arzularının ne olduğunu bulmak çocuk için bir çıkmaz haline gelir.

Kernberg (2004) narsisistik ebeveynlerin yetişkinlikte potansiyel narsisistler yetiştirdiğini öne sürmüştür. Narsisistik annenin başkalarıyla empatik bağ kuramaması, çocuğun empatik ilişki sürecini içselleştirmesini zorlaştırmaktadır. Anne ve bebek arasındaki bağ, birbirlerine ait olmayı ve bir olmayı ifade eder, böylece çocuğun güvenlik duyguları geliştirilebilir (Miller ve Campbell, 2008). Anne itici, mesafeli ve reddedici ebeveyn tutumlarına bağımlı davrandıkça, çocuk kendini reddedilmekten korumak için narsisizmi kullanır. Ayrıca, ailenin isteklerini yerine getirmek için çocuğu üstün yetenekli veya özel olarak görebilir (Kernberg, 2004). Ebeveynlerin temel motivasyonu, çocuğun beslenmesini anlamaktan ziyade bencil güdülerin tatmini olabilir. Önceki araştırmalar, sağlıklı narsisizmin ebeveynlik yapısındaki psikolojik kontrol ile pozitif ilişkili olduğunu göstermiştir; bu, suçluluk duygusu uyandırma veya sevginin geri çekilmesi yoluyla bir çocuğun manipüle edilmesi, çocuğun kişisel kontrolüdür (Horton vd., 2006).

Benzer şekilde, Kohut (1977) ebeveynlerin çocuk üzerindeki olumsuz davranışlarına odaklanmış ve bu durumun annenin yetersizliği nedeniyle çocuğun anneyi yansıtma ve idealize etme sürecini engellediğini belirtmiştir. Ebeveyn empatisinin dolaylı bir endeksi olarak ebeveyn beslemesi, narsisizmin uyarlanabilir formuyla pozitif yönde ilişkiliyken, uyumsuz formuyla negatif yönde ilişkilidir (Trumpeter; 2008; Aydın, 2022). Empatinin önemi Barrett-Lennard (1981) tarafından, bireylerin iletişim kurabilmeleri için belirli bir şekilde yanıt vermek üzere diğerinin duygularını anlama yeteneği olarak ortaya konmuştur. Ancak aynı zamanda, katı olmayan veya şişirilmiş bir benliğe sahip olan aşırı ilgili ebeveynlere de odaklanmıştır. Bulgular, ebeveyn sıcaklığının çocuğun benlik saygısı üzerinde olumsuz bir etkisi olduğunu göstermiştir (Brummelman vd., 2015). Ebeveyn tarafından çocuğa sağlanan özerklik ile dengelenmelidir (Grolnick ve Farkas, 2002). Bu bağlamda, narsisistik bir anne kendisinden ayrılmış bir çocuğu algılamakta zorluk çekebilir (Rothstein, 1979). Optimal hayal kırıklıklarının yokluğunun bir sonucu olarak, çocuk sürekli olarak başkalarının rehberliğine ve geri bildirimlerine bağımlı olabilir (Horton vd., 2006).

Annenin empati konusundaki yetersizliğinin yanı sıra, özel muamele arayışı nedeniyle çocuğun hayatında öncelikli olmak istediği için çocuğun kişilerarası ilişkilerine de müdahale eder (Brummelman vd., 2015). Narsisistik anne kişiler arası ilişkilerde katıdır, kolayca gücenir, empati eksikliği göstererek suçlar ve savunma amacıyla başkalarını kontrol etmesine neden olan çok düşük öz saygıya sahiptir (Rappoport, 2005), bu nedenle çocuğun tüm duygusal enerjisini annesine ayırmasını ister. Çocuk, annesinin iyiliği için kendisinin büyük bir bölümünü feda eder. Aksi takdirde, narsist benlik saygısına yönelik tehditlere öfke, meydan okuma, utanç ve aşağılanma duygularıyla karşılık verdiği için çocuk agresif bir şekilde saldırıya uğrayabilir (Brummelman vd., 2015). Horne (1998), yüksek düzeyde narsisizm gösteren anneyle ilişkisel çatışmalardan kaçınmak için çocuğun düşük benlik saygısı nedeniyle onun ihtiyaçlarını karşılama eğiliminde olduğunu öne sürmüştür. Buna ek olarak, anne narsisizminin, çocuğun benlik imajını güçlendiren durumlara bağımlı olması nedeniyle çocuğa karmaşık mesajlar verdiği ve ebeveyn tutarsızlığı ile sevgi tutarsızlığının çocuğun duygusal gelişimine ve benlik saygısına olumsuz katkıda bulunduğu bulunmuştur (Trumpeter, 2008).

1.2.1 Ruh Sağlığı İle İlgisi

Bireyin fiziksel ve ruhsal birçok hastalığa karşı yaptığı savunmalarda verdiği stres yanıtı oldukça önemlidir. Stresli durumlarda bir risk söz konusudur ve organizma stres yanıtıyla bu duruma cevap vermektedir. Güvenli bağlanmayı gerçekleştirememiş çocuklarda stres yanıtı çok sağlıklı gelişmemektedir. Narsisistik özellikler gösteren annelerin narsisizmine maruz kalan çocukların güvenli bağlanmayı büyük oranda gerçekleştiremediği düşünüldüğünde, bu çocukların stres yanıtlarının çok sağlıklı olmadığı sonucu ortaya çıkmaktadır. Stres yanıtı kortizol hormonuyla düzenlenmektedir ve güvenli bağlanma gerçekleştirememiş çocukların dolaşımlarında bu hormon oldukça yüksek seyretmesi dezavantajlı bir durumdur. Kortizol seviyesinin yüksek oluşu depresyonla, kaygıyla, intihara meyilli olmakla, yeme bozukluklarıyla ve alkolizmle ilişkilendirilmektedir. Ayrıca beynin bilgi alma kısmına zarar verebileceği gibi yüksek kortizol seviyesinin uyku yitimine sebep olabileceği belirtilmektedir (Işık Çetin, 2024).

Patolojik düzeyde narsisistik özellikleri olan anneler, çocukları bu ihtiyaçları gidermesi için zorlamaktadır ve bunun sonucunda bu çocuklar yetişkinlikte ileri düzeyde sorumluluk hisseden, kendi ihtiyaçlarına duyarsızken başkalarını memnun etmeye çalışan ve ilişkilerde geri planda durmayı tercih eden kişiler olabilmektedirler. Masterson (2014) yaklaşımı açısından bakıldığında; yüksek düzeyde narsisistik özellikleri olan annelerin yoğun suçluluk duygularına sebep olduğu düşünülmektedir. Ayrılma ve bireyselleşmesi annesi tarafından engellenen çocuk bunu istediği için suçluluk hissedip annesine yapışmaktadır. Narsisistik annenin yetiştirdiği bu çocuğun hayatı boyunca yapışacak birilerini aramasının muhtemel olduğu düşünüldüğünde yetişkinlikteki ilişkilerinde sağlıklı bağlanamayacağı öngörülmektedir. Ayrıca narsisistik örüntüye sahip annenin çocuğun bireyselleşmesini onaylamaması çocukta yoğun korku duygularına sebep olmaktadır (Alpay, 2020, s. 24).

AAN'nin ruh sağlığına etkilerini araştıran çeşitli araştırmalar yapılmıştır. Leggio (2018) yaptığı araştırmada narsisistik özellikler gösteren anneyle büyüyen çocuklarda yetişkinlik yıllarında depresyona yatkınlık, madde bağımlılığı, duygudurum bozukluğu, anksiyete bozuklukları, ilişkilerde güvensizlik ve ilişkilerde zorluk yaşanma ihtimalinin yüksek olduğuna vurgu yapmıştır.

1.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar

Uzun süreli duygusal ve ilişkisel zorlukları hedef alan terapi modellerinin sayısı son yıllarda giderek artmaktadır. Popüler modellerden biri olan Şema Terapi Modeli, kronik depresyon ve kişilik bozuklukları gibi uzun süreli ruh sağlığı sorunlarında kullanılmaktadır. Şema model, bilişsel-davranışçı terapi teknikleri gibi çeşitli terapi kavramlarını kişilerarası, bağlanma, Gestalt, nesne ilişkileri ve psikodinamik yaklaşımlarla birleştiren bütünleştirici bir yaklaşımdır. Dolayısıyla Şema Terapi, psikoterapi süreci açısından çoğunlukla 'çalışılması zor' olarak nitelendirilen narsistik kişilik yapısı gibi kişilik bozukluklarının tedavisinde oldukça başarılı bir terapi olarak çalışma sonuçlarında belirtilen yenilikçi ve bütünleştirici bir modeldir (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011). Şema kuramı ilk olarak 1990 yılında Young tarafından ortaya atılmış, daha sonra 1999 yılında model geliştirilmiştir.

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar (EMS; EDUBŞ), Şema Terapi Modeli tarafından kavramsallaştırılmakta ve anılar, duygular, biliş ve fiziksel duyular (beden

duyumları), kişinin benlik kavramı ve diğerleriyle ilişkilerinden oluşan genel temaları veya örüntüleri yansıtmaktadır. Bu şemalar erken çocukluk döneminde edinilir ve kişinin yaşamı boyunca karmaşıklılaşarak önemli işlev bozukluklarına yol açar (Young vd., 2003). Young (1990; 1999)'a göre, EDUBŞ'ler yaşam boyu süren, yaygın ve kapsamlı bilişsel örüntüler olarak tanımlanmaktadır. Şemalar hem bireysel hem de genel çevreye ilişkin tüm bilgilerin nasıl organize edildiğini belirleyen ve bunlara ilişkin temel varsayımlardan oluşan, geçmiş yaşantıların oluşturduğu bilişsel yapılar olarak tanımlanmaktadır. Şemalar aynı zamanda bireylerin nasıl hissettikleri, düşündükleri, davrandıkları ve diğerleriyle olan ilişkilerinin niteliği üzerinde temel belirleyicilerden biri olarak bilinmektedir. Dolayısıyla, ayrıntılı ve genel bir tanım olarak şemalar, açıklamada önemli bir rol oynayan, algıya aracılık eden ve tepkilere yardımcı olan gerçeklik ve deneyim üzerine yüklenmiş kalıplardır. Şemalar aynı zamanda problem çözme ve bilgiyi yorumlama, soyut bilişsel planlar ve kestirme yollar için bir rehber görevi görmektedir (Rafaeli vd., 2011).

Şemalar genellikle erken çocukluk veya ergenlik döneminde gelişir ve çocuğun içinde yaşadığı aile ortamına uyum sağlaması ve dünyayı anlamlandırması için faydalıdır. Ancak zaman geçtikçe, yaşam ve çevre koşulları değişmeye başladıkça bu şemalar işlevselliklerini yitirerek zararlı hale gelmekte ve uyumsuz düşünce, duygu, davranış ve bilişler olarak ortaya çıkmaktadır. Böylece kişilerin EDUBŞ'lerine bir tepki olarak bazı uyumsuz davranışlar sergileyebildikleri gözlemlenebilir. Bir diğer yönden gelişimin erken evrelerinde oluşarak yaşamın tüm evrelerinde var olduklarından yaşam boyu tekrarlayan ve kalıcı bilişsel yapılar olarak tanımlanırlar. Bu şemalar, katılıkları ve değişime dirençleri nedeniyle yaşamın ilerleyen dönemlerinde uyumsuz hale gelebilmekte ve çeşitli Eksen I ve Eksen II bozukluklarına kadar uzanan görece hafif psikolojik sorunlara yol açabilmektedir (Soygüt vd., 2009). Ayrıca, şemaların genellikle bağlanma figürleriyle erken dönemde yaşanan olumsuz deneyimlerin (ör. istismar ve ihmal) yanı sıra temel duygusal gereksinimlerin karşılanmaması veya aşırı derecede karşılanması sonucunda geliştiği varsayılmaktadır. Yaşam boyunca sürekli tekrarlanan örüntüler olan bu şemaların benlik algısı ve kişilerarası ilişkiler üzerinde önemli etkileri vardır (Young vd., 2003).

Şema Terapi yaklaşımı, herkes için ortak olan bir grup temel duygusal ihtiyaç olduğunu öne sürer. Bu duygusal ihtiyaçlar çocukluktan itibaren ortaya çıkmaya başlar

ve tüm bu temel ihtiyaçlar çocukluk ve yetişkinlik döneminde gerekli ve evrenseldir. EDUBŞ, bu temel ihtiyaçların tatmin edilmemiş ürünleri olarak değerlendirilir. Duygusal ihtiyaçları karşılanmayan genç bireyin toksik erken dönem deneyimlerinin bir sonucu olarak ortaya çıkarlar. Çekirdek aile içindeki sorunlar genellikle şemaların birincil kaynağıdır (Rafaeli vd., 2011). Öte yandan, şemaların edinilmesinden sorumlu olan dört tür erken yaşam deneyimi tespit edilmiştir (Rafaeli vd., 2011).

İlk tür “ihtiyaçların toksik olarak engellenmesi” dir. Çocuğun aile ortamından istikrar, anlayış ve ebeveynlerden sevgi gibi iyi/olumlu şeylerden daha az aldığı durumlarda ortaya çıkar. Ayrıca, bu temel duygusal ihtiyaçların engellenmesi, EDUBŞ’lerin edinilmesinde rol oynar. Yukarıda bahsedilen temel duygusal ihtiyaçların karşılanmaması sonucunda, “Duygusal yoksunluk” ve “Terk edilme” EDUBŞ’leri bu hayal kırıklığı sürecinden türeyebilir (Rafaeli vd., 2011).

İkinci tür ise “erken çocukluk döneminde travmatizasyon veya mağduriyet deneyimi” dir. Çocuk bir şekilde travmatik bir durumun içinde yer alır ve/veya zarar görür ve mağduriyet yaşar. En temel duygusal ihtiyaçlardan biri olan güvenlik ihtiyacı karşılanamamıştır. Bunun sonucunda tehlike, acı ve tehdidin varlığını yansıtan şemalar geliştirir. Bunlar “Zarara Açıklık”, “Kusurluluk/Utanç”, “Güvensizlik/İstismar” şemalarıdır (Rafaeli vd., 2011).

Üçüncü deneyim türü ise “çocuğun ideal orandan çok daha fazla iyi/olumlu şey alması” ile ilgilidir. İlk durumun aksine, ebeveynler çocuğa gereğinden fazla şey sunar. Ebeveyn tutumlarında tipik olarak aşırı koruyucu ebeveynlik, aşırı ve sınırsız özgürlük ve özerklik verilmesi gözlemlenir ve bu özellikler çocuğu daha bağımlı ve kuşatılmış hale getirir. Bu durumda özerklik ve gerçekçi sınırlar gibi en temel duygusal ihtiyaçlar karşılanamaz. Dolayısıyla, “Hak Sahipliği” ve “Bağımlılık/Uyumsuzluk” EDUBŞ’leri bu süreçle ilişkili olarak gözlemlenebilir (Rafaeli vd., 2011).

Son tip ise “seçici/aşırı içselleştirme ve önemli diğerleriyle özdeşleşme” dir. Çocuk, ebeveynin düşünce, duygu, deneyim ve davranışlarını seçici olarak içselleştirir ve aynı zamanda onları içselleştirir. Bu süreç “model alma” ile daha iyi açıklanabilir (Rafaeli vd., 2011).

Yukarıdaki dört süreçte bahsedilen temel duygusal ihtiyaçlar ve erken çocukluk deneyimlerinin yanı sıra, diğer faktörler de EDUBŞ’lerin gelişiminde rol oynar.

Çocuğun duygusal mizacı ve ailenin içinde yaşadığı kültürel bağlam, EDUBŞ'lerin kazanılmasında belirleyici olacaktır (Rafaeli vd., 2011).

Şema Kuramının varsayımına göre şemalar gelişimsel olarak şekillenmektedir. Dolayısıyla erken yaşam deneyimleri şemaların gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Bazı şemalar hem erken çocukluk deneyimlerinde hem de yaşamın ilerleyen dönemlerinde uyum sağlayıcı olsa da bazıları işlevsellikten yoksun olduğu ve psikolojik süreçler üzerinde “toksik” bir etkiye sahip olduğu için uyumsuz olarak adlandırılmaktadır. Şemalar her bireyin hayatında vardır ve bireylerin hayatlarını ve dünyayı anlamlandırmalarına yardımcı olurlar. Ayrıca kendimize ve dünyaya dair tutarlı bir bakış açısını korumamıza da yardımcı olurlar. Bu tutarlı görüş doğru ya da hatalı, uyumlu ya da uyumsuz olabilir. Ancak bazı şemalar etkileri açısından tehlikeli olabilir. Bu noktada şema terapinin odak noktası, uzun dönemli ruhsal sorunların temelinde yattığı düşünülen ve EDUBŞ olarak bilinen işlevsiz bilişsel yapılardır (Rafaeli vd., 2011).

1.3.1. Young'ın Şemaları ve Şema Alanları

Young vd. (2003), Şema modeline göre 5 şema alanında gruplandırılmış 18 erken dönem uyumsuz şema belirtmişlerdir.

1. Kopukluk ve Reddedilme: Terk Edilme/İstikrarsızlık, Kusurluluk/Utanç, Duygusal Yoksunluk, Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma ve Güvensizlik/İstismar

Bu şema alanında bireyler diğer insanlarla güvenilir ve doyurucu bir bağ kuramazlar. Öngörülebilir bir tutumla, bazı önemli ihtiyaçlarının (güvenlik, sevgi, kabul, istikrar, empati, ilgi ve aidiyet) beklenen şekilde karşılanmayacağına inanırlar. Çoğunun genellikle travmatik çocukluk deneyimleri olduğu ve genellikle soğuk, reddedici, öngörülemez, istismarcı ve izole bir aile ortamında yaşadıkları söylenebilir. Kendileri için yıkıcı olabilecek ilişkilerden kaçınma ya da yakın ilişkilere girmekten tamamen kaçınma eğilimindedirler.

2. Bozulmuş Özerklik ve Performans: Bağımlılık/Yetersizlik, Gelişmemiş Benlik, Başarısızlık ve Zarar veya Hastalığa Karşı Savunmasızlık

Özerklik, bağımsız olarak işlev görebilme ve aileden ayrı yaşayabilme becerisi olarak tanımlanabilir. Bu alandaki bireyler, ebeveynlerden ayrılma ve bir yetişkin

olarak bağımsız bir şekilde işlev görme ihtiyaçlarını tatmin edilmemiş bir şekilde içeren, kendileri ve dünya hakkında çelişkili beklentilerden mustarıptır. Bu kişiler genellikle kendileri için her şeyi yapan aşırı profesyonel ebeveynlere ya da (tam tersi) tamamen ilgisiz ebeveynlere sahiptir. Dolayısıyla, bu kişiler kendi kimliklerini oluşturamaz ve hayatlarını inşa edemezler ve bu nedenle yetkinlik açısından yetişkin yaşamlarında çocuk olarak kalırlar.

3. Bozulmuş Sınırlar: Yetersiz Özdenetim/ Özdisiplin ve Hak Sahipliği/ Büyüklenmecilik

Bu alandaki bireyler öz disiplin ve karşılıklılık açısından gerekli içsel sınırları geliştiremezler. Bu bireyler genellikle bencil, narsist ve sorumsuz olarak nitelendirilir. Başkalarının haklarına saygı duymakta, başkalarıyla işbirliği yapmakta, içsel sınırlar koymakta, uzun vadeli hedeflere ulaşmakta ve verdikleri sözleri tutmakta zorlanırlar. Çoğunlukla aşırı müsamahakâr ve hoşgörülü bir aile ortamında yetişmişlerdir. Genellikle dürtülerine sınır koyma ve hazzı erteleme konusunda yetersizdirler.

4. Onay Arama/Tanınma-Çekinme ve Boyun Eğme, Kendini Feda Etme

Bu şema alanına sahip bireyler genellikle kendi ihtiyaçları yerine başkalarının ihtiyaçlarını karşılamaya aşırı önem verirler. Bunu onaylanma, duygusal bağı sürdürme ve olası bir tepkiden kaçınma ihtiyacı nedeniyle yaparlar. Kendi ihtiyaçlarını göz ardı ederek başkalarının tepkilerine aşırı derecede odaklanırlar ve genellikle seçimleri ve öfkeleri hakkında farkındalıktan yoksundurlar. Aile ortamının kökeni tipik olarak koşullu kabule dayanır. Böylece çocuk ihtiyaç duyduğu onay ve sevgiyi alabilmek için kendi ihtiyaçlarını engellemeyi öğrenir.

5. Aşırı Tetikte Olma/İnhibisyon: alan Duygusal Engelleme, Amansız Standartlar/Aşırı Eleştirelilik, Cezalandırıcılık ve Olumsuzluk/Kötümserlik

Bu alandaki bireyler genellikle spontane duygu ve dürtülerini engellemeyi tercih ederler. Genellikle katı ve içselleştirilmiş kurallara göre davranmaya ve yaşamaya çalışırlar. Tipik aile ortamı katı, baskıcı, mükemmeliyetçi ve normatif ebeveynliği içerir ve çocuklar öz kontrol ve fedakarlığın spontanlık ve zevkten çok daha iyi olduğu mesajını alırlar. Dahası, bu çocuklar olumsuz günlük olaylara karşı aşırı tetikte olmayı ve hayata karşı soğukkanlı olmayı öğrenirler. Dikkatli ve uyanık olma hususundaki başarısızlıkta aşırı korku, endişe ve karamsarlık hissederler.

Özetlemek gerekirse, şemalar çoğunlukla erken yaşam deneyimlerine dayanır ve erken dönem ilişkileri bireyin düşüncesi, hissi, davranışı ve başkalarıyla nasıl ilişki kurduğunu etkiler. Şemaların bireyin genel işleyişini etkilediği söylenebilir. Bu nedenle, bu şemaların ve bunların olası psikolojik sorunlarla ilişkilerinin ve etkilerinin araştırılması önemlidir. Nitekim, diğer zorlukların yanı sıra (örneğin, anksiyete bozuklukları, depresyon, madde bağımlılığı ve psikosomatik bozukluklar gibi bazı psikolojik bozuklukların Eksen I semptomlarının altında yatan şemalar ve narsistik kişilik bozukluğu ve borderline kişilik bozukluğu gibi bazı kişilik bozuklukları gibi Eksen II bozuklukları (Rafaeli vd., 2011; Young vd., 2003), bu bilişsel şemaların yetişkinlikte ilişkisel zorluklara yol açabileceği ve düşük ilişki doyumu ile sonuçlanabileceği öne sürülmektedir (Rafaeli vd., 2011). Çalışmalar ayrıca şemaların başkalarıyla ilişkilerde zayıflığın ve ilişkinin doğasına uyum sağlayamamanın bir yordayıcısı olduğunu göstermiştir (Kobak ve Sceery, 1988).

EMS'nin şema alanlarına göre kategorizasyonu açısından orijinal çalışma ile Türkçe uyarlama çalışması arasında bazı farklılıklar olduğu belirtilmelidir. Young Şema Anketi-F3'ün orijinal çalışması (Young vd., 2003) ile Türkçe uyarlama çalışması (Soygüt vd., 2009) arasındaki kategorizasyon farklılıkları Tablo 2-4'te sunulmuştur. Mevcut çalışma Young Şema Ölçeği-Kısa Form-3'ün Türkçe uyarlama çalışması ile elde edilen şema alanları üzerinden değerlendirilmiştir.

Tablo 2. EDUBŞ Alanları ve Kategorizasyon

Şema Etki Alanları	Şemalar
Zedelenmiş Özerklik ve Performans	Bağımlılık/Yetersizlik; Gelişmemiş Benlik; Zarar veya Hastalığa Karşı Savunmasızlık; Başarısızlık
Ayrılma ve Reddedilme	Terk Edilme/İstikrarsızlık; Kusurluluk/Utanç; Duygusal Yoksunluk; Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma; Güvensizlik/Suistimal Edilme
Zedelenmiş Sınırlar	Girişkenlik/Büyüklenmecilik; Yetersiz Özdenetim/Öz Disiplin
Başkalarına Yönelimlilik	Onay Arayışı/Tanınma Arayışı; Boyun Eğme; Kendini Feda Etme
Aşırı Tetikte Olma ve İnhibisyon	Duygusal Engelleme; Olumsuzluk/Kötümserlik; Cezalandırıcılık; Amansız Standartlar/Aşırı Eleştirelilik

Kaynak: (Young vd., 2003).

Tablo 3. Çalışmadaki EDUBŞ Alanları ve Kategorizasyon

Ayrılma ve Reddedilme	Terk Edilme / İstikrarsızlık Güvensizlik / Suistimal Edilme Duygusal Yoksunluk Kusurluluk/Utanç Sosyal İzolasyon /Yabancılaşma	Duygusal destek, yakınlık, korunma ihtiyaçlarının sağlanamaması korkusu Kötüye kullanılma, aldatılma, yalan söylenmesi, aşağılanma beklentisi Duygusal destek görememe, bakım, koruma, empati yoksunluğu Kendini kusurlu, kötü, aşağılık, işe yaramaz görme Sosyal çevreden yalıtılmış, dışlanmış hissetme
Zedelenmiş Özerklik ve Performans	Bağımlılık/Yetersizlik Hastalık-Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık Yapışıklık/ Gelişmemiş Benlik Başarısızlık	Başkalarından destek almadan sorumlulukları yerine getirememek korkusu Kişinin başına bir felaket geleceği ve bunu engelleyemeyeceğine dair korku Tam bir bireyleşme sağlayamama, en az 1 kişiye aşırı duygusal bağlılık ve yakınlık isteği Başarı alanlarında yetersizlik hissetme, başarısızlık korkusu
Zedelenmiş Sınırlar	Hak Görme / Bütükleme Yetersiz Öz-denetim / Öz- disiplin	Diğer insanlardan daha üstün olma, özel hak ve ayrıcalıklara sahip olma inancı Yeterli öz-denetim sağlayamama, engellenmeye tolerans gösterememe
Başkalarına Yönelimlilik	Boyun Eğicilik Kendini Feda Onay Arayıcılık / Tanınma Arayıcılık	Terk edilme, öfkeden kaçınmak için kontrolü başkalarına bırakma Kişinin kendi mutluluğu yerine başkalarının ihtiyaçlarını karşılamaya odaklanması Diğer kişilerin onay, ilgi ve kabulünü kazanmak için uyum gösterme çabası
Aşırı Tetikte Olma ve İnhibisyon	Olumsuzluk / Karamsarlık Duygusal Baskılama/ Ketleme Yüksek Standartlar / Aşırı Eleştiricilik Cezalandırıcılık / Acımasızlık	Hayatın olumlu, iyi yönlerini görmeme, olumsuz yönlerine odaklanma Spontane duygu, davranış ve iletişimin bastırılması Eleştiriden kaçınmak için yüksek hedefler koyma, yoğun çaba harcama Yapılan hatalar sonucu cezalandırılma beklentisi, kendine/başkalarına karşı acımasızlık

Kaynak: (Turgut, 2020).

Tablo 4. Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanlarının Özellikleri

Etki alanı	Özellikleri
Ayrılma ve Reddedilme	Diğer insanlara güvenli ve tatmin edici bir şekilde bağlanamama. Bazı önemli ihtiyaçların (güvenlik, onay, sevgi, istikrar, empati, bakım ve aidiyet) beklenen şekilde karşılanmayacağı inancı. Soğuk, reddedici, öngörülemez, istismarcı ve izole edilmiş aile ortamı.
Zedelenen Otonomi ve Performans	Ebeveynlerden ayrılma ve bağımsız bir yetişkin olarak işlev görme gibi tatmin edilmemiş ihtiyaçları içeren çatışmalı beklentilerden mustarıptır. Bireyler kendi kimliklerini oluşturamazlar ve bu nedenle yetişkin yaşamlarında çocuk olarak kalırlar. Aşırı korumacı ebeveynler veya (tam tersi) tamamen ilgisiz ebeveynler.
Zedelenen sınırlar	Öz disiplin ve karşılıklılık açısından gerekli içsel sınırları geliştirememek. Bencil, narsist ve sorumsuz olarak karakterize edilir. Son derece izin verici ve hoşgörülü aile ortamı.
Diğerlerine Yönelimlilik	Kendi ihtiyaçları yerine başkalarının ihtiyaçlarını karşılamaya aşırı önem vermek. Onaylanma ihtiyacı nedeniyle duygusal bağı sürdürmek ve olası bir tepkiden kaçınmak. Aile ortamı koşullu kabul üzerine kuruludur.
Aşırı Tetikte Olma ve İnhibisyon	Spontane duyguları ve dürtüleri engellemeyi tercih etmek. Katı ve içselleştirilmiş kurallara göre davranmaya ve yaşamaya çalışmak. Katı, baskıcı, mükemmeliyetçi ve normatif ebeveynlik.

Kaynak: (Young vd., 2003).

1.3.2. Yakın İlişkilerde EDUBŞ

Şema Terapi Modeli, romantik ilişkilerdeki tatminin, partnerlerin erken ve yetişkinlik dönemlerindeki temel ihtiyaçlarının karşılanmasıyla şekillendiğini savunur (Young ve Gluhoski, 1997). Bununla birlikte, karşılanmayan ihtiyaçlardan kaynaklanan Erken Duygusal Yaralı Şemalar (EDUBŞ), romantik ilişkilerin niteliğini, kalitesini ve tatmin düzeyini etkileyen yapılar olarak tanımlanmıştır (Young vd., 2003).

Bireyler, çocukluklarında ebeveynleri veya bakıcılarıyla kurdukları bağlanma ilişkilerinin etkisi altında, yaşamları boyunca birlikte olacakları bir partner arayışı içindedirler. Bu bağlanma şekli, yetişkinlik döneminde de devam eder. Eğer bir kişi çocukluk döneminde uyumsuz şemalar geliştirmişse, seçtiği partner, bu şemaları tetikleyebilir. Tetiklenen şemalar kişiye geçmişten tanıdaktır ve partnerler arasında bir çekim oluşturarak birbirlerini çeker. Bu durum, "şema kimyası" olarak adlandırılır (Young vd., 2003).

Şema kimyası kavramı, bireyin sahip olduğu şemaların partner seçimi ve ilişkiyi sürdürme nedenlerini açıklamak için ortaya atılmıştır. İlişki içinde, bir partnerin diğerinin şemalarını tetiklemesi, ilişkide sorunlara yol açabilir. Uyumsuz şemalar, bilişsel yanılgılara neden olabilir; bu da anlaşmazlıkların normalden daha büyük tepkilere yol açmasına, duygusal iletişimin engellenmesine ve sağlıklı tepkilerin gelişmesinin zorlaşmasına neden olabilir. Young ve Gluhoski (1997), şema kimyasının bazı romantik ilişkilerde nasıl görüldüğünü açıklar:

Terk edilme şemasında partnerin bireyi terk edeceği korkusu yaygındır. Bireyler ilişkilerinde güvende olmadığını düşündüğünden eşin terk etmeyeceğini teyit ihtiyacı duyarlar. Partner seçimlerini, terk edebilecek potansiyel kişilerden yana yapma eğilimindedirler. Güvensizlik şeması da partnerleri tarafından zarar göreceğine dair bir inanç içerir. Özellikle çocukluklarında istismara maruz kalmış kişilerde gelişen bu şema, yetişkin ilişkilerinde partnerlerinin zarar vereceğine dair inançlarını sürdürür. Bu şemaların etkisindeki kişiler, genellikle mutsuz bir ilişki içindedirler; çünkü şema kimyasının etkisiyle, fiziksel veya sözlü olarak istismar eden veya yaralayan bir partner seçme eğilimindedirler. Duygusal yoksunluk şemasının etkisi, destek, ilgi ve ihtiyaçların karşılanmadığı bir ilişki içindedirler. Seçtikleri partnerler, genellikle ebeveynlerinin özelliklerini taşır ve soğuk ve duygusal olarak uzak olabilirler. Kendini feda etme şemasına sahip kişiler ise, partnerlerinin istek ve ihtiyaçlarını her zaman ön planda tutarlar, bu da genellikle ilişkilerinden memnun olmadıkları anlamına gelir. Ayrıca, partner seçimlerini kendilerini baskılayan ve kontrol eden kişilerden yana yapma eğilimindedirler. Yüksek standartlar şemasına sahip çiftlerde ise, bir partnerde gerçekleşmesi zor olan yüksek beklentiler bulunur ve bu beklentilerin karşılanmaması gerginlik, öfke ve hayal kırıklıklarına neden olabilir. Bazı kişiler, partner seçimini beklentilerini karşılayamayacak kişilerden yana yapabilirler.

Yakın ilişkileri değerlendirmek üzere bağlanma, güç, duygular, karşılıklılık ve değer olarak 5 boyut bildiren Young ve Gluhoski (1997), her boyutun 2 kutbu olduğunu savunur (Tablo 5).

Tablo 5. Yakın İlişkilerde Kutuplar

Spektrum	Kutup	Kutup
Bağlanma	İzole	Boğucu Düzeyde Yakın
Güç	Baskın	Edilgen
Duygu	Entellektüelize Etme	Duygusallaştırma
Karşılıklılık	Kendine Hizmet Bekleme	Kendini Feda Etme
Değer	Değersizleştirme	İdealize Etme

Kaynak: (Young ve Gluhoski, 1997; Topçu, 2023).

Romantik ilişkilerde doyumsuzluk ve memnuniyetsizlik, partnerlerden birinin uyumsuz şemasının tetiklenmesiyle ortaya çıkar. Bu, bir olay karşısında bir partnerin, yukarıda belirtilen beş boyuttan birinin kutuplarına doğru hareket etmesiyle gerçekleşir. Bir partner bir kutba doğru yaklaştıkça, diğer partnerin uyumsuz şeması da aktive olur ve o da farklı bir kutba doğru hareket eder. Sonuç olarak, partnerler farklı kutuplarda yer alır ve bu, duygusal ihtiyaçların karşılanmamasına, çatışma ortamlarının oluşmasına ve doyumsuzluğa neden olan olumsuz bir döngüyü tetikler (Young ve Gluhoski, 1997).

1.4. Bilişsel Esneklik

Bilişsel, bilginin edinilmesi esnasında bellekten geri çağrılan önceki bilgileri; esneklik ise bu bilgilerin farklı durumlarda esnek biçimde kullanabilmesini ifade etmektedir. Birey sahip olduğu bu bilinç ve bilgiyi herhangi bir durumda esnek biçimde kullanabilmeli ve farklı biçimlere aktarabilmelidir (Karadeniz, 2008). Gelişen ve değişen evrende bilgiyi yalnızca öğrenen veya üreten olmanın yanı sıra zor durumlarda farklı seçenekleri görebilen ve bunlar arasından en uygun olanını seçebilen esnek bireylerin yetiştirilmesi gerekliliği söz konusudur. Bu noktada bilişsel esneklik, sağlıklı bireyler için bilişsel süreçle yönelik önemli kavramlardır (Doğan Laçın ve Yalçın, 2019).

Günümüz dünyasında karşılaşılan problemleri çözmek üzere bireylerin geliştirdiği stratejiler, bilişsel esneklik düzeyi için bir göstergedir. Beck (1976)'e göre, bireylerin çeşitli olaylar karşısındaki görüşleri doğal olarak farklılık gösterebilir.

Nihayetinde her birey bulunduğu durumda farklı davranış gösterme hakkına sahiptir. Bu nedenle alternatiflerinin farkında olması önemlidir. Böyle bir kimse diğerlerine oranla daha fazla doğru davranışı düşünür ve bir olaya çok sayıda çözüm alternatifi bulur. Ancak mühim olan unsur doğru seçenekten ziyade farklı seçeneklerin mevcudiyetini görmektir (Bilgin, 2017).

Canas (2006) için bilişsel esneklik genel olarak, bireyin beklenmedik ve yeni durumlarda bilgi işleme stratejilerini kullanma yeteneğidir. Bireyin her durumda farklı davranma potansiyeline ve hakkına sahip olması söz konusudur. Martin ve Anderson (1998)'a göre ise bireyin herhangi bir durumda alternatif çözüm ve seçeneklerin farkında olması, yeni koşullara uyum sağlama yeteneği ve kendini bu durumlarda yetkin hissetmesidir. Üç temel öğeye dayanmaktadır; deneyim, bilgi işleme stratejisi adaptasyonu, çevresel değişkenlere adaptasyon. Bu kavram haritasından yola çıkarak deneyimle geliştirilebilen bilişsel esneklik, bilgi işleme algılama stratejilerine uyumlu olarak değiştirilebilir, farklılaşan dış koşullarla başa çıkabilme birincisini etkileyebilir. Genelde zihinsel kurulum, dikkatle veya düşüncüyü kaydırma, bir durumu farklı algılama ve işleme için yanıt oluşturma yeteneğini ifade eden çok bileşenli bir prosestir. Temelde üç alanı kapsar (1) zor durumları kontrol edilebilir olarak algılama eğilimi; (2) yaşam durumları ve insan davranışlarının olası alternatiflerini algılama yeteneği; (3) zor durumları çözmek için birden fazla çözüm üretme yeteneği (Dennis ve Vander Wal, 2010). BE kazanan bireyler, seçimlerini etkili bir şekilde gerçekleştirir, zor şartlarla başa çıkarak, farklı fikir ve düşünceler üretebilir, yeni oluşan koşullara adaptasyon sağlayabilir (Martin ve Rubin, 1995; Stahl ve Pry, 2005; Bilgin, 2009; Altunkol, 2011).

1.4.1. İlgili Kuram ve Yaklaşımlar

Bilişsel esneklik kavramı farklı perspektiflerden açıklığa kavuşturulmaya çalışılmış ve çoğu kuram tarafından ele alınmıştır. Bazıları aşağıda verilmiştir.

1.4.1.1. Bilişsel Davranışçı Terapi

Beck'in geliştirdiği model, bireylerin duygu, davranış ve fizyolojilerinin olayları algılama biçimlerinden etkilendiğini belirtir. Bu model, bilişsel çarpıtmaların ve tepkilerin tümünü, durumları ve olayları algılama biçimimizi - diğer bir deyişle otomatik düşüncelerimizi - kapsar. Bilişsel davranışçı terapide, bireylerin bir olay veya

durum karşısındaki duygu ve davranışları, o olaya yönelik düşüncelerini belirler. Yani, var olan durum veya yaşanan olaylar kişinin nasıl hissettiğini doğrudan belirlemez, kişinin olayı algılama biçimi duygu ve davranışlarını belirler (Beck, 2011). Duygu ve davranışlar, inanç ve düşünce sistemlerinin etkisinde belirlenir (Rassmusen, 2005; Ranerö ve Törneke, 2018). Psikolojik hastalıkların esas nedeni, hastanın psikolojik durumunu ve davranışlarını etkileyen çarpıtılmış veya işlevsiz düşünceleridir. Gerçekçi biçimde gözden geçirilmesi ve değiştirilmesi, duygu ve davranışların iyileşmesine yardımcı olabilir. Ancak kalıcı iyileşmeler, işlevsiz temel inançlar değiştiğinde ortaya çıkabilir (Beck, 1976).

Bireylerin bilişsel işleyişleri şemalar ve otomatik düşünceler olarak sınıflandırılır. Şema, dış uyaranları ayırır, kodlar ve yeniden değerlendirir. Şemaların esnek, açık ve geçirgen olması durumunda, bireyin bilgiyi algılama ve organize etme becerisi hızlı ve başarılı olabilir. Ancak, şemaların kapalı, katı ve geçirgen olması durumunda, bilgiyi organize etme başarısız olabilir ve ruh sağlığını olumsuz etkileyebilir. Bochner ve Kelly (1974), bilişsel olarak esnek olan bireylerin şemalarının da esnek olduğunu belirtmiştir. Bu bireyler, olaylara farklı perspektiflerden bakabilir ve ihtiyaçlara göre farklı durumlara hızla adapte olabilirler (Cardom, 2016). Buna karşılık, bilişsel esnekliği düşük olan bireylerin, düşüncelerinde oldukça katı olmaları ve çeşitli bilişsel çarpıtmaları sıklıkla kullanmaları nedeniyle depresyon riskinin daha yüksek olduğu gösterilmiştir.

Bilişsel terapi, ‘ya hep ya hiç’ düşünce tarzından uzak, esnek ve istikrarlı bir düşünce sistemine ulaşmayı hedefler. Bu doğrultuda, bireylerin bilişsel esnekliğini artırmak, bilişsel terapinin en önemli hedeflerinden biridir. Bilişsel açıdan esnek olan bireylerin daha mutlu oldukları ve daha sağlıklı karar aldıkları bildirilmektedir (Dennis ve Vander Wal, 2010).

1.4.1.2.Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Modeli

Modelde düşünceler, duygular ve davranışlar bir çarkın dişlileri gibi birbirlerini sürekli etkiler. Nitekim bireylerin mantıksız ve mantıklı ya da çapraz düşünme potansiyeli ile doğduğu savunulur. Dolayısıyla insan doğası gereği hata yapmaya yatkındır. Hataları sürdürmesine rağmen bireyin kendini kabul etmesini amaçlayan (Corey, 2011) bu modelde rasyonellik, bireyin inançlarını niteleyen bir kavramdır.

Rasyonel inançlar esnektir ve psikolojik sağlık için merkezidir. Ayrıca gerçeklik, akıl, benlik ve ilişki gelişimi ile tutarlıdır. Bu nedenle yaklaşımda davranış, duygu ve bilişin etkileşimde olduğu kabul edilir (Dryden, 2005). Akılcı duygusal davranışçı terapi, danışanlara A-B-C modelinde psikolojik danışmanlık sağlar. Bu modelde A harfi bireyin yaşadığı bir olay/başlatıcı faktör olarak tanımlanır. C harfi ise mevcut olayın bir sonucudur. Ancak başlatıcı olay, sonuca yol açmaz. İncelenmesi gereken, modelde B olarak ve A ile C arasında yerini alan kişinin inançlarıdır. İnançlardaki değişim, olayları yorumlama biçimini değiştirdiğinden sonuçlar üzerinde etkilidir (Köroğlu ve Türkçapar, 2013; Ellis, 2020).

Terapi sürecinde ele alınan irrasyonel inançlar, sıkı düşünce kalıplarıdır. Terapist, bu mantıksız inançları daha esnek ve çeşitli durumlara uyarlanabilir hale getirmeye çalışır. Kişinin mantıksız inançlarıyla yüzleşmesi, hatalı sonuçları değerlendirmesi ve olası alternatif düşünce biçimlerini keşfederek olumlu sonuçlar elde etmesi için bilişsel esneklik teknikleri uygulanır. Ayrıca, akılcı olmayan inançlara ilişkin yeterli düzeyde psikoeğitim sunmak da terapi sürecini kolaylaştırabilir (Dryden ve David, 2008; Ellis, 2020). Bilişsel Davranışçı ve Akılcı Duygusal Davranışçı yaklaşım; psikolojik sağlık için kriterleri belirtir: sosyal ilgi, bireysel ilgi, kendi kendini yönlendirme, kendini kabul etme, katılım, yüksek kırılabilirlik toleransı, belirsizliği kabul etme, gerçekçi beklentiler belirleme, kendi sorumluluğunu alma, risk almaktır. Esneklik de bunlardan biridir. Dolayısıyla psikolojik yönden sağlıklı bireylerin geniş ve çoğulcu perspektif benimsedikleri, düşüncelerinde değişime açık ve esnek oldukları anlaşılabılır (Ellis ve Dryden, 2007). Bu noktada bilişsel esneklik, daha doyurucu ve sağlıklı bir yaşamın benimsenmesi için oldukça önemlidir (Altunkol, 2011).

1.4.1.3.Sosyal Bilişsel Teori

Bandura'nın geliştirdiği modelde insan davranışlarının açıklanmasında davranışsal yaklaşımların yanı sıra bilişsel süreçler de dikkate alınır. Özellikle öz düzenleme, karşılıklı belirleme, dolaylı öğrenme gibi varsayımları ihtiva eder. Öğrenme yalnızca bireylerin davranışlarıyla değil, başkalarının davranışlarını gözlemleyerek ve davranışlarının sonuçlarını görerek de mümkün olabilir. Bu durum dolaylı öğrenme olarak açıklanır (İnanç ve Yerlikaya, 2014). Dolaylı öğrenme

kavramı, bireylerin davranış ve tutumlarını taklit ve gözlem yoluyla inceleyip deneme yanılma yoluyla uygular. Alakalı tutumlar içselleştirildiğinde veya terk edildiğinde son bulur (Yiu vd., 2012). Davranışı oluşturma sürecinde birey içsel kriterler oluşturur, kendi davranışını gözlemler, bu kriterler doğrultusunda davranışını değerlendirir ve gerektiğinde davranışını değiştirir (Risemberg ve Zimmerman, 1992). Buna öz düzenleme denir. Zimmerman (1989)'a öz düzenlemenin bireyin davranış edinme sürecine davranışsal, motivasyonel ve üstbilişsel katılım derecesi olduğunu belirtir.

Birey sosyal hayatın içinde sadece var olmakla kalmaz, aynı zamanda sosyal hayatı da şekillendirir. İnanç ve Yerlikaya (2014)'nın belirttiği gibi, bireyin çevresiyle ve davranışlarıyla etkileşim halinde olduğu üçlü bir ilişki vardır. Bu etkileşimde, güç dengesi simetrik değildir ve faktörlerin etkisi birbirine göre şekillenir (Zimmerman, 1989). Bu ilişki, bireyin kendi yaşamını düzenleme kapasitesine hizmet eder, çünkü birey beklentiler oluşturur, farklı düşünceler geliştirir ve davranışlarını kişisel standartlarına göre değerlendirir. İnsanların eyleme geçme yetisi yaşam boyunca devam eder. Davranışlar, hem bireyin içsel kriterleriyle uyumlu olacak şekilde düzenlenir hem de sürekli olarak yeni kriterler ve hedefler belirlenir, bu da bir denge yaratır (Türkçapar ve Sargın, 2011).

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırmada nicel araştırma yaklaşımı benimsenmesi planlanmıştır. Nicel araştırma, sayısal veri toplamayı ve analiz etmeyi amaçlayan bir araştırma türüdür. Bu araştırma tipi, geniş örneklemle yapılan anketler, ölçümler ve deneyler gibi yöntemleri içerir. Genellikle büyük bir örneklem dayanarak genelleme yapma amacını taşır ve istatistiksel analiz ile tamamlanır. Ayrıca, belirli bir konuda nüfusun genel durumu, özellikleri veya ilişkileri hakkında sayısal veriler toplama ve yorumlama sürecini kapsar (Karasar, 2018). Bu doğrultuda nicel araştırma yöntemlerinden anket uygulaması gerçekleştirilmesi uygun görülmüştür.

Anket, bir araştırma sorularını belirli bir örneklem grubuna yönlendirmek ve bu grubun düşüncelerini, inançlarını veya deneyimlerini ölçmek için kullanılan bir veri toplama yöntemidir. Yazılı formlar veya çevrimiçi anket araçları kullanılarak yapılır. Anketlerin avantajları arasında geniş örneklemle ulaşma, standartlaştırılmış veri toplama ve analiz kolaylığı bulunur. Ancak anketlerin doğru ve güvenilir sonuçlar vermesi için iyi tasarlanmış olmaları, örneklem seçiminde dikkatli olunması ve soruların net ve anlaşılır olması gereklidir. Bu nedenle Türkçe veya Türkçe uyarlama çalışmaları tamamlanan, geçerlik ve güvenilirliği doğrulanan ölçeklerin kullanılması uygundur.

Araştırmanın evrenini, Türkiye Cumhuriyeti'nde yaşayan evli kadınlar oluşturmaktadır. TÜİK tarafından 06 Şubat 2024 tarihinde açıklandığı üzere evli olan kadın sayısı Tablo 6'da paylaşılmaktadır.

Tablo 6. Türkiye’de Evli Kadın Nüfusu

Cinsiyet	Toplam	Hiç evlenmeyen	Evli	Boşanan	Eşi vefat eden
Toplam	67060.744	19231.798	40876.455	3205.212	3747.279
Erkek	33339.609	10911.913	20460.478	1415.476	551.742
Kadın	33721.135	8319.885	20415.977	1789.736	3195.537

Kaynak: (TÜİK, 2024).

Örnekleme yöntemi olarak kartopu bir örnekleme belirlerken, başlangıçta rastgele seçilen bir kişiden başlanarak, ardışık olarak bağlı olan kişileri örneğe dahil etme yöntemidir. Belirli bir popülasyon içinde birbirine yakın veya benzer özelliklere sahip bireylerin bir arada bulunduğu durumlar için kullanışlıdır. Rastgele bir başlangıç noktası seçilir, genellikle popülasyon içinde rastgele seçilen bir bireydir. Seçilen başlangıç noktasından itibaren belirli bir kurala göre, örneğe dahil edilecek diğer bireyler belirlenir. Bu süreç devam eder ve belirlenen kurala göre zincirdeki bireyler örneğe dahil edilir. Bu doğrultuda çalışmaya dahil edilme kriterlerinin 18 yaşından büyük olma, kadın olma, evli olma, okur yazar olma, zihinsel bir engel barındırmama olması uygun görülmüştür. Anketin amacı, gönüllülük esası ve gizlilik politikası hakkında katılımcılara bilgi verilmiştir. Araştırma süreci boyunca etik ilkeler göz önünde bulundurulmuş, katılımcı gizliliği ve güvenliği sağlanmış, veri toplama süreci gönüllülük esasına dayandırılmıştır.

Kartopu örnekleme yöntemiyle birbirine bağlı olan kişileri örnekleme dahil ederek 201 katılımcıya ulaşılmıştır. Bu yolla 148 geçerli veri toplanmıştır. Araştırmadaki zaman kısıtı ve anket soru sayısının çokluğu nedeniyle, daha fazla katılımcıya ulaşabilmek için lisanslı veri toplama yazılımı aracılığıyla profesyonel destek alınmıştır. Söz konusu yazılım rastsal ve kartopu yöntemi kullanmaktadır. Bu şekilde 195 katılımcıya daha ulaşılarak 187 geçerli veri toplanmıştır. Böylece toplam katılım 396 olmuş ancak cinsiyet ve/ya medeni durum filtresi nedeniyle 61 katılımcının yanıtları geçersiz sayılmıştır. Analiz 335 katılımcıdan çevrimiçi anket aracılığıyla toplanan veriler ile gerçekleştirilmiştir.

Sınırlılıklar:

- Araştırma, yalnızca evli kadınlarla yürütülmüştür.
- Ölçek ve zaman sınırlılıkları mevcuttur.
- Anketlerin sonuçları, katılımcıların doğru ve dürüst yanıt vermesine bağlı olduğu için yanıtların doğruluğu tamamen garanti edilemez.
- Kartopu örnekleme, örneklemin genellenebilirliğini sınırlayabilir.
- Çalışmada kullanılan ölçeklerin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmış olmasına rağmen, kültürel farklılıklar olması ihtimali mevcuttur.
- Sosyo-demografik sorular evli kadınların yaş grupları ve eğitim düzeyleri ile sınırlandırılmış ve analiz bu veriler üzerinden yapılmıştır. Ancak ölçeklerin çocuk sahibi olmak ve/veya çocuk sayısına göre de farklılaşma ihtimali mevcuttur.

Araştırmacı tarafından hazırlanan Sosyodemografik Form (EK-2), Altunkol (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan Bilişsel Esneklik Ölçeği (EK-3), Young vd. (2003) tarafından geliştirilen Turgut (2020) tarafından yararlanılan Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (EK-4) ve Alpay (2020) tarafından geliştirilen Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği (EK-5)'nin kullanılması uygun görülmüştür.

Bilişsel Esneklik Ölçeği: Bireydeki bilişsel esneklik düzeyini ölçmek amacıyla Martin ve Rubin (1995) tarafından geliştirilmiş, Türkçeye uyarlama çalışmaları Altunkol (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir. 12 ifadeden oluşan tek faktörlü ölçek, 6'lı Likert derecelendirme yöntemi ile değerlendirilmektedir. Toplam puan üzerinden analiz gerçekleştirilmesi istenmektedir. Ölçek maddelerinden alınan yüksek puan, yüksek düzeyde bilişsel esnekliği ifade etmektedir. Ölçeğin geliştirilme sürecinde Cronbach alfa değeri .72 ile .87 arasında değişiklik göstermiştir. Türkçeye uyarlanma sürecinde öncelikle dil geçerliliği üzerinde çalışılmış ve maddelerin Türkçeye çevrildiğinde orijinal anlamlarını koruduklarından emin olunmuştur. Ölçek, 484 üniversite öğrencisi üzerinde uygulanmış ve Cronbach alfa değeri .81 bulunmuştur.

Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3: Geliştirilen ölçeğin üçüncü versiyonu olup 90 ifade 5 üst faktör ve 14 alt faktörden meydana gelmektedir. Üst faktörler temel şema alanlarını ifade etmektedir. 6'lı Likert derecelendirme yöntemi ile değerlendirilmektedir. Toplam puan üzerinden analiz gerçekleştirilmesi istenmektedir.

Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Soygüt vd. (2009) tarafından yapılmıştır. Cronbach alfa değeri .53-.81 arasında değişmektedir.

- Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı

7. İç İç Geçme/Bağımlılık (7, 9, 10, 25, 27, 45, 63, 64, 79, 81, 82),

10. Terk Edilme (2, 20, 28, 38, 46, 74),

2. Başarısızlık (6, 24, 33, 42, 60, 61, 67, 78, 87),

3. Karamsarlık (8, 17, 26, 35, 80),

13. Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (21, 39, 44, 62, 71),

- Kopukluk ve Reddedilme Şema Alanı

1. Duygusal Yoksunluk (1, 19, 37, 55, 73),

5. Duyguları Bastırma (12, 30, 48, 66, 84),

4. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (3, 4, 40, 57, 58, 75, 76),

12. Kusurluluk (5, 23, 41, 43, 59, 77, 85, 90),

- Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Şema Alanı

14. Yüksek Standartlar (13, 14, 31, 86).

6. Onay Arayıcılık (16, 34, 52, 56, 70, 88),

- Diğer Yönelimlilik Şema Alanı

9. Kendini Feda (11, 29, 47, 65, 83),

11. Cezalandırılma (18, 36, 49, 53, 54, 72, 89),

- Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı

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

Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği: Alpay (2020) tarafından geliştirilen ölçek 5 faktörlü, 4'lü Likert derecelendirme yöntemine sahip, 32 ifadeden oluşan bir ölçektir. Ölçek, yetişkinlerin çocukluk dönemindeki algılarına yönelik olarak düzenlenmiştir. 1, 5, 15, 32 numaralı maddeler ters puanlanmaktadır. Toplam puan için Cronbach-Alfa değeri ise .94 olarak hesaplanmıştır.

- Empati Eksikliği (1, 5, 6, 10, 15, 16, 18, 20, 32)

- Büyükenmecilik-Gösterişçilik (2, 8, 19, 23, 28, 29)

- Eleştirelilik-Suçlayıcılık (7, 9, 17, 25, 27, 30)
- Kontrol-Müdahalecilik (4, 11, 13, 21, 24, 26)
- Ebeveynleştirme-Sömürücülük (3, 12, 14, 22, 31)



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Araştırmanın Bulguları

Bu bölümde IBM SPSS Statistic v.23 paket programı aracılığıyla gerçekleştirilen analiz sonuçlarına ve araştırma bulgularına yer verilmektedir.

İlk olarak ölçeklerin güvenirlikleri test edilmiş ve Cronbach's Alpha; iç tutarlılık katsayıları belirlenmiştir.

Tablo 7. Cronbach's Alpha Katsayıları

Ölçek	α
Bilişsel Esneklik Ölçeği (BEÖ)	,817
Young Şema Ölçeği (YŞÖ)	.973
Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği (AANÖ)	.962

Ölçeklerin $\alpha > 0,60$ şartını sağlayan iç tutarlılık değerleri, güvenilir olduklarını göstermektedir (Özdamar, 1999). Görüldüğü üzere ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları oldukça yüksektir. Güvenirliğin tespitinin ardından verilerin normallik dağılımları test edilmiştir.

Tablo 8. Skewness (Çarpıklık) ve Kurtosis (Basıklık) Değerleri

Ölçek	N	Skewness	Kurtosis
Bilişsel Esneklik Ölçeği (BEÖ)	12	-,379	,565
Young Şema Ölçeği (YŞÖ)	90	,636	,493
<i>Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı</i>	36	1,052	1,124
<i>Kopukluk ve Reddedilme Şema Alanı</i>	24	,878	,460
<i>Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Şema Alanı</i>	10	,169	-,396
<i>Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı</i>	12	,115	-,379
<i>Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı</i>	7	-,007	-,433

Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği (AANÖ)	32	,722	-,379
<i>Empati Eksikliği</i>	9	,482	-,761
<i>Büyüklenmecilik-Gösterişçilik</i>	6	1,033	,119
<i>Eleştirelilik-Suçlayıcılık</i>	6	1,077	,243
<i>Kontrol-Müdahalecilik</i>	6	,505	-,619
<i>Ebeveynleştirme-Sömürücülük</i>	5	,628	-,437

Görüldüğü üzere çarpıklık ve basıklık değerleri +1,5 ve -1,5 aralığında değişmektedir. Bu durum verilerin normal dağılım gösterdiğini işaret etmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu nedenle verilerin istatistiksel analizinde parametrik analizler kullanılmıştır.

Demografik Verilerin Analizi

Öncelikle Tablo 9’da katılımcılara ait demografik bilgiler tanımlayıcı istatistiksel analize tabi tutulmuştur.

Tablo 9. Tanımlayıcı Veriler

		f	%
Yaş	18-24	10	3,0
	25-34	118	35,2
	35-44	143	42,7
	45-54	53	15,8
	55-64	9	2,7
	+65	2	0,6
Eğitim	İlköğretim	9	2,7
	Ortaöğretim	84	25,1
	Yüksekokul	51	15,2
	Lisans	147	43,9
	Yüksek Lisans	36	10,7
	Doktora	8	2,4

Araştırmaya katılım gösteren 335 bireyin tamamı kadın olup evlidir. Katılımcıların izlendiği en geniş yaş grubu 35-44 yaş grubudur (%42,7). Eğitim

düzeyleri incelendiğinde neredeyse yarısının lisans mezunu olduğu görülmektedir. İlköğretim mezunu 9 (%2,7), ortaöğretim mezunu 84 (%25,1) katılımcı vardır.

Evli kadınlarda anneden algılanan narsisizm, erken dönem uyum bozucu şemaları ve bilişsel esneklik düzeylerinin yaş değişkenine bağlı farklılaşma durumu ise Tablo 10'da incelenmiştir.

Tablo 10. Yaş Değişkeni ve Ölçeklerin Farklılaşma Durumları

		N	Ort.	SS.	F	p	Post Hoc
BEÖ	18-24 ¹	10	55,300	10,594	,509	,769	
	25-34 ²	118	56,297	7,915			
	35-44 ³	143	56,399	7,739			
	45-54 ⁴	53	54,811	8,031			
	55-64 ⁵	9	57,778	10,220			
	+65 ⁶	2	52,500	3,536			
YŞÖ	18-24 ¹	10	266,100	93,626	1,910	,092	
	25-34 ²	118	232,483	70,775			
	35-44 ³	143	215,273	66,876			
	45-54 ⁴	53	213,264	70,002			
	55-64 ⁵	9	213,556	47,128			
	+65 ⁶	2	189,500	7,778			
<i>Zedelenmiş Otonomi</i>	18-24 ¹	10	93,800	44,181	1,513	,185	
	25-34 ²	118	80,771	30,965			
	35-44 ³	143	73,503	29,162			
	45-54 ⁴	53	75,151	31,142			
	55-64 ⁵	9	72,556	22,578			
	+65 ⁶	2	62,500	16,263			
<i>Kopukluk ve Reddedilme</i>	18-24 ¹	10	63,800	30,829	1,319	,255	
	25-34 ²	118	55,347	22,520			
	35-44 ³	143	51,091	20,333			
	45-54 ⁴	53	50,340	21,363			
	55-64 ⁵	9	48,333	14,053			
	+65 ⁶	2	44,000	8,485			
<i>Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık</i>	18-24 ¹	10	39,600	9,095	2,976	,012	1>4
	25-34 ²	118	33,551	10,041			
	35-44 ³	143	31,448	9,699			
	45-54 ⁴	53	29,000	9,369			
	55-64 ⁵	9	31,333	10,308			
	+65 ⁶	2	28,000	5,657			
<i>Diğeri Yönelimlilik</i>	18-24 ¹	10	41,400	14,916	,357	,877	
	25-34 ²	118	38,153	11,958			
	35-44 ³	143	37,231	11,644			
	45-54 ⁴	53	37,000	12,371			
	55-64 ⁵	9	39,000	9,862			
	+65 ⁶	2	34,500	6,364			

<i>Zedelenmiş Sınırlar</i>	18-24 ¹	10	27,500	5,701	3,388	,005	2>3
	25-34 ²	118	24,661	7,205			
	35-44 ³	143	22,000	6,707			
	45-54 ⁴	53	21,774	5,886			
	55-64 ⁵	9	22,333	6,042			
	+65 ⁶	2	20,500	4,950			
<i>AANÖ</i>	18-24 ¹	10	54,500	22,167	,841	,521	
	25-34 ²	118	63,085	22,614			
	35-44 ³	143	61,524	21,413			
	45-54 ⁴	53	65,057	22,217			
	55-64 ⁵	9	61,111	15,759			
	+65 ⁶	2	42,000	2,828			
<i>Empati Eksikliği</i>	18-24 ¹	10	14,900	8,386	1,123	,348	
	25-34 ²	118	17,932	7,600			
	35-44 ³	143	18,853	7,547			
	45-54 ⁴	53	19,679	7,040			
	55-64 ⁵	9	18,222	3,492			
	+65 ⁶	2	13,500	0,707			
<i>Büyüklemeçilik-Gösterişçilik</i>	18-24 ¹	10	9,300	3,917	,942	,454	
	25-34 ²	118	10,763	4,803			
	35-44 ³	143	10,105	4,378			
	45-54 ⁴	53	11,245	4,739			
	55-64 ⁵	9	10,444	4,586			
	+65 ⁶	2	7,000	0,000			
<i>Eleştirelilik-Suçlayıcılık</i>	18-24 ¹	10	8,700	4,644	,782	,563	
	25-34 ²	118	10,483	5,099			
	35-44 ³	143	10,175	4,591			
	45-54 ⁴	53	11,038	4,804			
	55-64 ⁵	9	10,111	2,571			
	+65 ⁶	2	6,500	0,707			
<i>Kontrol-Müdahalecilik</i>	18-24 ¹	10	12,800	5,160	,824	,533	
	25-34 ²	118	13,720	4,654			
	35-44 ³	143	12,832	4,651			
	45-54 ⁴	53	13,358	4,950			
	55-64 ⁵	9	12,778	4,265			
	+65 ⁶	2	9,000	2,828			
<i>Ebeveynleştirme-Sömürücülük</i>	18-24 ¹	10	8,800	1,989	,936	,458	
	25-34 ²	118	10,186	3,946			
	35-44 ³	143	9,559	3,722			
	45-54 ⁴	53	9,736	3,633			
	55-64 ⁵	9	9,556	2,833			
	+65 ⁶	2	6,000	1,414			

$p < .05$ düzeyinde anlamlıdır. Çift Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Evli kadınlarda anneden algılanan narsisizm, erken dönem uyum bozucu şemaları ve bilişsel esneklik düzeyleri yaş değişkenine bağlı olarak yalnızca YŞÖ Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık ve YŞÖ Zedelenmiş Sınırlar üst boyutlarında farklılaşmıştır. Buna göre 18-24 yaş grubu katılımcıları 45-54 yaş grubu katılımcılarından daha yüksek Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık düzeyine; 25-34 yaş grubu katılımcıları 35-44 yaş grubu katılımcılarından daha yüksek Zedelenmiş Sınırlar puanına sahiptir.

Evli kadınlarda anneden algılanan narsisizm, erken dönem uyum bozucu şemaları ve bilişsel esneklik düzeylerinin eğitim düzeyi değişkenine bağlı farklılaşma durumu Tablo 11’de incelenmiştir.

Tablo 11. Eğitim Değişkeni ve Ölçeklerin Farklılaşma Durumları

		N	Ort.	SS.	F	P	Post Hoc
BEÖ	İlköğretim ¹	9	56,667	10,724	,704	,621	
	Ortaöğretim ²	84	55,476	8,583			
	Yüksekokul ³	51	54,980	9,032			
	Lisans ⁴	147	56,966	7,147			
	Yüksek Lisans ⁵	36	55,528	7,934			
	Doktora ⁶	8	55,500	5,503			
YŞÖ	İlköğretim ¹	9	230,667	63,859	5,994	,000	2>4,
	Ortaöğretim ²	84	247,381	75,100			2>5,
	Yüksekokul ³	51	242,216	71,491			3>4,
	Lisans ⁴	147	206,735	61,877			3>5
	Yüksek Lisans ⁵	36	195,750	58,223			
	Doktora ⁶	8	229,500	83,901			
<i>Zedelenmiş Otonomi</i>	İlköğretim ¹	9	80,111	28,515	4,156	,001	2>4,
	Ortaöğretim ²	84	86,440	34,096			2>5
	Yüksekokul ³	51	83,471	32,918			
	Lisans ⁴	147	70,857	26,676			
	Yüksek Lisans ⁵	36	67,639	26,722			
	Doktora ⁶	8	81,375	33,149			
<i>Kopukluk ve Reddedilme</i>	İlköğretim ¹	9	54,111	19,368	,5002	,000	2>4,
	Ortaöğretim ²	84	58,810	24,345			2>5,
	Yüksekokul ³	51	59,804	23,648			3>4,
	Lisans ⁴	147	48,054	18,505			3>5
	Yüksek Lisans ⁵	36	45,833	16,143			
	Doktora ⁶	8	59,375	26,202			
<i>Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık</i>	İlköğretim ¹	9	30,000	6,265	3,785	,002	2>4,
	Ortaöğretim ²	84	35,036	10,418			2>5
	Yüksekokul ³	51	33,608	11,166			
	Lisans ⁴	147	30,687	9,155			

	Yüksek Lisans ⁵	36	28,139	7,526			
	Doktora ⁶	8	34,500	13,115			
<i>Diğeri</i>	İlköğretim ¹	9	40,333	11,958	5,531	,000	2>4,
<i>Yönelimlilik</i>	Ortaöğretim ²	84	41,702	11,275			2>5,
	Yüksekokul ³	51	41,176	11,661			3>4,
	Lisans ⁴	147	35,156	11,528			3>5
	Yüksek Lisans ⁵	36	33,806	11,247			
	Doktora ⁶	8	33,750	12,221			
<i>Zedelenmiş</i>	İlköğretim ¹	9	26,111	5,231	4,949	,000	2>4,
<i>Sınırlar</i>	Ortaöğretim ²	84	25,393	6,123			2>5
	Yüksekokul ³	51	24,157	7,229			
	Lisans ⁴	147	21,980	6,876			
	Yüksek Lisans ⁵	36	20,333	6,024			
	Doktora ⁶	8	20,500	7,819			
AANÖ	İlköğretim ¹	9	57,111	17,744	,932	,460	
	Ortaöğretim ²	84	60,952	21,770			
	Yüksekokul ³	51	65,510	22,840			
	Lisans ⁴	147	62,252	21,911			
	Yüksek Lisans ⁵	36	59,778	19,883			
	Doktora ⁶	8	73,875	26,568			
<i>Empati Eksikliği</i>	İlköğretim ¹	9	17,111	7,607	2,037	,073	
	Ortaöğretim ²	84	17,298	7,139			
	Yüksekokul ³	51	19,922	7,985			
	Lisans ⁴	147	18,673	7,494			
	Yüksek Lisans ⁵	36	17,556	6,231			
	Doktora ⁶	8	24,375	8,193			
<i>Büyüklemeçilik-</i>	İlköğretim ¹	9	8,333	2,291	1,129	,344	
<i>Gösterişçilik</i>	Ortaöğretim ²	84	10,298	4,533			
	Yüksekokul ³	51	10,922	4,507			
	Lisans ⁴	147	10,537	4,707			
	Yüksek Lisans ⁵	36	10,028	4,081			
	Doktora ⁶	8	13,125	6,490			
<i>Eleştirelilik-</i>	İlköğretim ¹	9	9,222	3,420	,579	,716	
<i>Suçlayıcılık</i>	Ortaöğretim ²	84	10,107	4,649			
	Yüksekokul ³	51	10,922	5,495			
	Lisans ⁴	147	10,408	4,804			
	Yüksek Lisans ⁵	36	9,806	3,934			
	Doktora ⁶	8	12,000	5,292			
<i>Kontrol-</i>	İlköğretim ¹	9	13,333	5,454	,317	,902	
<i>Müdahalecilik</i>	Ortaöğretim ²	84	13,571	4,616			
	Yüksekokul ³	51	13,549	4,810			
	Lisans ⁴	147	12,946	4,794			
	Yüksek Lisans ⁵	36	12,778	4,237			
	Doktora ⁶	8	13,625	5,097			
<i>Ebeveynleştirme-</i>	İlköğretim ¹	9	9,111	3,480	,334	,892	
<i>Sömürücülük</i>	Ortaöğretim ²	84	9,679	3,940			
	Yüksekokul ³	51	10,196	3,388			

Lisans ⁴	147	9,687	3,622
Yüksek Lisans ⁵	36	9,611	3,959
Doktora ⁶	8	10,750	5,285

$p < .05$ düzeyinde anlamlıdır. Çift Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Evli kadınlarda anneden algılanan narsisizm, erken dönem uyum bozucu şemaları ve bilişsel esneklik düzeyleri eğitim düzeyi değişkenine bağlı olarak YŞÖ genel boyutu ve tüm üst boyutlarında farklılaşmıştır. Buna göre YŞÖ genel boyutu, Kopukluk ve Reddedilme ile Diğer Yönelimlilik üst boyutlarında ortaöğretim mezunları yüksekokul, lisans, yüksek lisans, doktora mezunlarının puanlarından yüksek puan almıştır. Zedelenmiş Otonomi, Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık, Zedelenmiş Sınırlar üst boyutlarında ise ortaöğretim mezunları yüksekokul ve lisans mezunlarının puanlarından yüksek puan almıştır.

Evli kadınlarda erken dönem uyum bozucu şemalarının yaş değişkenine bağlı farklılaşma durumu ise Tablo 12’de incelenmiştir.

Tablo 12. Yaş Değişkeni ve YŞÖ Alt Boyutlarının Farklılaşma Durumları

		N	Ort.	SS.	F	p	Post Hoc
İç İçe Geçme/Bağımlılık	18-24 ¹	10	25,700	10,573	1,328	,152	
	25-34 ²	118	23,347	9,607			
	35-44 ³	143	20,476	8,868			
	45-54 ⁴	53	21,943	9,536			
	55-64 ⁵	9	21,111	6,900			
	+65 ⁶	2	20,000	1,414			
Terk Edilme	18-24 ¹	10	14,800	7,540	,880	,495	
	25-34 ²	118	11,593	5,541			
	35-44 ³	143	11,168	5,238			
	45-54 ⁴	53	11,566	5,819			
	55-64 ⁵	9	11,556	5,318			
	+65 ⁶	2	9,500	4,950			
Başarısızlık	18-24 ¹	10	23,500	12,730	1,395	,226	
	25-34 ²	118	19,280	8,234			
	35-44 ³	143	17,734	8,016			
	45-54 ⁴	53	17,868	8,249			
	55-64 ⁵	9	18,111	7,288			
	+65 ⁶	2	13,500	6,364			
Karamsarlık	18-24 ¹	10	16,400	7,382	2,160	,058	
	25-34 ²	118	13,941	6,505			
	35-44 ³	143	12,392	6,504			
	45-54 ⁴	53	11,528	5,963			
	55-64 ⁵	9	11,111	5,947			

	+65 ⁶	2	9,000	1,414			
Tehditler Karşısında	18-24 ¹	10	13,400	7,560	,564	,727	
Dayanıksızlık	25-34 ²	118	12,610	5,729			
	35-44 ³	143	11,734	5,653			
	45-54 ⁴	53	12,245	5,561			
	55-64 ⁵	9	10,667	3,674			
	+65 ⁶	2	10,500	2,121			
Duygusal Yoksunluk	18-24 ¹	10	9,400	6,670	,272	,928	
	25-34 ²	118	11,034	5,898			
	35-44 ³	143	10,427	5,468			
	45-54 ⁴	53	10,415	6,125			
	55-64 ⁵	9	10,111	4,702			
	+65 ⁶	2	10,500	0,707			
Duyguları Bastırma	18-24 ¹	10	14,100	7,475	2,403	,037	1>3, 1>4
	25-34 ²	118	11,797	5,494			
	35-44 ³	143	10,350	4,689			
	45-54 ⁴	53	9,943	4,500			
	55-64 ⁵	9	9,889	4,372			
	+65 ⁶	2	9,000	1,414			
Sosyal İzolasyon/ Güvensizlik	18-24 ¹	10	21,800	8,715	1,560	,171	
	25-34 ²	118	18,356	7,879			
	35-44 ³	143	17,070	7,599			
	45-54 ⁴	53	16,132	7,768			
	55-64 ⁵	9	16,222	4,604			
	+65 ⁶	2	12,500	2,121			
Kusurluluk	18-24 ¹	10	18,500	11,355	1,674	,140	
	25-34 ²	118	14,161	6,388			
	35-44 ³	143	13,245	5,258			
	45-54 ⁴	53	13,849	6,547			
	55-64 ⁵	9	12,111	4,485			
	+65 ⁶	2	12,000	5,657			
Yüksek Standartlar	18-24 ¹	10	14,800	4,022	1,648	,147	
	25-34 ²	118	11,966	4,960			
	35-44 ³	143	11,545	4,495			
	45-54 ⁴	53	10,623	4,212			
	55-64 ⁵	9	11,111	5,207			
	+65 ⁶	2	10,000	2,828			
Onay Arayıcılık	18-24 ¹	10	24,800	5,827	3,126	,009	1>3, 1>4, 2>3, 2>4
	25-34 ²	118	21,585	6,282			
	35-44 ³	143	19,902	6,473			
	45-54 ⁴	53	18,377	6,143			
	55-64 ⁵	9	20,222	5,869			
	+65 ⁶	2	18,000	2,828			
Kendini Feda	18-24 ¹	10	15,100	5,896	,191	,966	
	25-34 ²	118	16,186	6,014			
	35-44 ³	143	15,965	5,825			

	45-54 ⁴	53	15,792	5,786			
	55-64 ⁵	9	17,444	5,981			
	+65 ⁶	2	16,000	5,657			
Cezalandırılma	18-24 ¹	10	26,300	9,487	1,039	,395	
	25-34 ²	118	21,966	7,638			
	35-44 ³	143	21,266	7,021			
	45-54 ⁴	53	21,208	7,448			
	55-64 ⁵	9	21,556	4,746			
	+65 ⁶	2	18,500	0,707			
Ayrıcalıklılık/ Yetersiz Özdenetim	18-24 ¹	10	27,500	5,701	3,388	,005	1>3,
	25-34 ²	118	24,661	7,205			1>4,
	35-44 ³	143	22,000	6,707			2>3,
	45-54 ⁴	53	21,774	5,886			2>4
	55-64 ⁵	9	22,333	6,042			
	+65 ⁶	2	20,500	4,950			

$p < .05$ düzeyinde anlamlıdır. Çift Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)- Post Hoc: LSD

Evli kadınlarda erken dönem uyum bozucu şemaları tespit etmek üzere kullanılan YŞÖ daha önceki analizlerde 5 üst boyutu ile değerlendirilmiştir. Ancak 5 üst boyutun 14 alt boyutu mevcuttur. Bu nedenle daha önceki çalışmalardan farklı olarak tüm alt boyutlar için demografik veriler ile istatistiksel olarak anlamlı farklılık durumları değerlendirilmiştir. Bu doğrultuda 18-24 yaş grubu katılımcıları Duyguları Bastırma alt boyutunda 35-44 ve 45-54 yaş grubu katılımcılarından daha yüksek puan almıştır. Onay Arayıcılık ve Ayrıcalıklılık/ Yetersiz Özdenetim alt boyutlarında ise 18-24 ve 25-34 yaş grubu katılımcıları 35-44 ve 45-54 yaş grubu katılımcılarından daha yüksek puana sahip bulgulanmıştır.

Evli kadınlarda erken dönem uyum bozucu şemalarının eğitim düzeyi değişkenine bağlı farklılaşma durumu ise Tablo 13'te incelenmiştir.

Tablo 13. Eğitim Değişkeni ve YŞÖ Alt Boyutlarının Farklılaşma Durumları

		N	Ort.	SS.	F	p	Post Hoc
İç İçe	İlköğretim ¹	9	23,667	8,500	,396	,000	2>4,
Geçme/Bağımlılık	Ortaöğretim ²	84	25,714	10,910			2>5,
	Yüksekokul ³	51	24,020	9,414			2>6,
	Lisans ⁴	147	19,721	7,518			3>4,
	Yüksek Lisans ⁵	36	19,111	8,390			3>5
	Doktora ⁶	8	18,500	9,457			
Terk Edilme	İlköğretim ¹	9	11,667	5,099	2,843	,016	2>4,
	Ortaöğretim ²	84	12,571	5,980			3>4,

	Yüksekokul ³	51	12,627	6,251			6>4,
	Lisans ⁴	147	10,537	4,818			6>5
	Yüksek Lisans ⁵	36	10,472	4,545			
	Doktora ⁶	8	14,750	8,311			
Başarısızlık	İlköğretim ¹	9	17,889	8,724	2,462	,033	2>4,
	Ortaöğretim ²	84	20,286	9,426			2>5,
	Yüksekokul ³	51	20,294	9,640			3>4
	Lisans ⁴	147	17,068	6,961			
	Yüksek Lisans ⁵	36	17,056	7,694			
	Doktora ⁶	8	20,000	7,445			
Karamsarlık	İlköğretim ¹	9	14,333	7,890	2,375	,039	2>4,
	Ortaöğretim ²	84	14,298	6,796			2>5
	Yüksekokul ³	51	13,706	6,146			
	Lisans ⁴	147	11,939	6,077			
	Yüksek Lisans ⁵	36	11,250	6,304			
	Doktora ⁶	8	15,125	8,741			
Tehditler Karşısında	İlköğretim ¹	9	12,556	4,096	2,909	,014	2>4,
Dayanıksızlık	Ortaöğretim ²	84	13,571	5,893			2>5,
	Yüksekokul ³	51	12,824	5,606			3>5
	Lisans ⁴	147	11,592	5,682			
	Yüksek Lisans ⁵	36	9,750	4,494			
	Doktora ⁶	8	13,000	5,880			
Duygusal	İlköğretim ¹	9	10,222	5,426	3,633	,003	2>4,
Yoksunluk	Ortaöğretim ²	84	12,024	6,538			2>5,
	Yüksekokul ³	51	12,118	5,854			3>4,
	Lisans ⁴	147	9,626	5,119			3>5
	Yüksek Lisans ⁵	36	8,806	4,458			
	Doktora ⁶	8	12,375	6,545			
Duyguları Bastırma	İlköğretim ¹	9	10,333	4,444	4,131	,001	2>4,
	Ortaöğretim ²	84	12,357	5,592			2>5,
	Yüksekokul ³	51	12,353	5,589			3>4,
	Lisans ⁴	147	9,823	4,464			3>5
	Yüksek Lisans ⁵	36	9,722	4,392			
	Doktora ⁶	8	11,500	6,071			
Sosyal İzolasyon/	İlköğretim ¹	9	19,333	7,937	4,203	,001	2>4,
Güvensizlik	Ortaöğretim ²	84	19,405	7,984			2>5,
	Yüksekokul ³	51	19,471	7,742			3>4,
	Lisans ⁴	147	15,864	7,376			3>5
	Yüksek Lisans ⁵	36	15,361	5,807			
	Doktora ⁶	8	21,125	10,750			
Kusurluluk	İlköğretim ¹	9	14,222	5,426	3,497	,004	2>4,
	Ortaöğretim ²	84	15,024	7,332			2>5,
	Yüksekokul ³	51	15,863	7,815			3>4,
	Lisans ⁴	147	12,741	4,830			3>5
	Yüksek Lisans ⁵	36	11,944	3,949			
	Doktora ⁶	8	14,375	6,046			
Yüksek Standartlar	İlköğretim ¹	9	10,444	2,242	4,180	,001	

Onay Arayıcılık	Ortaöğretim ²	84	12,917	5,398			2>4,
	Yüksekokul ³	51	12,784	4,623			2>5,
	Lisans ⁴	147	10,871	4,293			3>4,
	Yüksek Lisans ⁵	36	9,944	3,513			3>5
	Doktora ⁶	8	13,375	4,406			
	İlköğretim ¹	9	19,556	5,637	2,449	,034	2>4,
Kendini Feda	Ortaöğretim ²	84	22,119	6,150			2>5
	Yüksekokul ³	51	20,824	7,230			
	Lisans ⁴	147	19,816	6,162			
	Yüksek Lisans ⁵	36	18,194	5,445			
	Doktora ⁶	8	21,125	9,717			
	İlköğretim ¹	9	17,889	5,061	6,359	,000	2>4,
Cezalandırılma	Ortaöğretim ²	84	17,833	5,733			2>5,
	Yüksekokul ³	51	18,333	5,729			2>6,
	Lisans ⁴	147	14,551	5,574			3>4,
	Yüksek Lisans ⁵	36	14,667	5,456			3>5,
	Doktora ⁶	8	13,625	6,479			3>6
	İlköğretim ¹	9	22,444	8,472	3,459	,005	2>4,
Ayrıcalıklılık/ Yetersiz Özdenetim	Ortaöğretim ²	84	23,869	6,816			2>5,
	Yüksekokul ³	51	22,843	7,498			3>5
	Lisans ⁴	147	20,605	7,312			
	Yüksek Lisans ⁵	36	19,139	6,871			
	Doktora ⁶	8	20,125	7,415			
	İlköğretim ¹	9	26,111	5,231	4,949	,000	1>5,
	Ortaöğretim ²	84	25,393	6,123			2>4,
	Yüksekokul ³	51	24,157	7,229			2>5,
	Lisans ⁴	147	21,980	6,876			3>4,
	Yüksek Lisans ⁵	36	20,333	6,024			3>5
	Doktora ⁶	8	20,500	7,819			

$p < .05$ düzeyinde anlamlıdır. Çift Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)- Post Hoc: LSD

Görüldüğü üzere tüm alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı farklılık gözlenmiştir. Tüm alt boyutlarda ortaöğretim mezunlarının puanları lisans ve yüksek lisans mezunlarından yüksek saptanmıştır. Ayrıca terk edilme alt boyutunda doktora mezunları, lisans ve yüksek lisans mezunu katılımcılardan; iç içe geçme/bağımlılık, duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, yüksek standartlar, kendini feda, ayrıcalıklılık/ yetersiz özdenetim alt boyutlarında yüksekokul mezunları lisans ve yüksek lisans mezunu katılımcılardan yüksek puana sahiptir. İç içe geçme/bağımlılık alt boyutunda ortaöğretim mezunları doktora mezunlarından; başarısızlık alt boyutunda yüksekokul mezunları lisans mezunlarından; tehditler karşısında dayanıksızlık ve cezalandırma alt boyutlarında yüksekokul mezunları yüksek lisans mezunlarından; kendini feda alt boyutunda

ortaöğretim ve yükseköğretim mezunları doktora mezunlarından; ayrıcalıklılık/ yetersiz özdenetim alt boyutunda ilköğretim mezunları yüksek lisans mezunlarından daha yüksek puana sahip bulunmuştur.

Korelasyon Analizi

Evli kadınlarda anneden algılanan narsisizm, erken dönem uyum bozucu şemaları üst ve alt boyutları ve bilişsel esneklik düzeyleri arasındaki ilişki varlığı Pearson Korelasyon analizi ile değerlendirilmiştir (Tablo 14 ve Tablo 15). Korelasyon tablolarına ilişkin bulgular değerlendirildiğinde;

- BEÖ ile YŞÖ genel boyutu ($r=-.410$, $p<0.01$), Zedelenmiş Otonomi ($r=-.472$, $p<0.01$), Kopukluk ve Reddedilme ($r=-.449$, $p<0.01$) üst boyutları arasında negatif ve orta düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır.
- BEÖ ile YŞÖ Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık ($r=-.122$, $p<0.05$), Diğer Yönelimlilik ($r=-.266$, $p<0.01$) üst boyutları arasında negatif ve düşük düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır.
- BEÖ ile AANÖ genel boyutu ($r=-.163$, $p<0.01$), Empati Eksikliği ($r=-.188$, $p<0.01$), Büyüklenmecilik-Gösterişçilik ($r=-.112$, $p<0.05$), Eleştirelilik-Suçlayıcılık ($r=-.166$, $p<0.01$), Kontrol-Müdahalecilik ($r=-.138$, $p<0.05$) alt boyutları arasında negatif ve düşük düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır.
- BEÖ ile Zedelenmiş Sınırlar (YŞÖ üst boyutu) ve Ebeveynleştirme-Sömürücülük (AANÖ alt boyutu) arasında korelasyon saptanamamıştır.
- YŞÖ genel boyutu ile AANÖ genel boyutu ($r=.443$, $p<0.01$), Empati Eksikliği ($r=.418$, $p<0.01$), Büyüklenmecilik-Gösterişçilik ($r=.356$, $p<0.01$), Eleştirelilik-Suçlayıcılık ($r=.381$, $p<0.01$), Kontrol-Müdahalecilik ($r=.374$, $p<0.01$), Ebeveynleştirme-Sömürücülük ($r=.369$, $p<0.01$) alt boyutları arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.
- BEÖ ile YŞÖ alt boyutlarından İç İç Geçme/Bağımlılık ($r=-.444$, $p<0.01$), Terk Edilme ($r=-.398$, $p<0.01$), Başarısızlık ($r=-.464$, $p<0.01$), Karamsarlık ($r=-.372$, $p<0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ($r=-.330$, $p<0.01$), Duygusal Yoksunluk ($r=-.366$, $p<0.01$), Duyguları Bastırma ($r=-.353$, $p<0.01$), Sosyal İzolasyon/ Güvensizlik ($r=-.383$, $p<0.01$), Kusurluluk ($r=-.461$, $p<0.01$) arasında negatif ve orta düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır.

- BEÖ ile YŞÖ alt boyutlarından Onay Arayıcılık ($r=-.173$, $p<0.01$), Kendini Feda ($r=-.243$, $p<0.01$), Cezalandırılma ($r=-.235$, $p<0.01$) YŞÖ alt boyutları arasında negatif ve düşük düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır.
- BEÖ ile YŞÖ alt boyutları Yüksek Standartlar, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.
- AANÖ genel boyutu ile YŞÖ alt boyutlarından İç İçe Geçme/Bağımlılık ($r=.324$, $p<0.01$), Terk Edilme ($r=.393$, $p<0.01$), Başarısızlık ($r=.437$, $p<0.01$), Karamsarlık ($r=.328$, $p<0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ($r=.390$, $p<0.01$), Duygusal Yoksunluk ($r=.415$, $p<0.01$), Duyguları Bastırma ($r=.339$, $p<0.01$), Sosyal İzolasyon/ Güvensizlik ($r=.449$, $p<0.01$), Kusurluluk ($r=.378$, $p<0.01$), Kendini Feda ($r=.346$, $p<0.01$) YŞÖ alt boyutları arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır.
- AANÖ genel boyutu ile YŞÖ alt boyutlarından Yüksek Standartlar ($r=.230$, $p<0.01$), Onay Arayıcılık ($r=.238$, $p<0.01$), Cezalandırılma ($r=.227$, $p<0.01$), Ayrıcalıklılık/ Yetersiz Özdenetim ($r=.226$, $p<0.01$) arasında pozitif ve düşük düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır.

Tablo 14. Korelasyon Analizi-1

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	r	1												
	p													
	N	335												
2	r	-,410**	1											
	p	,000												
	N	335	335											
3	r	-,472**	,951**	1										
	p	,000	,000											
	N	335	335	335										
4	r	-,449**	,910**	,859**	1									
	p	,000	,000	,000										
	N	335	335	335	335									
5	r	-,122*	,744**	,600**	,529**	1								
	p	,025	,000	,000	,000									
	N	335	335	335	335	335								
6	r	-,266**	,816**	,707**	,629**	,667**	1							
	p	,000	,000	,000	,000	,000								
	N	335	335	335	335	335	335							
7	r	-,011	,569**	,405**	,412**	,615**	,456**	1						
	p	,847	,000	,000	,000	,000	,000							
	N	335	335	335	335	335	335	335						
8	r	-,163**	,443**	,430**	,459**	,262**	,311**	,226**	1					
	p	,003	,000	,000	,000	,000	,000	,000						
	N	335	335	335	335	335	335	335	335					
9	r	-,188**	,418**	,393**	,488**	,186**	,292**	,182**	,885**	1				
	p	,001	,000	,000	,000	,001	,000	,001	,000					
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335				
10	r	-,112*	,356**	,353**	,358**	,245**	,213**	,187**	,896**	,682**	1			
	p	,041	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,000	,000				
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335			

11	r	-,166**	,381**	,370**	,418**	,192**	,254**	,184**	,931**	,844**	,818**	1		
	p	,002	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,000	,000	,000			
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335		
12	r	-,138*	,374**	,368**	,321**	,279**	,301**	,220**	,822**	,597**	,697**	,701**	1	
	p	,011	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	
13	r	-,055	,369**	,364**	,335**	,263**	,276**	,216**	,764**	,518**	,734**	,605**	,611**	1
	p	,316	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335

** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ düzeyinde anlamlıdır. Kullanılan Test: Çift Yönlü Pearson Korelasyon Testi

$r = 0,00$ (ilişki yok), $r = 0,01-0,29$ (düşük düzeyde ilişki), $r = 0,30-0,70$ (orta düzeyde ilişki), $r = 0,71-0,99$ (yüksek düzeyde ilişki),

BEÖ (1) YŞÖ (2) Zedelenmiş Otonomi (3) Kopukluk ve Reddedilme (4) Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık (5) Diğer Yönelimlilik (6) Zedelenmiş Sınırlar (7) AANÖ (8) Empati Eksikliği (9) Büyüklemeçilik-Gösterişçilik (10) Eleştirelilik-Suçlayıcılık (11) Kontrol-Müdahalecilik (12) Ebeveynleştirme-Sömürücülük (13)

Tablo 15. Korelasyon Analizi-2

		A	B	C	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
A	r	1																
	p																	
	N	335																
B	r	-,163**	1															
	p	,003																
	N	335	335															
C	r	-,410**	,443**	1														
	p	,000	,000															
	N	335	335	335														
1	r	-,444**	,324**	,832**	1													
	p	,000	,000	,000														
	N	335	335	335	335													
2	r	-,398**	,393**	,809**	,742**	1												
	p	,000	,000	,000	,000													
	N	335	335	335	335	335												
3	r	-,464**	,437**	,842**	,758**	,745**	1											
	p	,000	,000	,000	,000	,000												
	N	335	335	335	335	335	335											
4	r	-,372**	,328**	,820**	,643**	,645**	,659**	1										
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000											
	N	335	335	335	335	335	335	335										
5	r	-,330**	,390**	,812**	,639**	,675**	,630**	,709**	1									

	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000										
	N	335	335	335	335	335	335	335	335									
6	r	-,366**	,415**	,720**	,580**	,574**	,579**	,589**	,536**	1								
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000									
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335								
7	r	-,353**	,339**	,761**	,617**	,580**	,666**	,581**	,579**	,632**	1							
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000								
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335							
8	r	-,383**	,449**	,859**	,623**	,672**	,733**	,706**	,688**	,699**	,697**	1						
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000							
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335						
9	r	-,461**	,378**	,811**	,751**	,772**	,799**	,595**	,627**	,639**	,680**	,714**	1					
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000						
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335					
10	r	-,021	,230**	,592**	,363**	,399**	,348**	,414**	,451**	,314**	,419**	,414**	,319**	1				
	p	,700	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000					
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335				
11	r	-,173**	,238**	,720**	,477**	,498**	,537**	,554**	,564**	,350**	,419**	,553**	,425**	,593**	1			
	p	,001	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000				
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335			
12	r	-,243**	,346**	,696**	,602**	,470**	,472**	,543**	,503**	,498**	,438**	,550**	,440**	,423**	,506**	1		
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000			
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335		
13	r	-,235**	,227**	,764**	,565**	,510**	,526**	,643**	,642**	,427**	,487**	,577**	,482**	,495**	,657**	,612**	1	
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	

14	r	-,011	,226**	,569**	,313**	,298**	,343**	,406**	,415**	,282**	,357**	,463**	,306**	,563**	,542**	,347**	,461**	1
	p	,847	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335	335

***p<0.01 düzeyinde anlamlıdır. Kullanılan Test: Çift Yönlü Pearson Korelasyon Testi*

r=0,00 (ilişki yok), r= 0,01-0,29 (düşük düzeyde ilişki), r= 0,30-0,70 (orta düzeyde ilişki), r= 0,71-0,99 (yüksek düzeyde ilişki),

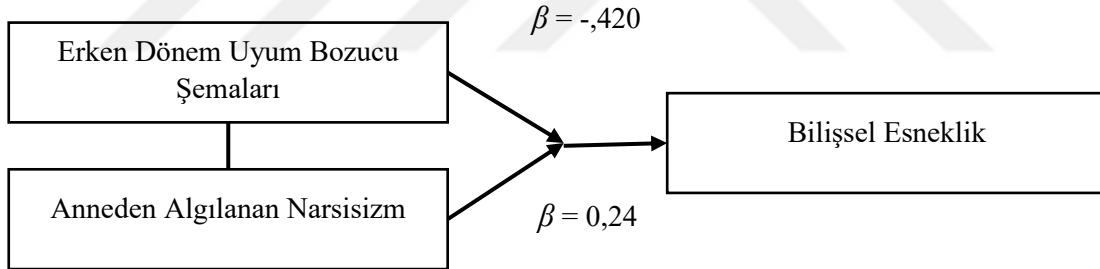
BEÖ (A), AANÖ(B), YŞÖ (C), İç İçe Geçme/Bağımlılık (1), Terk Edilme (2), Başarısızlık (3), Karamsarlık (4), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (5), Duygusal Yoksunluk (6), Duyguları Bastırma (7), Sosyal İzolasyon/ Güvensizlik (8), Kusurluluk (9), Yüksek Standartlar (10), Onay Arayıcılık (11), Kendini Feda (12), Cezalandırılma (13), Ayrıcalıklılık/ Yetersiz Özdenetim (14)

Çoklu Regresyon Analizi

Son olarak evli kadınlarda anneden algılanan narsisizm ve erken dönem uyum bozucu şemalarının bilişsel esneklik düzeyleri üzerindeki etkisi çoklu regresyon analizi ile incelenmiştir. Bilişsel esneklik bağımlı değişken iken anneden algılanan narsisizm ve erken dönem uyum bozucu şemaları bağımsız değişkenlerdir. VIF değerleri korelasyon verileri dikkate alındığında çoklu doğrusallık problemi tespit edilmediğinden analiz doğrudan kullanılmıştır.

Tablo 16. Çoklu Regresyon Analizi

<i>Model</i>	<i>B</i>	<i>SH</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>	%95 Güven Aralığı		<i>Ad. R²</i>
						<i>Alt Sınır</i>	<i>Üst Sınır</i>	
Sabit	66,261	1,480		44,768	,000	63,349	69,172	,164
YŞÖ	-,048	,006	-,420	-7,532	,000	-,061	-,036	
AANÖ	-,009	,020	,024	,421	,674	-,032	,049	



Görüldüğü üzere model Bilişsel Esneklik'in (bağımlı değişken) %16,4'ünü açıklamaktadır. Diğer ölçekler 6'lı, Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği 4'lü likert tipte olduğundan β değeri önemli kazanmıştır.

- Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaları ile Bilişsel Esneklik arasında negatif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($\beta=-.420$, $t=-7,532$, $p<.000$).
- Anneden Algılanan Narsisizm ile Bilişsel Esneklik arasında ise istatistiksel olarak anlamlı olmasa da pozitif yönlü bir ilişki mevcut olduğu görülmüştür ($\beta=.024$, $t=.421$, $p>.674$).

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA VE YORUM

Bu araştırma, evli kadınlarda anneden algılanan narsisistik özellikler (AANÖ), erken dönem uyumsuz başa çıkma şemaları (EDUBŞ), ve bilişsel esneklik (BE) arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamıştır. Elde edilen bulgular, çalışma amaçları ışığında değerlendirildiğinde, aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır.

4.1. Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler ile Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkinin Sosyo-demografik Değişkenlere Göre Değerlendirilmesi

Araştırmaya katılan 335 evli kadının en geniş yaş grubu 35-44 yaş aralığındadır (%42.7). Eğitim düzeyleri incelendiğinde, katılımcıların büyük çoğunluğunun lisans mezunu olduğu görülmektedir (%43.9). Bu demografik veriler, araştırmanın geniş bir yaş ve eğitim yelpazesinde gerçekleştirildiğini göstermektedir.

4.1.1. Yaş Değişkenine Bağlı Olarak Değerlendirilmesi

Araştırmada, anneden algılanan narsisizm (AAN), erken dönem uyum bozucu şemalar (EDUBŞ) ve bilişsel esneklik (BE) düzeylerinin yaş değişkenine bağlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Çift Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçlarına göre, YŞÖ Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık ile YŞÖ Zedelenmiş Sınırlar alt boyutlarında yaşa bağlı anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

- 18-24 yaş grubu katılımcıları, 45-54 yaş grubu katılımcılarından daha yüksek düzeyde Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık göstermektedir. Bu bulgu, genç evli kadınların kendilerine yönelik yüksek standartlar belirleme ve bastırılmışlık hislerinin daha yoğun olabileceğini düşündürmektedir. Bu durum genç kadınların bu dönemde kendilerine yönelik beklentilerinin daha fazla olduğunu ve bu beklentiler karşılanmadığında bastırılmışlık hislerinin arttığını göstermektedir. Bunun birkaç nedeni olabilir. Öncelikle, genç kadınlar, özellikle evliliğin ilk yıllarında toplumun ve ailelerinin kendilerinden yüksek beklentilerine daha fazla maruz kalabilirler. Bu beklentiler hem eş hem de potansiyel anne olarak rollerini mükemmel bir şekilde yerine getirmelerini içerir. Ayrıca, genç kadınlar kariyer ve

kişisel hedeflerini gerçekleştirme aşamasında olduklarından, kendilerine yönelik yüksek standartlar belirleyebilirler. Bu hedeflere ulaşma çabası, çoğu zaman bastırılmışlık hissi ile sonuçlanabilir. Son olarak, yaşça daha büyük kadınlar, yaşam tecrübeleri ve geçmişteki zorluklarla başa çıkma becerileri sayesinde daha esnek ve kabullenici olabilirler. Genç kadınlar henüz bu tecrübeleri kazanmadıkları için yüksek standartlarını karşılamakta zorlanabilirler ve bu da bastırılmışlık hissini artırabilir. Bu sonuçlar, genç evli kadınların hem toplumsal baskılar hem de kendi ideallerinden kaynaklanan stres ve beklentilerle daha fazla mücadele ettiğini göstermektedir.

- 25-34 yaş grubu katılımcıları, 35-44 yaş grubu katılımcılarından daha yüksek Zedelenmiş Sınırlar puanına sahiptir. Bu bulgu, ilgili yaş grubundaki kadınların kişisel sınırlarının daha fazla zedelenmiş olabileceğini göstermektedir. Bu durumun birkaç nedeni olabilir. Bu yaş grubu genellikle kariyer, aile ve çocuk yetiştirme gibi birden fazla rolü aynı anda üstlenme dönemindedir. Bu yoğun dönem, kişisel zaman ve alan ihtiyaçlarının ihmal edilmesine yol açabilir, bu da kişisel sınırların zedelenmesine neden olabilir. Ayrıca, bu yaş grubundaki kadınlar, hem kendi aileleri hem de eşlerinin aileleri tarafından çeşitli beklentilerle karşı karşıya kalabilirler. Bu beklentiler, kişisel sınırların ihlal edilmesine ve kadınların kendi ihtiyaçlarını ikinci plana atmasına neden olabilir. Daha üst yaş grubundaki kadınlar ise, genellikle yaşam deneyimleri sayesinde sınırlarını daha iyi belirlemiş ve korumuş olabilirler. Bu bulgu, 25-34 yaş aralığındaki kadınların kişisel sınırlarını korumada daha fazla desteğe ve farkındalığa ihtiyaç duyduğunu ortaya koymaktadır.
- YŞÖ alt boyutları açısından değerlendirildiğinde, 18-24 yaş grubundaki katılımcıların, Duyguları Bastırma alt boyutunda 35-44 ve 45-54 yaş gruplarındaki katılımcılarından daha yüksek puan alması, genç evli kadınların duygularını bastırma eğilimlerinin daha fazla olduğunu göstermektedir. Bu durum, genç kadınların yaşadıkları duygusal baskılar ve toplumsal beklentiler nedeniyle duygularını ifade etmekte zorluk çekebileceğini düşündürmektedir.
- Onay Arayıcılık ve Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim alt boyutlarında da 18-24 ve 25-34 yaş grubu katılımcılarının, 35-44 ve 45-54 yaş gruplarından daha yüksek puan alması, genç ve orta yaşlı kadınların, yaşça daha büyük kadınlara göre daha

fazla onay arayışı içinde olduklarını ve yeterli özdenetim becerilerini geliştirmede zorluk yaşayabildiklerini ortaya koymaktadır.

4.1.2. Eğitim Düzeyine Bağlı Olarak Değerlendirilmesi

Eğitim düzeyi evli kadınlarda BEÖ genel ile AANÖ genel ve alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılığa neden olmamıştır. Ancak YŞÖ genel boyutu ve tüm üst boyutları eğitim düzeyi ile anlamlı derecede değişmiştir.

- YŞÖ genel boyutu, Kopukluk ve Reddedilme ile Diğer Yönelimlilik üst boyutlarında ortaöğretim mezunları yüksekokul, lisans, yüksek lisans, doktora mezunlarından yüksek puan almıştır.
- Zedelenmiş Sınırlar üst boyutlarında ortaöğretim mezunları, yüksekokul ve lisans mezunlarından yüksek puan almıştır.
- YŞÖ alt boyutları açısından incelendiğinde, ortaöğretim mezunlarının puanları, lisans ve yüksek lisans mezunlarının puanlarından genel olarak daha yüksek bulunmuştur.
- Terk edilme alt boyutunda doktora mezunlarının lisans ve yüksek lisans mezunlarından daha yüksek puan alması, yüksek eğitim düzeyine sahip kadınların da bazı şemalar açısından daha fazla etkilendiğini ortaya koymaktadır. Bu durum temel duygusal ihtiyaçlarının yeterince karşılanmaması ile ilişkili olabilir.
- İç içe geçme/bağımlılık alt boyutunda ortaöğretim mezunları lisans, yüksek lisans ve doktora mezunlarından; başarısızlık alt boyutunda yüksekokul mezunları lisans mezunlarından; tehditler karşısında dayanıksızlık ve cezalandırma alt boyutlarında yüksekokul mezunları yüksek lisans mezunlarından daha yüksek puan almıştır. Bu durum, eğitim düzeyinin bu şemalar üzerindeki etkisini açıkça ortaya koymaktadır.
- İç içe geçme/bağımlılık, duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, yüksek standartlar, kendini feda ve ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim alt boyutlarında ise yüksekokul mezunlarının, lisans ve yüksek lisans mezunlarından daha yüksek puan alması, orta düzeyde eğitim almış kadınların bu alanlarda daha fazla zorlandığını göstermektedir.

Araştırmanın bulguları, eğitim düzeyinin uyum bozucu şemaların gelişiminde önemli bir faktör olduğunu vurgulamaktadır. Eğitim düzeyi yükseldikçe, bireylerin daha az uyum bozucu şema geliştirdiği ve daha sağlıklı bilişsel ve duygusal yapılar

oluşturduğu görülmektedir. Ortaöğretim mezunlarının daha yüksek puanlar alması, bu bireylerin eğitim sürecinde daha fazla zorluk ve travmatik deneyim yaşamış olabileceğini düşündürülebilir. Bu da uyum bozucu şemaların gelişimine katkıda bulunmuş olabilir. Terapistlerin, danışanlarının eğitim düzeyini göz önünde bulundurarak, uyum bozucu şemaların kaynağını daha iyi anlamaları ve buna yönelik stratejiler geliştirmeleri faydalı olacaktır. Ayrıca, eğitim düzeyinin artırılması ve yaşam boyu öğrenme fırsatlarının teşvik edilmesi, bireylerin duygusal ve bilişsel sağlığını desteklemede önemli bir rol oynayabilir.

4.2. Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Alanları Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi

Korelasyon analizi sonucunda, YŞÖ genel boyutu ile anneden algılanan narsisizm ölçümü olan AANÖ genel boyutu arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .443$, $p < 0.01$). H1 hipotezini sınavan analiz, hipotezin kabul edilebilir olduğunu göstermektedir. Diğer bir deyişle, AAN ve EDUBŞ arasındaki korelatif ilişki, anneden algılanan narsisizm ve erken dönem uyum bozucu şemaların birlikte artış gösterebileceğine işaret etmektedir.

- YŞÖ genel boyutu ile AANÖ alt boyutlarının tümü arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.
- AANÖ genel boyutu ile YŞÖ üst boyutlarının tümü arasında pozitif korelatif ilişki bulunmuştur. Zedelenmiş Otonomi, Kopukluk ve Reddedilme ve Diğerleri Yönelimlilik üst boyutları ile orta düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık ve Zedelenmiş sınırlar ile olan ilişkiler ise düşük düzeydedir.
- AANÖ alt boyutlarından Empati Eksikliği ile YŞÖ Zedelenmiş Otonomi ve Kopukluk ve Reddedilme şema alanları arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.
- AANÖ alt boyutlarından Büyükenmecilik-Gösterişçilik ile YŞÖ Zedelenmiş Otonomi ve Kopukluk ve Reddedilme şema alanları arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.

- AANÖ alt boyutlarından Eleştirelilik-Suçlayıcılık ile YŞÖ Zedelenmiş Otonomi ve Kopukluk ve Reddedilme şema alanları arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.
- AANÖ alt boyutlarından Kontrol-Müdahalecilik ile YŞÖ Zedelenmiş Otonomi, Kopukluk ve Reddedilme ve Diğer Yönelimlilik şema alanları arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.
- AANÖ alt boyutlarından Ebeveynleştirme-Sömürücülük ile YŞÖ Zedelenmiş Otonomi ve Kopukluk ve Reddedilme şema alanları arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.

AANÖ ile anlamlı pozitif korelatif ilişki olabileceğine işaret eden şema alanlarının, Şema modelinde (Young vd., 2003) belirtilen alt şema boyutlarını ve şemaların edinilmesinde belirleyici olan erken yaşam deneyimlerini (Rafaeli vd., 2011) göz önünde bulundurduğumuzda, bulguların tutarlı olduğunu görebiliriz.

Alpay'ın (2020) AANÖ ile psikopatolojinin ilişkisini ve bu ilişkide kendini eleştirinin rolünü incelediği çalışmada, annenin çocuğa yönelik eleştirelilik, empati eksikliği, manipülasyon gibi narsisistik özellikler göstermesinin, çocukta utanç ve eleştirel yapı ile ilgili bazı uyumsuz şemalar geliştirmesine neden olabileceği yönünde bulgulara ulaşmıştır.

Gilbert vd. (2004) kız öğrenciler ile yaptıkları, kendini eleştirmenin ve güvence vermenin incelendiği çalışmada, erken dönemde ebeveynin çocuğa yönelik gerçekçi olmayan beklentiler göstermesi veya ihmal veya istismarının yetişkinlikte kendini eleştirme ve değersizleştirme, suçluluk duygusu gibi olumsuz bilişler ile ilişkili olduğunu görmüştür.

Vignando ve Bizumic (2023), ebeveyn narsisizmi, depresyon ve anksiyete ilişkilerini inceledikleri çalışmada, anneden narsisistik özellikler algılayan çocukların yetişkin dönemlerinde çaresizlik hissi, onay arayıcılık, duygularını ve düşüncelerini başkalarıyla paylaşmak konusunda çekingenlik, terk edilme korkusu, güvensiz hissetme, suçlayıcılık gibi özellikler geliştirdiğini belirtmiştir.

Bu araştırmada elde edilen bulgular AANÖ ile uyum bozucu şema alanları ve şemaların karakteristik özellikleri arasındaki ilişkiler açısından literatürdeki diğer çalışmalarla da tutarlı görünmektedir. Anneden algılanan narsisizm, çocuğun duygularını ve benliğini tanıması ve anlamlandırmasında eksiklikler yaratabilir.

Empati Eksikliği, Eleştirelilik-Suçlayıcılık ve/veya Kontrol-Müdahalecilik nedeniyle çocuk kendi duygu, düşünce ve tercihlerini işlevsiz hatta zararlı görme, bunlara yabancılaşma veya bunları değersizleştirme eğilimine girerek başkalarının onayına ve ihtiyaçlarına boyun eğebilir. Başa çıkması gereken koşullar karşısında kendisini yetersiz ve güvensiz, kendi ihtiyaçlarını karşılayamaz durumda ve başkalarına bağımlı hissedebilir. Anlaşılmayan ve eleştirilen çocuk, kendisini kusurlu, utanç içinde ve başarısız hissedebilir.

4.3. Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi

Korelasyon analizi sonucunda, AANÖ genel boyutu ile BE genel boyutu arasında negatif ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.163$, $p < 0.01$). Bu ilişki regresyon analizi altında da ayrıca incelenmiştir.

AANÖ'nün bağımsız, Bilişsel Esnekliğin bağımlı değişken olarak ele alındığı Regresyon analizinde anneden algılanan narsisizm ile bilişsel esneklik arasında pozitif yönlü bir ilişkinin tespit edilmiştir ($\beta=.024$, $t=.421$ $p>.674$). Bu sonuç, anneden algılanan narsisizmin artmasının bilişsel esneklik üzerinde çok düşük de olsa bir artışa yol açabileceğini gösterir. Ancak t ve p değerlerine dayanarak bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını söyleyebiliriz. Bu, araştırmanın H2 hipotezi açısından beklenmedik bir sonuçtur. Konuyla ilgili bulguyu karşılaştırmaya yönelik literatürde mevcut bir araştırma tespit edilememiştir. Mevcut araştırmanın sınırlılıkları göz önünde bulundurularak, bu konu gelecekte farklı araştırmalarda da incelenebilir.

4.4. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi

Korelasyon analizinin sonuçlarına bakıldığında, bilişsel esneklik ölçümü olan BEÖ genel boyutu ile erken dönem uyum bozucu şemaları ölçümü olan YŞÖ genel boyutu arasında negatif ve orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür ($r = -.410$, $p < 0.01$). Bu durum, daha yüksek düzeyde erken dönem uyum bozucu şemalara sahip olan kadınların, daha düşük bilişsel esneklik seviyesine sahip olma eğiliminde olduklarını göstermektedir. H3 hipotezini sıyanan analiz, hipotezin kabul edilebilir olduğunu göstermektedir. Diğer bir deyişle, YŞÖ ve BE arasındaki korelasyon, erken

dönem uyumsuz şemalar ve bilişsel esnekliğin ters yönlü bir ilişki gösterdiğine işaret etmektedir.

- BEÖ genel boyutu ile YŞÖ üst boyutu Zedelenmiş Otonomi şema alanı arasında negatif ve orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.
- BEÖ genel boyutu ile YŞÖ üst boyutu Kopukluk ve Reddedilme şema alanı arasında negatif ve orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.
- BEÖ genel boyutu ile YŞÖ üst boyutu Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık şema alanı arasında negatif bir ilişki bulunmuştur ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir.
- BEÖ genel boyutu ile YŞÖ üst boyutu Diğer Yönelimlilik şema alanı arasında negatif ve düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.
- BEÖ genel boyutu ile YŞÖ üst boyutu Zedelenmiş Sınırlar şema alanı arasında negatif bir ilişki bulunmuştur ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir.
- EDUBŞ'nin bağımsız, Bilişsel esnekliğin bağımlı değişken olarak ele alındığı çoklu regresyon analizinde, bu iki değişken arasında negatif yönlü, istatistiksel olarak anlamlı ve güçlü bir ilişki saptanmıştır ($\beta = -.420$, $t = -7.532$, $p < .000$). Bu, erken dönem uyumsuz şemaların gelişmesinin düşük bilişsel esneklik düzeyi üzerinde yordayıcı bir rolü olduğunu göstermektedir.

Literatürdeki bu iki değişkenin ilişkisinin incelendiği çalışmalarla bulguların tutarlı olduğu söylenebilir.

Güler ve Usluca'nın (2021) çalışmasında da benzer şekilde Kusurluluk, Bağımlılık ve Başarısızlık şemaları ile Bilişsel Esneklik arasında negatif ve orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Kepenek'in (2022) araştırmasında, Kopukluk ve Reddedilme şema alanından Kusurluluk ve Terk Edilme şemaları ile Zedelenmiş Otonomi alanından Bağımlılık ve Başarısızlık şemaları, BE ile negatif ve orta düzeyde anlamlı ilişki göstermiştir. Mevcut çalışmanın belirtilen şema alanları ve BE arasındaki ilişkiyi gösteren bulguları, daha geniş ve çeşitli örneklem grubuyla yapılmış olan bu çalışmalarla tutarlılık göstermektedir.

Bu sonuçlara göre, evli kadınlarda bilişsel esneklik ile zedelenmiş otonomi, kopukluk ve reddedilme ve diğer yönelimlilik alanları arasında belirlenen ilişki, düşük

bilişsel esneklik ile kendini güçsüz, reddedilmiş, kusurlu veya kontrolsüz hissetme, güvensiz hissedebilecekleri, terk edilme korkusu yaşayabilecekleri ilişkiler kurma, sürekli olarak başkalarının onayına ihtiyaç duyma arasında bir ilişki olduğunu düşündürmektedir. Öte yandan, bilişsel esnekliğin yüksek olduğu durumlarda bireylerin daha sağlıklı ve esnek düşünme ve davranma becerilerine sahip olması beklenir. Bu nedenle erişilen sonuçların beklendiği söylenebilir.

4.5. Genel Değerlendirilme ve Öneriler

Evli kadınlarda erken dönem uyum bozucu şemaları tespit etmek amacıyla kullanılan YŞÖ, bu çalışmada, 5 üst boyut ve 14 alt boyut ile detaylı bir şekilde incelenmiş ve demografik verilerle de istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar araştırılmıştır. Bu ayrıntılı analiz, önceki çalışmalardan farklı olarak, her bir alt boyutun belirli demografik gruplar arasında nasıl farklılaştığını ortaya koymaktadır. Sadece üst boyutların incelenmesi, spesifik problemlerin ve bunların hangi demografik gruplarda daha yaygın olduğunun anlaşılmasını zorlaştırabilir. Alt boyutların detaylı incelenmesi ise, daha spesifik müdahalelerin ve destek programlarının geliştirilmesine olanak tanıyabilir. Ayrıca, her alt boyutun farklı yaş gruplarında ve demografik özelliklerde nasıl farklılaştığını anlamak, hedeflenmiş psikolojik ve sosyal destek stratejilerinin oluşturulmasına yardımcı olabilir. Bu da erken dönem uyum bozucu şemaların etkilerini azaltmada ve bireylerin yaşam kalitesini artırmada daha etkili olabilecek yaklaşımlar geliştirilmesini sağlayabilir. Bu yönden bu çalışmada erişilen sonuçlar ilgi çekicidir.

Sosyo-demografik açıdan analiz edilen göre elde edilen bulgular ışığında, genç yaş grubundaki evli kadınların daha yüksek duygularını bastırma (18-24 yaş grubu), onay arayıcılık ve ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim (18-24 ve 25-34 yaş grupları) eğiliminde olması, duygusal ve psikolojik destek ihtiyaçlarını artırabilir.

Ayrıca, evli kadınlarda erken dönem uyum bozucu şemaların eğitim düzeyine bağlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir. Tablo 13'te incelenen verilere göre, ortaöğretim mezunlarının puanları, lisans ve yüksek lisans mezunlarının puanlarından genel olarak daha yüksek bulunmuştur. Bu durum, daha düşük eğitim düzeyine sahip kadınların, erken dönem uyum bozucu şemaların etkilerini daha yoğun yaşadıklarını göstermektedir. Bu bulgular, düşük eğitim düzeyine sahip kadınların, eğitim seviyeleri

yükseldikçe azalan sosyal ve duygusal destek sistemlerine sahip olabileceğini ve bu nedenle uyum bozucu şemaların etkilerini daha yoğun yaşayabileceğini düşündürmektedir. Bu farklılaşmaların nedeni, eğitim düzeyinin bireylerin sosyal, duygusal ve bilişsel gelişiminde oynadığı rol olabilir. Daha yüksek eğitim düzeyine sahip bireyler, daha geniş sosyal ağlara, daha fazla bilgiye ve daha etkili başa çıkma stratejilerine sahip olabilirler. Bu da, erken dönem uyum bozucu şemaların etkilerini azaltmada yardımcı olabilir. Dolayısıyla, eğitim düzeyinin artmasıyla birlikte, kadınların uyum bozucu şemalarla başa çıkma yeteneklerinin de arttığı söylenebilir.

Anneden algılanan narsisizm ve uyumsuz şemaların gelişmesi çocuğun yetişkinlik döneminde yakın ilişkilerde bağlanma stilini, ilişki tarzını ve karar alma süreçlerini önemli ölçüde etkileyebilir. Bu değişkenlerin evlilik ve yakın ilişkiler üzerindeki etkilerinin incelendiği çalışmalar mevcuttur.

Soysal'ın (2017), erken dönem uyumsuz şemalar, ilişkilerde bilişsel çarpıtmalar ve bilişsel yüklemeler ile evlilik uyumunun yordanmasını incelediği araştırmasında, Başarısızlık, Sosyal İzolasyon, Onay Arayıcılık, Kendini Feda, Kusurluluk, Dayanıksızlık şemaları ile Evlilik Uyumu ölçeğinin, çatışma, güven, iletişim, kendini açma gibi alanları içeren ilişki tarzı alt boyutu arasında negatif yönlü düşük düzeyde, Duygusal Yoksunluk şeması ile negatif yönlü orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Dumitrescu ve Rusu'nun (2012) çalışmasında, Terk Edilme/İstikrarsızlık, Duygusal Yoksunluk, Kusurluluk/Utanç, Bağımlılık/Yetersizlik, Sosyal İzolasyon, Boyun Eğicilik, Onay Arayıcılık, Kendini Feda, Hastalıklar ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık şemalarının, düşük düzeyde çift doyumunun yordayıcısı olabileceği görülmüştür. Tönbül ve Kocayörük'ün (2021) evli bireylerde EDUBŞ, benlik farklılaşma düzeyleri ile evlilik ilişkisine yönelik akılcı olmayan inançların öngörülmesini incelediği çalışmasında ise, erken dönem uyumsuz şema alanları ile evlilik ilişkisindeki akılcı olmayan inançlar arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Kahraman'ın (2023) AANÖ, yakınlık korkusu ve ortoreksiya nervoza ilişkisini incelediği çalışmasında, AANÖ'nün yetişkinlerde yakınlık korkusunu yordadığını görülmektedir.

Alanyazında AANÖ'nün evlilik ilişkisi dinamikleri ile birlikte incelendiği sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Doğanay'ın (2024) AAN, narsisistik kişilik

özellikleri ve partnerle ilgili obsesif-kompulsif tutumları incelediği çalışmasında, anneden algılanan Kontrol-Müdahaleci özelliklerin hem büyüklenmeci hem kırılğan narsisizmi pozitif yönde yordayıcı olduğu belirtilmiştir. Karşılaştırmalı analizde Kırılğan Narsisizm değişkeninde cinsiyete göre belirgin bir fark tespit edilmezken, Büyüklenmeci Narsisizm ve Kontrol-Müdahalecilik boyutlarında erkeklerin kadınlara kıyasla anlamlı bir farkla daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu durum, Young ve Gluhoski'nin (1997) ortaya koyduğu, Tablo 5'te belirtilen kutuplar bağlamında değerlendirildiğinde, evlilik ilişkisi içerisinde partnerlerin bağlanma, güç, duygular, karşılıklılık ve değer spektrumlarında farklı kutuplara doğru hareket etmesiyle uyumsuz şemaları tetiklenebilir. İlişkide duygusal ihtiyaçların karşılanmamasına, çatışma ortamlarının oluşmasına ve doyumsuzluğa neden olabilir (Young ve Gluhoski, 1997). Diğer yandan, Riggio vd. (2011), evlilik ilişkisinin niteliği ve uzun ömürlü olmasını ilişki yetkinliği aracılığıyla değerlendirmiş ve bu kavramın güvenilir bir kaynak olduğunu işaret etmiştir. Çelik (2022) evli bireylerin bilişsel esnekliği ve evlilik özyetkinliği arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında ise, bilişsel esneklik ve evlilik ilişkisinde özyetkinlik arasında anlamlı ve pozitif ilişki olduğunu saptamıştır. Bu sonuçlar, mevcut çalışma ile birlikte değerlendirildiğinde, AAN ve EDUBŞ ile EDUBŞ ve BE arasında bulunan ilişkiler hem evli kadınların psikolojik ve duygusal sağlıkları, hem de evlilik ilişkisinin dinamikleri üzerindeki etkisi açısından önem arz etmektedir.

Çoklu regresyon analizi sonuçları oldukça ilginç ve düşündürücüdür. Öncelikle, bilişsel esneklik bağımlı değişken olarak ele alındığında, erken dönem uyum bozucu şemaları ile bilişsel esneklik arasında negatif yönlü bir ilişki, araştırmanın hipotezi açısından beklenen bir sonuçtur. Daha yüksek düzeyde erken dönem uyum bozucu şemalar, bilişsel esnekliğin azalması ile ilişkilendirilmiştir. Bu doğrultuda elde edilen bulgu, bu beklenen ilişkiyi doğrulamaktadır.

Ancak, anneden algılanan narsisizm ile bilişsel esneklik arasında istatistiksel olarak anlamlı olmasa da pozitif yönlü bir ilişkinin tespit edilmesi araştırmanın hipotezleri açısından beklenmedik bir sonuçtur. Genellikle, narsistik özelliklerin sağlıklı psikolojik özelliklerle ilişkilendirilmediği düşünülür. Dolayısıyla, bu sonuçlar şaşırtıcı olabilir ve daha fazla incelenmelidir.

Öneriler

- Genç kadınlara, duygusal farkındalık, duygularını ifade etme becerileri, özsaygı ve bağımsızlık ve özdenetim kazandırabilecek eğitim ve rehberlik hizmetleri sunulması, onların daha sağlıklı bir duygusal yapıya sahip olmalarına yardımcı olabilir.
- Eğitim düzeyine göre farklılaşan şemalar, bireysel psikolojik danışmanlık, eğitim ve sosyal destek programlarında dikkate alınabilir. Ayrıca önleyici bir öneri olarak, eğitim sistemi içerisinde ortaöğretim ve yüksekokul seviyelerindeki öğrencilere bu şemaların kök nedenlerine destek olmaya yönelik psikolojik destek programlarının artırılması, uzun vadede bu duyguların olumsuz etkilerini azaltılmasına yardımcı olabilir.
- Bireylere ve/veya çiftlere yönelik terapötik müdahalelerde bilişsel esneklik ve uyumsuz şemaları üzerine çalışılması, farkındalık yaratacak psikoeğitim programları ve rehberlik teknikleri geliştirilmesi, bireylerin psikolojik sağlıklarını ve aileleri destekleyebilir.
- EDUBŞ'nin bilişsel esneklik üzerindeki olumsuz etkisi göz önüne alındığında, şema terapisi gibi terapötik müdahaleler yoluyla bireylerin uyumsuz şemalarını değiştirmelerine ve bilişsel esnekliklerini artırmalarına yardımcı olunabilir.
- Önleyici müdahaleler olarak ebeveynlere yönelik eğitim programları aracılığıyla, çocukların sağlıklı şema gelişimini desteklemeye yönelik stratejiler geliştirilebilir. Eğitim sistemi içerisinde öğrencilerin erken dönem uyum bozucu şemaları tanıma ve yönetme konularında destek programları sağlanabilir.
- AANÖ ve BE arasındaki ilişki konusunda gelecekteki araştırmalarda daha geniş ve çeşitli örneklem gruplarıyla çalışılabilir. Ayrıca boylamsal çalışmalar yapılarak, anneden algılanan narsistik özelliklerin uzun vadeli etkileri incelenebilir.

SONUÇ

Bu araştırma, evli kadınlarda anneden algılanan narsisizm (AAN), erken dönem uyumsuz başa çıkma şemaları (EDUBŞ) ve bilişsel esneklik (BE) arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamıştır. Elde edilen bulgular, çalışma amaçları ışığında değerlendirildiğinde, aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır.

Araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenirliği Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayıları ile değerlendirilmiştir. Bilişsel Esneklik Ölçeği ($\alpha = .817$), Young Şema Ölçeği ($\alpha = .973$), ve Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği ($\alpha = .962$) oldukça yüksek iç tutarlılık katsayılarına sahip olup, ölçeklerin güvenilir olduğunu göstermektedir. Bu sonuç, ölçeklerin tutarlı ve güvenilir ölçümler sağladığını ve araştırmanın güvenirliğini artırdığını göstermektedir.

Verilerin normallik dağılımı, çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri ile incelenmiştir. Tüm ölçeklerin ve alt boyutların çarpıklık ve basıklık değerleri +1,5 ve -1,5 aralığında olup, verilerin normal dağıldığını göstermektedir. Bu durum, verilerin istatistiksel analizinde parametrik testlerin kullanılmasını olanaklı kılmıştır.

Çalışmada araştırma değişkenlerinin birbirleriyle ve demografik değişkenlerle nasıl ilişkili olduğu ortaya konulmuştur. Özellikle YŞÖ alt boyutlarının detaylı incelenmesi, spesifik müdahalelerin ve destek programlarının geliştirilmesine katkı sağlayabilir. Eğitim düzeyinin etkisi de önemli bir bulgu olarak belirtilmiş, düşük eğitim düzeyine sahip kadınlarda daha yüksek düzeyde uyum bozucu şemalar geliştiği vurgulanmıştır. AAN ile EDUBŞ ve EDUBŞ ile BE arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bir diğer önemli bir bulgu olarak AAN ile BE arasında beklenmedik pozitif ilişki olduğu görülmüştür, ancak bu istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı için ileriye dönük araştırmalarda daha geniş örneklem gruplarıyla ve boylamsal çalışmalarla derinlemesine ele alınabilir.

Bu araştırmanın sınırlılıkları arasında, çalışmanın yalnızca evli kadınlarla sınırlı olması, ölçek ve zaman sınırlılıkları bulunmaktadır. Gelecek araştırmalarda, daha geniş ve çeşitli örneklem gruplarıyla çalışılarak ve boylamsal çalışmalar yapılarak bulguların genellenebilirliği artırılabilir.

Sonuç olarak, bu araştırma, evli kadınların psikolojik sağlıklarını etkileyen önemli faktörler arasında yer alan anneden algılanan narsisistik özellikler, erken dönem uyumsuz başa çıkma şemaları ve bilişsel esneklik arasındaki ilişkileri anlamada bir katkı sağlamaktadır. Bu bulgular, klinik uygulamalar ve terapötik müdahaleler için değerli bilgiler sunmaktadır.



KAYNAKÇA

- Ackerman, R.A., Witt, E.A., Donnellan, M.B., Trzesniewski, K.H., Robins, R.W. ve Kashy, D.A. (2011). What does the narcissistic personality inventory really measure? *Assessment*, 18(1), 63–87.
- Adams, H.M., Luevano, V.X. ve Jonason, P.K. (2014). Risky business: Willingness to be caught in an extra-pair relationship, relationship experience, and the Dark Triad. *Personality and Individual Differences*, 66, 204-207
- Akçay Özcan, D. ve Kıran, B. (2016). Ergenlerin Bilişsel Esneklik Düzeyleri İle Özyeterlikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 1(1), 1-8.
- Akhtar, S. (1989). Narcissistic personality disorder: Descriptive features and differential diagnosis. *Psychiatric Clinics of North America*, 12(3), 505-529
- Alpay, E.H. (2020). *Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler ile Psikopatoloji Arasındaki İlişkide Kendini Eleştirmenin Aracı Rolü*. (Doktora tezi). Mersin Üniversitesi.
- Altunkol, F. (2011). *Üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklikleri ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- APA, American Psychiatric Association (1987). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders III*. Washington: DC: Author.
- APA, American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders IV*. Washington: DC: Author.
- APA, American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders IV-R*. Washington: DC: Author.
- APA, American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders V*. Washington: DC: Author.

- Atay, S. (2009). Narsist kişilik envanterinin Türkçeye standardizasyonu. *Gazi University Journal of Faculty of Economics and Administrative Sciences*, 11(1), 181-196.
- Aydın, B.N. (2022). Narsistik Özellikler ile Empati, Çocukluk Çağı Travmaları ve Utancın İlişkisi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(4), 1615-1627
- Back, M.D., Küfner, A.C.P., Dufner, M., Gerlach, T.M., Rauthmann, J.F. ve Denissen, J.J.A. (2013). Narcissistic admiration and rivalry: Disentangling the bright and dark sides of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 105(6), 1013- 1037.
- Back, M.D., Schmukle, S.C. ve Egloff, B. (2010). Why are narcissists so charming at first sight? Decoding the narcissism–popularity link at zero acquaintance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(1), 132-145.
- Balcı, A., Kışalı, Z., Aksu, F. ve Aydın Kılıç, Z.N. (2023). Investigation of Mothers' Childhood Trauma and Their Relationships with Their Children. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (59), 184-204.
- Barrett-Lennard, G.T. (1981). The empathy cycle: Refinement of a nuclear concept. *Journal of Counseling Psychology*, 28(2), 91–100.
- Baumeister, R.F. ve Vohs, K.D. (2001). Narcissism as addiction to esteem. *Psychological Inquiry*, 12(4), 206-210
- Beck, A.T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.
- Beck, J.S. (2011). *Cognitive behavior therapy: basics and beyond*. New York: The Guilford Press. Erişim adresi: <https://img3.reoveme.com/m/be38edbbfc79330a.pdf>
- Besser, A. ve Priel, B. (2010). Grandiose narcissism versus vulnerable narcissism in threatening situations: Emotional reactions to achievement failure and interpersonal rejection. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(8), 874-902.

- Bilgin, M. (2009). Bilişsel esnekliği yordayan bazı değişkenler. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 3(36), 142-157.
- Bilgin, M. (2017). Ergenlerin Beş Faktör Kişilik Özelliği ile Bilişsel Esneklik İlişkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(62), 945-954.
- Binay, M. (2018). Türkiye’de Boşanma Nedenlerinin Analizi ve Alternatif Uyuşmazlık Yöntemleri. *Ombudsman Akademik*, 5(9), 2018, 237- 267.
- Bochner, A.P. ve Kelly, C.W. (1974). Interpersonal competence rationale, philosophy and implementation of a conceptual framework. *Speech Teacher*, (23), 279-301.
- Brewer, G., Hunt, D., James, G. ve Abell, L. (2015). Dark Triad traits, infidelity and romantic revenge. *Personality and Individual Differences*, 83, 122-127.
- Brummelman, E., Thomaes, S., Nelemans, S.A., Orobio De Castro, B., Overbeek, G. ve Bushman, B.J. (2015). Origins of narcissism in children. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 112(12), 3659–3662.
- Brunell, A.B. ve Campbell, W.K. (2011). Narcissism and romantic relationships: Understanding the paradox. In W.K. Campbell and J.D. Miller, Eds, *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments* (ss. 344-350). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/publication/287182447_Narcissism_and_romantic_relationships_Understanding_the_paradox
- Budak, S. (2019). *Psikoloji sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Bushman, B.J. ve Baumeister, R.F. (1998). Threatened egotism, narcissism, self-esteem, and direct and displaced aggression: Does self-love or self-hate lead to violence? *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 219-229.
- Calvo, N., Lara, B., Serrat, L., Pérez-Rodríguez, V., Andión, Ò., Ramos-Quiroga, J.A. ve Ferrer, M. (2020). The role of environmental influences in the complex relationship between borderline personality disorder and attention-deficit/hyperactivity disorder: review of recent findings. *Borderline Personal Disord Emot Dysregul.*, 7(2).

- Campbell, W. K. (1999). Narcissism and romantic attraction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1254–1270.
- Campbell, W.K., Bonacci, A.M., Shelton, J., Exline, J.J. ve Bushman, B.J. (2004). Psychological entitlement: Interpersonal consequences and validation of a self-report measure. *Journal of Personality Assessment*, 83(1), 29-45.
- Campbell, W.K., Bush, C.P., Brunell, A.B. ve Shelton, J. (2005). Understanding the social costs of narcissism: The case of the tragedy of the commons. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(10), 1358-1368.
- Campbell, W.K. ve Campbell, S.M. (2009). On the self-regulatory dynamics created by the particular benefits and costs of narcissism: A contextual reinforcement model and examination of leadership. *Self and Identity*, 8(2-3), 214-232.
- Campbell, W.K. ve Foster, C.A. (2002). Narcissism and commitment in romantic relationships: An investment model analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(4), 484-495.
- Campbell, W.K., Foster, C.A. ve Finkel, E.J. (2002). Does self-love lead to love for others? A story of narcissistic game playing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(2), 340-354.
- Campbell, W.K. ve Miller, J.D. (2011). *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder*. Hoboken, New Jersey: John Wiley and Sons Inc.
- Campbell, W.K., Reeder, G.D., Sedikides, C. ve Elliot, A J. (2000). Narcissism and comparative self-enhancement strategies. *Journal of Research in Personality*, 34(3), 329-347.
- Campbell, W.K., Rudich, E.A. ve Sedikides, C. (2002). Narcissism, self-esteem, and the positivity of self-views: Two portraits of self-love. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(3), 358-368.
- Canas, J.J. (2006). Cognitive Flexibility. In W. Karwowski (Ed.), *International Encyclopedia of Ergonomics and Human Factors*, (p. 297-300). CRC Press/Taylor & Francis Group.

- Cardom, R. (2016). *The mediating role of cognitive flexibility on the relationship between cross-race interactions and psychological well-being*. (Doctoral dissertation). University of Kentucky, Lexington.
- Carlson, E.N., Vazire, S. ve Oltmanns, T.F. (2011). You probably think this paper's about you: Narcissists' perceptions of their personality and reputation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(1), 185-201.
- Cooper, A.M. ve Ronningstam, E. (1992). *Narcissistic personality disorder*. Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Corey, G. (2011). Psychological counselling psychotherapy theories and practices. Brooks/Cole Cengage Learning. Erişim adresi: <https://nibmehub.com/opac-service/pdf/read/Theory%20and%20Practice%20of%20Counseling%20and%20Psychotherapy-%20Corey-%209ed.pdf>
- Cramer, P. (2011). Narcissism through the ages: What happens when narcissists grow older? *Journal of Research in Personality*, 45(5), 479-492.
- Czarna, A.Z., Dufner, M. ve Clifton, A.D. (2014). The effects of vulnerable and grandiose narcissism on liking-based and disliking-based centrality in social networks. *Journal of Research in Personality*, 50, 42-45.
- Çelik, M. (2022). *Evli bireylerde bilişsel esneklik ve evlilik öz yetkinliği arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Gaziantep Üniversitesi.
- Denby A. (2021). Toxicity and Femininity in Love Island: How Reality Dating Shows Perpetuate Sexist Attitudes Towards Women. *Front Sociol.* 6(641216).
- Dennis, J. ve Vander Wal, J. (2010). The Cognitive Flexibility Inventory: Instrument Development and Estimates of Reliability and Validity. *Cogn Ther Res.* 34. 241-253.
- Dickinson, K.A. ve Pincus, A.L. (2003). Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorders*, 17(3), 188-207.
- Doğan Laçın, B.G. ve Yalçın, İ. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Öz-yeterlilik ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Bilişsel Esnekliği Yordama Düzeyleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(2), 358-371.

- Doğanay E., (2024). *Anneden algılanan narsisizm, narsisistik kişilik özellikleri ve partnere ilişkin obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi.
- Dryden, W. (2005). *Encyclopedia of cognitive behavior therapy*. (Ed. A. Freeman). Springer Science and Business Media.
- Dryden, W. ve David, D. (2008). Rational emotive behavior therapy: Current status. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 22(3), 195–209.
- Dufner, M., Denissen, J.J.A., van Zalk, M., Matthes, B., Meeus, W.J., van Aken, M.G. ve Sedikides, C. (2012). Positive intelligence illusions: On the relation between intellectual self-enhancement and psychological adjustment. *Journal of Personality*, 80(3), 537-572.
- Dufner, M., Rauthmann, J.F., Czarna, A.Z. ve Denissen, J.J.A. (2013). Are narcissists sexy? Zeroing in on the effect of narcissism on short-term mate appeal. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(7), 870-882.
- Dumitrescu, D. ve Rusu A. S. (2012). Relationship between maladaptive schemas, couple satisfaction and mate value. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 12(1), 63-76.
- Dutton, D., Denny-Keys, M. ve Sells, J. (2011). Parental Personality Disorder and Its Effects on Children: A Review of Current Literature. *Journal of Child Custody*. 8. 268-283.
- Ellis, A. (2020). Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi. Erişim adresi: <https://avesis.medipol.edu.tr/yayin/55fc9b1f-ff6a-425b-893d-9ac222398458/ruh-sagligi-profesyonelleri-icin-el-kitabi-kuram-ilke-ve-teknikler-akilci-duygusal-davranisci-terapi/document.pdf>
- Ellis, A. ve Dryden, W. (2007). *The practice of rational emotive behavior therapy* (2nd ed.). New York: Springer Publishing.
- Exline, J.J., Baumeister, R.F., Bushman, B.J., Campbell, W.K. ve Finkel, E.J. (2004). Too proud to let go: Narcissistic entitlement as a barrier to forgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(6), 894-912.

- Foster, J.D. (2008). Incorporating personality into the investment model: Probing commitment processes across individual differences in narcissism. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25(2), 211-223.
- Foster, J.D., Shrira, I. ve Campbell, W.K. (2006). Theoretical models of narcissism, sexuality, and relationship commitment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 23(3), 367-386.
- Freud, S. (1914). On Narcissism. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIV (1914-1916): *On the History of the Psycho-Analytic Movement, Papers on Metapsychology and Other Works*, 67-102.
- Freud, S. (1957). On narcissism: An introduction. In J. Strachey (Ed. and Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 14, pp. 73–102). London: England: Hogarth Press.
- Friedman, J.W., Oltmanns, T.F., Gleason, M.J. ve Turkheimer, E. (2006). Mixed impressions: Reactions of strangers to people with pathological personality traits. *Journal of Research in Personality*, 40(4), 395-410.
- Gabbard, G.O. (1989). Two subtypes of narcissistic personality disorder. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 53(6), 527-532.
- Gabriel, M.T., Critelli, J.W. ve Ee, J.S. (1994). Narcissistic illusions in self-evaluations of intelligence and attractiveness. *Journal of Personality*, 62(1), 143-155.
- Gangestad, S.W., Garver-Apgar, C.E., Simpson, J.A. ve Cousins, A.J. (2007). Changes in women's mate preferences across the ovulatory cycle. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(1), 151-163.
- Gilbert, P., Clarke, M., Hempel, S., Miles, J.N. ve Irons, C. (2004). Criticizing and reassuring oneself: An exploration of forms, styles and reasons in female students. *British Journal of Clinical Psychology*, 43(1), 31-50.
- Gomez, R. (1998). Impatience-aggression, competitiveness and avoidant coping: direct and moderating effects on maladjustment among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 25(4), 649–661.

- Green A. (1993). Die tote Mutter [The dead mother]. *Psyche*, 47(3), 205–240.
- Grolnick, W.S., Farkas, M. (2002). Parenting and the development of children's self-regulation. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Practical issues in parenting* (p. 89–110). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Holdren, M.E. (2004). *Casual attributions among overt and covert narcissism subtypes for hypothetical, retrospective, and prospective events*. (Doctoral dissertation). Ohio University. Erişim adresi: https://etd.ohiolink.edu/acprod/odb_etd/ws/send_file/send?accession=ohiou1090264976&disposition=inline
- Holtzman, N.S., Strube, M.J. (2011). The intertwined evolution of narcissism and shortterm mating: An emerging hypothesis. In W.K. Campbell & J.D. Miller (Eds.), *The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatments* (p. 210-220). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.
- Horan, S.M., Guinn, T.D. ve Banghart, S. (2015). Understanding relationships among the dark triad personality profile and romantic partners' conflict communication. *Communication Quarterly*, 63(2), 156-170.
- Horne, S. (1998). *The role of parental narcissism and depression in predicting adolescent empathy, narcissism, self-esteem, pleasing others, and peer conflict*. (Doctoral dissertation). University of Georgia.
- Horton, R.S., Bleau, G. ve Drwecki, B. (2006). Parenting Narcissus: What Are the Links Between Parenting and Narcissism? *Journal of Personality*, 74(2), 345–376.
- Horton, R. S., Bleau, G. ve Drwecki, B. (2014). Parenting as a cause of narcissism: Empirical evidence for psychodynamic and social learning theories. *Journal of Personality*, 82(2), 200-212.
- Işık etin, A. (2024). *Anneden Algılanan Narsisizm ile İlişki Doyumu, İdeal Benlik, Gerçek Benlik ve Romantik İlişki Obsesyon ve Kompulsiyonları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi.
- İnanç, Y.B. ve Yerlikaya, E.E. (2014). *Kişilik kuramları*. Pegem Akademi.

- Jonason, P.K., Li, N.P., Webster, G.D. ve Schmitt, D.P. (2009). The dark triad: Facilitating a short-term mating strategy in men. *European Journal of Personality*, 23(1), 5-18.
- Jovev, M. ve Jackson, H.J. (2004). Early Maladaptive schemas in personality disordered Individuals. *Journal of Personality Disorders*, 18(5), 467-478.
- Kahraman, M. (2023). *Annededen algılanan narsisistik özellikler, yakınlık korkusu ve ortoreksiya nervoza arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi.
- Karadeniz, Ş. (2008). Bilişsel esnekliğe dayalı hiper metin uygulaması: Sanal bilgisayar hastanesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 135-152.
- Karasar, N. (2018). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kealy, D. ve Rasmussen, B. (2012). Veiled and vulnerable: The other side of grandiose narcissism. *Clinical Social Work Journal*, 40(3), 356-365.
- Keller, P.S., Blincoe, S., Gilbert, L.R., DeWall, C.N., Haak, E.A. ve Widiger, T. (2014). Narcissism in romantic relationships: A dyadic perspective. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 33(1), 25-50.
- Kepenek, S.Z. (2022). *Yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şemalar, otomatik düşünceler ve bilişsel esneklik arasındaki ilişki*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Kent Üniversitesi.
- Kernberg, O. (1985). *Borderline conditions and pathological narcissism*. Northvale London: Jason Aronson Inc.
- Kernberg, O.F. (1966). Structural Derivatives of Object Relationships. *International Journal of Psychoanalysis*, 47, 236-253.
- Kernberg, O.F. (2004). *Aggressivity, Narcissism, and Self-Destructiveness in the Psychotherapy Relationship*. New Haven: Yale University Press.
- Kobak, R.R. ve Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, 59(1), 135-146.
- Kohut, H. (1971). *The Analysis of the Self*. New York: International Universities Press.

- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press.
- Kohut, H. ve Wolf, E.S. (1978). The disorders of the self and their treatment: An outline. *International Journal of Psychoanalysis*, 59(4), 413-425.
- Koladich, S.J. ve Atkinson, B.E. (2016). The dark triad and relationship preferences: A replication and extension. *Personality and Individual Differences*, 94, 253-255.
- Köroğlu, E. ve Türkçapar, H. (2013). *Psikoterapi Yöntemleri- Kuramlar ve Uygulama Yönergeleri*. Ankara: HYB Yayınları.
- Krizan, Z. ve Johar, O. (2012). Envy divides the two faces of narcissism. *Journal of Personality*, 80(5), 1415-1451.
- Küfner, A.C.P., Nestler, S. ve Back, M.D. (2013). The two pathways to being an (un-) popular narcissist. *Journal of Personality*, 81(2), 184-195.
- Lamkin, J., Campbell, W.K., vanDellen, M.R. ve Miller, J.D. (2015). An exploration of the correlates of grandiose and vulnerable narcissism in romantic relationships: Homophily, partner characteristics, and dyadic adjustment. *Personality and Individual Differences*, 79, 166-171.
- Lavner, J.A., Lamkin, J., Miller, J.D., Campbell, W.K. ve Karney, B.R. (2015). Narcissism and newlywed marriage: Partner characteristics and marital trajectories. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 7(2).
- Leggio, J.N. (2018). *Mental Health Outcomes for Adult Children of Narcissistic Parents*. (Doctoral dissertation). Adler School of Professional Psychology.
- Liu, S. ve Wei, M. (2020). Cognitive flexibility, relativistic appreciation, and ethnocultural empathy among Chinese international students. *The Counseling Psychologist*, 48(4), 583-607.
- Mahler, M.S. (1968). *On human sybiosis and the vicissitudes of individuation*. New York: International University Press.
- Martin, M.M. ve Anderson, C.M. (1998). The cognitive flexibility scale: Three validity studies. *Communication Reports*, 11, 1-9.

- Martin, M.M. ve Rubin, R.B. (1995). A new measure of cognitive flexibility. *Psychological Reports*, 76(2), 623–626.
- Masterson, F.J. (2014). *Narsistik ve Borderline Kişilik Bozuklukları*. (Çev. B. Açıl). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Masterson, J.F. (1993). *The emerging self: A developmental self and object relations approach to the treatment of the closet narcissistic disorders of the self*. New York: Bruner/Mazel.
- McCullough, M.E., Emmons, R.A., Kilpatrick, S.D. ve Mooney, C.N. (2003). Narcissists as ‘victims’: The role of narcissism in the perception of transgressions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(7), 885-893.
- Miller, A. (2007). *The drama of the gifted child*. New York, USA: Basic Books.
- Miller, J.D. ve Campbell, W.K. (2008). Comparing clinical and social-personality conceptualizations of narcissism. *Journal of Personality*, 76(3), 449–476.
- Miller, J.D., Hoffman, B.J., Gaughan, E.T., Gentile, B., Maples, J. ve Keith Campbell, W. (2011). Grandiose and vulnerable narcissism: A nomological network analysis. *Journal of Personality*, 79(5), 1013-1042.
- Millon, T. (1981). *Disorders of personality: DSM-III: Axis 11*. New York: Wiley.
- Morf, C.C. ve Rhodewalt, F. (2001). Unraveling the paradoxes of narcissism: A dynamic self-regulatory processing model. *Psychological Inquiry*, 12(4), 177-196
- Nordahl, H.M. ve Nysaeter, T.E. (2005). Schema therapy for patients with borderline personality disorder: a single case series. *J Behav Ther Exp Psychiatry*, 36(3), 254-264.
- Oltmanns, T.F., Friedman, J.W., Fiedler, E.R. ve Turkheimer, E. (2004). Perceptions of people with personality disorders based on thin slices of behavior. *Journal of Research in Personality*, 38(3), 216-229.
- Otway, L.J. ve Vignoles, V.L. (2006). Narcissism and Childhood Recollections: A Quantitative Test of Psychoanalytic Predictions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(1), 104-116.

- Ozan, E., Kırkpınar, İ., Aydın, N., Fidan, T. ve Oral, M. (2008). Narcissistic personality disorder. *RCHP-Review Cases Hypotheses Psychiatry*, 2, 25-37.
- Özsaydın, S. (1984). *Psikiyatri*. İstanbul: Sanal Printing.
- Paulhus, D.L. (1998). Interpersonal and intrapsychic adaptiveness of trait self-enhancement: A mixed blessing? *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1197-1208.
- Peterson, J.L. ve DeHart, T. (2014). In defense of self-love: An observational study on narcissists' negative behavior during romantic relationship conflict. *Self and Identity*, 13(4), 477-490.
- Pincus, A.L., Ansell, E.B., Pimentel, C.A., Cain, N.M., Wright, A.G. ve Levy, K.N. (2009). Initial construction and validation of the Pathological Narcissism Inventory. *Psychological Assessment*, 21(3), 365-379.
- Pincus, A.L. ve Lukowitsky, M.R. (2010). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 421-446.
- Rafaeli, E., Bernstein, D.P. ve Young, J.E. (2011). *Schema therapy: distinctive features*. Routledge.
- Raphael-Leff, J. (1995). Narcissistic displacement in child-bearing. In J. Cooper and N. Maxwell (Eds), *Narcissistic Wounds*. London: Whurr Publishers.
- Rapier, M.L. (2005). *An interview study of narcissistic executives: piercing the corporate veil of narcissism in the workplace*. (PhD Thesis). Saybrook Graduate School and Research Center.
- Rappoport, A. (2005). Co-Narcissism: How We Adapt to Narcissis. *The Therapist*, 1, 1-8.
- Rasmussen, K.R., Boon, S.D. (2014). Romantic revenge and the dark triad: A model of impellance and inhibition. *Personality and Individual Differences*, 56, 51-56.
- Rassmusen, P.R. (2005). *Personality-guided cognitive-behavioral therapy*. American Psychological Association.

- Rathvon, N. ve Holmstrom, R.W. (1996). An MMPI-2 portrait of narcissism. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 1-19.
- Renner, F., Lobbestael, J., Peeters, F., Arntz, A. ve Huibers, M. (2012). Early maladaptive schemas in depressed patients: stability and relation with depressive symptoms over the course of treatment. *Journal of Affective Disorders*, 136, 581-590.
- Rhodewalt, F. ve Eddings, S.K. (2002). Narcissus reflects: Memory distortion in response to ego-relevant feedback among high- and low-narcissistic men. *Journal of Research in Personality*, 36(2), 97-116.
- Riggio, H. R., Weiser, D., Valenzuela, A., Lui, P., Montes, R. ve Heuer, J. (2011). Initial validation of a measure of self-efficacy in romantic relationships. *Personality and Individual Differences*, 51(5), 601–606. doi:10.1016/j.paid.2011.05.026
- Risemberg, R. ve Zimmerman, B.J. (1992). Self- regulated learning in gifted students. *Roeper Review*, 15(2), 98-101.
- Rothstein, A. (1979). The theory of narcissism: An object-relations perspective. *Psychoanalytic Review*, 66, 35–47.
- Rozenblatt, S. (2002). *In defence of self: the relationship of self- esteem and narcissism to aggressive behavior*. (PhD Thesis). Long Island University, USA.
- Russell, G.A. (1985). Narcissism and the narcissistic personality disorder: A comparison of the theories of Kernberg and Kohut. *British Journal of Medical Psychology*, 58(2), 137-148.
- Salman Akhtar, M.D. ve Thomson Jr, J.A. (1982). Overview: Narcissistic personality disorder. *Am J Psychiatry*, 139(1), 12-20.
- Sedikides, C., Campbell, W.K., Reeder, G., Elliot, A.J. ve Gregg, A.P. (2002). Do others bring out the worst in narcissists? The “others exist for me” illusion. In Y. Kashima, M. Foddy, M. Platow (Eds.), *Self and identity: Personal, social, and symbolic* (p. 103–123). Lawrence Erlbaum Associates.

- Sedikides, C., Rudich, E.A., Gregg, A.P., Kumashiro, M. ve Rusbult, C. (2004). Are normal narcissists psychologically healthy?: Self-esteem matters. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 400-416.
- Shulman, D.G. (1986). Narcissism in two forms: Implications for the practicing psychoanalyst. *Psychoanalytic Psychology*, 3(2), 133-147. <http://dx.doi.org/10.1037/0736-9735.3.2.133>
- Sinnott, J., Hilton, S., Wood, M. ve Douglas, D. (2020). Relating Flow, Mindfulness, Cognitive Flexibility, and Postformal Thought: Two Studies. *J Adult Dev* 27, 1–11.
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z. (2009). Assessment of early maladaptive schemas: A psychometric study of the Turkish young schema questionnaire-short form-3. *Turkish Journal of Psychiatry*, 20(1), 75-84.
- Soysal, E. (2017). *Evli bireylerin erken dönem uyumsuz şemaları, ilişkilerde bilişsel çarpıtmaları ve yüklemelerin evlilik uyumunu yordaması*. (Doktora Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Stahl, L. ve Pry, R. (2005). Attentional flexibility and perseveration: Developmental aspects in young children. *Child Neuropsychology*, 11(2), 175–189.
- Timuroğlu, K. ve İşcan, Ö. F. (2010). İşyerinde Narsisizm ve İş Tatmini İlişkisi. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 22(2), 239-264.
- Topçu, E. (2023). *Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin romantik ilişki inançlarının karşılıklı bağımlılık ve benliğin ayrışması bağlamında incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Tönbül, Ö. ve Kocayörük, E. (2021). Evli Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları ve Benlik Farklılaşma Düzeylerinin Evlilik İlişkisi İnançlarını Yordaması. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*. 4(2), 1-26.
- Trumpeter, N.N., Watson P.J., O’Leary, B. ve Weathington, B. (2008). SelfFunctioning and Perceived Parenting: Relations of Parental Empathy and Love Inconsistency with Narcissism, Depression, and Self-Esteem. *The Journal of Genetic Psychology: Research and Theory on Human Development*, 169(1), 51- 71.

- Turgut, Ö. (2020). *Erken dönem uyum bozucu şemalar ile yeme tutumu arasındaki ilişkide öz-anlayışın aracı rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- TÜİK, Türkiye İstatistik Kurumu (2023). Erişim adresi: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2023-53707>
- TÜİK, Türkiye İstatistik Kurumu (2024). Erişim adresi: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Adrese-Dayali-Nufus-Kayit-Sistemi-Sonuc-lari-2023-49684>
- Türkçapar, M.H., Sargın, A.E. (2011). Bilişsel davranışçı psikoterapiler: Tarihçe ve gelişim. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1(1), 7-14.
- Twenge, J.M. ve Campbell, W.K. (2003). ‘Isn’t it fun to get the respect that we’re going to deserve?’ Narcissism, social rejection, and aggression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(2), 261-272.
- Twenge, J.M. ve Campbell, W.K. (2015). *The narcissism epidemic: Living in the age of entitlement*. İstanbul: Kaknüs Publications.
- Üzümcü, B. ve Müezzın, E.E.(2018). Öğretmenlerin Bilişsel Esneklik ve Mesleki Doyum Düzeyinin İncelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 8(1), 8-25.
- Vazire, S., Naumann, L.P., Rentfrow, P.J. ve Gosling, S.D. (2008). Portrait of a narcissist: Manifestations of narcissism in physical appearance. *Journal of Research in Personality*, 42(6), 1439-1447.
- Vignando, M. ve Bizumic, B. (2023). Parental Narcissism Leads to Anxiety and Depression in Children via Scapegoating. *The Journal of Psychology*, 157(2), 121-141.
- Weinberg, E. (2006). Mentalization, Affect Regulation, and Development of the Self. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 54(1), 251-269.
- Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590-597.

- Yaşar Ekici, F. ve Balcı, S. (2019). Okul öncesi öğretmen adaylarının bilişsel esneklik düzeyleri ve duygusal tepkisellik düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Higher Education & Science*, 9(1), 65-77.
- Yelpaze, İ. ve Yakar, L. (2019). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu ve bilişsel esnekliklerinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 9(54), 913-935.
- Yiu, T.W., Cheung, S.O. ve Siu, L.Y. (2012). Application of Bandura's self-efficacy theory to examining the choice of tactics in construction dispute negotiation. *Journal of Construction Engineering and Management*, 138(3), 331-340.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: The Guilford Press
- Young, J., Gluhoski, V. (1997). A schema-focused perspective on satisfaction in close relationships. In R.J. Sternberg and M. Hojjat (Eds), *Satisfaction in close relationships* (ss. 356–381). The Guilford Press.
- Young, J.E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders*. Sarasota, FL.
- Young, J.E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema -focused approach*. Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329-339.
- Zvelc, G. (2010). Relational Schemas Theory and Transactional Analysis. *Transactional Analysis Journal*, 40(1), 8-22.

Ek-1 Katılımcı Bilgi ve Onam Formu

Sayın Katılımcı, Katıldığınız bu çalışma bilimsel nitelikte bir araştırma olup konusu, Evli Kadınlarda Anneden Algılanan Narsisizm ile Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaları ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkinin İncelenmesidir. Bu araştırma, Doğu Üniversitesi Psikoloji bölümünün akademik araştırmasını kapsamaktadır.

Bu çalışmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama ve çalışmanın herhangi bir aşamasında, hiçbir cezaya/yaptırıma maruz kalmaksızın, çalışmadan ayrılma hakkına sahipsiniz. Araştırmada yer almanız nedeniyle size hiçbir ödeme yapılmayacak ve sizden de hiçbir ücret talep edilmeyecektir. Anketi yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz anlamına gelmektedir. Araştırma hakkında daha fazla bilgi almak için araştırmacı Şeyma Eğribayun Ekşi'ye başvurabilir, kendilerine e-posta ile erişebilirsiniz.

Araştırmanın bilgilendirilmiş gönüllü olur formundaki tüm açıklamaları okudum/sözlü olarak dinledim. Bana yukarıda konusu ve amacı belirtilen araştırma ile ilgili yazılı ve sözlü açıklama aşağıda belirtilen araştırmacı tarafından yapıldı. Araştırmaya gönüllü olarak katıldığımı istediğim zaman gerekçeli veya gerekçesiz olarak araştırmadan ayrılabilirim biliyorum. Söz konusu araştırmaya, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın kendi rızamla katılmayı kabul ediyorum.

Ek-2 Sosyo-demografik Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz:

☐ Kadın ☐ Erkek ☐ Diğer

2. Medeni Durumunuz:

☐ Evli ☐ Bekar ☐ Boşanmış/Dul

3. Yaşınız:

☐ 18-24 ☐ 25-34 ☐ 35-44 ☐ 45-54 ☐ 55-64 ☐ 65+

4. Eğitim Durumunuz:

☐ İlköğretim ☐ Ortaöğretim ☐ Yüksekokul ☐ Lisans ☐ Yüksek Lisans ☐ Doktora

Ek-3 Bilişsel Esneklik Ölçeği

Aşağıdaki ifadeler, sizin kendi davranışlarınız hakkındaki inanç ve duygularınızla ilgilidir. Lütfen her cümleyi ayrı ayrı dikkatle okuyup, bunlara ne kadar katıldığınızı belirleyin. Her tutuma ilişkin kendi katılma derecenizi, yandaki cevap bölümündeki sayılardan birinin üzerine çarpı (X) işareti koyarak belirleyiniz.

1. Kesinlikle Katılmıyorum
2. Katılmıyorum
3. Biraz Katılmıyorum
4. Biraz Katılıyorum
5. Katılıyorum
6. Kesinlikle Katılıyorum

	1	2	3	4	5	6
1. Bir fikri çok farklı yollarla ifade edebilirim.						
2. Yeni ve alışılacagelmışin dışındaki durumlardan kaçınıyorum						
3. Sanki hiç karar veremezmişim gibi hissediyorum.						
4. Çözumsuz gibi görünen problemlere karşı işe yarar çözümler bulabilirim.						
5. Nasıl davranacağıma karar verirken pek fazla seçeneğim yoktur.						
6. Problemlere karşı yaratıcı çözümler üretmeye istekliyimdir.						
7. Karşılaştığım herhangi bir durumda, duruma uygun davranabilirim.						
8. Davranışlarım verdiğim bilinçli kararların sonucudur.						
9. Herhangi bir durum karşısında, çok farklı davranış seçeneklerine sahibim.						
10. Bilgilerimi gerçek yaşamda kullanmakta zorluk çekerim.						
11. Bir problemle uğraşırken, farklı seçenekleri dinlemeye ve gözden geçirmeye istekliyimdir.						
12. Farklı davranış biçimlerini deneyecek kadar öz güvenliyimdir.						

Ek-4 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 olamadığınız 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	2	3	4	5	6
1. Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.						
2. Beni terk edeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.						
3. İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum						
4. Uyumsuzum.						
5. Beğendiğim hiçbir erkek/kadın, kusurlarımı görürse beni sevmez.						
6. İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum						
7. Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.						
8. Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.						
9. Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşlılarım kadar, başaramadım.						
10. Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.						
11. Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.						
12. Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseddiğimi göstermek gibi).						
13. Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.						
14. Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.						
15. Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.						
16. Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.						
17. Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim.						
18. Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hak ederim.						
19. Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.						

20. Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.						
21. İnsanlara karşı tedbiri elden bırakmam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.						
22. Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.						
23. Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.						
24. İşleri halletmede son derece yetersizim.						
25. Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.						
26. Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissediyorum.						
27. Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.						
28. Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.						
29. Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.						
30. Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.						
31. En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.						
32. Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.						
33. Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.						
34. Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.						
35. İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.						
36. Eğer yanlış yaparsam, bunun özrü yoktur.						
37. Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.						
38. Yakınlarımla beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım						
39. Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.						
40. Bir yere ait değilim, yalnızım.						
41. Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.						
42. İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.						
43. Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.						
44. Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.						
45. Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hisseder veya suçluluk duyarız						
46. İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.						
47. Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.						

48. İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur						
49. Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.						
50. İstediğimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.						
51. Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakarlık etmekte zorlanırım						
52. Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissederim.						
53. Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.						
54. Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.						
55. Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarımı ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.						
56. Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim.						
57. Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheciyimdir.						
58. Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.						
59. Kendimi sevilebilecek biri gibi hissetmiyorum.						
60. İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.						
61. Gündelik işler için benim kararlarıma güvenilemez.						
62. Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.						
63. Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum-Benim kendime ait bir hayatım yok.						
64. Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.						
65. Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.						
66. Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.						
67. Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.						
68. Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.						
69. Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.						
70. Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanmayı ve takdir görmeyi isterim.						
71. Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.						
72. Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.						

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

Ek-5 Anneden Algılanan Narsisistik Özellikler Ölçeği

Aşağıda çocukluk yıllarınız boyunca ANNENİZİN kişiliği ve size karşı davranışları ile ilgili deneyimlemiş olabileceğiniz yaşantılara dair maddeler yer almaktadır. Lütfen her maddeyi dikkatlice okuyup size en uygun olan seçeneği (1-4 arasında) işaretleyiniz.

Hiçbir Zaman (1), Ara Sıra (2), Genellikle (3), Her Zaman (4)	1	2	3	4
1. Duygusal olarak kendimi ona yakın hissederdim.				
2. Anneliğinin başkaları tarafından övülmesini beklerdi.				
3. Bana bir çocuğun taşıyabileceğinden daha fazla sorumluluk yüklerdi.				
4. Hayatımın merkezinde olmak isterdi.				
5. Başarısız olduğum durumlarda bana destek olur ve beni rahatlatırdı.				
6. Benim fikirlerime karşı hoşgörüsü yoktu.				
7. Eleştirilmekten korktuğum için söylemek istediklerimi söyleyemezdim.				
8. Eleştiriye karşı hiç tahammülü yoktu.				
9. Sorunları çözmek yerine beni suçlardı.				
10. Duygusal olarak bana yakın olmadığını hissederdim.				
11. Benimle ilgili olan her şeye müdahale ederdi.				
12. Canı sıkkın olduğunda daha iyi hissetmesi için bir şeyler yapmamı beklerdi.				
13. Benimle ilgili her şeyi (yakın arkadaşlarımla ilişkilerim, duygusal ilişkilerim gibi) bilmek isterdi.				
14. Annem ailedeki diğer kişiler ile (babam ve kardeşlerim) sorun yaşadığında anlaşmazlığı çözmek bana düşerdi.				
15. Fikirlerime saygı gösterir ve benim aldığım kararları desteklerdi.				
16. Duygusal paylaşım konusunda bana uzak olduğunu hissederdim.				
17. Onun rahatsızlıklarına ve hastalıklarına (baş ağrısı, stres gibi) benim neden olduğumu hissettirirdi.				
18. Benim nasıl hissettiğimden çok dışarıya nasıl görüldüğüm ile ilgilenirdi.				
19. Dünya sanki onun etrafında dönüyormuş gibi davranırdı.				
20. Benim duygularımı anlamadığını hissederdim.				
21. Benim için özel olan konularda sorularıyla beni sıkıştırırdı.				
22. Ebeveyn olarak onun yapması gereken işleri bir şekilde ben yapardım.				
23. Kendisini herkesten daha önemli görürdü.				
24. Beni kontrol etmeye çalıştığını hissederdim.				
25. Kötü bir şey yaşadığımda beni suçlardı.				
26. Benim kararlarımı kontrol etmeye çalışırdı.				
27. Bir yarışmada veya sınavda en iyilerin arasında olmadığımda beni küçümserdi.				
28. Benim için yapacağı iyi şeyleri başkalarının görebileceği zamanlarda yapardı.				
29. Bir şeyler kötü gittiğinde sorumluluk almak yerine beni ya da başkalarını suçlardı.				

30. Yaptığım iyi şeyleri görmez ya da değersiz bulurdu.				
31. Annem öfkeli olduğunda onu sakinleştirmek bana düşerdi.				
32. Bana karşı anlayışlıydı.				

Ek-6 Etik Kurul İzni

Evrak Tarih ve Sayısı: 16.04.2024-60864

22.03.2024

Sayı :2024/62
Konu : Etik Kurul izni

Şeyma EĞRİBOYUN EKŞİ
Doğuş Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

Doğuş Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı çerçevesinde Dr. Öğr. Üyesi Kahraman GÜLER danışmanlığı altında yürütülecek olan **“Evli Kadınlarda Anneden Algılanan Narsizm ile Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaları ve Bilişsel Esneklik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”** başlıklı araştırmanız için yapacağınız ankete ait sorularla ilgili olarak Doğuş Üniversitesi Etik Kuruluna yapmış olduğunuz başvuru Etik Kurulunda incelenmiş ve bilimsel araştırma etiği açısından **uygun olduğuna** karar verilmiştir.

Bilgilerinizi rica ederiz.

Prof. Dr. Mesut KUMRU
Etik Kurul Başkanı
Mühendislik Fakültesi

Prof. Dr. Hamide ZAFER
Etik Kurul Üyesi
Hukuk Fakültesi

Prof. Dr. Oktay VELİEV
Etik Kurul Üyesi
Mühendislik Fakültesi

Prof. Dr. Nüket SARACEL
Etik Kurul Üyesi
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Prof. Dr. Gülsün Pelin SARIOĞLU ERDOĞDU
Etik Kurul Üyesi
Sanat ve Tasarım Fakültesi

Prof. Dr. Tarık BAYKARA
Etik Kurul Üyesi
Mühendislik Fakültesi

Dr. Öğr. Üyesi Aslı TELSEREN ÖMEROĞLU
Etik Kurul Üyesi
Fen Edebiyat Fakültesi

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.