

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI



İSTANBUL KENT
ÜNİVERSİTESİ

ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALAR İLE
İLİŞKİ DOYUMU VE ALDATMAYA YÖNELİK NİYET
ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Şevval Kardelen YILDIRIM

İSTANBUL – 2024

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALAR İLE
İLİŞKİ DOYUMU VE ALDATMAYA YÖNELİK NİYET
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Şevval Kardelen YILDIRIM

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Emel ANER AKTAN

İSTANBUL – 2024

KABUL VE ONAY

Şevval Kardelen YILDIRIM tarafından hazırlanan “Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar İle İlişki Doyumu ve Aldatmaya Yönelik Niyet Arasındaki İlişki” adlı tez çalışmasının savunma tarihi 26.06.2024 tarihinde yapılmış olup aşağıda verilen jüri tarafından oy birliği ile İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

İmza

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Emel ANER AKTAN

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Sait KAHRAMAN

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Rukiye KÖROĞLU

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

.....

Doç. Dr. Bülent DEMİR

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Şevval Kardelen YILDIRIM

26.06.2024

ÖN SÖZ

Tez yazım sürecimde desteklerini esirgemeyen değerli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Emel ANER AKTAN'a katkıları için çok teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca mesleki gelişimime katkı sağlayan, bilgi ve deneyimlerini esirgmeden aktaran değerli hocalarım Prof. Dr. Mehmet Zihni SUNGUR, Doç. Dr. Anıl GÜNDÜZ ve Dr. Burcu SEVİM'e şükranlarımı sunarım.

Bugünlere gelmemi sağlayan, desteklerini ve şefkatlerini her zaman yanımda hissettiğim, hayallerimin peşinden koşabilmem için her koşulda benim arkamda olan, bana her zaman inanan, güvenen ve yanımda olan, emeklerini hiçbir zaman ödeyemeyeceğim anneme, babama ve kardeşime sonsuz teşekkür ve şükranlarımı sunarım.

Şevval Kardelen YILDIRIM

26.06.2024

İÇİNDEKİLER

TABLO LİSTESİ	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iii
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: KAVRAMSAL ÇERÇEVE	5
1.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Şema Terapi Modeli	5
1.1.1. Şema.....	5
1.1.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Kökenleri.....	6
1.1.3. Şema Alanları	6
1.1.3.1. Alan 1: Ayrılma ve Reddedilme Alanı	7
1.1.3.2. Alan 2: Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma.....	8
1.1.3.3. Alan 3: Zedelenmiş Sınırlar	9
1.1.3.4. Alan 4: Diğer Yönelimlilik	10
1.1.3.5. Alan 5: Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık	11
1.1.4. Şema Terapi Modeli.....	13
1.2. Romantik İlişki	14
1.2.1. İlişki Doyumu	15
1.2.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve İlişki Doyumu	17
1.3. Aldatma ve Aldatma Niyeti	18
1.3.1. Erken Dönem Uyum bozucu Şemalar ve Aldatma Niyeti	21
1.3.2. İlişki Doyumu ve Aldatma Niyeti.....	22
BÖLÜM 2: YÖNTEM	24
2.1. Örneklem	24
2.2. Veri Toplama Araçları	24
2.2.1. Demografik Bilgi Formu	24
2.2.2. Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3).....	24
2.2.3. İlişki Doyum İndeksi	25
2.2.4. Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği	25
2.2.5. Verilerin İstatistiksel Analizi	25

BÖLÜM 3: BULGULAR	27
3.1. Korelasyon Analizi Bulguları	28
3.2. Regresyon Analizi Bulguları	29
3.3. Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırma Analizi Bulguları.....	31
BÖLÜM 4: TARTIŞMA	42
4.1. İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	42
4.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişki.....	45
4.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aldatmaya Yönelik Niyeti Arasındaki İlişki	46
4.4. Cinsiyete Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	47
4.5. Çalışma Durumuna Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	48
4.6.Eğitim Düzeyine Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	48
4.7. Medeni Hale Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	50
4.8. Yaşamın Çoğunun Geçtiği Yere Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	51
4.9. Gelir Seviyesine Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	52
SONUÇ ve ÖNERİLER	54
KAYNAKÇA.....	58
EKLER	70
ÖZ GEÇMİŞ	78

TABLO LİSTESİ

Tablo 1: İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeğine Ait Betimsel İstatistiklerin ve Basıklık, Çarpıklık, Cronbach Alpha Katsayılarının Değerlendirilmesi	26
Tablo 2: Katılımcılara Ait Demografik Bilgilerin Dağılımı	27
Tablo 3: İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Arasındaki İlişki	28
Tablo 4: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların İlişki Doyumunu Yordamasına İlişkin Bulgular	29
Tablo 5: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aldatmaya Yönelik Niyeti Yordamasına İlişkin Bulgular	30
Tablo 6: Cinsiyete Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	31
Tablo 7: Çalışma Durumuna Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	33
Tablo 8: Eğitim Düzeyine Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	34
Tablo 9: Medeni Hale Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	36
Tablo 10: Yaşamın Çoğunun Geçtiği Yere Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	38
Tablo 11: Gelir Seviyesine Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	40

ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar İle İlişki Doyumu ve Aldatmaya

Yönelik Niyet Arasındaki İlişki

Şevval Kardelen YILDIRIM

Yüksek Lisans Tezi

Psikoloji / Klinik Psikoloji

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Emel ANER AKTAN

Haziran, 2024 – 78

Güncel araştırma, 18-65 yaş aralığında olan bireylerde, erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişki doyumu ve aldatmaya yönelik niyet arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 278 (%69.5) Kadın ve 122 (%30.5) erkek olmak üzere toplam 400 katılımcıya internet üzerinden seçkisiz atama yöntemiyle ulaşılmıştır. Araştırma değişkenlerinin ölçülmesi için Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YŞÖ-KF3), İlişki Doyum İndeksi, Aldatma Yönelik Niyet Ölçeği ve demografik bilgi formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 27.0 istatistik programı ile analiz edilmiştir. Ölçekler arasındaki ilişki düzeyi ve yönü, Pearson Korelasyon yöntemi kullanılarak incelenmiştir. Ölçeklerin demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini anlamak amacıyla Bağımsız Gruplar t-testi ve ANOVA testleri uygulanmıştır. Araştırma bulguları, erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişki doyumu ve aldatmaya yönelik niyet arasında pozitif ve negatif yönlü anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ile Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların, İlişki Doyum İndeksi değişkenleri arasında düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır. Duygusal yoksunluk, iç içe geçme/bağımlılık şemalarının ilişki doyumunu negatif yönde yordadığı görülmüştür. Başarısızlık şemasının aldatmaya yönelik niyeti pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Bununla birlikte, araştırma değişkenlerinin cinsiyet, eğitim düzeyi, medeni hal, çalışma durumu gibi sosyodemografik değişkenlere göre farklılaştığı görülmüştür. Araştırma bulguları literatür ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Romantik İlişki, İlişki Doyumu, Aldatma, Aldatma Niyeti, Klinik Psikoloji

ABSTRACT

Istanbul Kent University Postgraduate Education Institute
The Relationship of Early Maladaptive Schemas and Relationship
Satisfaction with Intentions Towards Infidelity

Şevval Kardelen YILDIRIM

Master Thesis

Psychology / Clinical Psychology

Supervisor: Assist. Prof. Dr. Emel ANER AKTAN

June, 2024 - 78

The current study examined the relationship between early maladaptive schemas and relationship satisfaction and intention to cheat in individuals between the ages of 18-65. A total of 400 participants, 278 (%69.5) women and 122 (30.5) men, were reached by random assignment method over the internet. Young Schema Scale Short Form-3 (YŞÖ-KF3), Relationship Satisfaction Index, Intentions Towards Infidelity Scale and demographic information form were used to measure the research variables. The data obtained were analyzed with SPSS 27.0 statistical program. The level and direction of the relationship between the scales were analyzed using Pearson Correlation method. In addition, Independent Groups t-test and ANOVA tests were applied to understand whether the scales differed according to demographic variables. The findings of the study showed that there were significant positive and negative relationships between early maladaptive schemas, relationship satisfaction and Intentions Towards Infidelity. Low and moderate negative correlations were found between the Intentions Towards Infidelity Scale and the Early Maladaptive Schemas and Relationship Satisfaction Index variables. It was observed that the emotional deprivation and enmeshment/undeveloped self schemas negatively predicted relationship satisfaction. The failure schema was found to positively predict the intention to infidelity. In addition, it was observed that the research variables differed according to sociodemographic variables such as gender, education level, marital status, and employment status. Research findings were discussed in the light of the literature.

Keywords: Early Maladaptive Schemas, Romantic Relationship, Relationship Satisfaction, Infidelity, Infidelity Intention, Clinical Psychology

GİRİŞ

Romantik ilişki veya aşk kavramı, insanların bir kısmının aşkın hayatlarına anlam kattığını düşünceleri ve aşkın insan hayatında bilimsel olarak da çeşitli etkilerinin olduğunun vurgulanması gibi sebeplerden ötürü oldukça önemlidir (Atak ve Taştan, 2012). Aşk duygusu; aynı zamanda içsel yatırım, yakınlık, saygı, güven, sevgi ve bağlanma gibi çeşitli duygu ve durumları da kapsamaktadır (Güneri Yöyen ve Üney, 2020).

Bir ilişkinin kalitesinden duyulan memnuniyet, sağlıklı ilişkilerin gelişimi için çok önemlidir (Metts ve Cupach, 1990; Stackert ve Bursik, 2003). Diğer yakın ilişki türleri gibi, romantik ilişkilerin de üç temel özelliği vardır: (a) karşılıklı bağlılık ve duygular; (b) psikolojik gereksinimlerin karşılanması; ve (c) sevginin karşılıklılığı. Ancak tüm romantik ilişkiler aynı temel özellikleri paylaşmayabilir (Hindle, 1979). Tatmin edici bir romantik ilişkiye sahip olmak, genel yaşam doyumu ve iyi oluş halinin güçlü yordayıcılarından (Wade ve Pevalin 2004; Diener, Eunkook, Lucas: 1999; Bryant ve Conger, 2002). Bununla birlikte, düşük düzeyde memnuniyet ve problemlili birliktelikler yaşayan çiftlerin kaygı bozuklukları (Whisman, Uebelacker ve Weinstock, 2004), depresif bozukluklar (Wang, Xie, Wang, Wang ve Lei, 2017), ve intihara meyil (Till, Tran ve Niederkrotenthaler, 2016) yaşama ihtimalinin kıyasla fazla olduğu görülmektedir.

Yaşamın ilerleyen yıllarında romantik ilişkilerin daha sıklıkla evlilik dışı olduğu görülmektedir. Evlilik dışı ilişkiler partnerden sıkılma ya da partneri eskisi kadar çekici bulmama gibi sebeplerle, başka birine yönelme isteğiyle başlayabilen romantik ilişkilerdir (Özdemir, Sağkal, 2021). Meslek profesyonelleri tarafından romantik ilişkiye fazlasıyla zararı dokunan ve çalışılması hayli güç olan konulardan birinin duygusal ilişkilerde eşi aldatma olduğu belirtilmektedir (Özgün, 2010; Whisman, Dixon ve Johnson, 1997).

Erken çocukluk yaşantısında var olan ilişkişel problemler veya yetersizlikler sonucu oluşan bilişsel şamaların, yaşamın ilerleyen dönemlerinde ilişki doyumunun azalmasına ve ilişkişel anlamda güçlük yaşanmasına sebep olabileceği belirtilmektedir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012). Erken çocukluk döneminde yaşanan deneyimlerin kişilerde şema oluşumuna katkı sağladığı bilinmektedir (Young vd.,

2003). Bu nedenle, oluşan uyum bozucu şemaların, yetişkinlik hayatında hangi ilişkisel güçlüklerle ve dolayısıyla ilişki doyumu ve aldatmaya yönelik niyetin değişimiyle etkileşimde olup olmadığını saptamak kıymetlidir.

Bu araştırmada, erken dönem uyum bozucu şemalar, ilişki doyumu ve aldatmaya yönelik niyet arasındaki ilişki incelenecektir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırma, erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişki doyumu ve aldatmaya yönelik niyet arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Yanı sıra edinilen demografik bilgiler bağlamında; erken dönem uyum bozucu şemalar, ilişki doyumu ve aldatmaya yönelik niyet düzeylerinde ilişki olup olmadığını incelenecektir. Araştırma sonuçlarının literatüre katkı sağlaması amacını taşımaktadır.

Araştırmanın Önemi

Araştırmanın önemine bakıldığında, erken dönem uyum bozucu şemalarla ilişki doyumu konusunu birlikte ele alan nadir sayıda çalışmaya rastlanmış olup, var olan çalışmalarda da içerik bakımından farklılıklar olduğu görülmüştür. Aldatmaya yönelik niyet değişkeni ise son 25 yılda araştırılmalarda daha sık karşımızda çıkmaya başlamıştır. Erken Dönem Uyum Bozucu şemalar İle İlişki Doyumu ve Aldatmaya Yönelik Niyet Arasındaki ilişki konularını ele alan benzer bir çalışmaya literatürde rastlanmadığı göz önüne alındığında, bu araştırmanın literatüre yeni bir katkı sunacağı beklenmektedir.

Ayrıca, ilişki doyumu ve aldatmaya yönelik niyetin, erken dönem uyum bozucu şemalarla ilişkili olup olmadığını ortaya koymak klinik bağlamda şema terapi ve çift terapisinde meslek profesyonellerine, danışanların hedeflerine uygun biçimde ilerleme adına fayda sağlayacağı düşünölmektedir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Uygulama esnasında ortaya çıkabilecek sınırlılıklar aşağıda sıralanmıştır:

1. Yapılan araştırma “Young şema Ölçeği Kısa Formu”, “Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği”, “İlişki Doyum İndeksi”nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
2. Elde edilen sonuçlar, kullanılan veri analiz metodolojileriyle sınırlıdır.

3. Araştırmada elde edilen bulgular, örneklem grubunun kişisel cevapları ile sınırlıdır.
4. Araştırmanın örneklemini 18-65 yaş arasındaki kadın ve erkek bireyler ile sınırlıdır.

Araştırmanın Sayıtları

1. Katılımcıların verdiği yanıtların içten ve doğru olduğu kabul edilmektedir.
2. Araştırmanın örneklemine dahil olan katılımcı sayısının evrene atfedilebileceği varsayılmaktadır.
3. Araştırmanın sonuçlarına ulaşmak niyetiyle kullanılan istatistiksel veri analiz yöntemlerinin güvenilir ve geçerli olduğu kabul edilmektedir.

Araştırma Hipotezleri

Araştırmanın problem cümlesi; Erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişki doyumu ve aldatmaya yönelik niyet arasında ilişki var mıdır?

H1: Erken dönem uyum bozucu şemalarla, ilişki doyumu arasında negatif yönlü bir ilişki vardır.

H0: Erken dönem uyum bozucu şemalarla, ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H2: Erken dönem uyum bozucu şemalarla, aldatmaya yönelik niyet arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H0: Erken dönem uyum bozucu şemalarla, aldatmaya yönelik niyet arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H3: İlişki doyumu ile aldatmaya yönelik niyet arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır.

H0: Aldatmaya yönelik niyetle ilişki doyumu arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H4: Erken dönem uyum bozucu şemaların aldatmaya yönelik niyet üzerinde yordayıcı etkisi vardır.

H0: Erken dönem uyum bozucu şemaların aldatmaya yönelik niyet üzerinde yordayıcı etkisi yoktur.

H5: Erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki doyumu üzerinde yordayıcı etkisi vardır.

H0: Erken dönem uyum bozucu şemaların ilişki doyumu üzerinde yordayıcı etkisi yoktur.

Araştırma Soruları

1. Kişinin sahip olduğu erken dönem uyum bozucu şemaların ilişkiden alınan doyum düzeyi üzerinde etkisi var mıdır?
2. Kişinin sahip olduğu erken dönem uyum bozucu şemaların ve ilişkiden alınan doyum düzeyinin aldatmaya yönelik niyet ile ilişkisi var mıdır?
3. Kişilerin partnerleriyle yaşadıkları ilişkilerden aldıkları doyumun düşmesi halinde bu kişilerin aldatmaya yönelik niyetlerinde farklılaşma olmakta mıdır?
4. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar sosyodemografik özelliklere (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, medeni hal, yaşamın büyük çoğunluğunun geçtiği yer, gelir seviyesi, çalışma durumu) göre farklılaşmakta mıdır?
5. İlişki Doyumu İndeksi sosyodemografik özelliklere (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, medeni hal, yaşamın büyük çoğunluğunun geçtiği yer, gelir seviyesi, çalışma durumu) göre farklılaşmakta mıdır?
6. Aldatmaya Yönelik Niyet, sosyodemografik özelliklere (cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, medeni hal, yaşamın büyük çoğunluğunun geçtiği yer, gelir seviyesi, çalışma durumu) göre farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın Yöntemi

Araştırmada erken dönem uyum bozucu şemalarla aldatmaya yönelik niyet ve ilişki doyumu arasında ilişkiyi ölçmek amaçlanmıştır. Bu noktadan hareketle araştırma katılımcılarına Bilgilendirilmiş Onam ve Demografik Bilgi Formu, Young Şema Ölçeği Kısa Form-3, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve İlişki Doyumu İndeksi uygulanmıştır. Araştırmanın sınırlılıklarına ve varsayımlarına uygun olarak internet üzerinden seçkisiz atama yöntemiyle ulaşılan 400 katılımcı araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırmanın hipotezleri doğrultusunda verilen istatistiksel analizler yapılmıştır.

BÖLÜM 1: KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde erken dönem uyum bozucu şemalar, ilişki doyumu ve aldatmaya yönelik niyet ile ilişkili kavramsal bilgiler sunulmuştur. Ayrıca, bu değişkenlerle ilişkili araştırmalara yer verilmiştir.

1.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Şema Terapi Modeli

1.1.1. Şema

Psikoloji biliminde kavram olarak şema, bireyin yaşadığı deneyim üstüne kurulan örüntülerdir ve uyaranları anlamlandırma, algıya yol gösterme, tepkileri düzenlemede bireye yardımcı olur. (Rafaeli vd., 2012). Şemalar, bebeklikten itibaren yaşam boyu gelişim gösteren değişime dirençli düşünce kalıplarıdır. Bireyin kendine ve çevresine anlam vermesine yardımcı olurlar (Young, 2003). Yaşam boyu gelişerek bireyin düşünce, duygu ve davranışlarını dolayısıyla kendisiyle ve çevresiyle ilişkisini belirler. Bu sebeple romantik ilişki tercihlerini de, ilişkideki tutumlarını ve davranışlarını da etkilerler (Young, Rafaeli, Bernstein, 2011).

Young, şema kavramını gelişimimizin erken dönemlerinde başlamış olan ve yaşam boyu tekrarlayan, kişilik bütünlüğünü etkileyen, bilişsel ve duygusal örüntüler olarak tanımlamıştır (Young vd., 2003). Şemalar, çocukluk ve ergenlik dönemi süresince gelişim göstermektedir ve çocuğun içinde bulunduğu ortama uyum gösterebilmesi bakımından oldukça işlevseldir (Soygüt vd., 2009). Çocuk, şemaları sayesinde içinde olduğu koşullar hakkında bilgi edinebilir ve zor durumlarla başa çıkabilir (Eldoğan, Barışkın, 2014). Yetişkinlik yaşamında ise tüm bireylerde bulunan değişime dirençli ve katı olan bu şemalar, uyum bozucu hale gelebilmekte işlevselliğini kaybedip uyum bozucu düşünce ve davranış örüntülerine dönüşebilmekte (Karaosmanoğlu, 2016) ve türlü Eksen I ve Eksen II bozukluklarına temel oluşturabilmektedirler (Soygüt vd., 2009). Şemanın şiddet düzeyi; kolayca etkinleşip etkinleşmediğine, verdiği sıkıntının etkisinin ne kadar sürdüğüne ve duygulanımın yoğunluk seviyesine göre belirlenir (Young vd., 2003). Şemanın şiddet düzeyi arttıkça etkinleşmesi kolaylaşır ve sonuçları da bir o kadar ciddi olabilmektedir (Young, Rafaeli, Bernstein, 2011).

1.1.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Kökenleri

Şema terapi, temel evrensel duygusal ihtiyaçlar üzerine vurgu yapar, herkesin erken yaşam döneminde karşılanması gereken belirli 5 temel evrensel duygusal ihtiyaç vardır. Temel görüş, şemaların çocuklukta karşılanmayan bu temel ihtiyaçlardan kaynaklandığı yönündedir (Young, Kolosko, Weishaar, 2003). Bu ihtiyaçlar, diğerlerine güvenli bağlanma (güvenlik, istikrar, bakım ve kabul edilme); özerklik, yeterlik, kimlik algısı; ihtiyaçlarını ve duygularını ifade etme özgürlüğü; kendiliğindenlik ve oyun; makul sınırlar ve özdenetim olarak tanımlanmıştır (Young, Kolosko, Weishaar, 2003). Bu ihtiyaçlara bağlı olarak Young ve diğerleri (2003) tarafından, şemaların oluşumunu hızlandıran bazı yaşam deneyimleri olduğu belirlenmiştir. Bu ihtiyaçlar, olması gerekenden daha fazla veya daha az, kimi zaman tam tersi şekilde veya model alarak (seçici özdeşim) ile karşılanamaz. İhtiyaçların karşılanmaması halinde erken dönem uyum bozucu şemalar bebeklikten itibaren, özellikle çekirdek ailedeki dinamiklerle oluşmaya başlar (Young vd., 2003).

Herkesin temel duygusal ihtiyaçları, dolayısıyla şemaları vardır, fakat bu şemalar işlevsel olmayan bir hale geldikçe belirginleşir ve değişime direnç gösterip katı bir halde yetişkinlik yaşamında uyum bozucu hale gelirler. Özellikle zedeleyici çocukluk yaşantıları sonucu kazanılan şemalar kendilik ve diğerleri algısında uyum bozucu hale gelebilirler. Şema terapinin odağında olan, Eksen I bozuklukları, ilişkisel güçlükler ve kişilik bozukluklarıyla ilgili olan, işte bu şemalardır (Young vd., 2003). Psikosomatik bozukluklar, depresyon, madde kötüye kullanımı, kaygı gibi süregelen Eksen I semptomlarının temelinde çoğunlukla erken dönem uyum bozucu şemalarla bireylerin bunlarla baş etmek için edindiği işlev bozucu davranışlar yer almaktadır. Öte yandan benzer şekilde mükemmeliyetçilik, ilgi arayıcılık, kaçınma gibi süregelen Eksen II semptomlarının da temelinde yer alır. (Rafaeli vd., 2012).

1.1.3. Şema Alanları

Erken dönem uyum bozucu şemaları sınıflandırmak için ilişkili oldukları karşılanmamış temel evrensel duygusal ihtiyaçlardan faydalanılıp, beş alana ayrılmıştır (Young vd., 2003).

1.1.3.1. Alan 1: Ayrılma ve Reddedilme Alanı

Bireyin temel evrensel ihtiyaçlarından olan güvende ve korunaklı hissetme, bakım alma, anlaşılma ve duygu paylaşımı, istikrar, kabul edilme ve saygı görme ihtiyaçlarının karşılanmaması durumuyla bağlantılı şemaları kapsar. Bu alanda var olan şemalar; terk edilme/istikrarsızlık, güvensizlik/kötüye kullanılma, duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanç ve sosyal izolasyon/yabancılaşmadır (Young vd., 2012). Bu alana ait şemalara sahip olan bireyler önemli ötekilerle güvenli ve doyurucu bağlanma kuramazlar. (Young vd., 2003). Young, bu şemalara sahip kişilerin ailelerini dengeden yoksun (Terk Edilme/İstikrarsızlık), istismarcı tutumlara sahip (Güvensizlik/Kötüye Kullanılma), duygusal olarak mesafeli (Duygusal Yoksunluk), reddedici tutumlara sahip (Kusurluluk/Utanç), ya da içe kapanmış, diğerlerinden uzak (Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma) olarak tanımlamıştır (Young vd., 2003).

1)Terk Edilme/İstikrarsızlık Şeması

Önemli ötekilerden beklenen destek ve yakınlığın istikrarlı olarak algılanmamasına dayanır (Young vd., 2003). Bu şema sahibi bireylerin erken dönem aile yaşantısında bakım verenlerin uzaklaşması durumuna (terk veya vefat) sık rastlanır (Young vd., 2012). Önemli ötekilerin duygusal olarak stabil olmayan tutarsız davranışları, güvenilmez oldukları ve her an daha iyi birini tercih edip terk edecekleri (Young vd., 2003) veya gidebilecekleri hissini içerir (Behary, 2008).

2)Güvensizlik/Kötüye Kullanılma

Bu şemaya sahip olan kişilerin beklentileri, diğerlerinin onlara zarar vereceği, istismar edeceği, aldatacağı, küçük düşüreceği veya kötüye kullanacağıdır (Young vd., 2003). Zararın kasıtlı, haksız veya ihmal sebebiyle olduğu algısı mevcuttur (Young vd., 2012). Genellikle verilen zararın istenerek olduğu veya aşırı ihmal sonucu olduğu algısı vardır. Kişi her zaman aldatılan olacağına inanır (Young vd., 2003).

3)Duygusal Yoksunluk

Diğerleri tarafından duygusal ihtiyaçların karşılanmayacağı algısını içerir. Üç başlığı vardır; ilki olan bakımdan yoksunluk; ilgi, sıcaklık, sevgi, arkadaşlık yoksunluğu ile karakterizedir. Empatiden yoksunluk ise başkasıyla duygu paylaşımı, anlaşılma,

dinlenme yoksunluğu ile kendini göstermektedir. Son başlık olan korumadan yoksunluk; yönlendirilme ve rehberlik yoksunluğu ile belirlidir (Young vd., 2003).

4)Kusurluluk/Utanç

Bireyin kendini ortaya koyduğu zaman sevilmez olduğu, diğerlerinden aşağıda, eksik, kusurlu, hatalı olduğu inancını içerir. Birey reddedildiği, eleştirildiği, suçlandığı zamanlarda aşırı hassas olabilir, kendini kıyaslar ve utanç duyguları içinde bulabilir (Young vd., 2012). Kendine yönelik algıladığı kusurlar kişisel (öfke patlaması, cinsel arzu, bencillik) veya genel (beğenilmeyen fiziksel görünüş, sosyal beceri eksikliği) olabilir (Young vd., 2003).

5)Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma

Bu şema sahibi kişilerde herhangi bir topluluğa ait hissedememe, diğerlerinden farklı ve yalıtılmış hissetme hali görülür (Young vd., 2003). Bu alandaki diğer dört şemadan farklı olarak bu şema temelini çoğunlukla ev dışı sosyal dışlanmadan alır veya bu sosyal dışlanma kaynağı ebeveyndir ardından dış dünyaya genellenmektedir (Young vd., 2012).

1.1.3.2. Alan 2: Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma

Rekabet ve özerklik benzeri gereksinimlerin karşılanmaması sonucu oluşan şemaları içerir. Bu ihtiyaçların karşılanmaması bireyin bakım verenlerden ayrışamaması, dolayısıyla kendini başarılı algılayacak biçimde ortaya koyamamasını içerir (Young vd., 2012). Young (vd., 2003), ailenin tipik kökeni için iç içe, çocuk için güven kırıcı, fazla koruyucu veya ailesi haricinde becerilerini sergilemesi için çocuğu desteklemede yetersiz tanımlamasını yapmıştır. Bu alanla ilişkili şemalar; bağımlılık/yetersizlik, zarar görme veya hastalanmaya karşı dayanıksızlık, iç içe geçme/gelişmemiş benlik ve başarısızlıktır (Young vd., 2012).

6)Bağımlılık/Yetersizlik

Bireyin yardım almaksızın günlük sıkıntıların üstesinden gelemeyeceği, günlük sorumluluklarını yerine getiremeyeceği (Young vd., 2003) inancı vardır. Doğru kararları alamayacağı, görevleri başaramayacağı düşünceleri kişiye kendini aciz

hissettir (Young vd., 2012). Çoğunlukla çaresizlik duygusuyla belirlidir (Young vd., 2003).

7) Zarar Görme veya Hastalanmaya Karşı Dayanıksızlık

Kişinin kendini sürekli olarak önlenemez bir felaketin içinde bulabileceğine yönelik abartılı korkusu ile karakterizedir (Young vd., 2003). Bu felaketler tıbbi, duygusal veya çevresel olabilir, genellikle kaynağını dışarıdan alır (Young vd., 2012).

8) İç İç Geçme/Gelişmemiş Benlik

Önemli ötekilerle, genelde aileler ile (Young vd., 2003), aşırı duygusal bağıllık ve yakınlaşmayı içerir. Özerklik sağlamadan veya sosyal gelişim göstermeden kurulan bu bağıllık, yakınlık kurulan kişinin desteği olmadan yaşamını idame ettiremeyeceği veya mutlu olmayacağı inancı hakimdir. Kişi, bireyselleşemediğini düşünebilir, boğulmuş hissedebilir. Boşluk ve amacını bilmeden çabalama duygusu hissedilir (Young vd., 2012).

9) Başarısızlık

Bireyin her koşulda başarısız, diğerlerinden beceriksiz, yetersiz olacağına yönelik inançlarını içerir (Young vd., 2012). Çoğunlukla kişinin aptal, diğerlerinden kabiliyetsiz ve daha kısıtlı başarı sağlayacağına yönelik var olan inancı tanımlar (Young vd., 2003).

1.1.3.3. Alan 3: Zedelenmiş Sınırlar

Kişisel sınırlar, diğerlerine yönelik sorumluluk, uzak vadeli hedef odaklılıkta güçlüklerle ilişkili şemaları barındırır. Diğerlerinin haklarına saygı göstermede ve birlikte hareket etmede güçlük, sözünü tutma veya gerçekçi şahsi hedefler oluşturma ve bunlara erişmede zorluklara sebep olur (Young vd., 2012). Young (vd., 2003), ailenin karakteristik özelliği olarak; aşırı hoşgörü ve serbestlik, yönlendirme eksikliği veya gerekli sınırların çizilmemesi, otorite yerine baskı duygusu ve sorumluluk almada kısıtlılık, karşılıklı işbirliği ve hedeflere ulaşmada zorluk dinamikleriyle tanımlamıştır. Erken dönem aile ortamı bu konularda davranışlarıyla model olmamıştır. Bu alanının içindeki şemalar; haklılık/büyükleme ve yetersiz özdenetim/özdisiplindir (Young vd., 2012).

10)Haklılık/Büyüklenmecilik

Birey kendini diğer insanlardan üstün, özel hakları olan ve ayrıcalıklı olarak görür. Diğerlerinin istekleri veya olayların sonuçlarından bağımsız, kişinin kendi istediği şekilde davranmasını içerir. Diğerlerinden güçlü olduğuna olan inanç, diğer kişilerle rekabeti veya onlarla empati yapmamayı, bastırmayı içerir (Young vd., 2012). Gerçekçi duruma veya başkalarını nasıl etkileyeceğine bakmaksızın istediğini yapabileceğine veya elde edebileceğine yönelik ısrarını kontrol veya güç elde etmek için üstünlüğüne odaklanır (Young vd., 2003).

11)Yetersiz Özdenetim/Özdisiplin

Bireyin kişisel amaçlarını gerçekleştirmek için yeterli disiplini sağlayamaması, karşısına çıkan engellemeleri tolere edememesidir. Kişi gerginlik, huzursuzluk, çatışma gibi rahatsızlıklardan kaçınır, aşırı çaba gerektiren sorumlulukları almak istemez (Young vd., 2012). Kişinin vurgusu rahatsızlıktan kaçınmak üzerinedir (Young vd., 2003).

1.1.3.4. Alan 4: Diğer Yönelimlilik

Bireyin kendi yönelimli olma ihtiyacının karşılanmamasıyla ilişkilidir. Bu durum, bireyin kendi istek ve ihtiyaçlarına karşın diğerlerinin beklenti ve isteklerine fazla odaklanmasına yol açar. Bireyin kendi beklenti ve duygularının farkında olmaması veya bunları bastırmasıyla kendini ifade ve özerklik alanında güçlük yaşamasına sebep olur (Young vd., 2012). Bireyin odağı kendi ihtiyaçları pahasına, onay arama, kabul görme, aitik hissi ve sevgi kazanma üzerinedir (Young vd., 2003). Erken dönem aile yaşantısı koşullu şekilde sevgi, onay, kabul, saygı içeren bir atmosferdir, Young (vd., 2003) “tipik aile kökeni koşullu kabul üzerine temellenir” şeklinde tanımlar. Çoğunlukla bakım verenlerin ihtiyaç ve istekleri çocuğunkilerden üstün tutulmuştur. Bu alandaki şemalar; boyun eğicilik, fedakarlık, onay/kabul arayıcılıktır (Young vd., 2012).

12)Boyun Eğicilik

Önemli ötekilerin terk etmesinden, öfke göstermesinden kaygılandığı için kişinin kontrolü diğerlerine bırakmaya mecbur hissetmesi ile karakterizedir (Young vd.,

2003). Kişi kendi duygu, istek, tercih ve fikirlerinin diğerleri için önemli olmadığı algısına sahiptir. Sıkışmışlık hissiyatının yanı sıra kişinin dışarıya aşırı uyumlu olma çabası, öfke nöbetleri gibi işlevsel olmayan davranışlara yol açabilir. İki temel haliyle; a) ihtiyaçlara karşı boyun eğme (kişisel seçim, istek ve kararların bastırılması), b) duygulara boyun eğme (duyguların ifadesinin, özellikle öfke duygusunun, bastırılması) açıklanmaktadır (Young vd., 2012).

13) Fedakarlık

Diğerlerinin ihtiyaçlarının ön planda olması ve kendi ihtiyaçlarının göz ardı edilmesi ile kendini gösterir (Young vd., 2012), gönüllü olarak başkalarının ihtiyaçlarını giderme çabası içerir (Young vd., 2003). Kişi, diğerlerinin acı hissetmesine yönelik aşırı duyarlıdır. Bencil davranıp suçlu hissetmemek adına yardıma ihtiyacı olduğu algılanan kişilerle iletişimini sürdürür. Kendi bakım verenlerinin duyarlı davranmamasına kırgınlık duygusunu hissedebilmektedir (Young vd., 2012).

14) Onay Arayıcılık/Kabul Arayıcılık

Bu şema sahibi kişilerde dikkat, başkalarından onay, kabul ve ilgi görme, uyumlu davranma üstünedir. Kişinin benlik kavramı, diğerlerinin tepkilerine göre değişir. Diğerlerinin onay ve ilgisini toplayabilmek için, güç veya kontrol amacıyla değil (Young vd., 2003), toplumsal kabul gören (para, başarı, statü) başarılarla şiddetli önem vardır. Reddedilmeye aşırı hassasiyet, karar alırken diğerlerinin beklentilerini karşılamaya dikkat içerir (Young vd., 2012).

1.1.3.5. Alan 5: Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık

Oyun ile kendiliğindenlik ihtiyaçlarının karşılanmaması ile ilişkilidir. Bireyin spontan duygu, tercih ve dürtülerini bastırmasıyla sonuçlanabilir. İçselleştirilmiş katı kurallar vardır ve genellikle ahlaklı olma, tetikte olma ve performans üzerine yoğunlaşmıştır. Bu dikkat bireyin gevşeme, kendini ifade etme, yakın ilişkiler kurma gibi olumlu olaylara odaklanmama ve katı kurallara bağlı kalmaya yöneliktir (Young vd., 2012). Young (vd., 2003), “ailenin tipik kökeni katı, talepkar bazen de cezalandırıcı” olarak tanımlamıştır. Çocuktan beklenenler duygularına yoğunlaşmama, mükemmellik için çaba ve hatadan uzak durmadır. Sorumluluklar, görevler ve katı kurallar oyun, gevşeme gibi durumlardan önde gelir. Bu alanda; karamsarlık/kötümserlik, duyguların

bastırılması, yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik, cezalandırıcılık şemaları bulunur (Young vd., 2012). Çoğunlukla kötümserlik eğilimi hakimdir ve kişi eğer dikkatli ve tetikte olmazsa her şeyin bozulabileceğine yönelik inanç eşlik eder (Young vd., 2003).

15)Karamsarlık/Kötümserlik

Hayatın olumsuz taraflarına odaklanıp, olumlu yönleri görmezden gelmektir. İyi giden şeyler dahi olsa elbet kötüleşeceğine, kaçınılmaz şekilde felaketle sonuçlanacağına dair beklentiyi içerir. Telafi edilemez hata yapmaya yönelik abartılı korkuyu içerir (Young vd., 2003). Olumsuz ihtimallere odaklanıldığından, kişilerde kronik endişe, tetikte olma hali, karar alamama görülür (Young vd., 2012).

16)Duyguların Bastırılması

Bireyin içinden gelen eylem, his ve fikirlerini, reddedilmekten (Young vd., 2003), başkalarının eleştirmesinden, ayıplamasından veya dürtülerini kontrol edememekten oluşan korkuyla bastırmasını içerir. Öfkeyi gösterme, olumlu dürtüleri paylaşma (cinsel heyecan, oyun, eğlence), duygusal ihtiyaçlarını aktarma, kendini açma konularında zorluk yaşaması ve mantıksallığa aşırı önem vermesini içerir (Young vd., 2012).

17)Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik

Bireyin kendine belirleyip içselleştirdiği standartları korumak için yoğun bir çabası vardır. Kaçınmak istediği şey diğerlerinin eleştirisidir. Kişi kendisini ve ötekileri aşırı eleştirir. Keyif alma, gevşeme, başarılı olduğuna dair inanç, doyumlu ilişkiler, kendine güven alanlarında işlevsel olmayan bozulmalara yol açar (Young vd., 2012). En sık a) mükemmeliyetçilik (aşırı ayrıntıcı, performans kıyaslama) b) esnek olmayan kurallar (-meli,-malı ifadeleri, yaşamın çeşitli alanlarında olması gereken zorunluluklar (Young vd., 2003), esnek olmayan, gerçekçi olmayan yüksek inançlar) c) daha hızlı ve verimli olmaya yönelik aşırı çaba ihtiyacı ile kendini ortaya koyar (Young vd., 2012).

18)Cezalandırıcılık

Kişi, kendisi de dahil olmak üzere, yapılan hatalarda şiddetli cezalandırılmayı hak görür (Young vd., 2003). Kural ve standartlarını karşılamayan insanlara karşı

hoşgörüsü olmayan, tolere edemeyen, öfkeli, sabırsız ve cezalandırıcıdır. Empati yapmaya yönelik isteksizlikten ötürü, hafifletici sebepleri yok sayma, hatanın yapılabilir doğasını görmezden gelme sebebiyle kendisine ve diğerlerine karşı affedici olmakta zorlanır (Young vd., 2012) .

1.1.4. Şema Terapi Modeli

Şema terapi (ŞT) ismini kökeni yunanca olan şema kelimesinden almıştır. Young, Klosko ve Weishaar (2003) tarafından oluşturulan şema terapi modeli, farklı yaklaşımlardan beslenerek, bütüncül ve özgün bir tedavi yaklaşımı olarak ortaya konulmuştur. (Rafaeli vd., 2012).

Young ve arkadaşları (2003) şema terapi modelini oluştururken Bowlby'nin bağlanma kuramı (1979), psikanalitik kuram, duygu odaklı terapi ve bilişsel terapi dahil farklı yaklaşımlardan yararlanmıştır. Bilişsel davranışçı terapiden beslenmiş olup farkı, süregelen semptomları devam ettiren faktörlerin yanında bu semptomların etimolojisiyle ilgilenmesidir. (Rafaeli vd., 2012). Şema terapi, Gestalt terapi ve transaksyonel analizden teknikler uyarlamış ve bunları bütünleştirmiştir (Edward ve Arntz, 2012). Tüm bu tekniklerle ortaya çıkan sıkıntıların kökeninde yer alan kognitif yapıyla doğrudan meşgul olur (Karaosmanoğlu, 2016). Yanı sıra, danışanın temel duygusal ihtiyaçlarını anlaması ve bu ihtiyaçlarını işlevsel biçimde kendisinin karşılaması terapi hedefidir ve bu çerçevede danışana bilişsel, yaşantısal, davranışsal ve duygusal örüntülerini değiştirmesi için yardımcı olur. (Rafaeli vd., 2012)

Şema terapiye göre, uyum bozucu şemalar, kendimizle, diğer kişilerle ve dünyayla ilişkili inançların yer aldığı psikolojik yapılardır. Bu yapılar karşılanmamış önemli çocukluk çağı gereksinimleriyle, kalıtsal olarak var olan mizaç ve çocukluk döneminde maruz kalınan çevrenin etkileşimi sonucu meydana gelir (Farrell, Reiss, Shaw; 2015). Behary (2008) alan yazınına benzer şekilde şemaların küçük yaşta çevrede karşılaşılan güçlükler ve mizaç arasındaki etkileşim sonucu oluştuğunu belirtmiştir. Şemalar sürdürüldüklerinden ötürü, yetişkinlik yaşantısında da bireylerin ihtiyaçlarının farkında olmasını ve karşılamasını engeller (Arntz ve Jacob, 2013). Şema terapinin amacı, kişilerin sahip oldukları şemalarını değiştirerek, uyum bozucu yaşam örüntülerini başkalaştırma ve kişinin temel ihtiyaçlarını yaşamlarıyla uyumlu biçimde gidermelerine destek olma şeklinde belirlenmiştir (Farrell vd., 2015). Young

ve diğerkleri (2003) psikolojik açıdan sağlıklı değerklendirilen kişiyi, temel duygusal gereksinimlerini uyumlu şekilde karşılayabilen olarak tanımlamıştır.

Şemalar, erken dönem yaşamda kazanılır ve güncel yaşam olaylarına uyumlu olmasa dahi taşınır (Behary, 2008). Bireyin kendisi ve diğerkleriyle ilişkisini anlamasında kullandığı en bildik yolu, bu şemalardır. Bu yol, hatalı ve doğru olmasına, işlevsel veya işlevsel olmamasına bakılmaksızın, bireye tutarlı bilgi sağladığı için sürdürölmeye devam eder. Güncel yaşam olayı şemaya uyumlu olmasa dahi, uyumlu olabilmesi için birey tarafından bilişsel çarpıtmalar yapılabilir (Young vd., 2003). Young (vd., 2012) şemaların esnek olmaması sebebiyle, yaşamın erken dönemlerinde temelleri atılmış olmasına karşın yaşam boyu kendilerini koruduklarını ve gelişimlerini sürdürdüklerini belirtir. Kişiler kendilerini çocukluk yaşantılarında bulundukları çekirdek aile dinamiklerine benzer ilişkiler içerisinde bulabilir çünkü tanıdıktr, dolayısıyla konforludur (Young vd., 2003).

1.2. Romantik İlişki

Bireyler, doğduğu andan itibaren ilişkilerle gelişim gösterirler. Zamanla deneyimledikleri ilişki türleri farklılaşmaktadır. Deneyimlenen ilişki türlerinden biri de romantik ilişkilerdir.

Romantik ilişki tanımı, günümüze kadar birçok araştırmacı tarafından kavramsallaştırılmıştır. (Sternberg, 1986; Collins, 2003; Buehler ve Wells, 1981; vd.) Collins (2003) romantik ilişkiyi karşılıklı gönüllölük ve kabule dayanan bir ilişki biçimi olarak tanımlamakta ve beş ayrı ayırt edici faktörü vurgulamaktadır. İlki olan “katılım”, genç yaştakiler için flörtün başlama yaşını, sıklığı, var olup olmadığına ve ilişkinin süresini işaret eder. İkincisi olan “eş seçimi”, gençlerin romantik ilişkiyi kimlerle yaşamak istediklerini açıklar. Bir diğeri olan “ilişki içeriğı”, partnerlerin paylaştığı etkinlikleri, beraber geçirilen zamanları veya kaçınılan durumları ifade eder. Diğerk bir faktör olan “ilişki kalitesi”, ilişkinin olumlu deneyimler sağlama derecesini ifade eder. Son faktör olan “bilişsel ve duygusal süreçler”, romantik ilişkiye özgü duygusal tepkileri, beklentileri, algıları, ilişkiye ve partnere atıfları ve şemaları değerklendirmeye alır.

Romantik ilişkilerin gelişim basamakları Connolly and Goldberg (1999) tarafından dört aşamada açıklanmıştır. Bunlardan ilki olan “ilişkiyi başlatma” aşamasında heves, tutku ve fiziksel çekicilik yer almaktadır. “Yakın ilişki” aşamasında bireyler arkadaş grupları ve partner ile ortak etkinliklerde ilişkinin gelişimine katkıda bulunur. “Samimi romantik ilişkiler” aşamasında partnerlerin hissettiği duygusal yakınlık ve tutku ilişkiye dahil olur, baş başa kalma istekleri artar ve bu bir çift olarak ikili ilişkiye geçişi ifade eder. Son aşama olan “bağlılık aşaması”, tutku ve yakınlığın bağlılıkla birleşmesini kapsar. Bağlılık, ilişkinin kalıcı şekilde sürdürülmesine yönelik farkındalıkla verilen bir kararın olduğu, uzun vadeli ilişkiye yol açar. Uzun vadeli romantik ilişki, evliliğe veya sosyal olarak kabul edilen diğer birlikteliklere olanak tanır.

Yakın ilişki, sevgi duyulan kişiyle karşılıklı iletişim ve anlayış ile kurulan duygusal bağlılık ile ifade edilir. Aile ve akrabalık, arkadaşlık ve romantik ilişkiler yakın ilişki türlerindendir (Sternberg, 1986). Yakın ilişki türlerinden biri olan romantik ilişkilerin temel özellikleri; aşk ve sevgi duyguları, bağlanma, psikolojik gereksinimlerin karşılanması ve bağlılık’tır (Hindle, 1979). Kişinin güven duygusu, sakinleşme ve rahatlama, dayanışma ihtiyaçlarını karşılayabildiği ilişki, sağlıklı bir ilişkidir (Hazan ve Zeifman, 1999). Partnerler gereksinim duyduklarında bunların karşılanmaması halinde kaygı yaşayabilmektedirler (Mikulincer ve Goodman, 2006). Sağlıklı bir romantik ilişkide karşılıklı bağlanma, bakım verme ve cinsellik konularının asgari düzeyde bulunması gerekmektedir. Bulunmadığı durumlarda ilişki içerisinde partnerler problem yaşayabilmektedirler (Yıldırım, 2018).

1.2.1. İlişki Doyumu

Literatür araştırması yapıldığında ilişki doyumu kavramının pek çok farklı biçimde açıklandığı görülmektedir. Hawkins (1968), ilişki doyumunu kişinin ilişkiye yönelik memnuniyet, tatmin hissiyatı ve mutluluk duygusunun öznel değerlendirmesi olarak tanımlamaktadır. Rusbult (1983) partnere hissedilen duyguların olumlu olması ve ilişkinin kişilerarası değerlendirilmesi olarak tanımlamaktadır. Hendrick ise ilişki doyumu kavramını kişinin ilişkiye yönelik düşünce, duygu ve davranışları ile kendini açma, ilişki yatırımı ve bağlılık ile ilişkilendirmektedir (Hendrick vd., 1988). Campbell (1976) ilişki doyumu kavramını bireyin mutluluk ve genel iyilik halinin kilit

noktası olarak açıklamıştır. Thibaut ve Kelley (1959) ise ilişki doyumu kavramını Etkileşim Kuramı ile açıklamışlardır. Bu kuram temelde, partnerlerin ilişkilerine yönelik karşılaştırma seviyeleriyle ilgilenmektedir. Karşılaştırma düzeyi ilişkiden sağlanan doyumun ne derecede olduğuna karar vermekte kullanılan kavramdır. (Thibaut ve Kelley, 1959). İlişki doyumu kavramı ilişkide olan kişinin öznel değerlendirmesine dayanması sebebiyle aynı ilişkide bulunan partnerler var olan ilişkide farklı doyum düzeyine sahip olabilmektedir (Keizer, 2014).

Genel yaşam doyumu ile iyi oluş halinin güçlü yordayıcılarından biri doyum verici bir romantik ilişki yaşamaktır (Lucas ve Smith, 1999; Wade ve Pevalin, 2004; Bryant ve Conger, 2002). İstikrarlı ve doyum düzeyi yüksek olan ilişkiler zihinsel ve fiziksel sağlık ile ve uzun ömür ile ilişkilendirilmiştir (Hughes ve Waite, 2009; South ve Krueger, 2013; Dupre, Beck ve Meadows, 2009). Yapılan araştırmalar cinsel doyum ile ilişki doyumu arasındaki ilişkinin güçlü olduğunu göstermektedir (Woody ve Purdon, 2016, Byers, 2005; Rehman,).

Romantik ilişkilerde adanmışlığa odaklanan çağdaş görüşlere göre, partnerler ilişkiye yönelik bağlılıklarına dayanarak ilişkiyi sürdürüp sürdürmemeyi seçerler, bağlılık ise ilişkiden alınan doyuma göre yordanmaktadır (Baker, McNulty ve VanderDrift, 2017). Araştırmalara göre, bireylerin partnerine verdiği empatik tepkiler ile yapıcı problem çözme becerisine sahip olma hali yaşanan ilişkiden alınan doyum düzeyini arttırdığı ifade edilmiştir (Davis ve Oathout, 1987; Metts ve Cupach, 1990). Bireylerdeki depresif belirtilerin varlığı ise alınan ilişki doyumunu azaltmaktadır (Cramer, 2004).

Romantik ilişkilerdeki doyumsuzluk kavramıysa Yatırım Modeli ile açıklanmaktadır. Kişilerin doyumsuzluk yaşadıklarında terk etme, ihmal etme, sadakat ve dile getirme kategorilerinde tepki verdikleri ortaya konulmaktadır (Zembrodt ve Gunn, Rusbult 1982). Yaşanan ilişkide alınan doyum düzeyi düşük olan ve ilişkilerinde sorun yaşayan çiftlerin ise depresif bozukluklar (Wang, Xie, Wang ve Lei, 2017), kaygı bozuklukları (Uebelacker ve Weinstock, 2004) ve intihara meyil (Till, Tran ve Niederkrotenthaler, 2016) riskinin yüksek olduğu belirtilmektedir. İfade edilen tüm bu bulgular sebebiyle ilişki doyumu kavramı, ilişki araştırmaları için aslolan bir değişken ve romantik ilişkilerin işleyişine dair anlayışın temelini oluşturmakta kilit bir kavramdır.

İlişki doyumunu etkileyen önemli değişkenlerden biri, kişinin katı ve değişime dirençli olan inançlarıdır (Metts ve Cupach, 1990; Stackert ve Bursik, 2003). Bu inançlar kişinin ilişkiden aldığı doyum düzeyini etkilediği gibi kişilerin ilişkilerinde yaşadıkları problemlerin fazla olma olasılığını da arttırır (Christian, OLeary ve Vivian, 1994).

Yiğit ve Çelik (2016) evli ya da romantik ilişkiye sahip, 17-54 yaş aralığındaki 434 bireyde erken dönem uyum bozucu şemalar, kendilik algısı ve kişilerarası ilişki tarzları ile ilişki doyumunun ilişkisini değerlendirmişlerdir. Araştırmanın bulgularına göre; şema alanlarından olan kopukluk alanı; romantik ilişkisi olan kişilerde ilişki doyumu olgusunu negatif olarak etkilediği, evli kişilerde ise ilişki süresiyle birlikte ilişki doyumuyla olumsuz şekilde ilişkilendiği gözlemlenmiştir. Her iki grup için de kopukluk şema alanının ilişkiden alınan doyumun azalmasıyla bağlantılı olduğu ve romantik ilişkilerde temel bir rolü olduğu sonucuna varılmıştır.

Yousefi vd., (2010), erken dönem uyum bozucu şemaları, evlilik ilişkisi için boşanmanın yordayıcısı çerçevesinde yaptıkları araştırmada toplam 620 kişiyi (150 boşanma sürecindeki çift ve 155 boşanma sürecinde olmayan çift) erken dönem uyum bozucu şema ölçeği ile değerlendirmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre boşanmanın erken dönem şemalar çerçevesinde öngörülebileceği belirtilmiştir. Özellikle yüksek standartlar, kötüye kullanılma ve duyguları bastırma şema alanlarının boşanma üzerinde etkin rolü olduğu ifade edilmiştir.

1.2.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve İlişki Doyumu

Yapılan araştırmalar erken dönem uyum bozucu şemaların ilişkilerdeki rolünü ve şema terapi uygulamalarının ilişki problemlerinde etkinliğini araştırmakta ve anlamlı sonuçlarla karşılaşılmaktadır (Hayes ve Parsonnet, 2016). Bu erken dönem uyum bozucu şemaların yoğunlukla ilişkisel süreçlerde görünür hale geldiği, (Dattilio, 2009) ayrıca romantik ilişkilerde partner seçimi, birlikteliğin dinamikleri ve ilişkiden alınan doyum üzerinde etkili olan faktörlerden birinin erken dönem uyum bozucu şemalar olduğu belirtilmektedir (Stevens ve Roediger, 2016). Eşlerin birbirlerine karşı tutumlarının ve ilişkileri/evlilikleri ile ilgili düşüncelerinin şemaları çerçevesinde şekillendiği düşünülmektedir. Uyum bozucu şemalar, romantik ilişkilerdeki yararlılığı olmayan stratejilerin ve yaşanan sorunların önemli bir kaynağı olarak belirtilmektedir

(Hayes ve Personnet, 2016). Leahy (1997) tarafından bu bilişsel yapıların partnerlerin ilişkiden aldıkları doyumu etkilediği ifade edilmektedir.

Bilişsel davranışçı ekolün perspektifine göre, sağlıklı bir ilişkinin sürdürülmesinde önemli olan faktörlerden biri bilişsel esnekliktir. Ancak, erken dönem uyum bozucu şemaların katı ve ısrarcı yapısı, bu esnekliği engelleyebilir (Dattilio, 2009). Bu bağlamda, bireyin erken dönem uyum bozucu şemalarının varlığının ve romantik ilişkisinde yaşanan olayları bu şemalara göre değerlendirmesinin, bireyin olayları çarpıtmasına veya olduğundan farklı algılamasına sebep olabileceği dolayısıyla problem yaşayabileceği belirtilmektedir (Dattilio, 2009; Stevens ve Roediger, 2016).

Şemalar, önceki ilişki tecrübelerinin bıraktığı içsel izdir (Eken, 2014). Kişinin şeması aktifleşince bu şema doğrultusunda davranmaya başlar ve kişinin özgür tercihleri kısıtlanmış olur. Kişi partner seçimi yaparken önceki ilişki tecrübelerinden yola çıkarak bir tercihte bulunur (Roediger, Behary ve Zarbock, 2016). “Bilinenden etkilene” eğilimine şema kimyası denilmektedir (Young ve Klosko, 2016). Bu etkilene hali sebebiyle kişiler bakım verenlerine benzer kişilere yönelme eğiliminde ve bakım verenin tutumundan etkilenecek oluşan uyum bozucu şemaların bilinçli veya bilinçdışı şekilde ilişkilerinde devam ettirdiği düşünülmektedir (Stevens ve Roediger, 2016). Kimya bir noktaya kadar anlamlı bir ilişki için yararlı ve sağlıklıdır (Rafaeli, vd., 2013). Şema kimyası şemaların tetiklenmesiyle de ortaya çıkabilmektedir. Bireyler çoğu zaman partnerlerini var olan şemalarına göre seçtikleri için bu kimya, partnerlerden her ikisinin de temel şemaları tetiklendiğinde ilişkide ciddi problemlere yol açabilmektedir (Stevens ve Roediger, 2017). Dolayısıyla çiftler birbirlerine karşı ihtiyaçları gözetmekte yetersiz kalabilmekte, fazlaca duyarlılık gösterebilmekte ve bilişsel çarpıtma yapabilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2013). Ayrıca şemaların eşlere karşı anlayışsız hatta istismarcı davranışlara sebep olabileceği belirtilmektedir (Rafaeli vd., 2013).

1.3. Aldatma ve Aldatma Niyeti

Aldatma veya aldatılma çift terapilerinde sıklıkla çalışılan sorunlardandır (Bischoff, 2003; Shackelford vd., 2008) ve evliliklerin sonlanmasındaki nedenler arasında önemli bir yeri vardır (Shackelford, 1998; Kelly ve Conley, 1987). 160 ülkede evliliğin sonlaması konusunda yapılan çalışmaların derlemesi sonucu, evliliklerin

sonlanmasında en yaygın sebebin aldatma olduğunu Betzig (1989) ortaya koymuştur. 2006 yılında Türkiye İstatistik Kurumu tarafından boşanma nedenleri ile ilgili yayınlanan belgede aldatma/aldatılma boşanma sebepleri listesinin ilk sırasında yer almaktadır (Kubat, 2012).

Aldatma kavramına yönelik tanımlar çeşitlilik göstermektedir. Drigotas ve Barta (2001) tarafından sadakatsizlik kavramı ikili ilişki içerisindeki partnerlerden birinin fiziksel veya duygusal yakınlık düzeyi normlarını ilişki dışındaki bir üçüncü kişiyle ihlal etmesi olarak tanımlanmıştır. Aldatma kavramı Gurman 'ın (2002) tanımında gizlenen, duygusal, romantik veya cinsel olarak yaşanabilen ilişkilerin partnerlerin arasında kurulan yakın ilişki bağını tehdit etme hali olarak açıklanmaktadır. Aldatma kavramını, Atwood ve Schwartz (2002) ise partnerlerin birbirlerine karşı bağlılık gösterme anlaşmasını partnerlerden birinin ilişki dışı bir diğer kişiye yönelik fiziksel, duygusal veya davranışsal tutumlarla var olan ilişkiyi riske atacak yakınlığı içermesi şeklinde tanımlamışlardır. Levine (1998) aldatma kavramını aşk ilişkisi, idare etme, sadece cinsellik ve hayali eş seksi olarak dörde ayırmaktadır. Lawson (1988) ise geleneksel, paralel ve rekreasyonel olarak üç gruba ayırmıştır. Humprey (1987) aldatmayı sınıflandırırken altı ölçütten bahsetmiştir, bunlar ilişkinin duygusallık düzeyi, ilişkinin açık veya gizli oluşu, eşlerin cinsel yönelimi, paylaşılan cinsel içerik miktarı, partnerlerden her ikisinin veya birinin ilişkisinin varlığı ve aldatmanın süresidir. Solomon ve Teagno (2011) aldatma kavramını, etkileyen duygular temelinde sınıflandırmıştır. Buna göre yalnızlığa, korkuya ve öfkeye bağlı olarak meydana gelen olmak suretiyle üç başlığa bölünmektedir.

Yapılan çalışmalarda, aldatma kavramı romantik ilişkide bulunan partnerlerden birinin cinsel sadakat anlaşmasını ihlalde bulunması ile ölçülmüştür (Wetchler ve Piercy, Hertlein, 2005; Akt. Seyfi, 2017). Aldatma, çok boyutlu ve girift bir olgu olduğundan, gerçekleştiği her durumda partnerlerin aile kökenlerinin etkisi, kişisel farklılıkları ve bireysel ilişkisel durumlarının etkilerini kapsamakla birlikte, tüm aldatma türlerinde görülen benzer öğeleri de içermektedir. (Gambescia, Jenkins ve Weeks, 2003). Glass ve Wright (1985), kadınlar için ilişki doyumunun aldatma eğilimine anlamlı derecede etkisi olduğunu belirtmektedir. Partnerlerin çocukluk çağında maruz kaldıkları travma düzeyi ve türü arttıkça yetişkinlikte yaşanan romantik ilişkilerinde aldatma eğilimlerinin de arttığı Çavuşoğlu (2011) tarafından belirtilmektedir.

Alan yazınına bakıldığında aldatma olgusu duygusal olarak aldatma, bir gecelik ilişki, uzun süreli aldatma ve gönül eğlendirme olmak üzere 4 çeşittir (Subotnik, 2007). Blow ve Harnett (2005) ise aldatmayı duygusal, cinsel ve hem duygusal hem cinsel aldatma olarak üç çeşide ayırmaktadırlar.

Romantik ilişkilerde sıkça rastlanılan bir problem olmasına karşın aldatma ile ilgili araştırma yapmak zahmetli ve zordur ve bu yapısı gereği kompleks bir olgu olması sebebiyle beklenebilir bir durumdur (Baucom, Jacobson, Atkins 2001). Aldatma olgusu toplumun onaylamadığı bir durum olması sebebiyle, Blow ve Harnett (2005) bu alanda yapılacak araştırmaların katılımcıların kimlik bilgilerinin alınmadan yapılması gerektiğini belirtmiştir.

Wiederman (1997), aldatma araştırmalarının ortak özelliğinin, erkeklerin evlilik dışı ilişki yaşama olasılığının kadınlara göre çok daha yüksek olması olduğunu belirtmektedir. Egan ve Angus (2004) kadınların erkeklere göre daha az evlilik dışı ilişki yaşadığını bulmuşlardır. Aldatma sebeplerinin cinsiyete göre farklılaşmasının ortak açıklaması, erkeklerin aldatma davranışının rastgele ve duygusal manadan yoksun olması olup kadınların aldatması ise duygusal yakınlık ihtiyacından kaynaklandığı belirtilmiştir (Allen ve Baucom, 2004). Bu sebeple kadınlar romantik ilişkilerinde daha yüksek oranda duygusal sadakatsizlik ile ilişkili kuşkular yaşayıp duygusal aldatmaya daha fazla tepki verirken, erkeklerin cinsel sadakatsizlik ile ilişkili kuşkular yaşayıp cinsel aldatmaya daha çok tepki verdikleri ortaya konulmuştur (Schützwohl, 2006; Semmelroth, Buss, Westen ve Larzen, 1992).

Bir başka araştırmaya göre güvenli bağlanma stili sahibi kişilerin herhangi bir cinsiyet farklılığı olmaksızın duygusal aldatma durumunu cinsel aldatmaya kıyasla kaygılandırıcı algıladıkları, bağlanma stili kayıtsız olan kişilerinse cinsel aldatmayı daha büyük bir problem olarak algıladıkları ortaya konulmaktadır (Levy ve Kelly, 2006). Kuntarcı (2009) ise bağlanma stilleriyle ilişkili olarak aldatma eğilimi ve çatışma yönetimlerini incelemiş olup literatürle paralel şekilde güvensiz bağlanma stili olanların güvenli bağlanma stili olan kişilere oranla aldatmaya daha meyilli olduğu sonucuna varmıştır. Bogaert ve Sadava (2002) kaygılı bağlama stili aldatma ile bağlantılı olduğunu belirtmişlerdir. Yapılan bir başka araştırma ise kaçınan ve kaygılı bağlanma stili ile aldatma davranışının ileri seviyede ilgili olduğunu ortaya

koymaktadır (Fricker, 2006). Literatür taraması yapıldığında, aldatma eğilimi ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkiyi odak olan araştırmaya rastlanılmamıştır. Erken dönem uyum bozucu şemaların, bağlanma temelinden hareketle kavramsallaştırılması (Young, 2003) göz önüne alındığında yapılan çalışmaların sonuçlarının aldatma olgusu ve bağlanma stili arasındaki ilişkiye vurgu yapıyor olmasının erken dönem uyum bozucu şemalarla aldatma olgusu arasında bir bağlantının varlığını gösterdiği düşünülmektedir.

1.3.1. Erken Dönem Uyum bozucu Şemalar ve Aldatma Niyeti

Romantik ilişkilerde aldatma, çift terapilerinde birtakım sorunların sonucu veya başlangıcı olarak sıklıkla rastlanılan ve çalışılması görece güç olan konulardandır (Müzezzinoğlu,2014; Peluso ve Spina, 2008). Yapılan araştırmalar aldatma eğiliminin erken dönem uyum bozucu şemalarla bağlantılı olabileceğini, her şemanın farklı sebeplerle kişiyi aldatma davranışına sürükleyebileceğini belirtmektedir (Simeone-DiFrancesco, Roediger, ve Stevens, 2015). Örneğin kusurluluk/utanç, sosyal izolasyon, iç içe geçme, başarısızlık şemalarının bireyin kendilik algısındaki eksikliğe işaret etmesi, öfke duygusunun cezalandırıcılık şemasından hareketle bireyin aldatma davranışında bulunmasını etkileyebilmektedir (Simeone-DiFrancesco, Roediger, ve Stevens, 2015). Simeone-DiFrancesco ve diğerleri (2015), terk edilme, onay arayıcılık ve duygusal yoksunluk gibi bazı şemaların karşılanmayan ihtiyaçlar sebebiyle bireyi çaresizlik hissettiği anlarda rahatlatma ihtiyacını farklı yerlerde karşılama eğiliminin yüksek olabileceğini ifade etmiştir. Bireyin var olan şemalarına ek olarak eş ile olan tamamlayıcı dinamiklerin de aldatma eğiliminde etkili olabileceğine vurgu yapılmaktadır.

Bir diğer araştırma bulgularına göre erkeklerde zedelenmiş özerklik şema alanının; kadınlarda ise kopukluk ve reddedilme şema alanının aldatma eğilimini etkilediği, şema alanının etkisi arttıkça aldatma eğiliminin de artacağı belirtilmiştir (Tortamış, 2014). Zeinali ve Amirsardari (2018) tarafından ortaya konulan bulgulara göre, beş şema alanından dördü aldatma eğiliminin anlamlı yordayıcıları olarak karşımıza çıkmaktadır. Şema alanlarından olan zedelenmiş sınırlar alanının aldatma eğilimi ile ilişkisi anlamsız bulunmuş, ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş özerklik ve kendini ortaya koyma, diğeri yönelimlilik ve aşırı tetikte olma ve bastırılmışlık şema

alanlarıyla aldatma eğilimi arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. Güzel (2016) ise; kusurluluk, sosyal izolasyon, cezalandırma, ayrıcalıklılık ve tehditler karşısında dayanıksızlık şemalarının aldatma eğilimiyle anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

1.3.2. İlişki Doyumu ve Aldatma Niyeti

Birçok araştırmada, aldatma olgusu ile romantik ilişkiden alınan doyum arasında kuvvetli ilişkiler ortaya konulmuştur (Atkins, Baucom ve Jacobson, 2001; Polat, 2006). Aldatma davranışına zemin hazırlayan faktörlere bakıldığında var olan ilişkiden yeterince duygusal veya somut kazanç sağlayamayan bireylerin üçüncü kişiler ile yakınlaşabildiği görülmüştür (Drigotas ve Barta, 2001). Topkara (2011), bireylerin var olan ilişkide eksik olduğunu düşündüğü ve tamamlayamadığı ihtiyaçlarını diğer ilişki ile telafi etmeye çalıştığını vurgulamaktadır. Bu bağlamda bireyin öze güven duymakta zorlanan, sorunları paylaşmayan, doyuma bakılmaksızın var olan ilişkinin devamına çalışan, romantik ilişkiye bağımlı birey olduğu düşünülmektedir.

Aldatma davranışının altında yatan nedenlerden birisi de var olan ilişkiye duyulan bağlılıktır. Bu bağlılık ilişkiyi devam ettirme motivasyonu ve psikolojik olarak bağlılık ile açıklanmaktadır. Kişinin ilişkisine duyduğu bağlılığı yordayan sebepler arasında ilişki doyumu, ilişkideki mutluluk hissiyatı, ilişki dışındaki alternatiflerin kalitesi, tek başınalığı tercih etmek veya diğer kişilerle görüşmek, ilişkinin bitmesi halinde yitireceği yatırımlar yer almaktadır. Bu bağlama göre bağlılık hem uzun hem kısa vadeli eylemi etkileyen bir motivasyon olarak değerlendirilmektedir. Bağlılığı yüksek olan kişiler; var olabilecek alternatifleri değersizleştirme ve dolayısıyla çekici bulmaktan uzak tutmaya ve aldatma davranışının sonuçlarının partner ve ilişki üzerindeki etkisinin uzun vadeli sonuçlarını dikkate almaya motive dirler. Buna göre bağlılık kavramı kişinin kısa süreli hazdan ziyade uzun süreli sonuçları göz önünde bulundurmaya yönelik dikkatinin korunmasına olanak sağlamaktadır (Drigotas ve Barta, 2001).

İlgili alan yazın incelendiğinde, şemalar ile ilişki doyumu ilişkisinde kopukluk ve reddedilme alanının ilişkiden alınan doyumu olumsuz şekilde etkilediği, zedelenmiş sınırlar alanının ise olumlu şekilde yordadığı belirtilmiştir (Güngör, 2015). Aldatma

eğiliminde artış olması ilişkiden alınan doyumun düşüklüğüne işaret etmektedir. Yapılan bir araştırmada evlilik ilişkisinden “pek mutlu olmayan” kişilerin, ilişkisinden “çok mutlu olan” kişilere kıyasla aldatma eğiliminin görece yüksek olduğu ve ilişkilerinde sadakatsizlikte bulunduğu görülmektedir (Kubat, 2016).

Bu bağlamda alan yazında yeterli sayıda araştırmaya rastlanılmamasına rağmen, şema kuramının değişkenler arasındaki ilişkiyi doğrular şekilde olduğu düşünülmektedir. Şema kavramının yalnızca kişinin kendisiyle olan ilişkisini etkiler nitelikte değil, başkaları ve dünyayla olan ilişkilerini de kapsayıcı olduğu bilinmektedir. Buradan yola çıkarak kişinin romantik ilişkisindeki beklentileri de şemaları çerçevesinde yordanmaktadır (Young vd., 2003). Bu nedenle kişinin şemalarının romantik ilişkisiyle ilgili olumsuz beklentiler sahibi olma olasılığını arttıracakı düşünülmektedir. Dolayısıyla partnerin davranışlarını olumsuz biçimde algılanmasına ve olumsuz tepkiler verilmesine, şemayı doğrulamayan durumların yok sayılmasına yol açacağı için ilişkiden alınan doyumun düşeceği düşünülmektedir (Chatav ve Whisman, 2009). Bireylerin, partnerlerinin olumsuz tutumlarına ve eylemlerine odaklanma ve hatırlama eğiliminde, olumlu tutumlarını ve eylemlerini göz ardı etme veya akılda tutmama eğiliminde olduklarında ilişkilerinden daha az doyum aldıkları belirtilmektedir (Halford, Keefer ve Osgarby (2002).

BÖLÜM 2: YÖNTEM

2.1. Örneklem

Örneklemi 18-65 yaş aralığındaki 278 kadın (%69,5) ve 122 erkek (%30,5) oluşturmak üzere Türkiye’de ikamet eden 400 kişiye internet üzerinden seçkisiz atama yöntemiyle ulaşılmıştır. Uygulanan ankette katılımcılara 3 tane ölçek ve demografik sorular formu verilmiştir. 18 yaştan küçük ve 65 yaştan büyük yaşa sahip olma hali dışlama kriterleridir. Katılımcılar, ölçeklerden önce sunulan bilgilendirilmiş onamı kabul etmişlerdir. Anket Google Formlar üzerinden çevrimiçi olarak uygulanmıştır. Uygulama yaklaşık 20 dakika sürmüştür. Katılımcılara ait demografik bilgilerin dağılımı Tablo 2’de özetlenmiştir.

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada demografik bilgi formu, Young Şema Ölçeği Kısa Form-3, İlişki Doyum İndeksi ile Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği kullanılmıştır.

2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Çalışmaya katılanların demografik bilgilerini elde etmek hedefiyle araştırmacı elinden oluşturulmuştur. Demografik bilgi formunda katılımcılardan cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, medeni hal, yaşamın büyük çoğunluğunun geçtiği yer, gelir seviyesi, çalışma durumu ile ilgili bilgiler vermeleri istenmiştir.

2.2.2. Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3)

Jeffrey Young tarafından kaynağını Şema Terapiden alarak geliştirilmiştir. 90 maddeden oluşan ölçekte 18 alt boyut mevcuttur. 6’lı Likert üzerinden değerlendirilmektedir. Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır tarafından geçerlilikle güvenilirlik çalışması 2009 yılında yapılmıştır. Cronbach Alpha katsayısı 0.53-0.81, test-tekrar test güvenilirliği, 0.66-0.83 aralığında hesaplanmıştır. Hem araştırmalar hem de klinik örneklemelerde kullanımı bakımından YŞÖ-KF3’ün, orjinal forma benzer faktör yapısı gösterdiği, kabul edilir düzeyde güvenilirlik, iç ve dış geçerlik ve bu nedenle yapı geçerliğine sahip olduğu ifade edilmektedir (Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır, 2009).

2.2.3. İlişki Doyum İndeksi

Funk ve Rogge tarafından 2007 yılında geliştirilen ölçeğin 4 maddeli kısa formu Özdemir ve Sağkal (2021) tarafından psikometrik özellikleri test edilmiş ve Türkçe'ye uyarlanmıştır. Bulgular, ölçüt-bağıntı geçerliğine sahip olduğunu göstermiş ve Cronbach alfa güvenirlik katsayısının .93 ve test-tekrar test güvenirlik katsayısının .71 olduğu hesaplanarak ortaya konmuştur. Faktör yapısının medeni hale göre ölçme değişmezliğine sahip olduğunu ve Türkiye'de bulunan çiftler için romantik ilişki doyumunu ölçmek adına geçerli, güvenilir ve kısa bir ölçek olduğunu gösterir niteliktedir.

2.2.4. Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği

7 maddelik ve tek boyutlu öz değerlendirme ölçeği Jones ve diğerleri tarafından 2011 yılında geliştirilmiştir. Romantik ilişkide, partnerlerden birinin, diğerini aldatmaya yönelik eğilimini ve niyetini, aldatma davranışında bulunma ihtimalini değerlendirme amacı taşır. Ölçek, 7'li Likert üzerinden puanlanmaktadır. Cronbach alfa güvenirlik katsayılarının .70-.81 arasında değiştiği araştırma bulgularıyla gösterilmiştir (Jones, Olderbak ve Figueredo, 2011). Ölçekteki 3. madde ters yönlü puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puan aralığı 7-49 arasındadır. Bireyin ölçekten aldığı puanın yüksek olması aldatmaya yönelik niyetinin yükseldiğini belirtmektedir. Ezgi TOPLU-DEMİRTAŞ ve Esin TEZER liderliğinde yürütülen Türkçe uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları, bu ölçeğin kabul edilir seviyede güvenirliği olduğunu göstermektedir (2013).

2.2.5. Verilerin İstatistiksel Analizi

Araştırmadaki istatistiksel analizler, SPSS 27 yazılımı kullanılarak yapılmıştır. Öncelikle, kullanılan ölçeklerin güvenirlik düzeyi Cronbach Alfa katsayılarıyla değerlendirilmiş olup bu katsayıların .60'ın üzerinde bulunduğu tespit edilmiştir (Kılıç, 2016). Daha sonra, ölçeklerin normal dağılım özelliklerini detaylıca incelemek amacıyla çeşitli analizler gerçekleştirilmiştir. Değerlendirme aşamasında, ölçeklerin basıklık ve çarpıklık katsayıları HahsVaughn ve Lomax'ın (2020) önerdiği -2 ila +2 aralığındaki referans değerlerini karşıladığı belirlenmiştir.

Ölçekler arasındaki ilişki düzeyiyle ilişki yönü, Pearson Korelasyon yönteminden faydalanılarak incelenmiştir. Ek olarak, ölçeklerin demografik değişkenlere kıyasla farklılık gösterip göstermediğini belirlemek hedefiyle Bağımsız Gruplar t-testi ve ANOVA testleri kullanılmıştır. Çoklu Doğrusal Regresyon ile yordayıcılık incelenmiştir. Bahsi geçen tüm istatistiksel analizler, %95 güven aralığında gerçekleştirilmiş olup p değeri için 0.05 anlam düzeyi esas alınmıştır.

Tablo 1
İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeğine
Ait Betimsel İstatistiklerin ve Basıklık, Çarpıklık, Cronbach Alpha
Katsayılarının Değerlendirilmesi

	<i>n</i>	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	$\bar{X}$	<i>SS</i>	<i>Bask.</i>	<i>Çarpk.</i>	<i>(α)</i>
İlişki Doyum İndeksi	400	4	25	17.26	4.86	-0.12	-0.48	0.94
Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği	400	7	39	13.52	6.83	1.83	1.38	0.71
Young Şema Ölçeği								
Duygusal Yoksunluk	400	5	25	9.23	4.52	0.98	1.24	0.78
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	400	7	39	16.02	6.19	0.38	0.72	0.80
Kusurluluk	400	6	22	8.94	3.35	1.40	1.35	0.70
Duyguları Bastırma	400	5	28	10.39	4.63	0.62	0.95	0.76
İç İç Geçme/Bağımlılık	400	9	33	15.24	5.77	0.56	1.11	0.76
Terk Edilme	400	5	20	8.59	3.45	0.89	1.13	0.70
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	400	5	30	10.99	4.55	0.57	0.80	0.71
Başarısızlık	400	6	28	11.33	4.42	0.84	1.02	0.76
Karamsarlık	400	5	30	11.86	5.54	0.40	0.87	0.85
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	400	7	41	21.74	6.75	-0.29	0.11	0.77
Kendini Feda	400	5	27	14.64	5.18	-0.73	0.26	0.75
Cezalandırılma	400	6	34	18.71	5.81	-0.46	0.07	0.76
Yüksek Standartlar	400	3	18	8.68	3.80	-0.75	0.35	0.72
Onay Arayıcılık	400	6	36	18.71	5.96	-0.25	0.02	0.78

BÖLÜM 3: BULGULAR

Tablo 2
Katılımcılara Ait Demografik Bilgilerin Dağılımı

		n	%
Cinsiyet	Kadın	278	69.5
	Erkek	122	30.5
Eğitim Düzeyi	Lise	23	5.8
	Üniversite	300	75.0
	Yüksek lisans/Doktora	77	19.3
Medeni Hal	Bekar	147	36.8
	Evli	161	40.3
	İlişkisi var	92	23.0
Yaşamın Çoğunun Geçtiği Yer	Büyükşehir	234	58.5
	Şehir	149	37.3
	Kasaba	17	4.3
Gelir Seviyesi	Düşük	77	19.3
	Orta	283	70.8
	Yüksek	40	10.0
Çalışma Durumu	Evet	221	55.3
	Hayır	179	44.8
	Toplam	400	100.0

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, katılımcıların çoğu (69,5) kadındır. Çoğu (75,0) üniversite mezunudur. Çoğu (40,3) evlidir. Çoğunun (58,5) yaşamının büyük bir kısmı büyükşehirde geçmiştir. Çoğu (70,8) orta düzey gelir seviyesine sahiptir. Çoğu (55,3) çalışmaktadır. Bunlara ek olarak, katılımcıların yaş ortalaması $31,13 \pm 10,61$ 'dir. En büyük yaş 64 ve en küçük yaş 18'dir.

3.1. Korelasyon Analizi Bulguları

Tablo 3
İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği
Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1-İlişki Doyum İndeksi	1															
2-Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği	-.40**	1														
3-Duygusal Yoksunluk	-.38**	.27**	1													
4-Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-.34**	.25**	.62**	1												
5-Kusurluluk	-.27**	.28**	.56**	.58**	1											
6-Duyguları Bastırma	-.21**	.26**	.46**	.61**	.50**	1										
7-İç İçe Geçme/Bağımlılık	-.34**	.27**	.47**	.48**	.57**	.46**	1									
8-Terk Edilme	-.30**	.21**	.47**	.57**	.56**	.37**	.54**	1								
9-Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	-.28**	.25**	.39**	.60**	.48**	.41**	.41**	.48**	1							
10-Başarısızlık	-.28**	.28**	.40**	.40**	.49**	.38**	.60**	.41**	.38**	1						
11-Karamsarlık	-.31**	.14**	.35**	.55**	.38**	.36**	.46**	.51**	.56**	.41**	1					
12-Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	-.19**	.23**	.39**	.52**	.36**	.38**	.26**	.28**	.42**	.24**	.33**	1				
13-Kendini Feda	-.22**	.12*	.37**	.37**	.30**	.28**	.42**	.37**	.39**	.34**	.35**	.30**	1			
14-Cezalandırılma	-.17**	.13*	.34**	.50**	.38**	.40**	.38**	.35**	.54**	.34**	.47**	.46**	.53**	1		
15-Yüksek Standartlar	-.11*	.19**	.31**	.42**	.29**	.36**	.25**	.28**	.37**	.14**	.26**	.52**	.27**	.45**	1	
16-Onay Arayıcılık	-.21**	.21**	.36**	.53**	.40**	.31**	.37**	.50**	.54**	.37**	.47**	.59**	.48**	.58**	.55**	1

**p<0.01, *p<0.05 Uygulanan testin ismi: Pearson Korelasyon Testi

Verilere ait sonuçlar değerlendirildiğinde, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.40$, $p<0.01$), Duygusal Yoksunluk ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.38$, $p<0.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.34$, $p<0.01$), Kusurluluk ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.27$, $p<0.01$), Duyguları Bastırma ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.21$, $p<0.01$), İç İçe Geçme/Bağımlılık ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.34$, $p<0.01$), Terk Edilme ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.30$, $p<0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.28$, $p<0.01$), Başarısızlık ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.28$, $p<0.01$), Karamsarlık ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.31$, $p<0.01$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.19$, $p<0.01$), Kendini Feda ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.22$, $p<0.01$), Cezalandırılma ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.17$, $p<0.01$), Yüksek Standartlar ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.11$, $p<0.05$), Onay Arayıcılık ve İlişki Doyum İndeksi ($r=-.21$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar saptanmıştır.

Duygusal Yoksunluk ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.27$, $p<0.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.25$, $p<0.01$),

Kusurluluk ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.28$, $p<0.01$), Duyguları Bastırma ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.26$, $p<0.01$), İç İç Geçme/Bağımlılık ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.27$, $p<0.01$), Terk Edilme ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.21$, $p<0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.25$, $p<0.01$), Başarısızlık ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.28$, $p<0.01$), Karamsarlık ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.14$, $p<0.01$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.23$, $p<0.01$), Kendini Feda ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.12$, $p<0.05$), Cezalandırılma ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.13$, $p<0.05$), Yüksek Standartlar ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.19$, $p<0.01$), Onay Arayıcılık ve Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ($r=.21$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır.

3.2. Regresyon Analizi Bulguları

Tablo 4
Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların İlişki Doyumunu Yordamasına İlişkin Bulgular

<i>Değişkenler</i>	<i>B</i>	<i>SH</i>	<i>β</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Sınır</i>	<i>Üst Sınır</i>
Duygusal Yoksunluk	-0.25	0.07	-0.23	-3.64	<.001***	-0.38	-0.11
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-0.07	0.06	-0.09	-1.14	0.253	-0.19	0.05
Kusurluluk	0.07	0.10	0.05	0.71	0.478	-0.12	0.26
Duyguları Bastırma	0.06	0.06	0.05	0.85	0.395	-0.07	0.18
İç İç Geçme/Bağımlılık	-0.12	0.06	-0.14	-2.08	0.038*	-0.23	-0.01
Terk Edilme	-0.04	0.09	-0.03	-0.38	0.701	-0.22	0.15
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	-0.08	0.07	-0.08	-1.21	0.227	-0.22	0.05
Başarısızlık	-0.05	0.07	-0.04	-0.68	0.499	-0.18	0.09
Karamsarlık	-0.10	0.05	-0.11	-1.81	0.071	-0.21	0.01
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	-0.02	0.04	-0.03	-0.53	0.598	-0.11	0.06
Kendini Feda	-0.03	0.05	-0.03	-0.54	0.587	-0.14	0.08
Cezalandırılma	0.08	0.05	0.09	1.37	0.170	-0.03	0.18
Yüksek Standartlar	0.07	0.08	0.05	0.88	0.379	-0.08	0.22
Onay Arayıcılık	0.01	0.06	0.01	0.15	0.879	-0.11	0.13
<i>R=.45 R²=.18 F_(14,385)=7.14 p<.001***</i>							

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$; Not, GA: Güven Aralığı

Regresyon analizi sonuçları değerlendirildiğinde, regresyon modelinde sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar, onay arayıcılık şemalarının ilişki doyumu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra, duygusal yoksunluk ve iç içe geçme/bağımlılık şemalarının ilişki doyumunu yordamaktadır. R^2 değeri .18 olup, yordayıcıların sonuç değişkenindeki varyansın %17'sini açıkladığını görülmektedir ($F(14,385)=7.14$, $p<.001$). Bulguların sonucu olarak, duygusal yoksunluk şemasının ilişki doyumunu negatif yönde yordadığını ($\beta=-.23$ $p<.001$), iç içe geçme/bağımlılık şemasının ilişki doyumunu negatif yönde yordadığını ($\beta=-.14$ $p<.05$) ortaya koymaktadır.

Tablo 5
Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aldatmaya Yönelik Niyeti
Yordamasına İlişkin Bulgular

<i>Değişkenler</i>	<i>B</i>	<i>SH</i>	<i>β</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>Alt Sınır</i>	<i>Üst Sınır</i>
Duygusal Yoksunluk	0.13	0.10	0.09	1.36	0.174	-0.06	0.33
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-0.04	0.09	-0.03	-0.39	0.694	-0.21	0.14
Kusurluluk	0.09	0.14	0.05	0.65	0.514	-0.18	0.37
Duyguları Bastırma	0.14	0.09	0.10	1.50	0.134	-0.04	0.32
İç İçe Geçme/Bağımlılık	0.10	0.08	0.09	1.28	0.202	-0.06	0.27
Terk Edilme	0.01	0.13	0.00	0.04	0.969	-0.26	0.27
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	0.20	0.10	0.13	1.96	0.051	0.00	0.39
Başarısızlık	0.23	0.10	0.15	2.35	0.019*	0.04	0.42
Karamsarlık	-0.12	0.08	-0.10	-1.53	0.127	-0.28	0.03
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	0.10	0.06	0.09	1.48	0.139	-0.03	0.22
Kendini Feda	-0.05	0.08	-0.04	-0.61	0.540	-0.20	0.11
Cezalandırılma	-0.14	0.08	-0.12	-1.80	0.073	-0.30	0.01
Yüksek Standartlar	0.10	0.11	0.05	0.88	0.382	-0.12	0.31
Onay Arayıcılık	0.05	0.09	0.04	0.52	0.602	-0.13	0.22
$R=.40$ $R^2=.13$ $F(14,385)=5.20$ $p<.001***$							

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$; Not, GA: Güven Aralığı

Regresyon analizi sonuçları değerlendirildiğinde, regresyon modelinde duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, karamsarlık,

ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar, onay arayıcılık şemalarının aldatmaya yönelik niyet üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir. Yanı sıra, başarısızlık şemasının aldatmaya yönelik niyeti yordadığı görülmektedir. R^2 değeri .13 olup, yordayıcılar sonuç değişkenindeki varyansın %13'ünü açıklamaktadır. ($F(14,385)=5.20$, $p<.001$). Bu bulguların sonucuna bakıldığında, başarısızlık şemasının aldatmaya yönelik niyeti pozitif yönde yordadığı ($\beta=.15$ $p<.05$) göstermektedir.

3.3. Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırma Analizi Bulguları

Tablo 6
Cinsiyete Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Kadın(n=278)		Erkek(n=122)		t	Sd.	p
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
İlişki Doyum İndeksi	17.51	4.79	16.67	5.00	1.60	398	0.111
Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği	12.83	6.50	15.09	7.32	-2.94	208.284	0.004**
Duygusal Yoksunluk	8.53	4.13	10.82	4.98	-4.46	197.034	<.001***
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	15.41	6.23	17.41	5.86	-3.01	398	0.003**
Kusurluluk	8.44	3.01	10.10	3.79	-4.29	191.076	<.001***
Duyguları Bastırma	9.94	4.54	11.42	4.71	-2.97	398	0.003**
İç İç Geçme/Bağımlılık	15.05	5.85	15.68	5.59	-1.01	398	0.313
Terk Edilme	8.29	3.19	9.26	3.91	-2.61	398	0.009**
Tehditler Karşısında Dayanaksızlık	10.88	4.66	11.25	4.31	-0.74	398	0.461
Başarısızlık	11.20	4.41	11.64	4.44	-0.92	398	0.358
Karamsarlık	12.21	6.00	11.06	4.22	2.19	321.162	0.029*
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	21.33	6.52	22.65	7.19	-1.80	398	0.073
Kendini Feda	14.14	5.17	15.76	5.04	-2.90	398	0.004**
Cezalandırılma	18.31	5.73	19.61	5.93	-2.06	398	0.040*
Yüksek Standartlar	8.26	3.71	9.63	3.84	-3.36	398	0.001**
Onay Arayıcılık	18.51	5.91	19.16	6.06	-0.99	398	0.322

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Verilere ait ortaya çıkan sonuçlar değerlendirildiğinde, İlişki Doyum İndeksi, İç İç Geçme/Bağımlılık, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Başarısızlık, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Onay Arayıcılık alt boyutu cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, kıyaslanan gruplar arasında anlamlı seviyede farklılık tespit edilememiştir ($p>.05$).

Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeğinden ($t(208.284)=-2.94, p<.05$), Duygusal Yoksunluk alt ölçeğinden ($t(197.034)=-4.46, p<.05$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik alt ölçeğinden ($t(398)=-3.01, p<.05$), Kusurluluk alt ölçeğinden ($t(191.076)=-4.29, p<.05$), Duyguları Bastırma alt ölçeğinden ($t(398)=-2.97, p<.05$), Terk Edilme alt ölçeğinden ($t(398)=-2.61, p<.05$) alınan puanlar cinsiyet değişkenine göre değerlendirildiğinde, kıyaslanan gruplar arasında anlamlı seviyede bir fark olduğu gözlemlenmiştir. Ölçeklerden elde edilen ortalama skorlar incelendiğinde cinsiyeti erkek olan katılımcıların puanlarının cinsiyeti kadın olan katılımcıların puanlarına kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Karamsarlık alt ölçeğinden ($t(321.162)=2.19, p<.05$) aldıkları puanlar cinsiyet değişkeni üzerinden değerlendirildiğinde, karşılaştırılan grupların arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Ölçeklerden elde edilen ortalama skorlar incelendiğinde kadınların puanlarının erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Kendini Feda alt ölçeğinden ($t(398)=-2.90, p<.05$), Cezalandırılma alt ölçeğinden ($t(398)=-2.06, p<.05$), Yüksek Standartlar alt ölçeğinden ($t(398)=-3.36, p<.05$) alınan puanlar cinsiyete ilişkin olarak değerlendirildiğinde, kıyaslanan gruplar arasında anlamlı seviyede fark gözlemlenmiştir. Ölçeklerden elde edilen ortalama skorlar incelendiğinde erkek cinsiyetin puanlarının kadın cinsiyete kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 7
Çalışma Durumuna Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Evet(n=221)		Hayır(n=179)		t	Sd.	p
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
İlişki Doyum İndeksi	17.58	4.55	16.86	5.21	1.47	398	0.142
Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği	13.93	7.04	13.01	6.54	1.34	398	0.182
Duygusal Yoksunluk	9.15	4.36	9.32	4.73	-0.37	398	0.711
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	15.38	5.71	16.80	6.66	-2.26	398	0.025*
Kusurluluk	8.83	2.90	9.08	3.84	-0.74	398	0.462
Duyguları Bastırma	10.13	4.16	10.71	5.16	-1.22	398	0.222
İç İç Geçme/Bağımlılık	14.80	5.40	15.79	6.18	-1.71	398	0.088
Terk Edilme	8.48	3.22	8.72	3.71	-0.69	398	0.488
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	10.94	4.44	11.06	4.70	-0.25	398	0.802
Başarısızlık	10.89	3.87	11.88	4.97	-2.17	398	0.031*
Karamsarlık	11.36	5.50	12.47	5.55	-1.99	398	0.047*
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	20.85	5.96	22.83	7.49	-2.87	398	0.004**
Kendini Feda	15.00	5.08	14.19	5.28	1.56	398	0.120
Cezalandırılma	18.46	5.83	19.01	5.80	-0.93	398	0.353
Yüksek Standartlar	8.47	3.41	8.94	4.22	-1.23	398	0.221
Onay Arayıcılık	18.28	5.47	19.24	6.49	-1.58	398	0.116

***p<.001, **p<.01, *p<.05 Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Verilere ait sonuçlar değerlendirildiğinde, İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği, Duygusal Yoksunluk, Kusurluluk, Duyguları Bastırma, İç İç Geçme/Bağımlılık, Terk Edilme, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Kendini Feda, Cezalandırılma, Yüksek Standartlar, Onay Arayıcılık alt boyutu çalışma hali değişkeni yönünden karşılaştırıldığında, grupların arasında bir fark tespit edilmemiştir ($p>.05$).

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik alt ölçeğinden ($t(398)=2.26$, $p<.05$), Başarısızlık alt ölçeğinden ($t(398)=2.17$, $p<.05$), Karamsarlık alt ölçeğinden ($t(398)=-1.99$, $p<.05$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim alt ölçeğinden ($t(398)=-2.87$, $p<.05$) alınan skorlar çalışma durumu değişkeni yönünden karşılaştırıldığında, grupların arasında fark tespit

edilmiştir. Ölçeklerden elde edilen ortalama skorlar incelendiğinde çalışmayanların skorlarının çalışanlara kıyasla yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 8
Eğitim Düzeyine Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

	Eğitim Düzeyi						F(2,397)	p	Post-Hoc
	Lise ¹ (n=23)		Üniversite ² (n=300)		Yüksek lisans/Doktora ³ (n=77)				
Bağımlı Değişkenler	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
İlişki Doyum İndeksi	16.17	5.20	17.08	4.79	18.26	4.96	2.42	0.091	
Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği	12.78	6.93	13.82	7.01	12.56	6.04	1.19	0.306	
Duygusal Yoksunluk	8.17	4.69	9.52	4.51	8.38	4.42	2.65	0.072	
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	16.48	8.72	16.51	6.17	13.99	4.88	5.26	0.006**	2 >1
Kusurluluk	9.30	3.65	9.11	3.48	8.17	2.60	2.60	0.076	
Duyguları Bastırma	10.17	5.80	10.71	4.60	9.18	4.23	3.41	0.034*	2 >3
İç İç Geçme/Bağımlılık	17.17	6.70	15.54	5.82	13.48	4.92	5.40	0.005**	1,2 >3
Terk Edilme	8.04	3.55	8.82	3.50	7.86	3.14	2.70	0.069	
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	10.74	5.56	11.24	4.42	10.10	4.68	1.96	0.143	
Başarısızlık	11.52	5.57	11.47	4.40	10.73	4.10	0.89	0.410	
Karamsarlık	11.65	6.82	12.44	5.40	9.64	5.15	8.16	<.001***	1,2 >3
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	21.78	7.67	22.45	6.88	18.94	5.14	8.61	<.001***	1,2 >3
Kendini Feda	17.09	5.48	14.82	5.15	13.18	4.87	5.95	0.003**	1,2 >3
Cezalandırılma	20.35	6.71	18.95	5.74	17.26	5.62	3.61	0.028*	1,2 >3
Yüksek Standartlar	8.91	4.38	8.87	3.78	7.87	3.64	2.18	0.114	
Onay Arayıcılık	19.09	7.70	19.02	5.90	17.38	5.46	2.41	0.091	

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Verilere ait sonuçlar değerlendirildiğinde, İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği, Duygusal Yoksunluk, Duygusal Yoksunluk, Terk Edilme, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Başarısızlık, Yüksek Standartlar, Onay Arayıcılık alt boyutu eğitim durumu değişkeni yönünden karşılaştırıldığında, grupların arasında bir fark gözlenmemiştir ($p > .05$).

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik alt ölçeğinden aldıkları puanlar eğitim durumu açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır

($F(2.397)=5.26, p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna bakıldığında, üniversiteden mezun olanların ortalamalarının liseden mezun olanların ortalamalarına kıyasla fazla olduğu saptanmıştır.

Duyguları Bastırma alt ölçeğinden alınan skorlar eğitim durumu açısından değerlendirildiğinde, grupların arasındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=3.41, p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, üniversite mezunlarının ortalamalarının yüksek lisans/doktora mezunlarının ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

İç İç Geçme/Bağımlılık alt ölçeğinden alınan skorlar eğitim durumu açısından değerlendirildiğinde, grupların arasındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=5.40, p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, lise mezunu ve üniversite mezunlarının ortalamalarının yüksek lisans/doktora mezunlarının ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Karamsarlık alt ölçeğinden alınan skorlar eğitim durumu açısından değerlendirildiğinde, grupların arasındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=8.16, p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, lise mezunu ve üniversite mezunlarının ortalamalarının yüksek lisans/doktora mezunlarının ortalamalarına kıyasla fazla olduğu saptanmıştır.

Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim alt ölçeğinden aldıkları puanlar eğitim durumu açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=8.61, p<.05$). Games-Howell karşılaştırmaları sonucuna göre, lise mezunu ve üniversite mezunlarının ortalamalarının yüksek lisans/doktora mezunlarının ortalamalarına kıyasla fazla olduğu saptanmıştır.

Kendini Feda alt ölçeğinden aldıkları puanlar eğitim durumu açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=5.95, p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, lise mezunu ve üniversite mezunlarının ortalamalarının yüksek lisans/doktora mezunlarının ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Cezalandırılma alt ölçeğinden alınan skorlar eğitim durumu açısından değerlendirildiğinde, grupların arasındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=3.61, p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, lise mezunu ve

üniversite mezunlarının ortalamalarının yüksek lisans/doktora mezunlarının ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 9
Medeni Hale Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

	Medeni Hal								Post-Hoc
	Bekar ¹ (n=147)		Evli ² (n=161)		İlişkisi Var ³ (n=92)		F(2,397)	p	
Bağımlı Değişkenler	<i>X̄</i>	SS	<i>X̄</i>	SS	<i>X̄</i>	SS			
İlişki Doyum İndeksi	15.40	5.27	17.93	4.24	19.05	4.24	20.29	<.001***	3,2 >1
Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği	13.80	6.99	13.58	6.80	12.96	6.67	0.44	0.645	
Duygusal Yoksunluk	10.41	5.07	8.70	4.24	8.24	3.61	8.67	<.001***	1>2,3
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	17.14	6.03	14.66	6.00	16.61	6.37	6.94	0.001**	1,2>2
Kusurluluk	9.49	3.80	8.45	2.85	8.92	3.29	3.73	0.025*	1>2
Duyguları Bastırma	11.24	4.81	9.70	4.21	10.23	4.89	4.36	0.013*	1>2
İç İç Geçme/Bağımlılık	16.24	6.46	14.16	5.26	15.53	5.17	5.30	0.005**	1>2
Terk Edilme	9.14	3.57	7.81	3.07	9.08	3.64	7.11	0.001**	1,3>2
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	11.40	4.51	10.47	4.32	11.26	4.95	1.84	0.160	
Başarısızlık	11.70	4.71	10.69	4.22	11.87	4.19	2.92	0.055	
Karamsarlık	12.28	5.21	11.10	5.79	12.51	5.51	2.59	0.076	
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	23.13	7.02	20.84	6.32	21.07	6.76	5.09	0.007**	1>2
Kendini Feda	14.50	5.06	15.01	5.52	14.20	4.74	0.81	0.448	
Cezalandırılma	19.04	5.97	18.75	5.79	18.10	5.61	0.75	0.473	
Yüksek Standartlar	8.80	4.01	8.63	3.53	8.58	3.95	0.11	0.892	
Onay Arayıcılık	19.59	6.08	17.58	5.79	19.28	5.78	5.05	0.007**	1>2

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Verilere ait sonuçlar değerlendirildiğinde, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Başarısızlık, Karamsarlık, Kendini Feda, Cezalandırılma,

Yüksek Standartlar alt boyutu medeni hal değişkeni açısından karşılaştırıldığında, grupların arasında bir fark gözlemlenmemiştir ($p>.05$).

İlişki Doyum İndeksinden aldıkları puanlar medeni durum açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=20.29$, $p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, ilişkisi olanların ve evlilerin ortalamalarının bekarların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Duygusal Yoksunluk alt ölçeğinden aldıkları puanlar medeni durum açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=8.67$, $p<.05$). Games-Howell karşılaştırmaları sonucuna göre, bekarların ortalamalarının ilişkisi olanların ve evlilerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik alt ölçeğinden aldıkları puanlar medeni durum açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=6.94$, $p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, bekarların ve ilişkisi olanların ortalamalarının evlilerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Kusurluluk alt ölçeğinden aldıkları puanlar medeni durum açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=3.73$, $p<.05$). Games-Howell karşılaştırmaları sonucuna göre, bekarların ortalamalarının evlilerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Duyguları Bastırma alt ölçeğinden aldıkları puanlar medeni durum açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=4.36$, $p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, bekarların ortalamalarının evlilerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

İç İç Geçme/Bağımlılık alt ölçeğinden aldıkları puanlar medeni durum açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=5.30$, $p<.05$). Games-Howell karşılaştırmaları sonucuna göre, bekarların ortalamalarının evlilerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Terk Edilme alt ölçeğinden aldıkları puanlar medeni durum açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=7.11$, $p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, bekarların ve ilişkisi olanların ortalamalarının evlilerin ortalamalarına kıyasla fazla olduğu saptanmıştır.

Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim alt ölçeğinden aldıkları puanlar medeni durum açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2,397)=5.09$, $p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, bekarların ortalamalarının evlilerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Onay Arayıcılık alt ölçeğinden aldıkları puanlar medeni durum açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2,397)=5.05$, $p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, bekarların ortalamalarının evlilerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 10
Yaşamın Çoğunun Geçtiği Yere Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Yaşamının Çoğunun Geçtiği Yer						F(2,397)	p	Post-Hoc
	Büyükşehir ¹ (n=234)	Şehir ² (n=149)	Kasaba ³ (n=17)						
İlişki Doyum İndeksi	17.64	4.98	16.60	4.51	17.71	5.87	2.16	0.117	
Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği	13.57	7.14	13.53	6.43	12.71	6.22	0.13	0.881	
Duygusal Yoksunluk	9.40	4.75	8.78	3.99	10.76	5.48	1.89	0.153	
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	15.87	6.17	16.05	6.06	17.82	7.54	0.79	0.454	
Kusurluluk	8.85	3.33	8.87	3.26	10.82	4.10	2.82	0.061	
Duyguları Bastırma	10.13	4.48	10.75	4.91	10.71	4.24	0.85	0.427	
İç İç Geçme/Bağımlılık	15.18	5.94	14.81	5.17	19.82	6.79	5.92	0.003**	3>1,2
Terk Edilme	8.71	3.37	8.34	3.54	9.06	3.73	0.68	0.507	
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	10.76	4.48	11.01	4.43	14.00	5.72	4.08	0.018*	3>1,2
Başarısızlık	11.36	4.47	11.10	4.06	13.00	6.33	1.42	0.243	
Karamsarlık	11.89	5.76	11.51	5.12	14.41	5.67	2.12	0.122	
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	21.72	6.73	21.60	6.79	23.12	6.95	0.39	0.680	
Kendini Feda	14.78	5.13	14.18	5.18	16.71	5.55	2.03	0.133	
Cezalandırılma	18.90	5.93	18.14	5.54	20.94	6.17	2.10	0.123	
Yüksek Standartlar	8.68	3.81	8.72	3.79	8.41	3.94	0.05	0.951	
Onay Arayıcılık	18.91	5.84	18.19	6.05	20.53	6.45	1.48	0.229	

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Verilere ait sonuçlar değerlendirildiğinde, İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği, Duygusal Yoksunluk, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Kusurluluk, Duyguları Bastırma, Terk Edilme, Başarısızlık, Karamsarlık, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Kendini Feda, Cezalandırılma, Yüksek Standartlar, Onay Arayıcılık alt

boyutu yaşamının çoğunu geçirdiği yer değişkeni yönünden karşılaştırıldığında, grupların arasında bir fark tespit edilmemiştir ($p>.05$).

İç İçe Geçme/Bağımlılık alt ölçeğinden alınan puanlar yaşamının çoğunu geçirdiği yer açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=5.92$, $p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, kasabada yaşayanların ortalamalarının şehir ve büyükşehirde yaşayanların ortalamalarına kıyasla fazla olduğu saptanmıştır.

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık alt ölçeğinden aldıkları puanlar yaşamının çoğunu geçirdiği yer açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=4.08$, $p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, kasabada yaşayanların ortalamalarının şehir ve büyükşehirde yaşayanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 11
Gelir Seviyesine Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Gelir Seviyesi						F(2,397)	p	Post-Hoc
	Düşük ¹ (n=77)	Orta ² (n=283)	Yüksek ³ (n=40)						
İlişki Doyum İndeksi	$\bar{X}$ 16.44	SS 5.04	$\bar{X}$ 17.49	SS 4.89	$\bar{X}$ 17.20	SS 4.26	1.41	0.246	
Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği	15.69	8.22	13.04	6.45	12.73	5.78	4.95	0.008**	1>2
Duygusal Yoksunluk	11.35	5.71	8.77	4.11	8.38	3.57	11.21	<.001***	1>2,3
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	18.38	6.98	15.29	5.51	16.65	7.87	8.04	<.001***	1>2,3
Kusurluluk	9.95	4.16	8.76	3.06	8.28	3.30	4.75	0.009**	1>2,3
Duyguları Bastırma	10.88	4.77	10.27	4.67	10.28	4.13	0.54	0.581	
İç İç Geçme/Bağımlılık	17.21	6.27	15.00	5.63	13.13	4.72	7.64	0.001**	1>2,3
Terk Edilme	10.12	4.63	8.27	3.01	7.90	2.92	10.01	<.001***	1>2,3
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	12.05	4.80	10.68	4.34	11.18	5.28	2.82	0.061	
Başarısızlık	12.79	4.46	11.19	4.47	9.55	2.98	7.86	0.000**	1>2,3
Karamsarlık	12.66	5.26	11.82	5.61	10.58	5.46	1.90	0.151	
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	22.64	7.45	21.34	6.55	22.78	6.67	1.64	0.195	
Kendini Feda	15.16	4.77	14.63	5.26	13.68	5.36	1.08	0.342	
Cezalandırılma	19.35	6.01	18.72	5.74	17.33	5.87	1.61	0.202	
Yüksek Standartlar	8.86	3.95	8.46	3.67	9.93	4.20	2.75	0.065	
Onay Arayıcılık	19.38	6.20	18.52	5.82	18.75	6.46	0.62	0.538	

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Verilere ait sonuçlar değerlendirildiğinde, İlişki Doyum İndeksi, Duyguları Bastırma, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Karamsarlık, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Kendini Feda, Cezalandırılma, Yüksek Standartlar, Onay Arayıcılık alt boyutu gelir seviyesi değişkeni yönünden karşılaştırıldığında, grupların arasında fark saptanmamıştır ($p > .05$).

Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeğinden alınan puanlar gelir seviyesi açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2,397)=4.95$, $p < .05$). Games-Howell karşılaştırmaları sonucuna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Duygusal Yoksunluk alt ölçeğinden aldıkları puanlar yaşamının çoğunu geçirdiği yer açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=11.21, p<.05$). Games-Howell karşılaştırmaları sonucuna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta ve yüksek olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik alt ölçeğinden aldıkları puanlar yaşamının çoğunu geçirdiği yer açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=8.04, p<.05$). Games-Howell karşılaştırmaları sonucuna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Kusurluluk alt ölçeğinden aldıkları puanlar yaşamının çoğunu geçirdiği yer açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=4.75, p<.05$). Games-Howell karşılaştırmaları sonucuna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta ve yüksek olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

İç İçe Geçme/Bağımlılık alt ölçeğinden aldıkları puanlar yaşamının çoğunu geçirdiği yer açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=7.64, p<.05$). Games-Howell karşılaştırmaları sonucuna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta ve yüksek olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Terk Edilme alt ölçeğinden aldıkları puanlar yaşamının çoğunu geçirdiği yer açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=10.01, p<.05$). Games-Howell karşılaştırmaları sonucuna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta ve yüksek olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Başarısızlık alt ölçeğinden aldıkları puanlar yaşamının çoğunu geçirdiği yer açısından incelendiğinde, gruplar arası farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($F(2.397)=7.86, p<.05$). Tukey karşılaştırmaları sonucuna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta ve yüksek olanların ortalamalarına kıyasla fazla olduğu saptanmıştır.

BÖLÜM 4: TARTIŞMA

Çalışmanın amacı erken dönem uyum bozucu şemalarla ilişki doyumu ve aldatmaya yönelik niyet arasındaki ilişkiyi değerlendirmektir. Ayrıca edinilen demografik bilgiler bağlamında; erken dönem uyum bozucu şemalar, ilişki doyumu ve aldatmaya yönelik niyet düzeylerinde farklılık olup olmadığını incelenmiştir. Çalışma ile ilgili sonuçlar aşağıda aktarılmıştır.

4.1. İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ile İlişki Doyum İndeksi, Duygusal Yoksunluk ile İlişki Doyum İndeksi, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile İlişki Doyum İndeksi, Kusurluluk ile İlişki Doyum İndeksi, Duyguları Bastırma ile İlişki Doyum İndeksi, İç İç Geçme/Bağımlılık ile İlişki Doyum İndeksi, Terk Edilme ile İlişki Doyum İndeksi, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile İlişki Doyum İndeksi, Başarısızlık ile İlişki Doyum İndeksi, Karamsarlık ile İlişki Doyum İndeksi, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ile İlişki Doyum İndeksi, Kendini Feda ile İlişki Doyum İndeksi, Cezalandırılma ile İlişki Doyum İndeksi, Yüksek Standartlar ile İlişki Doyum İndeksi, Onay Arayıcılık ile İlişki Doyum İndeksi değişkenleri arasında düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar tespit edilmiştir. Erken dönem uyum bozucu şemalar, ilişki doyumu ve aldatmaya yönelik niyet değişkenlerini bir arada içeren çalışmaya rastlanmamış olup benzer çalışmalardan yararlanılmıştır. Kubat (2012), evlilerin aldatma eğilimiyle evlilik doyumu arasında ilişki olup olmadığını araştırmıştır. Elde ettiği bulgular, aldatma eğilimiyle evlilik tatmini arasında orta düzey anlamlı ve negatif ilişki olduğunu göstermektedir. Evlilik doyumu azaldıkça, aldatma eğilimi artmaktadır. Polat ise çalışmasında (2006), aldatma eğilimi için %25'ini evlilik uyumunun açıkladığını ve diğer değişkenlere kıyasla en yüksek etkiye sahip değişken olduğunu tespit etmiştir. Bu durum, eşlerin ilişki kalitesinin düşmesiyle birlikte evlilikten alınan tatminin azalması, iletişimde ve çatışmalarda ortaya çıkan olumsuzluklarının farklı bir partner arayışına ve aldatmaya yönelik eğilimin yükselmesine sebep olabileceği şeklinde yorumlanabilir. Evlilik dışı ilişkiler konusunda yaygın bir kabul olarak sayılan neden evlilik yaşamındaki mutsuzluk olarak belirtilmiştir (Thompson, 1984; Atkins,

Baucom, Yi ve Christensen, 2005; Polat, 2006). Ev içerisindeki stres ve partnere veya evliliğe yönelik hoşnutsuzluk, yeni bir partner arayışına başlamayı tetikleyebilir. Atkins, Baucom ve Jacobson (2001) tarafından yapılan bir araştırmada, mutsuz evlilik içindeki eşlerin, mutlu evlilik içindeki eşlere kıyasla evlilik dışı ilişkiye dört kat fazla yöneldikleri bulunmuştur. Alaçam'ın çalışması ise evli olan kişilerin aldatma eğilimi, kişilik özellikleri ve evlilik doyumu değişkenlerinin etkileşimlerini incelemeyi amaçlamaktadır. Yapılan araştırma sonuçlarına göre, aldatma eğilimleriyle evlilik yaşantısından alınan tatmin arasında negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Evlilik yaşantılarındaki doyum azaldıkça aldatma eğilimleri artmaktadır (Alaçam, 2020). Çavuşoğlu'nun (2011) çalışması, kişilerin evlilik uyumu, aldatma eğilimi ve bağlanma tarzları arasındaki etkileşimi inceleyerek paralel bir sonuca ulaşmıştır; bu sonuç aldatma eğilimiyle evlilik uyumu arasında negatif yönlü yordayıcı bir ilişkinin varlığına işaret etmiştir. Bricker ve Young'un (2012) araştırmasında, zedelenmiş özerklik şema alanındaki şemalara (bağımlılık ve iç içe geçme) sahip bireylerde, partnerler genellikle güçlü ve koruyucu bir ebeveyn rolünü üstlenirken, diğer partner çocuk pozisyonunda kalabilmektedir. Bu şemalara sahip olan partner, kararlarını verirken ve planlarını yaparken neredeyse tüm sorumlulukları partnerine devretmekte ve böylelikle kendini güvende hissetmektedir (Young ve Klosko, 2013). Romantik kıskançlık eğilimi de benzer bir şekilde, bir partnerin ötekini kontrol ettiği algısını uyandırabilir. Bu durum zamanla ilişkisel doyumu etkileyebilir, partnerler arasında ilişkisel denge kaybına sebebiyet verebilir.

Duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon, kusurluluk duyguları veya başarısızlık hissi gibi faktörlerin artması, bireylerde ilişki doyumunu azaltabilmektedir. Bu duygular, bireyin kendini değersiz hissetmesine sebebiyet verebilmektedir. Bu durum, bireyin kendine ve dolayısıyla ilişkisine olan güvenini ve tatmininde azalma yaşamasına neden olabilir. Özellikle kusurluluk duyguları veya başarısızlık hissi, kişinin kendisini yetersiz hissetmesine ve bu tarz olumsuz düşünceler barındırmasına yol açabilir. Bu tür duygular, ilişki içindeki bağlantıyı zayıflatarak, kişinin kendini ve ilişkisini sorgulamasına ve tatminini azaltmasına neden olabilir (Balbaba, 2021). Bireyler kendini veya partnerini sürekli olarak feda ettiğinde veya aşırı yüksek standartlar belirlediği zaman bu durum zamanla partnerin bu beklentileri karşılamakta zorlanmasıyla sonuçlanabilir, bu durum da ilişki doyumunu olumsuz yönde

etkileyebilir. Benzer şekilde, bir ilişkide cezalandırılma veya suçluluk duygusu hissetmek, kişinin kendisini kötü hissetmesine neden olur ve ilişki doyumunu azaltır (Dinçtürk, 2019). Ayrıca, bireyim sürekli dış onay arayışı, kişinin kendi değerini çevresel etmenlere bağlamasıyla sonuçlanabilir ve kişi dışarıya bağımlı hale gelir. Bu nedenle, bu tür ilişkisel dinamiklerin farkında olmak ve ilişkisel dengeyi korumak, ilişkilerde daha yüksek bir doyum seviyesi için önem arz etmektedir.

Duygusal Yoksunluk, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Kusurluluk, Duyguları Bastırma, İç İç Geçme/Bağımlılık, Terk Edilme, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Başarısızlık, Karamsarlık, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Kendini Feda, Cezalandırılma, Yüksek Standartlar, Onay Arayıcılık ile Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar saptanmıştır. Erken dönem uyumsuz şemalar çocukluk deneyimlerinden oluşmakla beraber bireyin ilerleyen yaşantısında tüm yönleriyle etkileyen bilişsel yapılardır. Yiğit ve Çelik yaptıkları çalışmada, erken dönem uyum bozucu şemalar, kişilerarası ilişki tarzları ve kendilik algısıyla ilişki tatmininin ilişkisini incelemeyi hedeflemiştir. Yapılmış olan araştırmada, kopukluk şema alanının yetişkinler arasındaki romantik ilişkiler ve evlilik ilişkilerinde önemli bir rol oynayarak ilişki doyumunu azalttığı sonucuna ulaşmışlardır (Yiğit ve Çelik, 2016).

Bayar yapmış olduğu bir araştırmada yetişkinlerdeki erken dönem uyum bozucu şemaların, romantik ilişkilerdeki ilişki tatmini, başa çıkma stilleri ve bağlanma biçimleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Çalışmada, ilişki tatmini ile erken dönem uyum bozucu şemalarla başa çıkma tarzları arasındaki negatif ilişkinin varlığını ortaya koymuştur. Ayrıca, ilişki tatmininin azalması erken dönem uyum bozucu şemaların oluşumunu etkilediği sonucuna ulaşmıştır (Bayar, 2021).

Duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon ve kusurluluk gibi faktörler, çoğunlukla bireylerin ilişkisel dinamiklerinde önemli rol oynamaktadır (Yıldız, 2019). Bu tarz duygusal zorluklar, kişinin partneri ile olan sağlıklı bir bağ kurmasını zorlaştırabilir ve dolayısıyla kişilerin aldatmaya yönelik niyetlerini artırabilir. Bireyler, duygusal boşluklarını doldurabilmek için dışarıdan onay alma veya iç içe geçme/bağımlılık gibi ilişkisel davranışlar sergileyebilirler. Bu tarz davranışlar çoğunlukla ilişki dışı bireylerden ve kaynaklardan tatmin arama eğiliminde olan kişilerin aldatmaya yönelik

niyetlerini artırabilmektedir. Bu tarz tehditler karşısında duyarlılık veya başarısızlık gibi bireylerin zorluklarla başa çıkma ve duygusal acılardan kaçınma eğilimini yansıtabilir. Bu koruyucu mekanizmalar, kişinin ilişki sorunlarıyla yüzleşmek yerine aldatma gibi kaçınma davranışlarını tetikleyebilir (Şehit, 2019). Dolayısıyla, bu duygusal zorluklar ve kaçınma eğilimleri, aldatma niyetlerinin artmasına ve ilişkilerde sorunların derinleşmesine sebebiyet verebildiği düşünülmektedir.

4.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile İlişki Doyumu Arasındaki İlişki

Regresyon analizine bulgularına bakıldığında, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar, onay arayıcılık şemalarının ilişki doyumuna ilişkin anlamlı bir yordayıcı etkisi bulunmadığı görülmektedir. Bunun yanı sıra, duygusal yoksunluk ve iç içe geçme/bağımlılık şemaları ilişki doyumunu yordamaktadır. Bulguların sonucu olarak, duygusal yoksunluk şemasının ilişki doyumunu negatif yönde yordadığını, iç içe geçme/bağımlılık şemasının da ilişki doyumunu negatif yönde yordadığını göstermektedir. Yiğit ve Çelik yaptıkları çalışmada ilişki tatmininin kendilik algısı, kişilerarası ilişki tarzları ile erken dönem uyumsuz şemalar üzerinden değerlendirilmesini amaçlamıştır. Araştırma sonucuna göre; ilişki tatminini, romantik ilişkiye sahip olan kişilerde şema alanlarından olan kopukluk alanının; evliliğe sahip kişilerdeyse ilişkinin süresi ve kopukluk alanının negatif yönlü bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur (Yiğit ve Çelik, 2016).

Yapılmış olan bir çalışmada İran kökenli katılımcılar, boyun eğicilik, bağımlılık/yetersizlik ve terk edilme/istikrarsızlık şemalarında yüksek puan alırken, Hintli katılımcılar duygusal yoksunluk şemasında yüksek puan almışlardır. Araştırmanın neticesinde, erken dönem uyum bozucu şemaların evlilik tatminine etkisinin olabileceği sonucuna varılmıştır (Maryam vd.,2015). Freeman (1998) tarafından 194 katılımcı ile gerçekleştirilen başka bir çalışma, evliliğin kalitesi ve kişilerin arasındaki uyumda erken dönem uyum bozucu şemaları ile yapılandırmacı düşünmeyi ele almıştır. Bu araştırmada, erken dönem uyum bozucu şemalarla kişilerin arasındaki uyumla evlilik tatmini arasında negatif yönde kayda değer ilişki olduğu ortaya konmuştur. Buna ek olarak, sosyal izolasyon, iç içe geçmişlik ve duygusal

yoksunluk şema boyutlarında kadınların skorlarının erkeklere oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

4.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aldatmaya Yönelik Niyeti Arasındaki İlişki

Regresyon analizine ait sonuçlar incelendiğinde, regresyon modelinde duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, karamsarlık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar, onay arayıcılık şemalarının aldatmaya yönelik niyet üzerinde anlamlı bir yordayıcılığı olmadığı görülmektedir. Bulguların sonucu, başarısızlık şemasının aldatmaya yönelik niyeti pozitif yönde yordadığını ortaya koymaktadır. Araştırmanın örneklemine bakıldığında katılımcıların büyük çoğunluğunun (%94,3) üniversite (%75) ve yüksek lisans/doktora (%19,3) mezunu olduğu görülmektedir. Buna karşın çalışma durumuna bakıldığında 221 katılımcının (%55,3) çalıştığı, 179 katılımcının (%48,8) ise çalışmadığı görülmektedir. Meslek sahibi olmaya karşın çalışma hayatına katılmıyor/katılamıyor olmanın kişilerin şemalarından başarısızlık şemasıyla ilişkili olabileceği, bu şemanın kişilerin kendilerini ve diğerlerini algılamasında etkili olabileceği ve bu sebeple aldatmaya yönelik niyet üzerinde yordayıcı etkisinin görüldüğü düşünülmektedir. Özsaygı düzeyi ile başarısızlık şema boyutu arasındaki ilişkiye odaklanan bir araştırma Young ve Klosko (2013) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma, erken dönem şemaların romantik kıskançlıkla ilişkili olabileceğini göstermektedir. Başarısızlık şeması rekabeti beraberinde getirir; rekabet, temelde kişinin kendisini başkalarıyla kıyaslaması, kendisini beceriden yoksun, yeterli olamayan ve görece düşük statüde görmesi meyiliyle ilişkilidir. Bu bireyler, kendilerine kıyasla iyi, yeterli ve başarılı insanlarla ilişkilene eğilimindedirler.

Zeinali ve Amirsardari (2018) çalışmasında, var olan beş şema alanının dört tanesinin aldatma eğilimini anlamlı şekilde yordadığını saptamışlardır. Aşırı uyarılma ve ketlenme, kopukluk ve reddedilme, başkalarına yönelimlilik, zedelenmiş özerklik ve başarısızlık şema alanlarıyla aldatma eğilimi kayda değer şekilde ilişkili bulunmuşken zedelenmiş sınırlar şema alanıyla aldatma eğilimi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Erken dönem uyum bozucu şemalarla ilişki bağlanımının pozitif yönlü ilişkiye sahip olduğuna dair literatürde bulunan sonuçlar mevcuttur (Mohammadi ve Soleymani, 2017; Şahin, 2015). Tüm şema alanlarının ilişki bağlanımıyla pozitif yönlü kayda değer ilişkili olduğu saptanmıştır, ayrıca ilişki bağlanımıyla en kuvvetli ilişkiye sahip şema alanının zedelenmiş özerklik ve başarısızlık olduğu belirlenmiştir (Mohammadi ve Soleymani, 2017). Başarısızlık kalıbı veya inancı var olan bireylerde aldatmaya yönelimde artış gözlemlenmektedir. Bireylerde duygusal tatmin eksikliği ve benlik algılarıyla ilişkili olabilecek bu durumun da dış ilişkilerle duygusal bağ kurmaya sebebiyet verebildiği düşünülmektedir.

4.4. Cinsiyete Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Çalışmadan elde edilen bulgulara göre; aldatmaya yönelik niyet ölçeğinden, duygusal yoksunluk alt ölçeğinden, sosyal izolasyon/güvensizlik alt ölçeğinden, kusurluluk alt ölçeğinden, duyguları bastırma alt ölçeğinden, terk edilme ile cinsiyet arasında anlamlı düzeyde fark olduğu belirtilmiştir. Bu bağlamda; erkeklerin skorlarının kadınlara göre daha yüksek olduğu ortaya koyulmuştur. Kendini Feda alt ölçeği, cezalandırılma alt ölçeği ve yüksek standartlar alt ölçeği cinsiyete göre bakıldığında, kıyaslanan gruplar arasında anlamlı düzeyde farklar ortaya koyulmuştur. Erkeklerin puanlarının kadınlara kıyasla fazla olduğu saptanmıştır. Karamsarlık şemasıyla cinsiyet değişkeni arasında önemli seviyede farklar olduğu da ortaya koyulmuştur. Kadınların skorlarının erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Erkeklerin kopukluk şema alanındaki skorlarının kadınlara oranla daha fazla olduğunu belirten araştırmalara literatürde rastlanmaktadır (Kaya, 2010; Camara ve Calvete, 2012; Özbaş vd, 2012; Yiğit, 2013). Bu durumun, erkek katılımcıların diğeri yönelimlilik şema alanından fazla skora sahip olması gibi öngörülme netice olduğu şeklinde değerlendirilebilir. Genellikle, kadınların diğerklerinin beklentilerine ve hislerine karşı görece hassas yaklaşabilecekleri, kendi ihtiyaçları ve arzularına ait farkındalıklarının kısıtlı olabileceği öne sürülür. Ancak, diğeri yönelimlilik şema alanı için cinsiyet açısından fark olmadığına dair yapılan çalışmalar bulunmaktadır (Özbaş vd, 2012; Yiğit, 2013).

Bir başka çalışmada, erkeklerin kadınlara kıyasla daha fazla kısıtlayıcı bir yaklaşım sergilediği, kadınlarınsa erkeklere kıyasla daha fazla destekleyici bir tutum benimsediği belirtilmiştir. Bu veri, önceki araştırmalarla paralel olarak ortaya konmuştur (Batıgün, 2008; Hasta ve Güler, 2013). Cinsiyet faktörüne bağlı bu farklılığın, sosyal öğrenme süreciyle oluşan cinsiyet rolleriyle ilişkilendirildiği ifade edilmektedir. Örneğin, "İstek ve ihtiyaçlarımı partnerime net şekilde belirtirim" benzeri destekleyici bir tutumu yansıtan ifadelerin cinsiyet rollerinden kadın rolüne uygun olduğu, "Kendimi kontrol edemeyip hızla öfkeye kapılırım" gibi kısıtlayıcı tutumdaki ifadelerinse cinsiyet rollerinden erkek cinsiyet rolünü yansıttığı belirtilmektedir (Batıgün, 2008; Hasta ve Güler, 2013).

4.5. Çalışma Durumuna Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik alt ölçeğinden, Başarısızlık alt ölçeğinden, Karamsarlık alt ölçeğinden, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ile çalışma durumu arasında fark saptanmıştır. Bu doğrultuda; çalışmayanların puanlarının çalışanlara kıyasla fazla olduğu gözlemlenmiştir. Maraşlı'nın çalışması, erken dönem uyum bozucu şemalarla sosyal kaygı belirtileri ilişkisinde aleksitimi ile benlik saygısının aracı rolünü incelemeyi hedeflemiştir. Araştırma, erken dönem uyum bozucu şema alanlarının, bir işte çalışma durumuna göre zedelenmiş otonomi şema alanından aldıkları puanların bir işte çalışanlara kıyasla anlamlı olarak daha fazla olduğunu belirtilmektedir (Maraşlı, 2024). Scott ve Crino (2014) yaptıkları araştırmada sosyal izolasyon ve kusurluluk şemalarını kapsayan kopukluk şema alanı ile işteki işlevsellik arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulmuştur. Mevcut çalışma bulguları doğrultusunda; zedelenmiş otonomi şema alanı altında bulunan başarısızlık, karamsarlık ve dayanıksızlık şemalarının işteki işlevselliği olumsuz yönde etkileyerek çalışmama durumunu yordayacağı düşünülmektedir.

4.6.Eğitim Düzeyine Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Duyguları Bastırma, İç İç Geçme/Bağımlılık, Karamsarlık, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Kendini Feda ve Cezalandırılma ile eğitim durumu arasında farkın anlamlı olduğu gözlemlenmiştir. Buna göre, lise

mezunu ve üniversite mezunlarının ortalamalarının yüksek lisans/doktora mezunlarının ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışma sonucuna göre; eğitim seviyesiyle erken dönem uyum bozucu şemaların ilişkisinin anlamlı bulunduğu görülmektedir.

Sezer (2023) yaptığı çalışmada, erken dönem uyumsuz şemaların, olumsuz otomatik düşüncelerle kişilik inançlarının ilişkili olup olmadığını incelemeyi hedeflemiştir. Araştırma sonuçlarına göre; Terkedilme/İstikrarsızlık alt boyutunda lisansüstü mezunu olanların, Duygusal Yoksunluk, kusurluluk, yetersiz özdenetim, kendini feda, karamsarlık, yüksek standartlar alt boyutunda lise ve altı mezunlarının, cezalandırma alt boyutunda ise lisans mezunlarının daha yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir (Sezer, 2023).

Özgörüş (2021), kusurluluk, terk edilme, bağımlılık, sosyal izolasyon, duyguları bastırma, cezalandırıcılık, onay arama, fedakarlık, zarar görme ve hastalıklara karşı dayanıksızlık şemalarının eğitim seviyesi ile negatif yönlü ilişkide olduğunu belirtmiştir. Ancak, Sağlam (2016) eğitim düzeyiyle erken dönem uyum bozucu şemaların ilişkisi olduğunu saptamamış olup kişilerin eğitim seviyelerinin skorlarında kayda değer bir fark yaratmadığını göstermiştir. Bu bulgular Çakırca'nın (2020) çalışmasında da paralel şekilde ortaya konmuştur. Başçelik'in (2021) çalışmasında, bireylerin eğitim düzeylerinin artmasıyla kendini feda, cezalandırıcılık ve duyguları bastırma şemalarından elde ettikleri skorların yükseldiği gözlemlenmiştir. Bir diğer araştırmada ise, eğitim seviyesi yükseldikçe sosyal izolasyon, kendini feda, tehditlere karşı dayanıksızlık, terk edilme ve duygusal yoksunluk şemalarından alınan skorların düştüğü saptanmıştır. Ancak, başarısızlık ve yetersiz özdeneyim şemalarından elde edilen skorların yükseldiği belirtilmiştir (Çakır, 2021).

Eğitim düzeyiyle erken dönem uyum bozucu şemaların ilişkisindeki anlamlı farklılığın nedeni olarak, eğitim düzeyinin bireylerin duygusal ve bilişsel anlamda gelişimlerine olumlu yönde etki etmesinden kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Daha yüksek eğitim düzeyine sahip bireylerin çoğunlukla kaynak ve fırsat erişimi daha fazladır. Bu durum da bireylerin duygusal sağlıklarına ve ilişki dinamiklerini iyi yönetmelerine olanak sağlamalarına yardımcı olabildiği düşünülmektedir.

4.7. Medeni Hale Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

İlişki Doyum İndeksi ile medeni hal arasındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır.

Bu bağlamda, ilişkisi olanların ve evlilerin ortalamalarının bekarların ortalamalarına kıyasla fazla olduğu saptanmıştır. Duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık terk edilme ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim onay arayıcılık şemalarıyla medeni hal ilişkisindeki farkın kayda değer olduğu bulunmuştur. Bu neticede, bekarların ortalamalarının ilişkisi olanların ve evlilerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Yiğit ve Çelik'in (2016) yaptığı analize göre, evli olan kişilerin ilişki doyumu, romantik ilişkisi olan kişilere oranla daha yüksek çıkmıştır. Ancak, literatürde ilişkin konuya dair çeşitli sonuçlar da bulunmaktadır. Kimi araştırmalarda, ilişkinin çeşidiyle ilişki doyumu bağlamında herhangi bir farklılık bulunmadığı belirtilirken (Bilecen, 2007; Hasta ve Büyükaşahin, 2006), diğer çalışmalarda evli bireylerin ilişki tatminin romantik ilişkiye sahip veya flörte sahip olan bireylere kıyasla görece fazla bulunduğu ifade edilmektedir (Büyükaşahin ve Hovardaoğlu, 2007). Ayrıca, evlilik akdi olmadan beraber yaşamakta olan partnerlerin ilişki tatmininin, evliliğe sahip partnerlere oranla az bulunduğu tespit edilmiştir. Evlilik medeni halinin ilişki doyumunu etkilediği ve beraber yaşamakta olan bireylerle kıyaslandığında, evlilik ilişkisinde fazla seviyede güven duyma ve güvenlik hissiyatı yaşayan eşlerin, daha fazla duygusal bağlılık/sadakat ve ilişkisel yakınlık sergiledikleri vurgulanmıştır (Jurič, 2011).

Ayrılma ve reddedilme şema alanı, evli ve romantik ilişki içinde olan kişilerde ilişki tatminini kayda değer ölçüde etkileyen bir faktördür. Bu şema alanına ait şemaların ilişki tatminini veya kalitesini negatif şekilde etkilemesi, evlilik veya ilişki çatışmalarına, partnerler arasında güven, sevgi, ilgi, yakınlık, destek ve samimiyet konusunda sorunların ortaya çıkmasına neden olabilir. Örneğin, diğer bireylerin kendi bencil isteklerini göz önünde bulundurarak kişiyi kullanacağına veya onları küçümseyeceğine dair aşırı beklentiler içeren güvensizlik şeması sahibi kişiler, öteki kişilerin açık ve dürüst olabileceğini düşünmeyebilirler. Bu durum, yakınlıktan kaçınma meyilinde olmalarına ve sonuç olarak duygu ve düşüncelerini paylaşmaktan kaçınmalarına yol açabilir (Young vd., 2003).

Bu şema ile ilişkilendirilen diğerlerinin elinden istismar edilme ya da kötüye kullanılma endişesi, kişinin kendisini açmaması ve artmış tetikte olması hissiyatı, yakın ilişkilerinde sadakat ve güven gibi olumlu duygulanımların bozulmasına ve ilişki tatmininin düşmesine sebebiyet verebilir. Kusurluluk şeması da benzer şekilde, kişilerin kendilerini değersiz, kusurlu, kötü, istenmeyen ve önemsiz görmeleriyle ilişkili inançları içermektedir. Bu şema sahibi kişiler, kusurlu olduklarının diğerleri tarafından fark edileceği ve kabul edilmeyeceği endişesiyle yakın ilişkiler kurmaya mesafeli durabilirler veya ilişkide oldukları kişilere kendilerini açmayarak ve hakiki kendilerini saklama çabasıyla davranabilirler. Bu şema ile uyarılan kusurluluk, utanç ve reddedilme fikirleri, partnerler arasında uzaklaşmaya ve bireylerin ilişkiden alındıkları doyumun azalmasına sebebiyet verebilir. Duygusal yoksunluk şeması sahibi kişilerse, yönlendirilme, duygusal destek, dinlenme ve anlaşılma gibi ihtiyaçlarının yeterince giderilmeyeceğini ve ilişkilerinde yanlış anlaşılma veya ilgisizlik hissi yaşayabileceklerini düşünebilirler.

4.8. Yaşamın Çoğunun Geçtiği Yere Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

İç İçe Geçme/Bağımlılık, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ve yaşamının çoğunu geçirdiği yer arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Buna göre, kasabada yaşayanların ortalamalarının şehir ve büyükşehirde yaşayanların ortalamalarına kıyasla görece yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tamar ile diğerleri (2006) yaptıkları araştırmada, kırsal bölgede ikamet eden gençlerin, kentsel bölgede yaşayanlara oranla daha yüksek oranla bağımlı davranışlar ve duygular sergiledikleri bulunmuştur. Kağıtçıbaşı'nın (1998) aile etkileşim modeline göre, ataerkil aile yapıları, kırsal ve geleneksel toplumlarda geniş aile kavramı, düşük gelir seviyesi ile ve düşük eğitim seviyesi, aile içinde bağımlılık ilişkilerinin öne çıkmasını sağlarken; çekirdek hane yapıları, şehirselleşme, üst gelir ve eğitim seviyesi ise bireylerin özerkliğinin desteklendiği aile yapısı ile ilişkilendirilmektedir. Sosyodemografik verilere dayalı yapılan analizlerde, katılımcıların yaşadıkları yerin ilişki durumlarına göre ilişki doyumlarında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir (Göllü, 2019).

Kasaba yaşamında çoğunlukla küçük ve topluluk odaklı bir yaşantının olması, bireylerin iç içe geçme/bağımlılık ve tehditlere karşı dayanıklılık şemalarını tetikleyecek sosyal ilişkiler ve bağlantılar için zemin hazırlamaya müsait ortamlardır. İnsan ilişkilerinin daha sıkı ve yakın olduğu bir alanda bireylerin başkalarına ya da yakın çevresine bağımlı hissetmeleri mümkündür. Ayrıca kasaba yaşamı çoğunlukla kısıtlı sosyal ve kültürel imkanlarla sınırlıdır. Bu bağlamda bireylerin yaşamış oldukları yerdeki sınırlı seçenekler sebebi ile daha fazla iç içe geçme/bağımlılık ve tehditlere karşı dayanaksız hissetmeleri mümkündür. Büyük şehirlerde ise bu durum tam aksine daha fazla imkan ve bireylere anonimlik sunmaktadır. Bu yaşam tarzlarının iç içe geçme/bağımlılık ve tehditlere karşı dayanıksızlık şemalarını etkilediği düşünülmektedir (Arslan, 2017).

4.9. Gelir Seviyesine Göre İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Aldatmaya Yönelik Niyet ile gelir seviyesi arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Buna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Duygusal Yoksunluk ile gelir seviyesi arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Buna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta ve yüksek olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile gelir seviyesi arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Buna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Kusurluluk ile gelir seviyesi arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Buna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta ve yüksek olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. İç İçe Geçme/Bağımlılık ile gelir seviyesi arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Buna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta ve yüksek olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Terk Edilme ile gelir seviyesi arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Buna göre, gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta ve yüksek olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Başarısızlık ile gelir seviyesi arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Buna göre, Kağıtçıbaşı'nın (1998) aile etkileşim modelinde, gelir

seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta ve yüksek olanların ortalamalarına oranla yüksek olduğu saptanmıştır.

Erken dönem uyum bozucu şemalarla duygu ifade etme kabiliyeti ilişkisinin incelendiği çalışmada, araştırmaya katılanların gelir durumunun da erken dönem uyum bozucu şemalarının üzerindeki tesiri değerlendirilmiştir. Yapılmış olan çalışmanın sonuçlarına göre, gelir durumu düşük olan kişilerin kusurluluk, başarısızlık, tehditlere karşı dayanıksızlık, terk edilme, iç içe geçme, duygusal yoksunluk ve karamsarlık alt boyut puanlarının daha fazla bulunduğu belirlenmiştir (Güler ve Tuncay, 2021). Topçu'nun yürüttüğü araştırmada evli olan kadınların üzerinden, erken dönem uyum bozucu şemalarla eş tükenmişliği ilişkisinde duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; Kopukluk şema alanında ortaya çıkan anlamlı farkı belirlemek amacıyla post-hoc analizi için Tukey testi uygulanmıştır. Asgari ücret altı geliri olan evli kadınların kopukluk şema alanı puanlarının, 18.000 TL ve üstü geliri bulunan kadınlara kıyasla anlamlı seviyede yüksek olduğu belirlenmiştir. Ek olarak, asgari ücret ile 10.000 TL arası geliri olan kadınların 18.000 TL ve üzeri geliri olan kadınlara nazaran kopukluk şema alanından alınan skorların anlamlı düzeyde fazla bulunduğu sonucu ortaya çıkmıştır (Topçu, 2023). Akhun (2012), sosyoekonomik düzeyi düşük olan katılımcıların diğeri yönelimlilik, zedelenmiş özerklik ve kopukluk şema alanlarından aldıkları puanın, orta ve üst düzey sosyoekonomik durumu olanlara kıyasla daha yüksek olduğunu ifade etmiştir. Ancak, anlamlı bir farkın olmadığını belirtmişlerdir. Düşük maddi gelir seviyesi ile birlikte yaşanan geçim sıkıntısı ve bu duruma eşlik eden stres yaratıcı faktörler dikkate alınmalıdır. Ekonomik sıkıntılar yaşayan ailelerde yetişmiş olan bireylerin, aile içinde sık sık maddi zorluklardan dolayı bakımlarının ikinci plana atılma riski taşıdıkları göz önünde bulundurulmalıdır. Bu durum, yetişkinlik döneminde de benzer sıkıntıları deneyimleme olasılığını artırarak, şemaların tetiklenmesine sebebiyet verebilir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

İlişki Doyum İndeksi, Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Arasındaki İlişkiye Dair Sonuçlar

Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği ile Erken dönem uyum bozucu şemaların, ilişki doyum indeksi değişkenleri arasında düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar tespit edilmiştir.

Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların İlişki Doyumunu Yordamasına İlişkin Sonuçlar

Sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar, onay arayıcılık şemalarının ilişki doyumu üzerinde anlamlı yordayıcılığa sahip olmadığı saptanmıştır.

Duygusal yoksunluk ve iç içe geçme/bağımlılık şemalarının ilişki doyumunu yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Duygusal yoksunluk şemasının ilişki doyumunu negatif yönde yordadığı, iç içe geçme/bağımlılık şemasının ilişki doyumunu negatif yönde yordadığını görülmüştür.

Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aldatmaya Yönelik Niyeti Yordamasına İlişkin Sonuçlar

Duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, karamsarlık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar, onay arayıcılık şemalarının aldatmaya yönelik niyet üzerinde anlamlı bir yordayıcılığı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Başarısızlık şemasının aldatmaya yönelik niyeti pozitif yönde yordadığını göstermektedir

Cinsiyet ile araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilere dair sonuçlar

Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeğinden, Duygusal Yoksunluk alt ölçeğinden, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik alt ölçeğinden, Kusurluluk alt ölçeğinden, Duyguları Bastırma alt ölçeğinden, Terk Edilme ile cinsiyet arasında anlamlı seviyede farklılık tespit

edilmiştir. Erkeklerin puanlarının kadınların puanlarına kıyasla fazla olduğu saptanmıştır.

Karamsarlık ile cinsiyet arasında anlamlı düzeyde farklılık göze çarpmaktadır. Bu bağlamda; kadın katılımcıların skorlarının erkek katılımcılara oranla daha yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Çalışma Durumu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişki

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik alt ölçeğinden, Başarısızlık alt ölçeğinden, Karamsarlık alt ölçeğinden, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ile çalışma durumu arasında bir fark tespit edilmiştir.

Çalışmayan katılımcıların puanları çalışanlara göre daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

Eğitim Düzeyi ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişki

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Duyguları Bastırma, İç İç Geçme/Bağımlılık, Karamsarlık, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Kendini Feda ve Cezalandırılma ile eğitim durumu arasında farkın anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Lise mezunu ve üniversite mezunlarının ortalamalarının yüksek lisans/doktora mezunlarının ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışma sonucuna göre; eğitim seviyesi ve erken dönem uyum bozucu şemalar ilişkisinde kayda değer yordayıcı olduğu görülmektedir.

Medeni Hal ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişki

İlişki Doyum İndeksi ile medeni durum arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. İlişkisi olanların ve evlilerin ortalamalarının bekarların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Duygusal Yoksunluk ile medeni durum arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Bekarların ortalamalarının ilişkisi olanların ve evlilerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile medeni hal arasında farkın anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bekarların ve ilişkisi olanların ortalamalarının evlilerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Kusurluluk, Onay Arayıcılık, İç İçe Geçme/Bağımlılık, Terk Edilme, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Duyguları Bastırma ile medeni hal ilişkisindeki farkın anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bekarların ortalamalarının evlilerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Yaşamın Çoğunun Geçtiği Yere ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişki

İç İçe Geçme/Bağımlılık, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile yaşamının çoğunu geçirdiği yer arasında farkın anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kasabada yaşayanların ortalamalarının şehir ve büyükşehirde yaşayanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Gelir Seviyesi ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişki

Aldatmaya Yönelik Niyet ile gelir seviyesi arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Gelir seviyesi düşük olanların ortalamalarının gelir seviyesi orta olanların ortalamalarına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Öneriler

Çalışmanın Türkiye genelinde daha fazla katılımcı ile gerçekleştirilmesinin sonuçlar açısından daha güçlü bulgulara erişilmesini sağlayacağı düşünülmektedir.

Daha farklı demografik bilgiler ile katılımcılardan daha geniş sonuçlar elde edilebilir. Çocukluk ve ergenlik dönemlerinde aile ortamı kişilerin şemalarını oluştururken belirleyici bir rol oynamaktadır. Aile içerisinde yaşanan ilişkiler, iletişim tarzı, tutumlar ve davranışlar, bireylerin gelecekteki ilişkilerini ve benlik algılarını şekillendirir. Bu sebeple kardeş sayısı, anne-baba eğitim durumu gibi bilgilerin de önemli rol oynayabileceği düşünülmektedir.

Klinik bağlamda ise çift terapisi uygulamalarının yanı sıra kişilerin sahip oldukları erken dönem uyum bozucu şemaların ilişkilerine olan etkilerinin farkına varılıp, erken dönem uyum bozucu şemaların tanımlanması ve yapılandırılması yoluyla çift terapisinde olumlu sonuçlar alınabileceği düşünülmektedir.

Günümüzde teknolojinin hızla gelişiyor olması ve sosyal medyanın kullanımının yaygınlaşması gibi kayda değer faktörler, ilişkiler üzerindeki etkileri bakımından önemli bir araştırma alanı oluşturmaktadır. Özellikle sosyal medya kullanımının, ilişki

doymu dışında aldatmaya etki edebilecek etmenlerden biri olarak incelenmesi, literatüre yeni bir bakış açısı kazandırabilir.

Bu bağlamda erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişki doymu ve aldatmaya yönelik niyet arasındaki ilişkiyi araştırırken, sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin de kullanılması önerilmektedir. Bu ölçeğin, katılımcıların sosyal medya kullanım düzeyini ve bireylerin bağımlılık düzeyini belirlemek açısından önemli sonuçlar ortaya çıkarabileceği düşünülmektedir.



KAYNAKÇA

- Akhun, M. (2012). Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyum bozucu şemaları, benlik kurguları, ayrılma-bireyleşme ve duygu düzenleme güçlüğü'nün psikolojik belirtilerle ilişkisi [Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Alaçam, S. (2020). Evli bireylerde evlilik doyumu, aldatma eğilimi ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Işık Üniversitesi.
- Allen, E. S. ve Baucom, D. H. (2004). Adult attachment and patterns of extradyadic involvement. *Family Process*, 43(4), 467-488.
- Altunal, E. (2019). Erken dönem uyum bozucu şemalar ile evliliği sürdürme nedenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi.
- Arslan, R. (2017). Algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyum bozucu şemalar ve kişiler arası bağımlılık eğilimi arasındaki ilişkiler: Şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme [Yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Atkins, D. C., Baucom, D. H. ve Jacobson, N. S. (2001). Understanding Infidelity: Correlates in a National Random Sample, *Journal of Family Psychology*, 15(4), 735-749. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.15.4.735>
- Atkins, D. C., Baucom, D. H., Yi, J. ve Christensen, A. (2005). Infidelity in Couples Seeking Marital Therapy. *Journal of Family Psychology*, 19(3), 470-473. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.19.3.470>
- Atwood, J. D. ve Schwartz, L. (2002). Cyber-Sex. *Journal of Couple ve Relationship Therapy*, 1(3), 37-56. https://doi.org/10.1300/J398v01n03_03
- Ayan, B. E. (2019). Erken dönem uyum bozucu şemalar ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide bilişsel çarpıtmalar ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolü [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Medipol Üniversitesi.

- Baker, L. R., McNulty, J. K. ve VanderDrift, L. E. (2017). Expectations for future relationship satisfaction: Unique sources and critical implications for commitment. *Journal of Experimental Psychology: General*, 146(5), 700-721. <https://doi.org/10.1037/xge0000299>
- Balbaba, B. (2021). Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmaları ile erken dönem uyum bozucu şemaları arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Başçelik, E. (2021). Nesne ilişkilerinin erken dönem uyum bozucu şemalar ve yetişkin bağlanma tarzlarına etkisi [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.
- Batıgün, A. D. (2008). İntihar olasılığı ve cinsiyet: İletişim becerileri, yaşamı sürdürme nedenleri, yalnızlık ve umutsuzluk açısından bir inceleme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(62), 65-75.
- Bayar, B. (2021). Yetişkin bireylerde erken dönem uyum bozucu şemalar, romantik ilişkilerindeki bağlanma stilleri, ilişki doyumları ve başa çıkma biçimleri arasındaki ilişki [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Kent Üniversitesi.
- Behary, W. T. (2008). *Narsistle ateşkes* (M. Caner ve N. Azizlerleli, Çev.). Psikonet.
- Betzig, L. (1989). Causes of conjugal dissolution: A cross-cultural study. *Current Anthropology*, 30(5), 654-676.
- Bilecen, N. (2007). Yakın ilişkilerde stres ve stresle başa çıkma: Yatırım modeline göre bir inceleme [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Blow, A. J. ve Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships II: A substantive review. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(2), 217-233.
- Bogaert, A. F. ve Sadava, S. (2002). Adult attachment and sexual behaviour. *Personal Relationships*, 9(2), 191-204.
- Bowlby, J. (1979). Behavioral and brain sciences, 2(4), 637-638. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00064955>

- Bryant, C. M. ve Conger, R. D. (2002). An intergenerational model of romantic relationship development. In A. L. Vangelisti, H. T. Reis, ve M. A. Fitzpatrick (Eds.), *Stability and change in relationships* (pp. 57-82). New York, NY: Cambridge University Press.
- Buehler, C. J. ve Wells, B. L. (1981). Counseling the romantic. *Family Relations*, 30(3), 452-458.
- Buss, D. M., Larsen, R. J., Westen, D. ve Semmelroth, J. (1992). Sex differences in jealousy: Evolution, physiology, and psychology. *Psychological Science*, 3(4), 251-255.
- Bykahin, A. ve Hovardaoğlu, S. (2007). Yatırım modelinin bazı ilişkişel değişkenler yönünden incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 22(59), 69-86.
- Camara, M. ve Calvete, E. (2012). Early maladaptive schemas as moderators of the impact of stressful events on anxiety and depression in university students. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 34, 58-68.
- Campbell, A. (1976). Subjective measures of well-being. *American Psychologist*, February, 117-124.
- Chatav, Y. ve Whisman, M. A. (2009). Partner schemas and relationship functioning: A states of mind analysis. *Behavior Therapy*, 40, 50-59.
- Christian, J. L., O'Leary, K. L. ve Vivian, D. (1994). Depressive symptomatology in maritally discordant women and men: The role of individual and relationship variables. *Journal of Family Psychology*, 8, 32-42.
- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24.
- Connolly, J., Craig, W., Goldberg, A. ve Pepler, D. (2004). Mixed-gender groups, dating, and romantic relationships in early adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 14(2), 185-207.

- Çakır, A. E. (2021). Evli kadınlarda benlik algısı ve evlilik doyumunun erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişkisi [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Çakırca, F. (2020). Kişilerin erken dönem uyum bozucu şemaları ve öfke kontrol düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Çavuşoğlu, Z. Ş. (2011). Bağlanma stilleri, evlilik uyumu ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Çıkıt, B. (2017). Evli bireylerde bağlanma stilleri ve aldatma eğiliminin şema terapi modeli çerçevesinde değerlendirilmesi [Yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.
- Dattilio, F. M. (2009). Cognitive-behavioral therapy with couples and families: A comprehensive guide for clinicians. *Guilford Press*.
- Davis, M. H. ve Oathout, H. A. (1987). Maintenance of satisfaction in romantic relationships: Empathy and relational competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 397-410.
- Dinçtürk, K. (2019). Erken dönem şema alanlarında bağlanma modellerinin sosyal fobinin benlik saygısı ile ilişkisi [Yüksek lisans tezi]. Başkent Üniversitesi.
- Drigotas, S. M. ve Barta, W. (2001). The cheating heart: Scientific explorations of infidelity. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), 177-180. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00143>
- Dupre, M. E., Beck, A. N. ve Meadows, S. O. (2009). Marital trajectories and mortality among US adults. *American Journal of Epidemiology*, 170(5), 546-555. <https://doi.org/10.1093/aje/kwp194>
- Egan, V. ve Angus, S. (2004). Is social dominance a sex-specific strategy for infidelity? *Personality and Individual Differences*, 36(3), 575-586.

- Eken, E. (2017). The role of early maladaptive schemas on romantic relationships: A review study. *PEOPLE: International Journal of Social Sciences*, 3(3), 108-123.
- Eldoğan, D. ve Barışkın, E. (2014). Erken dönem uyum bozucu şema alanları ve sosyal fobi belirtileri: Duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolü var mı? *Türk Psikoloji Dergisi*, 29(74), 108-118.
- Farrell, J. M., Reiss, N. ve Shaw, I. A. (2015). *Şema terapi klinisyenin rehberi* (S. G. Alkan ve E. Alkan, Çev.). Psikonet.
- Fricker, J. (2006). Predicting infidelity: The role of attachment styles, love styles, and the investment model [Yayımlanmamış doktora tezi]. Swinburne University of Technology.
- Glass, S. ve Wright, T. (1985). Sex differences in type of extramarital involvement and marital dissatisfaction. *Sex Roles*, 12, 1101-1120.
- Göllü, E. (2019). Genç erişkinlerde erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveyn tutumlarının ilişki doyumuna etkisi [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Okan Üniversitesi.
- Güler, K. ve Tuncay, M. (2021). Erken dönem uyum bozucu şemalar ve duyguları ifade edebilme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(4), 1385-1405.
- Güngör, H. C. (2015). The predictive role of early maladaptive schemas and attachment styles on romantic relationships. *International Journal of Social Sciences and Education*, 5(2), 417-430.
- Güzel, İ. (2016). Yakın ilişkilerde aldatma ve affetme eğiliminin şema terapi modeli çerçevesinde incelenmesi [Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi]. Bahçeşehir Üniversitesi.
- Halford, W. K., Keefer, E. ve Osgarby, S. M. (2002). "How has the week been for you two?" Relationship satisfaction and hindsight memory biases in couples reports of relationship events. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 759-773.

- Hasta, D. ve Büyükşahin, A. (2006). A Comparison of university students with romantic relationships and married couples for the love styles and the reasons for maintaining the relationship. *International Association for Relationship Research Conference*, Crete, Greece.
- Hawkins, J. L. (1968). Associations between companionship, hostility, and marital satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 30(4), 647-650.
- Hazan, C. ve Zeifman, D. (1999). Pair bonds as attachments. In *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, 336-354.
- Hendrick, S. S. (1981). Self-disclosure and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 1150-1159.
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 50, 93-98.
- Hindle, R. A. (1979). *Toward understanding relationships*. London: Academic Press.
- Hughes, M. E. ve Waite, L. J. (2009). Marital biography and health at mid-life. *Journal of Health and Social Behavior*, 50(3), 344-368.
<https://doi.org/10.1177/002214650905000307>
- Humphrey, F. G. (1987). Treating extramarital sexual relationships in sex and couples therapy. In G. Weeks ve L. Hot (Eds.), *Integrating sex and marital therapy: A clinical guide* (pp. 149-170). New York: Brunner/Mazel.
- Jurič, S. (2011). Difference in relationship satisfaction and adult attachment in married and cohabitating couples. *Anthropos: Casopis za Psihologijo in Filozofijo ter za Sodelovanje Humanističnih Ved*, 43, 51-69.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2002). Sosyal değişme, aile ve insan gelişimi: İşlevsel bir model. XII. *Ulusal Psikoloji Kongresi*, ODTÜ.
- Kantarcı, D. (2009). Evli bireylerin bağlanma stillerine göre aldatma eğilimleri ve çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Karaosmanoğlu, A. (2016). *Eyvah! Kötü bir şey olacak*. Psikonet.

- Kaya, F. (2010). Çocukluk döneminde yaşanan istismarın kişilerarası ilişki tarzları üzerindeki etkisi: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü [Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Keizer, R. (2014). Relationship satisfaction. In *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*, 5437-5443.
- Kubat, D. E. (2012). Evli bireylerde aldatma eğilimi ve evlilik doyumu ilişkisinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.
- Lawson, A. (1988). *Adultery: An analysis of love and betrayal*. New York: Basic Books.
- Leahy, R. L. (1997). *Bilişsel terapi ve uygulamaları* (H. Hacak, M. Macit ve F. Özpilavcı, Çev.). Litera Yayıncılık.
- Levine, S. B. (1998). Extra marital sexual affairs. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 24(3), 207-216.
- Levy, K. N. ve Kelly, K. M. (2010). Sex differences in jealousy: A contribution from attachment theory. *Psychological Science*, 21(2), 168-173.
- Lucas, R. E. ve Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-303. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Maraşlı, E. (2024). Erken dönem uyum bozucu şemalar ile sosyal kaygı belirtileri arasındaki ilişkide aleksitimi ve benlik saygısının aracı rolü [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacı Bayram Veli Üniversitesi.
- Metts, S. ve Cupach, W. R. (1990). The influence of relationship beliefs and problem-solving responses on satisfaction in romantic relationships. *Human Communication Research*, 17(1), 170-185.
- Mikulincer, M. ve Goodman, G. S. (Eds.). (2006). *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex*. Guilford Press.

- Mohammadi, B. ve Soleymani, A. (2017). Early maladaptive schemas and marital satisfaction as predictors of marital commitment. *International Journal of Behavioral Sciences*, 11(1), 16-22.
- Müezzinoğlu, S. (2014). Romantik ilişkilerde aldatma: Bağlanma boyutları, kişilik özellikleri ve ilişki bağlanımı [Doktora tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Özbaş, A. A., Sayın, A. ve Coşar, B. (2012). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav öncesi anksiyete düzeyi ile erken dönem uyum bozucu şema ilişkilerinin incelenmesi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1, 81-89.
- Özgörüş, Z. (2021). Yetişkinlerde erken dönem uyum bozucu şemalar, mizaç ve yeme tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.
- Peluso, P. R., ve Spina, P. (2008). Understanding infidelity: Pitfalls and lessons for couples counselors. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 16(4), 324-327.
- Polat, D. (2006). Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Rafaeli, E., Bernstein, D. P., ve Young, J. E. (2012). *Şema terapi ayırıcı özellikler* (M. Şaşıoğlu, Çev.). Psikonet.
- Roediger, E. (2015). *Şema terapi nedir. Şema terapinin temellerine, modellerine ve uygulamasına giriş* (Cilt. 1) (S. Ataman, Çev.). Nobel Press.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16, 172-186.
- Rusbult, C. E., Zembrodt, I. M. ve Gunn, L. K. (1982). Exit, voice, loyalty, and neglect: Responses to dissatisfaction in romantic involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 1230-1242.

- Sağlam, N. (2016). Young şema modeline göre aleksitimi kavramının incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Okan Üniversitesi.
- Schützwohl, A. (2006). Sex differences in jealousy: Information search and cognitive preoccupation. *Personality and Individual Differences*, 40(2), 285-292.
- Scott, S. ve Crino, R. D. (2014). Early maladaptive schema and social and occupational functioning: The mediating role of psychiatric symptomatology. *Australian Journal of Psychology*, 66(4), 224-232.
- Seyfi, S. (2017). Evli bireylerin aldatma eğilimleri ve affetme düzeylerinin bağlanma stillerine göre incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Çukurova Üniversitesi.
- Sezer, E. (2023). Kişilik inançları, erken dönem uyum bozucu şemalar ve olumsuz otomatik düşünceler arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.
- Shackelford, T. K., Besser, A., ve Goetz, A. T. (2008). Personality, marital satisfaction, and probability of marital infidelity. *Individual Differences Research*, 6(1), 13-25.
- Simeone-DiFrancesco, C., Roediger, E. ve Stevens, B. A. (2015). *Schema therapy with couples: A practitioner's guide to healing relationships*. United Kingdom, UK: John Wiley ve Sons, Ltd.
- Solomon, S. D. ve Teagno, L. J. (2011). *Making up is hard to do: Couples therapy after infidelity*.
- South, S. C. ve Krueger, R. F. (2013). Marital satisfaction and physical health: Evidence for an orchid effect. *Psychological Science*, 24(3), 373-378. <https://doi.org/10.1177/0956797612453116>
- Soygüt Pekak, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z. (2009). Erken dönem uyum bozucu şemaların değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme, 75-84.

- Stackert, R. A. ve Bursik, K. (2003). Why I am unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34, 1419-1429.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119-135.
- Stevens, B. A. ve Roediger, E. (2016). *Breaking negative relationship patterns: A schema therapy self-help and support book*. John Wiley ve Sons.
- Subotnik, R. (2007). Cyber-infidelity. In P. R. Peluso (Ed.), *Infidelity: A practitioner's guide to working with couples in crisis*, 169-190. New York: Taylor and Francis.
- Turgut, M. ve Akbolat, M. (2017). Örgütsel Vatandaşlık Davranışı, Örgütsel Özdeşleşme ve Örgütsel Sessizlik İlişkisine Yönelik Sağlık Çalışanları Üzerine Bir Araştırma. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, 20(3), 357-384.
- Tamar, M., Bildik, T., Kösem, F. Ş., Kesikçi, H., Tatar, A., Yaman, B., Erermiş, S. ve Özbaran, B. (2006). The characteristics of separation-individuation in Turkish high school students. *Adolescence*, 41(161), 177-184.
- Thibaut, J. W. ve Kelley, H. H. (1959). *Social psychology of groups*. New York: Wiley.
- Till, B., Tran, U. S. ve Niederkrotenthaler, T. (2016). Relationship satisfaction and risk factors for suicide. *Crisis*, 38, 7-16. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000407>
- Topçu, A. (2023). Evli kadınlarda erken dönem uyum bozucu şemalar ile eş tükenmişliği arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Haliç Üniversitesi.
- Topkara, M. (2011). *Kadın ve erkek ilişkilerin psikolojisi*. Karma Kitaplar Psikoloji Yayınları.

- Tortamış, M. (2014). Evli bireylerde romantik kıskançlık düzeyi ve aldatma eğiliminin şema terapi modeli çerçevesinde değerlendirilmesi [Yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Wade, T. J. ve Pevalin, D. J. (2004). Marital transitions and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 45(2), 155-170. <https://doi.org/10.1177/002214650404500203>
- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P. ve Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, 110, 12-17. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014>
- Weeks, G. R., Gambescia, N. ve Jenkins, R. (2003). *Treating infidelity: Therapeutic dilemmas and effective strategies*. New York: W. W. Norton.
- Whisman, M. A., Uebelacker, L. A. ve Weinstock, L. M. (2004). Psychopathology and marital satisfaction: The importance of evaluating both partners. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(5), 830-838. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.72.5.830>
- Wiederman, M. W. (1997). Extramarital sex: Prevalence and correlates in a national survey. *Journal of Sex Research*, 34(2), 167-174.
- Yıldırım, B. (2018). Beliren yetişkinlikte romantik ilişki temalı ve eş odaklı obsesif kompulsif belirtilerin gelişimsel yordayıcıları: Özerklik, bağlanma ve mükemmeliyetçilik [Yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Yıldız, Ö. Z. (2018). Evlilik doyumunun öncülleri ve sonuçları: Depresyon, kaygı, erken dönem uyum bozucu şemalar [Yüksek lisans tezi]. Işık Üniversitesi.
- Yiğit, İ. (2013). Çocukluk çağı ruhsal travma yaşantılarının genç yetişkinlik döneminde görülen psikolojik belirtilerle ilişkisi: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Yiğit, İ. ve Çelik, C. (2016). İlişki doyumunun erken dönem uyum bozucu şemalar, kişilerarası ilişki tarzları ve kendilik algısı açısından değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19(38), 77-87.

- Yildiz, H. İ. (2019). Erken dönem uyum bozucu şemaların sınav kaygısını yordayıcılığının incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2009). *Şema Terapi Terapistin Rehberi* (T. V. Soylu, Çev.). Litera Yayıncılık.
- Yousefi, N., Etemadi, O., Bahrami, F., Fatehizade, M. A. ve Ahmadi, S. A. (2010). An investigation on early maladaptive schema in marital relationship as predictors of divorce. *Journal of Divorce ve Remarriage*, 51(4), 269-292.
- Zeinali, A. ve Amirsardari, L. (2018). Predicting infidelity proneness using early maladaptive schemas. *Jentashapir Journal of Health Research*, 9(1), 1-6.

EKLER

EK 1: Demografik Bilgi Formu

1. Yaşınız:

2. Cinsiyetiniz:

☐ kadın

☐ erkek

☐ diğer

3. Eğitim Düzeyiniz:

☐ ilkokul

☐ ortaokul

☐ lise

☐ üniversite

☐ yüksek lisans/doktora

4. Medeni haliniz:

☐ bekar

☐ evli

☐ boşanmış

☐ ilişkisi var

☐ ilişkisi yok

5. Yaşamınızın büyük çoğunluğunun geçtiği yer:

☐ Büyük şehir

☐ Şehir

☐ Kasaba

☐ Köy

6. Size göre gelir seviyeniz?

☐ düşük

☐ orta

☐ yüksek

7. Çalışıyor musunuz?

☐ evet

☐ hayır

EK 2: İlişki Doyum İndeksi

İLİŞKİ DOYUM İNDEKSİ (İDİ) <i>Aşağıdaki ifadelere ne düzeyde katıldığınızı belirtirken, lütfen ŞU ANKI partneriniz ve ilişkiniz hakkında dikkatlice düşününüz.</i>						
1. Her şeyi göz önünde bulundurduğunuzda, ilişkinizde ne kadar mutlusunuz?						
☐ Tamamen mutsuz	☐ Oldukça mutsuz	☐ Biraz mutsuz	☐ Mutlu	☐ Çok mutlu	☐ Tamamen mutlu	☐ Mükemmel
2. Partnerimle, sıcak ve rahat bir ilişkim var.						
☐ Hiç doğru değil	☐ Çok az doğru	☐ Biraz doğru	☐ Çokça doğru	☐ Neredeyse tamamen doğru	☐ Tamamen doğru	
3. Partnerinizle ilişkiniz ne kadar memnun edici?						
☐ Hiç	☐ Çok az	☐ Biraz	☐ Çokça	☐ Neredeyse tamamen	☐ Tamamen	
4. Genel olarak, ilişkinizden ne kadar doyum alıyorsunuz?						
☐ Hiç	☐ Çok az	☐ Biraz	☐ Çokça	☐ Neredeyse tamamen	☐ Tamamen	

Not. Birinci maddede “Tamamen mutsuz = 0”, “Mükemmel = 6”; ikinci maddede “Hiç doğru değil = 0”, “Tamamen doğru = 5”; üçüncü ve dördüncü maddede “Hiç = 0”, “Tamamen = 5”. Böylelikle ölçekten alınabilecek toplam puanlar 0 ile 21 arasında değişmektedir. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır.

Referans:

Özdemir, Y. ve Sağkal, A. S. (2021). İlişki Doyum İndeksi: Türkçe’ye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19, 273-286. doi: 10.18026/cbayarsos.854797

EK 3: Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği

Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği (AYNÖ)

Sorularda belirtilenleri ne derecede yapabilme olasılığınız olduğunu, aşağıdaki derecelendirmeyi kullanarak, her sorunun karşısında verilen numaraları işaretleyerek belirtiniz.

Hiç olası değil 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 Tümüyle olası

1. Yakalanmayacağınızı bilseydiniz, birlikte olduğunuz kişiyi aldatma olasılığınız ne kadar olurdu?

(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)

2. Birlikte olduğunuz kişiye onu aldattığınız konusunda yalan söyleme olasılığınız ne kadardır?

(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)

3. Birlikte olduğunuz kişiyi aldatırsanız bunu ona söyleme olasılığınız ne kadardır?

(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)

4. Birlikte olduğunuz kişiyi aldatırsanız, bu durumdan kolayca sıyrılabilme olasılığınızın ne kadar olduğunu düşünüyorsunuz?

(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)

5. Yeni tanıştığınız çekici bir kişiden kendi yakın ilişkinizi saklama olasılığınız ne kadardır?

(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)

6. Gelecekte birlikte olacağınız kişileri aldatma olasılığınız ne kadardır?

(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)

7. Gelecekte kocanızı veya karınızı (partnerinizi) aldatma olasılığınız ne kadardır?

(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)

Toplu-Demirtaş, E., & Tezer, E. (2013). Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları [Turkish adaptation of the intentions towards infidelity scale: Validity and reliability studies]. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4(39), 37-45.

EK 4: Young Şema Ölçeği Kısa Form- 3

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.

Bir kaç soru, anne babanızla ilişkiniz hakkındadır. Eğer biri veya her ikisi şu anda yaşamıyorlarsa, bu soruları o veya onlar hayatta iken ilişkinizi göz önüne alarak cevaplandırın.

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

Derecelendirme:

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

1. _____ Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.
2. _____ Beni 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, yaşıtlarım kadar, başaramadım.

10. ____ Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.
11. ____ Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.
12. ____ Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseddiğimi göstermek gibi).
13. ____ Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.
14. ____ Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.
15. ____ Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.
16. ____ Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.
17. ____ Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim.
18. ____ Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hak ederim.
19. ____ Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.
20. ____ Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.
21. ____ İnsanlara karşı tedbiri elden bırakamam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.
22. ____ Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.
23. ____ Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.
24. ____ İşleri halletmede son derece yetersizim.
25. ____ Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.
26. ____ Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissedyorum.
27. ____ Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
28. ____ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissedyorum; 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. ____ Yakınlarımdan 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. ____ İsteddiğimi 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 ihtiyaçlarım ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.
56. _____ Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim.
57. _____ Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.
58. _____ Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.
59. _____ Kendimi sevebilecek biri gibi hissetmiyorum.
60. _____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.
61. _____ Gündelik işler için benim kararlarım güvenilemez.
62. _____ Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.
63. _____ Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum- Benim kendime ait bir hayatım yok.
64. _____ Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.
65. _____ Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.
66. _____ Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.
67. _____ Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.
68. _____ Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.
69. _____ Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.
70. _____ Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda 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 hissederim.
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 sıyrıyorum 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.

ÖZ GEÇMİŞ

Şevval Kardelen, lisans eğitimini Maltepe Üniversitesi Psikoloji bölümünde tam burslu olarak tamamlamıştır. Psikoloji bölümünün farklı alanlarında çeşitli stajlar yapmıştır. Mezuniyetinin ardından Kent Üniversitesi yüksek lisans programını birincilikle kazanmıştır. Öğrenim hayatı boyunca çeşitli seminerlere katılmış olup Bilişsel Davranışçı Terapi eğitimi dahil olmak üzere çeşitli terapi ve test eğitimlerini almıştır. Özel bir klinikte çalışmaya devam etmektedir.

