

T.C.
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARIN OLUŞUMUNUN
İNCELENMESİ: BİR FENOMENOLOJİ ÇALIŞMASI

Nur Funda BAŞER BAYKAL

(Doktora Tezi)

İstanbul, 2020

T.C.
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARIN OLUŞUMUNUN
İNCELENMESİ: BİR FENOMENOLOJİ ÇALIŞMASI

AN INVESTIGATION OF EARLY MALADAPTİVE SCHEMAS: A
PHENOMENOLOGICAL STUDY

Nur Funda BAŞER BAYKAL

(Doktora Tezi)

Danışman

Doç. Dr. Seval Erden Çınar

İstanbul, 2020

Tüm kullanım hakları
M.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü'ne aittir.
© 2020

ETİK BEYANI

Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü Lisansüstü Tez Yazar Kılavuzuna uygun olarak hazırladığım çalışmada;

- Sunduğum bilgileri, dokümanları ve verileri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Çalışmamda yararlandığım eserlerin tamamına atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Elde ettiğim verilerde ve sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı bildirir, aksi bir durumda aleyhinde doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

06.08.2020

NBm

Nur Funda BAŞER BAYKAL

ÖZGEÇMİŞ

2007	Amasya Anadolu Öğretmen Lisesi'nden mezun olma
2012	Boğaziçi Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü'nden mezun olma
2015	Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'ndan mezun olma
2014-2015	İstanbul Büyükşehir Belediyesi Kadın ve Aile Sağlığı Merkezi'nde Psikolog
2015-2019	İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde Araştırma Görevlisi
2019	Bartın Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde Araştırma Görevlisi
2020	Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Doktora Programı'ndan mezun olma

İLETİŞİM BİLGİLERİ

Görev Yaptığı Kurum: Bartın Üniversitesi Psikoloji Bölümü

E-Posta: nur.baser05@gmail.com

Çocukluk anılarını hüznle hatırlayanlara...

ÖN SÖZ

Öncelikle hayatım boyunca her daim yardımını ve sevgisini hissettiğim, sonsuz sevgi, şefkat, güzellik ve güvenin sahibi, bu süreci benim için kolaylaştıran ve tezi bitirmemi nasip eden Allah’a sonsuz hamd ederim.

Hayatlarını, anılarını, en özellerini benimle paylaşarak tezime katkı sağlayan, isimleri tezde geçmese de cümleleri, yaşantıları bulunan 20 katılımcıma en içten ve kalbi duygularımla teşekkür ederim.

Tez öğrencisi olduğumu öğrendiğim ilk andaki sevincimin ve mutluluğumun tez süreci boyunca katlanarak devam etmesini sağlayan, iyi ki tanımışım dediğim, mesleki duruşunu örnek aldığım, tezimin her aşamasında dertlenen, katkı sağlayan, kaygımı azaltmamı sağlayarak beni destekleyen, teşvik eden, süreci anlamlı ve güzel kılan canım hocam Doç. Dr. Seval Erden Çınar’a en içten şükranlarımı sunuyorum.

Tez sürecimin en başından itibaren beni yalnız bırakmayan, değerli katkılarıyla tezime destek veren, sürecimi kolaylaştıran, çok iyi bir dinleyici, çok iyi bir destekçi ve çok iyi bir hoca olan canım arkadaşım Dr. Elif Ergüney Okumuş’a çok teşekkür ederim.

Değerli vakitlerini ayırarak tezimi okuyan, değerlendiren, jürimde bulunan hocalarım Doç. Dr. Durmuş Ümmet, Doç Dr. Müge Akbağ ve Doç. Dr. Armağan Köseoğlu’na; tez analiz sürecinde içtenlikle yardım eden, analizlerimi denetleyerek tezime katkı sağlayan sevgili hocam Dr. Esra Bakiler’e; bana nitel analizi sevdiren, tez sorularımı kontrol eden, her zaman severek danıştığım hocam Dr. Hilal Çelik’e çok teşekkür ederim.

Arkadaşlarım ve ailemin desteği olmasaydı bu süreç benim için çok zor ve yorucu olurdu; fakat onların desteği ve sevgisini hissetmek hayatımda her zaman en önemli anlamlardan biri oldu. Canım Hale Nur Kılıç Memur, doktora süreci boyunca iyi ki varsın dediğim, akademik yoldaşım, zor anlarda danıştığım, doktora dersleri, yeterlilik ve tez süreçlerini birlikte atlattığım biricik dostum. Tüm katkıların ve güzel arkadaşlığın için teşekkür ederim. Canım dostum biricik arkadaşım Tuba Kalay Usta, her sıkıntılı anımda aradığım, 2012’den bu yana tüm hayatımı, tüm duygularımı paylaştığım güzel dost. İş arkadaşlığıyla başlayan ilişkimizin çok yakın dostluğa dönüştüğü, ihtiyacım olduğu her an yanımda olan Ayşe Beyza Bıçakçı, Sena Öksüz, Zehra Sancak, canım arkadaşlarım. Boğaziçi’nin bana kattığı en güzel arkadaşlıklardan olan Şeyma Demirlikan, her zor anımı paylaştığım canım

Nurdan Yaşar. Desteğiniz, güzel arkadaşlığınız, samimiyetiniz ve varlığınız için sonsuz şükürler olsun. Tez yazarken Mehmet Erdem’le yakından ilgilenen, içimi rahatlatan ablamız Huriye Ergün, desteğin ve sevgin için çok teşekkürler. Hepiniz iyi ki varsınız.

Teşekkürlerin en güzelini hak eden canımdan çok sevdiğim sevgili ailem. Beni yetiştiren, güzel bir çocukluk geçirmemi sağlayan, bugün beni ben yapan her şeyde ve her sürecimde emeği olan canım annem Canan Başer ve canım babam Salih Başer. Hakkınızı ödeyemem. Bize verdiğiniz her şey için, güzel ebeveynliğiniz, sevginiz, ilginiz ve anılarımız için çok teşekkürler. En iyi kardeşlik ve teyzeliği kimseye bırakmayan, her anımı paylaştığım, canımdan öte kız kardeşim Zeynep Başer Sinoplu. Sen olmasaydın tüm hayat çok zor ve sıkıcı olurdu. İyi ki varsın ve iyi ki benim kardeşimsin.

Son olarak, tüm evliliğimiz boyunca özellikle tez sürecinde bana hep destek olan, akademisyen olmam için her daim teşvik eden, moral veren, zor zamanları kolaylaştıran, güzel zamanları daha da güzelleştiren hayat arkadaşım, canım eşim Ömer Baykal. Ve bu süreci benimle beraber yaşayan, karnımdayken görüşmelere giren, analizi, tez yazımını beraber yaptığımız, küçük güzel parmaklarıyla bilgisayarına dokunan canım oğlum, neşe kaynağım, umut ışığım Mehmet Erdem. Sizinle olmak çok keyifli. Varlığınıza bin şükür.

Nur Başer Baykal

Temmuz 2020

ÖZET

Çalışmanın amacı erken dönem uyumsuz şemalara sahip olan bireylerin çocukluk döneminde yaşadıkları deneyimleri ve bu deneyimlere ilişkin algılarını incelemektir. Bu deneyimlerin özüne ulaşmak için erken dönemde yaşanan ve bireyi etkileyen anılara, anne-baba ile olan deneyimleri nasıl algıladıklarına nitel araştırma desenlerinden biri olan yorumlayıcı fenomenoloji yöntemi kullanılarak odaklanılmıştır. Bu yöntem uygun olarak amaçlı örnekleme türlerinden biri olan ölçüt örnekleme yöntemi tercih edilmiş ve 450 genç yetişkine “Young Şema Ölçeği Kısa Form-3” uygulanarak erken dönem uyum bozucu şemaları yoğun ve aktif olan bireyler belirlenmeye çalışılmıştır. Uygulama sonucunda her şema alanında ortalamanın üzerinde puan alan bireyler belirlenmiş ve en yüksek puandan en düşük puana doğru sıralanmıştır. Sıralamaya göre en yüksek puana sahip ilk 30 katılımcıya ulaşılmış; ön görüşme ve bilgilendirme yapılarak çalışmanın ikinci aşaması olan yüz yüze görüşmelere katılmak isteyip istemedikleri sorulmuştur. Ön görüşme sonucunda görüşmelere katılmak isteyen 20 katılımcı ile birebir görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Görüşmelerde, erken dönem uyumsuz şemaların oluşumu hakkında detaylı bilgi sahibi olabilmek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan açık uçlu “Görüşme Soruları” kullanılmıştır. Yapılan görüşmeler katılımcıların izni dahilinde ses kaydına alınmış ve analiz yapabilmek için deşifre edilmiştir. MAXQDA-18 bilgisayar programı yardımıyla analiz gerçekleştirilmiştir. Analiz sonucunda “evlilik doyumunun olmadığı çatışmalı aile ilişkileri, işlevsiz ebeveynlik ve aile dışı olumsuz yaşantılar” ana başlıkları ortaya çıkmıştır. Evlilik doyumunun olmadığı çatışmalı aile ilişkileri ana teması, “eşler arası çatışma ve sevgisizlik, şiddet içeren ilişkiler ve akrabaların olumsuz ilişkisine açık ilişkiler” alt başlıklarını içermektedir. İşlevsiz ebeveynlik teması, anne ve babalarla ilgili alt başlıklardan oluşmaktadır. Buna göre, babalarla ilgili ortaya çıkan temalar, otoriter baba, belirsiz kayıp, babanın yokluğu, ebeveynlik yetisi gelişmemiş ve travmatik yaşantıya sahip olma alt başlıklarından oluşurken; anneleriyle ilgili ortaya çıkan temalar, pasif, ebeveynlik yetisi gelişmemiş, travmatik yaşantıya sahip olma ve erken biten çocukluk şeklinde sıralanmaktadır. Aile dışı olumsuz yaşantılar teması ise, vefat, taşınma, olumsuz okul yaşantıları ve maddi sıkıntılar alt temalarını içermektedir. Sonuç tartışma ve öneriler kısmında çalışmanın bulguları yorumlanmış, tartışılmış ve alana sağladığı katkılar ve çalışmacının önerileri detaylandırılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Şema Terapi, erken dönem yaşantılar, yorumlayıcı fenomenoloji, uyumsuz şemalar

ABSTRACT

AN INVESTIGATION OF EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS: A PHENOMENOLOGICAL STUDY

The aim of the study is to examine the experiences of individuals with early maladaptive schemas and their perceptions about these experiences. In order to reach the essence of these experiences, memories that affect the individual and how they perceive these experiences with parents are focused on by using interpretive phenomenological method, which is one of the qualitative research models. In accordance with this method, criterion sampling method, which is one of the purposeful sampling types, was used. "Young Schema Scale Short Form-3" was applied to 450 young adults in order to find the ones who have intense and active early maladaptive schemas. As a result of the application, individuals scoring above the average in each schema field were identified and ranked from the highest score to the lowest score. According to the ranking, the first 30 participants with the highest score were reached. They were asked whether they want to participate in the face-to-face interviews, which is the second stage of the study, by making a preliminary interview and informing. As a result of the pre-interview, one-to-one interviews were held with 20 participants who wanted to participate. In the interviews, open-ended "Interview Questions" created by the researcher were used to have detailed information about the formation process of early maladaptive schemas. The interviews were recorded in the voice within the permission of the participants and deciphered for analysis. Analysis was carried out with the help of MAXQDA-18 computer program. As a result of the analysis, the main themes of "conflicting family relationships without marital satisfaction, dysfunctional parenting and non-family negative experiences" have emerged. The main theme of conflicting family relationships without marriage satisfaction includes the subtitles "conflict and lovelessness between spouse, violent relationships and relationships open to the negative effect of relatives". The dysfunctional parenting theme consists of subtitles about mother and father. According to this, the emerging themes related to fathers are the headlines of authoritarian father, ambiguous loss, absence of father, having a traumatic life, dysfunctional parenting and early finished childhood; the themes that emerged about their mothers are listed as passive, having traumatic life, dysfunctional parenting and early finished childhood. The theme of non-family negative experiences includes the sub-themes of death, moving, negative school experiences and financial difficulties. In the conclusion section, the findings of the study are interpreted, discussed and the contributions of the study and the suggestions of the researcher are detailed.

Keywords: Schema Therapy, early experiences, interpretive phenomenology, maladaptive schemas

İÇİNDEKİLER

ÖZGEÇMİŞ.....	iv
ÖN SÖZ.....	vi
ÖZET	viii
ABSTRACT	ix
İÇİNDEKİLER.....	x
TABLolar LİSTESİ	xiii
BÖLÜM I: GİRİŞ.....	1
1.1.Problem Durumu	1
1.2.Amaç.....	4
1.3.Önem	5
1.4.Sınırlılıklar.....	6
1.5.Sayıtlılar	6
BÖLÜM II: KAVRAMSAL ÇERÇEVE	7
2.1.Young Şema Teori.....	7
2.2.Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	8
2.2.1.Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Oluşumu	8
2.2.2.Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Özellikleri.....	10
2.2.3.Şema Alanları ve Uyum Bozucu Şemalar	12
2.2.4.Erken Dönem Uyumsuz Şemalarla İlgili Çalışmalar	14
2.3.Ebeveynlik.....	16
2.3.1.İşlevsiz Ebeveynlik	17
2.3.2.Ebeveynlik ve Şemalarla ilgili Çalışmalar.....	18
BÖLÜM III: YÖNTEM	21
3.1.Araştırma Modeli.....	21
3.2.Çalışma Grubu.....	23
3.3.Verilerin Toplanması.....	25
3.3.1.Verİ Toplama Süreci	25
3.3.2.Verİ Toplama Araçları	26

3.3.2.1. <i>Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YSQ-SF3)</i>	26
3.3.2.2. <i>Görüşme Soruları</i>	26
3.4. Verilerin Çözümlemesi ve Yorumlanması	27
3.5. Araştırmanın Güvenirliğinin Sağlanması	29
3.6. Özdeşimsel Notlar	32
BÖLÜM IV: BULGULAR.....	35
4.1. Evlilik Doyumunun Olmadığı Çatışmalı Aile İlişkileri	37
4.1.1. Eşler Arası Çatışma ve Sevgisizlik	37
4.1.2. Şiddet İçeren İlişkiler.....	40
4.1.3. Akrabaların Olumsuz Etkisine Açık İlişkiler.....	41
4.2. İşlevsiz Ebeveynlik.....	42
4.2.1. Baba ile ilgili temalar.....	44
4.2.1.1. Otoriter baba	44
4.2.1.2. Belirsiz kayıp.....	45
4.2.1.3. Babanın yokluğu	46
4.2.1.4. Ebeveynlik yetisi gelişmemiş.....	47
4.2.1.5. Travmatik Yaşantıya Sahip Olma	50
4.2.2. Anne ile ilgili temalar	51
4.3. Aile Dışı Olumsuz Yaşantılar.....	57
4.3.1. Vefat.....	57
4.3.2. Taşınma.....	58
4.3.3. Olumsuz Okul Yaşantıları	59
4.3.4. Maddi Sıkıntılar	60
BÖLÜM V: SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER	62
5.1. Sonuçlar ve Tartışma.....	62
5.1.1. Evlilik Doyumunun Olmadığı Çatışmalı Aile İlişkileri.....	62
5.1.2. Eşler Arası Çatışma ve Sevgisizlik	62
5.1.3. Fiziksel ve Duygusal Şiddet İçeren İlişki	65
5.1.4. Akrabaların Olumsuz Etkisine Açık, Dışarıdan Manipüle Edilebilen İlişkiler	67

5.2. İşlevsiz Ebeveynlik.....	68
5.2.1. Baba ile İlgili Temaların Tartışılması.....	68
5.2.2. Anne ile İlgili Temaların Tartışılması.....	73
5.3 Aile Dışı Olumsuz Yaşantılar.....	79
5.4. Öneriler.....	81
Kaynakça	86
EKLER	110
EK 1 Etik Kurul izni.....	111
EK 2 Gönüllü Katılım Formu ve Demografik Bilgi Formu	114
EK 3: Young Şema Ölçeği	116
EK 4: Görüşme Soruları	120

TABLÖLER LİSTESİ

Tablo 2.2.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Şema Alanları.....	20
Tablo 3.2.1. Katılımcıların Demografik Bilgileri.....	32
Tablo 4. Analiz Sonucu Ortaya Çıkan Temalar ve Alt Temalar.....	43
Tablo 4.2. Katılımcıların Anne-Baba Profili.....	49

BÖLÜM I: GİRİŞ

1.1.Problem Durumu

İnsan, varoluşundan itibaren kendisini tanımaya ve anlamaya yönelik soru sormaya ve düşünmeye başlamıştır. İnsanın kendini keşif sürecinde dışsal faktörleri ve yaşadığı olayları nasıl anlamlandırdığı ve yorumladığı psikoloji alanında sıklıkla üzerinde çalışılan bir konudur. Biliş ve algı üzerine çalışan Bartlett (1932) ve Piaget (1952) çevreyi ve deneyimleri anlamlandırmamızı sağlayan bilişsel organizasyonlara sahip olduğumuzu belirtmişlerdir. Beck (1967) ilk çalışmalarında şemalara atıfta bulunmuştur. Ona göre bir şema, genellikle kişinin yaşam deneyimini anlamlandırması için sahip olduğu geniş bir örgütlenme prensibidir. Her insan zihnindeki bilişsel yapılar ve şemalarla hayatı anlamlandırmaktadır.

Birey, çok basit bir şema yapısıyla beraber dünyaya gelmektedir ve yaşadığı olaylarla, öğrenmelerle zihninde yeni şemalar oluşmaktadır (Bartlett, 1932). Şemalar çocukluk hatta bebeklik döneminden itibaren oluşmaya başlamakta, birey deneyim yaşadıkça sayıları artmaktadır. Her yeni bilgi ve elde edilen her veri zihinde bir şemaya yerleştirilmeye çalışılmaktadır; fakat tecrübe edilen yaşantıya uygun şema yok ise bilişsel sistemde bir uyumsuzluk meydana gelmektedir. Bu uyumsuzluğun çözümü için yeni şemalar oluşmakta; zihnin yapıları ve haritaları olan şemalar gittikçe zenginleşmektedir (Piaget, 1952). Şemalar sayesinde birey; elde ettiği bilgileri, tecrübeleri düzenleyerek belleğe kalıcı bir şekilde yerleştirmektedir (Beck, Rush, Shaw ve Emery, 1979). Ayrıca, şema bilgiyi yorumlamak ve problemleri çözmek için bir rehber olarak hizmet eden soyut bir bilişsel plan olarak düşünülmektedir (Armbruster, 1996; Beck, 1991).

Psikoloji ve psikoterapi bağlamında, bir şema, genellikle kişinin yaşam deneyimini anlamayı amaçlayan geniş bir örgütlenme ilkesi olarak tanımlanır. Bir şema olumlu veya olumsuz, uyumlu veya uyumsuz olabilmekle birlikte çocuklukta veya daha sonraki yaşamda da oluşturulabilmektedir. Şemalar uyum sağlamaya ve problem çözmeye yardımcı olmaktadır; fakat bazı olumsuz şemalar işlevselliğin kaybolmasına ve psikopatolojilerin ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Young, 1999).

Hayatın erken dönemlerinde meydana gelen erken dönem uyumsuz şemalar çocuklukta birey için işlevsel olsa da, yetişkinlikte sorunlara neden olmaktadır. Buna rağmen, kişiler bilinçli ya da bilinçsiz bir şekilde şemalarına uygun davranmayı sürdürmektedirler. Şemalar yeni deneyimleri ve hayatı anlamlandırırken kullanılmaya

devam edilmektedir. Gerçekte yanlış veya çarpıtılmış olsa bile, kişinin kendini ve dünyayı tutarlı bir şekilde görebilmesi için bu şemaları kullanması “bilişsel tutarlılık” olarak adlandırılmaktadır. Bireyler şemaya teslim olarak, şemadan kaçınarak ya da aşırı telafiye başvurarak şemalara boyun eğmektedirler (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012; Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Bu şekilde katı, işlevsiz bilişsel yapılar da kronik, sıklıkla yaşam boyu devam eden psikolojik problemlere ve işlevsel olmayan inanç sisteminin sürdürülmesine neden olmaktadır (Kellogg ve Young, 2006; Riso vd., 2006). Erken dönem uyumsuz şemaların depresyon, anksiyete, kişilik bozuklukları ile ilişkili olduğu birçok çalışmada ortaya konmuştur (Akbari ve Rahbar, 2013; Kellogg ve Young, 2006; Lumley ve Harkness, 2007; Nordahl, Holthe ve Haugum, 2005; Young vd., 2003; Young ve Klosko, 1993).

Son 30 yılda tedavi olarak gelişen şema terapi (Young ve Klosko, 1993; Young vd., 2003), psikolojik sorunları olan bireylere yardım etmek için geliştirilmiştir ve bilişsel-davranışçı terapi, bağlanma, psikodinamik terapi ve duygu odaklı terapi geleneklerine dayanmaktadır (Kellogg ve Young, 2006). Terapinin amacı, bireyin içsel yapısının sınırlı yeniden ebeveynlik, deneyimsel imgeleme ve diyalog çalışmaları, bilişsel yeniden yapılanma ve davranış çalışmaları değişim mekanizmaları yoluyla yeniden düzenlemektir (Beckley, 2011; Kellogg ve Young, 2006; Young vd., 2003;). Bu değişim mekanizmalarının gerçekleştirilebilmesi için tedaviler üç aşamada uygulanır: bağlanma ve duygusal düzenleme, şema değişikliği ve otonomi geliştirme (Vuijk ve Arntz, 2017).

Şema terapisinde ilk ve en önemli adım psikolojik farkındalık sağlanmasıdır. Bireyler şemalarını ve şemalarının duygusal, fiziksel ve zihinsel yapıları ve çocukluk anılarıyla nasıl ilişkili olduğunu fark ettiğinde değişim başladığı vurgulanmaktadır (Young vd., 2003). Bu nedenle, tedavide asıl amaç şemalar hakkında bilinçli bir farkındalık sağlama ve erken dönem olumsuz çocukluk anılarını zayıflatarak, duygu, bedensel duyum, biliş ve davranışta değişiklik sağlamaktır (Beckley, 2011). Bu değişikliğin sağlanabilmesi için erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunu ve erken dönem olumsuz çocukluk yaşantıları incelemek büyük önem taşımaktadır.

Erken dönem uyumsuz şemaların oluşumuyla ilgili birçok neden ileri sürülmüştür. Rafaeli ve arkadaşları (2012) klinik tecrübelerinden ve gözlemlerinden yola çıkarak; erken dönem uyumsuz şemaların; temel ihtiyaçların karşılanmaması (iyi olanın azlığı), travma, iyi olanın fazla alınması, yakın aile içi sorunlar, olumsuz ebeveyn algısı (ebeveynle

yaşanan dram), seçici içselleştirme, özdeşim, bağlanma, mizaç, ailenin içinde yaşadığı kültürel bağlam gibi faktörlerden etkilendiğini ortaya koymuşlardır. Bu faktörlerin erken dönem uyumsuz şemalarla olan ilişkisi ayrı ayrı yapılan çalışmalarda incelenmiştir ve erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasında rol oynadıkları görülmüştür (Ehsan ve Bahramizadeh, 2011; Fassbinder, Schweiger, Martius, Brand-de Wilde ve Arntz, 2016; Riso vd., 2006; Simard, Moss ve Pascuzzo, 2011). Fakat, bu faktörlerin erken dönem uyumsuz şemaların oluşumuna nasıl etki ettiği, bireylerin neler yaşadıkları ve süreçle ilgili yapılmış herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Şema literatürü incelendiğinde, erken dönem olumsuz çocukluk anılarının derinlemesine incelenmesi için yapılan çok az sayıda çalışma karşımıza çıkmaktadır. Theiler (2005) şema terapi çerçevesinde kişilerin çocukluk anılarını yazmalarını istemiş ve bu anıların hangi şema alanına karşılık geldiği ile ilgili araştırma yürütmüştür. Çalışma sonucunda erken dönem yaşantılarının hem bilinç hem de bilinçdışı düzeyde detaylı bilgi elde etmek amacıyla kullanılabilecek bir araç olduğu vurgulanmıştır. Öte yandan, bu çalışmada katılımcılarla birebir görüşme yapılmamış sadece anılarını yazmaları istenmiştir. Dawes (2014) şema modeli ile ilgili adli grupla yaptığı çalışmada nitel analizle şemalara göre bireylerin nasıl davranış sergilediğini incelemiştir.

Şemalarla ilgili nitel yöntem kullanılarak yapılan bazı çalışmalar vaka analizi şeklindedir. Bamber (2004) şemalarla ilgili yaptığı örnek olay (vaka analizi) çalışmasında, kronik ve şiddetli agorafobili bir erkek danışanın çeşitli modlarını tanımlamakta ve modlarla nasıl çalıştığını, etkilerini nasıl azalttığını ortaya koymaktadır. Simpson (2012) bulimia nervoza tanısı alan bir kadının ayrıntılı mod analizini yine örnek olay yöntemiyle çalışmıştır. Şemalarla ilgili yorumlayıcı fenomenoloji yöntemi kullanan çalışmalar oldukça sınırlıdır. Edwards (2017) anoreksiya nervoza vakasının şemalarını yorumlayıcı fenomenoloji ile değerlendirmiştir. Bu çalışma da tek bir vakanın seansları üzerinde yapılmış olan bir fenomenoloji araştırmasıdır.

Türkiye’de erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili yürütülen tezler incelendiğinde, çoğunun nicel yöntemlere başvurarak erken dönem uyumsuz şemalar ile diğer psikolojik faktörler arasındaki ilişkiyi incelediği görülmektedir. Çalışkan (2017) erken dönem uyumsuz şemalar ile algılanan ebeveynlik, duygu düzenleme ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Demirbaş (2016) erken dönem uyumsuz şemalar ile yeme tutumları, duygu düzenleme ve duygusal tepkisellik ilişkisini yine nicel yöntemlerle

araştırmıştır. Topçu (2016) erken dönem uyumsuz şemalar ile başa çıkma yolları, kontrol odağı ve sorumluluk ile ilgili ilişkiyi incelemiştir. Boysan (2012) yine aynı şekilde başa çıkma stilleri ve öznel iyi oluş faktörleri ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkiyi çalışmıştır.

Türkiye’de şemalar ile ilgili nitel araştırma modeli kullanılarak yürütülen tezler incelendiğinde, Demir (2014), Köse Karaca (2014) ve Yakın’ın (2015) çalışmaları karşımıza çıkmaktadır. Köse Karaca (2014)’da süpervizör, terapist ve hastaların ilişkisine şemaların etkisini içerik analizi yöntemi kullanarak incelemiştir. Demir (2014) öz şefkat ve utanç kavramlarıyla şemalar arasındaki ilişkiyi incelemek için fenomenoloji araştırma desenini kullanmıştır. Son olarak, Yakın (2015) yürüttüğü karma çalışmada iyi oluş, duygu düzenleme ve öz şefkat faktörleri ile şemalar arasındaki ilişkiyi incelemiş ve sonrasında kopukluk/reddedilme alanında yüksek puan alan 10 katılımcı ile fenomenoloji araştırma deseni kullanarak erken dönem anılarını çalışmıştır.

Tüm bu bilgiler ışığında, literatürde erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunu ve bu süreci anlamaya yönelik kapsamlı bir çalışma yapılmadığı görülmektedir. Yapılan çalışmalarda şemaların farklı boyutları ve erken dönem uyumsuz şemaların diğer psikolojik faktörlerle olan ilişkisine vurgu yapılmıştır; fakat anıların etkisini ve anıları detaylı inceleyen araştırmalar görülmemiştir. Şema Terapi’nin tedavi ve uygulama sürecinde erken dönemde uyumsuz şemaları oluşturan anıları değiştirmek ve anılarla çalışmak temel hedeflerden biridir. Bu nedenle, anılar hakkında bilgi sahibi olmanın ve uyumsuz şemalara sahip bireylerin ne gibi ortak yaşantıları olduğu bilgisine ulaşmanın son derece önemli olduğu ve alan yazında boşluğu dolduracağı, şema literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.2.Amaç

Bu araştırmada, erken dönem uyumsuz şemalara sahip olan bireylerin çocukluk döneminde yaşadıkları deneyimlere odaklanmak hedeflenmektedir. Bu deneyimlerin özüne inebilmek için erken dönemde yaşanan ve bireyi etkileyen anılara, anne-baba ile olan deneyimleri nasıl algıladıklarına odaklanılmaktadır. Araştırma sonucunda erken dönem uyumsuz şemalar ve bireylerin yaşantılarıyla ilgili derinlemesine bir analiz sunulması amaçlanmaktadır. Araştırmada aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

1. Erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireylerin ortak deneyimleri nelerdir?

2. Erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireylerin anne ile yaşadıkları anılarda ortak temalar nelerdir?

3. Erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireylerin baba ile yaşadıkları anılarda ortak temalar nelerdir?

1.3.Önem

Son dönemde ortaya çıkan üçüncü dalga akımlardan biri olan şema terapi, psikolojik sorunların çözümünde ruh sağlığı çalışanlarına ve danışmanlara yardımcı olacak teknik ve yöntemler içermektedir. Yeni bir alan olan ve modern psikoterapi literatürünün önemli bir araştırma alanı olarak kabul edilen üçüncü dalga akımlarla ilgili ampirik kanıtlar toplamak için yapılan literatür çalışmaları devam etmektedir.

Bütünleştirici bir sisteme sahip olan şema kuramı ile ilgili bilimsel ilgi, temel olarak erken çocukluk anıları, erken dönem uyum bozucu şemaların gelişimi ve tedavi üzerine odaklanmıştır. Bununla birlikte, erken dönem çocukluk deneyimleri ve erken dönem uyum bozucu şemaların gelişimi ile ilgili ampirik kanıtın azlığı dikkat çekici niteliktedir. Her ne kadar erken çocukluk anıları erken dönem uyumsuz şemaların bir parçası olarak kabul edilse de, ayrı bir şekilde ele alınmıştır; fakat, erken dönem anılar ve uyumsuz şemaların oluşumu arasındaki bağlantıyı inceleyen çalışmalar oldukça sınırlıdır (Haugh, Miceli ve DeLorme, 2017). Buna karşın, Young (1999) kronik problemleri çözmek için terapi ve tedavi sürecinin temel olarak erken çocukluk deneyimlerine odaklanması ve bireyin kendisini ve çevresini algılama kavramının temel öğeleri olan uyum bozucu şemaları tanıması ve tanımlaması gerektiğini vurgulamıştır. Bu bağlamda, olumsuz erken dönem deneyimlerin ve şema alanlarının oluşum sürecinin incelenmesinin hayati bir öneme sahip olduğu düşünülmektedir. Bu çalışma kuramsal açıdan şema literatürüne katkı sağlamayı hedeflemektedir. Ayrıca, şemaların oluşum süreci hakkında elde edilecek bulguların, psikolojik sorunların çözümüne katkı sağlayacağı, şemalarla baş etme mekanizmalarının geliştirilmesi konusunda uzmanlara ve aynı zamanda bireylere yardımcı olacağı; genç yetişkin bireylere yönelik önleyici ruh sağlığı uygulamalarının ve tedavi hizmetlerinin sunulmasında yararlı olacağı öngörülmektedir. Aynı zamanda anne ve baba ile çocuk arasındaki ilişki inceleneceğinden, çalışmanın ailelere verilen psiko-eğitim içeriklerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca ülkemizde şemaların oluşum süreci ve erken dönem yaşantıları inceleyen sınırlı sayıda çalışmanın olduğu göz önüne alındığında

çalışmanın önemi daha da artmaktadır.

Buradaki beklentilere ve verilen bilgilere ek olarak, ülkemizde şema terapi alanında yapılmış olan nitel çalışmaların azlığı çalışmanın yürütülmesi için bir başka motivasyondur. Nitel yaklaşımlar nicel yöntemlerin ortaya çıkardığı bilgileri derinlemesine ve ayrıntılı inceleme olanağı sunmaktadır. Nitel yöntemler genel geçer ve ölçeklerle elde edilen bilgidan ziyade, anlama çerçevesinde üretilen derinlemesine ve ayrıntılı bilgi sağlamaktadır. Bu nedenle, şema teori çerçevesinde nitel araştırmalar yapılarak yeni kategoriler, anlamlar ve derinlemesine bilgiye ulaşmak önemlidir. Türkiye’de şema alanında yürütülen nitel tezler incelendiğinde (Demir, 2014; Köse Karaca, 2014; Yakın, 2015) içerik analizi ve fenomenoloji yöntemlerinin kullanıldığı ve bu konu ile ilgili yapılan tezlerin sınırlı sayıda olduğu görülmüştür. Bu çalışmada nitel desenlerden biri olan yorumlayıcı fenomenoloji deseni kullanılarak erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili süreci derinlemesine irdelemek hedeflenmektedir.

1.4.Sınırlılıklar

Bu araştırmada aşağıdaki sınırlılıklar belirlenmiştir.

1. Bu araştırma genç yetişkinler ile sınırlıdır.
2. Bu araştırma ölçme araçları ve görüşme sorularının kapsamlarıyla sınırlıdır.

1.5.Sayıtlılar

Bu araştırmada aşağıdaki sayıtlılardan hareket edilmiştir.

1. Araştırmaya katılan bireyler, ölçek maddelerini ve görüşme sorularını içtenlikle ve kendi düşüncelerini ifade edecek şekilde cevaplamaktadır.
2. Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının, görüşme sorularının ve yöntemlerin geçerliliği ve amaca uygunluğu yeterlidir.

BÖLÜM II: KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1.Young Şema Teori

Yaşantıları, dünyayı ve hayatı anlamamızı sağlayan bilişsel yapıların varlığından ilk olarak bahseden isimler Bartlett (1932) ve Piaget (1952)'dir. Piaget bilgiyi nasıl işlemlediğimizi ve kazandığımızı araştırırken “şema” olarak adlandırdığı bilişsel yapıları kullandığımızı varsaymıştır. Yaklaşık benzer zamanlarda farklı bir ülkede bellek ile ilgili çalışmalar yapan Bartlett, insanların hatırlamak için verileri anlamlı birimler halinde organize ederken “şema” olarak adlandırdığı zihinsel yapıları kullandıklarını ortaya koymuştur (Barlett, 1932). Bu temel çalışmalardan sonra şema özellikle bilişsel psikoloji alanında sıklıkla kullanılmaya başlanmıştır. Sonrasında, Beck (1967) depresyonla ilgili çalışmasında şemalara atıfta bulunmuştur. Beck'in şema tanımı şu şekildedir: “Şema, organizmayı etkileyen uyaranların taranması, kodlanması ve değerlendirilmesi için bir yapıdır; şemalar temelinde, birey kendini zaman ve mekana göre yönlendirebilir ve deneyimleri anlamlı bir şekilde kategorize edebilir ve yorumlayabilir.” (Beck, 1967, s. 283). Şemalar, insanların kendilerini ve dünyayı olumsuz yönde önyargılı bir şekilde görmelerine neden olurlarsa sorunludurlar. Uyumsuz hale gelen şemalar, genellikle kronik yaşam sorunlarına yol açan şemaları doğrulayan ve pekiştiren kişilerarası davranışlarla sonuçlanır (Beck ve Freeman, 1990).

Beck'e benzer olarak Young da psikolojik rahatsızlıkları çözme yolunda açıklamalar getirmeye çalışırken şemalara başvurmuş ve teorisini şemalara dayandırmıştır. Young, Bilişsel Davranışçı Terapi'nin etkili olamadığı tespit edilen alanlarda ihtiyacı karşılamak için yeni bir terapi sistemi oluşturmayı hedeflemiştir. 1980'lerde Bilişsel Terapi'nin uyarlanmış bir formu olarak Şema Terapi ortaya çıkmıştır (Beckley ve Hart, 2015). Bilişsel Davranışçı Terapi'ye yanıt vermeyen özellikle kişilik bozukluklarıyla ilişkili duygu düzenleme problemleri olan, kişilerarası ilişkilerde sorunlar yaşayan ve daha karmaşık, kronik problemler yaşayan danışanlar için bir terapi şekli düzenlemek hedeflenmiştir (Fassbinder vd., 2016). Bu durumda olan vakalar incelendiğinde çoğunda çocuklukta yaşanan travmalara, temel çocukluk ihtiyacının karşılanmamasının getirdiği hayal kırıklığı ve güvensizliğe, sürekli tekrar eden psikolojik şema örüntülerine raslanmıştır (Fassbinder vd., 2016; Young vd., 2003). Şema Terapi'yi geleneksel bilişsel terapiden ayıran önemli bir özellik, yetişkin psikopatolojisini anlama ve tedavi etme sürecinde çocukluk deneyimlerini bir anahtar gibi görmesi ve bu konuya olan vurgusudur. Şema Terapi, erken

çocukluk döneminde karşılanmayan ihtiyaçların ve yaşanan olumsuz deneyimlerin oluşturduğu şemalara odaklanmıştır. Şema terapinin temel ilkeleri şemaların tanımlanması, gelişimsel kökenlerini bulma ve kişinin mevcut şemalarına tepki olarak geliştirdiği başatma stratejilerini incelemektir (Edwart ve Arntz, 2012). Şema terapinin amacı, erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili farkındalığı artırarak; yeni ve daha işlevsel başa çıkma stratejileri oluşturmak ve olumsuz çocukluk anılarını düzeltecek olumlu deneyimler gerçekleştirerek değişimi sağlamaktır (Young vd., 2003). Bu değişim ile beraber, kişiler, çocukluklarında karşılanmayan ve onları hayal kırıklığına uğratan ihtiyaçları karşılamının yolunu öğrenmiş olurlar. Şema Terapi'de erken dönem uyumsuz şemaların, genetik ve mizaç ile çocuklukta yaşananlar ve çocuğun çevresi arasındaki etkileşimden, özellikle çocuğun temel bakım verenler (anne, baba, bakıcı gibi) ile etkileşimlerinden kaynaklandığı düşünülmektedir (Kellogg ve Young, 2006).

2.2.Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Young'ın şema teorisinde çocukluk döneminde oluşan düşünce, inanç ve kuralları tanımlamak için erken dönem uyumsuz/uyum bozucu şemalar terimi kullanılmaktadır (Young, 1999). Erken dönem uyumsuz şemalar erken dönemde yaşanan travmatik çocukluk deneyimlerinin sonucunda oluşmuş yapılardır. Bu şemalar genellikle hayatta kalmalarına yardımcı olması adına çocuklar için işlevseldir; fakat yetişkin olduklarında da özellikle erken uyumsuz şemalarını aktive eden ilişkilerde çocukluk davranışlarına devam ederler çünkü öğrendikleri yol budur. Bununla beraber, çocuklar yetişkinliğe eriştiğinde, çocukluğun kuralları ve senaryoları yetişkin yaşamının gereksinimlerine göre değiştirilmelidir. Young (1999) şemaların geçmişte gömülü derin köklere sahip olduğunu; şemaları tanımlamanın zor olduğunu ve çoğunlukla kişilerarası ilişkilerde yaşanan zorluklarla beraber ortaya çıktığını varsaymıştır. Erken dönem uyum bozucu şemalar genellikle yetişkinlikte kişilik sorunlarına, ilişkisel güçlüklerle ve psikopatolojilere neden olurlar (Young vd., 2003).

2.2.1.Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Oluşumu

Aile bir çocuk için tüm dünyanın ve hayatın bir temsilidir (Young,1999). Bu nedenle, çocuklar aileleriyle yaşadıkları erken deneyimlerini referans alarak, hayatla, kendileriyle ve hayattaki sorunlarla başa çıkmayla ilgili fikirler ve kurallar geliştirmeye başlarlar. Ebeveynlerinin onlara karşı tepkilerini izleyerek bir davranış modeli geliştirirler.

Genellikle geliştirdikleri model, ailelerinin sağlıklı davranışlarıyla başetmeye yöneliktir. Bu sağlıklı davranışlar nedeniyle, dünyayı ve diğer insanları da bu olumsuz çerçeve ile algılama eğilimi gösterirler. Young ve Gluhoski (1997) ebeveyn ile yaşanan olumsuz ilişki ve etkileşimlerin erken dönem uyumsuz şemaların oluşumuna neden olduğunu ve bu uyumsuz şemalara sahip bireylerin bu şemaları diğer ilişkilerde de sürekli aktive ederek şemaları devam ettirdiklerini varsaymışlardır. Ebeveynlerin özellikle de annelerin çocukları ile diyalogları sonucu oluşan şemaların, çocuğun zihninde yavaş yavaş içselleştirildiği ve şimdiki hayatlarını sistematik fakat olumsuz şekilde etkilediği vurgulanmaktadır (Qualter ve diğerleri, 2013).

Ebeveyn davranışlarının yanı sıra, erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunda temel ihtiyaçların karşılanmaması, erken dönem olumsuz yaşantılar ve mizaç olmak üzere üç temel neden belirtilmiştir (Young vd., 2003, s.10-11):

1. *Temel ihtiyaçların karşılanmaması:* Her bireyin yoğunluğu kişiden kişiye değişen evrensel temel ihtiyaçları vardır. Bu temel ihtiyaçlar şu şekilde sıralanmaktadır: Başkalarına güvenli bağlanma, istikrar, kabul, özerklik, rekabet, yetenek, olumlu kimlik algısı, ihtiyaç ve duyguları ifade etme özgürlüğü, doğallık, oyun ile kişinin öz denetiminin oluşması, gerçekçi sınırlar. Temel ihtiyaçları karşılanan bireylerin psikolojik olarak sağlıklı olacağı varsayılmaktadır. Bu ihtiyaçları karşılanarak doyum sağlayan bireyler ile doyum sağlayamayan bireylerin erken dönem yaşantılar ve mizaçlarıyla olan etkileşimleri ve tepkileri de farklı olacaktır.
2. *Erken Dönem Yaşantılar:* Erken dönem uyum bozucu şemaların oluşumundaki temel faktörlerden biri de zedeleyici erken dönem deneyimlerdir. Çocuğun temel ihtiyaçlarını karşılayacağı yer çekirdek ailesidir ve ihtiyaçlarının karşılanmasından sorumlu olanlar ebeveynlerdir. Bu sebeple, en erken ve en güçlü olumsuz şemaların oluşması aile ile olan ilişkiye bağlıdır. Ebeveynin biriyle yaşanan dram, olumsuz ebeveyn algısı olumsuz şemaları oluşturan başlıca nedendir (Theiler, 2005). Olumsuz erken dönem şemaların oluşumunu ve gelişmesini hızlandıran dört farklı yaşam tecrübesi belirtilmiştir. Bunlardan ilki ihtiyaçların karşılanmaması veya ihtiyaçların karşılanmasının engellenmesidir. Yani çocuk için iyi olanın az verilmesidir. Çocuk sevgi, şefkat, anlayış, istikrar, güven gibi temel ihtiyaçları karşılayamaz. Erken dönem uyumsuz şemalara neden olan ikinci yaşam deneyimi travmadır. Çocuk zarar görürse, ailesi tarafından korunmazsa ve bir tehlike yaşarsa güvenlik ihtiyacı karşılanmamış olur. Üçüncü deneyim, çocuğun iyi olandan

fazlaca almasıdır. Ebeveynlerin gereğinden fazla şey sunması, sınır çizmemesi ve ölçüyü kaçırmaması çocuğun özerklik ve gerçekçi sınırları oluşturma temel ihtiyaçlarını zedeler. Aşırı korumacı olma, sınırsız özgürlük tanıma bu davranışlara örnek olarak verilebilir. Şemaları oluşturan dördüncü yaşam deneyimi ise seçici içselleştirme ve özdeşim kurmadır. Çocuk genellikle ebeveyninin davranış, düşünce ve duygularıyla özdeşim kurar ve bunları içselleştirir. Örneğin aşırı kaygılı bir anneye sahip olan kız çocuğu doğrudan bir eksiklik veya ihmal deneyimlemese bile annesinin kaygısını içselleştirerek kaygılı bir yapı geliştirebilir (Young vd., 2003).

3. *Mizaç*: Çevre ve deneyimler dışında erken dönem uyumsuz şemaların oluşumuna katkı sağlayan faktör mizaçtır. Her çocuğun kendine özgü bir kişiliği ve doğuştan sahip olduğu özellikleri vardır. Bazı çocuklar daha agresif, bazıları daha çekingen, bazıları daha mutludurlar. Yaşanan olumsuz olaylara verilen tepkileri mizaç belirlediğinden, mizacın şemaların oluşumunda da etkisi olduğu belirtilmiştir (Ehsan ve Bahramizadeh, 2011). Fakat, son derece yoğun ve olumsuz olan erken çocukluk dönemi olayları, mizacı önemli ölçüde etkisiz bırakarak her mizaçtan çocuğu olumsuz etkileyebilir.

2.2.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Özellikleri

Young ve Gluhoski (1997) şemaların bazı özelliklerini şu şekilde sıralamışlardır (s.359):

- Aksini ispatlayan nesnel kanıtlara bakılmaksızın, kişi tarafından kendisi ve diğerleri ile ilgili gerçekler olarak kabul edilmişlerdir.
- Kendilerini tekrarlayan bir yapıları vardır, katı bir şekilde inanılmışlardır ve değiştirilmeleri oldukça zordur.
- Kişinin hem kendisi için hem diğerleri ile ilgili fikirleri açısından işlevsizdirler.
- Çevresel faktörlerden sıklıkla etkilenirler.
- Ortaya çıktıklarında oldukça yüksek bir etkiye sahip olurlar.
- Bireyin temel ihtiyaçlarını karşılamasını engeller.

Young bir diğer çalışmasında da erken dönem uyumsuz şemaların özelliklerini şu şekilde özetlemiştir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003, s.7):

- Genel ve yayılımcı içerik ve örüntülerdir.

- Anılar, duygular, bilişler ve fiziksel duyumlardan oluşurlar.
- Kişinin kendisiyle ve ötekilerle olan ilişkisi ile ilgilidirler.
- Çocukluk veya gençlikte oluşurlar.
- Yaşam boyu gelişirler.
- Belli bir derecede işlevselliği bozarlar.

Erken dönem uyumsuz şemalar değişmez bir gerçek olarak alınıp kodlanan ve dünyayla ilişki kurmak için kullanılan katı ve koşulsuz inançlar ve duyguların bütünüdür. Bir olumsuz şema etkinleştirildiğinde, kişi bu şema tarafından tanımlanan kaçınılmaz, olumsuz sonucu değiştiremeyeceğine inanma eğilimindedir (Reeves ve Taylor, 2007). Örneğin, aktive edilmiş bir şema, bir kişinin “Yapmaya çalıştığım şeylere rağmen, değersizim” (ya da beceriksizim, sevilmezim) gibi cümleleri düşünmesine neden olabilmektedir. Şemaların düşünme tarzını etkilemesinden kaçmak zor olduğu için şemalar çok güçlü davranış belirleyicileridirler (Young ve Gluhoski, 1997).

Şemaların bir başka özelliği kişide sıkıntı yaratmalarıdır. Doğrudan veya dolaylı olarak depresyon, panik bozukluk gibi klinik rahatsızlıklara sebep olabilmekte, ayrıca kişilerarası ilişkilerin bozulmasına, yalnız hissetmeye, madde bağımlılıklarına ve ülser, gastrit, uykusuzluk gibi psikosomatik hastalıklara yol açabilmektedirler (Young, 1999; Nordahl vd., 2005; Rijkeboer ve Van den Bergh, 2006).

Erken dönem uyumsuz şemaları değiştirmek oldukça zordur. Yaşamın başlarındaki deneyimlerden kaynaklandıkları için genellikle bir kişinin kimliğinin kökünü oluştururlar (Muris, 2006). Bu da kişinin kendisini tanımlama biçimini ve çevreyi yorumlanma şeklini belirler. İnsanlar, uyumsuz şemalarını desteklemeyen olumlu bilgileri çarpıtma veya göz ardı etme eğiliminde olurlar; böylece şemanın sürekliliğini sağlayarak kendilerini güvende hissederler (Young, 1999).

Erken dönem uyumsuz şemalar genellikle belirli çevresel durumlar tarafından tetiklenir. Terkedilme şeması olan biri samimi bir ilişki başlayana kadar aktive olmayan bu şemanın varlığını dahi hissetmeyebilir; fakat duygusal bir ilişkiye başlayacağı zaman şeması tetiklenmektedir (Young, 1999). Bir başka örnek, yüksek standartlar şemasına sahip birinin yıllık iş değerlendirme zamanlarında çok daha fazla stres altına girmesi ve “Beğenilmeyeceğim, kovulacağım, hakkımda olumsuz düşünecekler ” gibi düşüncelerinin ortaya çıkmasıdır.

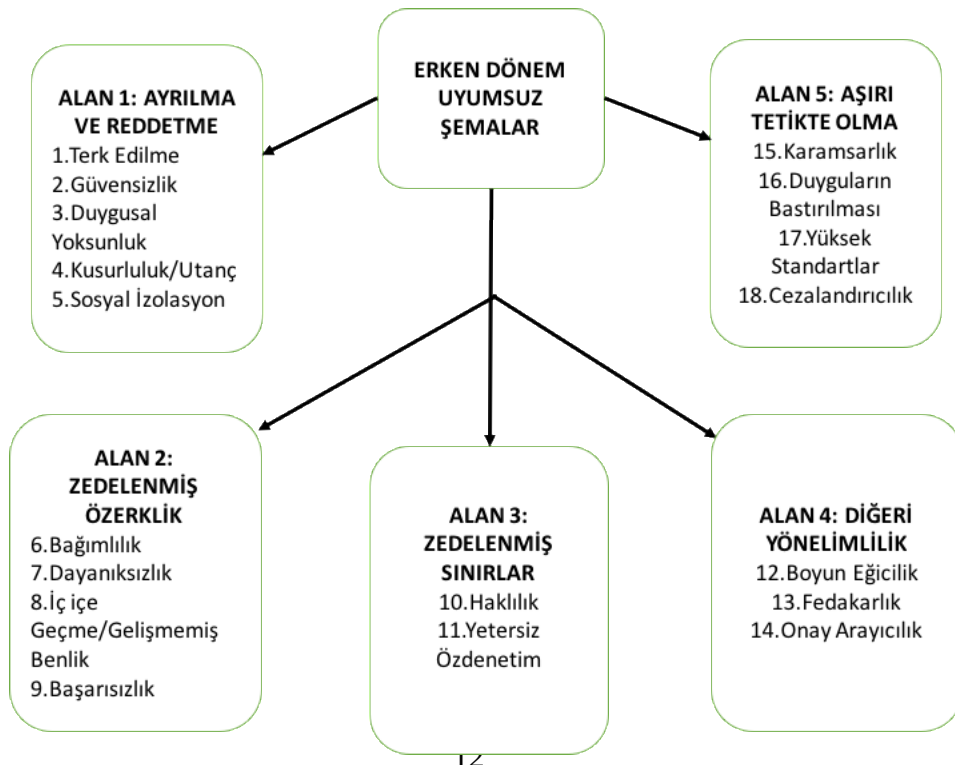
Erken dönem uyumsuz şemalar aktive edildiğinde genellikle güçlü bir duygusal etki ortaya çıkar. Bu duygusal acı oldukça yıkıcı olabilir, kendine ya da başkalarına zarar verebilecek düşünceleri tetikleyebilir. (Young, 1999).

Erken dönem uyumsuz şemalar; ebeveynler, diğer aile üyeleri veya arkadaşlarla devam eden, işlevsiz deneyimlerden oluşur. Bu şemaların, bir kereye mahsus yaşanan travmalar nedeniyle geliştikleri söylenemez. Aksine Bilişsel Davranışçı Terapi'nin daha çok şemayı oluşturan ve daha sonra güçlendiren ve devam ettiren sürekli olumsuz etkileşimlerle gelişirler. Bu çevresel etkiler döngüsü çocuğun biyolojik mizacıyla birleşir (Muris, 2006). Örneğin, özellikle endişeli bir yapıya sahip olan çocuklar, özerklik kurmakta daha fazla zorluk çekebilir ve bu da özerklikle ilgili uyumsuz şemaya onları savunmasız hale getirebilir. Yani şemanın oluşumu mizaç, sorunlu ebeveynlik ve olumsuz sosyal etkilerle birleştiğinde çok daha kuvvetli ve kaçınılmazdır (Carr ve Francis, 2010).

2.2.3.Şema Alanları ve Uyum Bozucu Şemalar

Şema modeline göre erken dönem uyumsuz şemalar 5 temel alan altında 18 alt şema olarak sınıflandırılmıştır (Young ve Brown, 1994). Tablo 1'de şema alanları ve alt şemalar verilmiştir.

Tablo 2.2.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Şema Alanları (Young vd., 2003, s. 13-17)



Ayrılma ve Reddetme şema alanı terkedilme, güvensizlik, duygusal yoksunluk, kusurluluk ve sosyal izolasyon şemalarından oluşmaktadır (Young vd., 2003). Bu alanı sıklıkla aktif olan kişilerin erken dönemde aile ortamında problemler yaşadığı ve genellikle soğuk, cezalandırıcı, tacizkar ebeveynlere sahip oldukları ortaya çıkmaktadır. Bu alan, bireyin güvenlik, sevgi, empati, kabul ve saygı gibi temel ihtiyaçlarının karşılanmaması sonucu oluşmaktadır. Terk edileceği düşüncesi, insanlara güvenememe, yeterli destek alamayacağı korkusu, kendini kusurlu, yetersiz görme ve sosyal açıdan aidiyet hissedememe, kendini farklı görme gibi özellikleri barındırmaktadır (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012; Young, 1999)

İkinci alan olan *zedelenmiş özerklik* alanı bağımlılık, dayanıksızlık, iç içe geçme ve başarısızlık şemalarından oluşmaktadır. Bu alan bireysel olma, bağımsız iş yapabilme ve özerklik ihtiyaçlarının karşılanmaması sonucu oluşan alandır. Birey kendine güvenmez, başarısız olacağını düşünür ve kendi başına kararlar almada zorlanır. Genellikle aşırı korumacı ya da çocuğun güvenini zedeleyen ebeveynlere sahip olan bireylerde ortaya çıkmaktadır. Başkalarından yardım almadan bir işi tamamlamada zorluk, çaresizlik hissi, her an başına kötü bir şey geleceği fakat engel olamayacağını düşünme, dayanıksızlık, kaçınılmaz olarak başarısız olacağını düşünme şemadan kaynaklı ortaya çıkan yaşantılardır (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2012).

Zedelenmiş Sınırlar olarak adlandırılan üçüncü alan haklılık ve yetersiz özdenetim şemalarında oluşmaktadır. Bu alanda şemalara sahip olan kişiler, başkalarına saygı gösterme, işbirliği, kişisel hedefleri gerçekleştirme ve sorumluluk gibi alanlarda zorluk yaşamaktadırlar. Bu şema alanı, erken dönemde yeterli yönlendirme, rehberlik verilmeksizin fazlaca serbest bırakılmış çocuklarda ortaya çıkmaktadır. Bu şekilde büyütülen çocuk, yetişkin olduğunda her türlü hakka sahip olduğunu, sorumluluklarını yapmasa da işlerinin yolunda gideceğini varsaymaktadır. Bu alanı pekişmiş olan kişiler insan ilişkilerinde ve iş ortamlarında sıklıkla sıkıntı yaşamaktadırlar (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2012).

Dördüncü şema alanı olan *diğeri yönelimlilik*, boyun eğicilik, fedakarlık ve onay arayıcılık şemalarını kapsamaktadır. Bu şema alanı kişinin kendi ihtiyacı, istekleri ve duygusundan ziyade karşı tarafın ihtiyaçlarına odaklanma; böylece sevgi, bağlılık ve onay

kazanmayı elde etme mekanizması üzerine kurulmuştur. Bu şema alanı baskın olan bireylerin ailelerinden koşullu sevgi ve onay aldığı görülmektedir. Aile çocuğun isteklerini önemsememiş, çocuk onay almak için çoğu zaman kendi isteklerini bastırmıştır. Duyguları bastırma, ihtiyaçları bastırma, gereğinden fazla fedakarlık gösterme, başkasının onayını arama bu şema alanında görülen özelliklerdendir (Young, 1999; Rafaeli vd., 2012).

Aşırı tetikte olma ve bastırılmışlık alanı karamsarlık, duyguların bastırılması, yüksek standartlar ve cezalandırıcılık şemalarından oluşmaktadır. Bu şema alanı, doğallık ve oyun gibi temel ihtiyaçların karşılanmaması sonucunda oluşmuştur. Kişi mutluluk, kendini ifade etme, gevşeme gibi doğal ve temel deneyimleri gerçekleştiremez, katı kurallarla bastırır. Genellikle acımasız, talepkar ve cezalandırıcı ebeveynlere sahip olan bireylerde ortaya çıkmaktadır. Kişi her zaman kendini kötüye hazırlamakta ve tetikte olması gerektiğine inanmaktadır. Duygularını bastırır. Hem kendisini hem de diğerlerini çokça eleştirir, memnuniyetsizdir. İnsanların ve kendisinin hatalar sonucunda cezalandırılması gerektiğine inanır. Hoşgörüsüz, cezalandırıcı ve tahammülsüz olma eğilimindedir (Rafaeli vd., 2012; Young, 1999).

2.2.4. Erken Dönem Uyumsuz Şemalarla İlgili Çalışmalar

Erken dönem uyumsuz şemalar teorisi, klinik gruplarla yapılan çalışmalar sonucu ortaya çıktığından (Young vd., 2003), konuyla ilgili yapılan çalışmalar çoğunlukla klinik odaklı olma eğilimi göstermiştir. Erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili alanyazın taraması yapıldığında klinik gruplarla yapılan çok sayıda araştırma görülmektedir. Yapılan araştırmaların büyük çoğunluğu depresyon ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiye dikkat çekmektedir (Akbari ve Rahbar, 2013; Cámara ve Calvete, 2012; Flink vd., 2019; Halvorson vd., 2009; Haugh, Miceli ve DeLorme, 2017; Hawke ve Provencher, 2011; Lumley ve Harkness, 2007; Renner, Lobbestael, Peeters, Arntz ve Huibers, 2012; Rezaei ve Ghazanfari, 2016; Riso vd., 2006; Roelofs, Lee, Ruijten ve Lobbestael, 2011; Unoka, Fogd, Seres, Kéri ve Csukly, 2015). Bunun yanında, kaygı bozuklukları (Calvete, Orue ve Hankin, 2015; Cámara ve Calvete, 2012; Drummond ve Gatt, 2018; Hawke ve Provencher, 2011; Shojaati, Kalantari ve Mulavi, 2019), kişilik bozuklukları (Barazandeh, Kissane, Saeedi ve Gordon, 2016; Fioretti ve Eibenstein, 2020; Flink vd., 2018; Frías, vd., 2018; Natalini, Dimaggio, Varakliotis.), kronik ağrı bozuklukları (Saariaho, Saariaho, Karila ve Joukamaa, 2011; Voderholzer vd., 2014), obsesif kompulsif bozukluk (Khosravani, Bastan, Mohammadzadeh, Amirinezhad ve Ardestani, 2019; Kim, Lee ve

Lee, 2014; Kizilagac ve Cerit, 2019; Kwak ve Lee, 2015), yeme bozuklukları (Da Luz vd., 2017; Imperatori vd., 2017; Leung, Thomas ve Waller, 2000; Meneguzzo vd., 2020; Muris, 2006; Pauwels vd., 2018; Pauwels, Dierckx, Schoevaerts ve Claes, 2016; Volderholzer vd., 2014) ve cinsel işlev bozuklukları (Chakhssi, De Ruiter ve Bernstein, 2013; Dikmen, Şafak, Özdel ve Özdemir, 2019; Efrati, Shukron, ve Epstein, 2019; Gomes ve Nobre, 2013; Sigre-Leirós, Carvalho ve Nobre, 2013) ile ilgili çok sayıda araştırma bulunmaktadır. Bu araştırmalar erken dönem uyumsuz şemaların psikolojik rahatsızlıkların oluşması için yatkınlık oluşturduğu ve zemin hazıladığını ortaya koymaktadır. Ayrıca, erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireylerin diğer bireylere kıyasla psikolojik semptom ve rahatsızlıklarının fazla olduğunu göstermektedir.

Erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili yapılan çalışmalarda sıklıkla rastlanan bir diğer konu bağlanmadır. Bağlanma modelleri ve erken dönem şemaların ikisinin de önemli kişilerle kurulan ilk ilişki ve etkileşimlerle beraber oluştuğu düşünüldüğünde, benzer bir yapıda olmaları ve ilişkili olmaları şaşırtıcı değildir (Blissett vd., 2006; Simard, Moss ve Pascuzzo, 2011). Platts, Tyson ve Mason (2002) bağlanma ve şemalar arasında nasıl benzerlikler ve farklılıklar olduğunu geniş bir alanyazın çalışması yaparak açıklamışlardır. Bu çalışmadan yola çıkarak, bağlanmanın şemalarla çok yakın bir ilişkisinin olduğu; benlik oluşumu ve başkaları hakkında sahip olunan temel inançların gelişiminde rol alan şemaların, bağlanmada görülen bireysel farklılıkları temsil edebileceğini ve terapötik açıdan bağlanma stilleri yerine şemaların çalışılmasının daha faydalı olduğunu savunmuşlardır.

Şemalar çalışılırken kaçınılmaz olarak karşımıza çıkan bir diğer önemli konu anne ve baba ile olan ilişki ve ebeveynlik tutumlarıdır. Son zamanlarda yapılan araştırmalar (Basso, Fortes, Steinhorst ve Wainer, 2019; Bosmans, Braet ve van Vlierberghe, 2010; Calvete ve Orue, 2013; Harris ve Curtin, 2002; Haugh vd., 2017) ebeveynlik, anne-babalık ile çekirdek inançlar, şemalar arasındaki ilişkilerin ve bunların kişilerarası işlevselliğe olan etkilerinin incelenmesi gerektiğini savunmuşlardır. Bu çalışmalar, şemaların, ebeveynlik deneyimleriyle ilişkili olduğunu ve anne-baba figürleriyle farklı deneyimlerin temel inançların ve şemaların belirlenmesinde rol aldığı teorisini desteklemektedir (Harris ve Curtin, 2002; Leung, Thomas ve Waller, 2000; Shah ve Waller, 2000). Çalışmamızın da temel konusu olan ebeveynle ilişki ve ebeveyn-şema oluşumu arasındaki ilişki ile ilgili çalışmalar bir sonraki bölümde detaylandırılmıştır.

2.3.Ebeveynlik

Bir çocuk için ebeveyni sadece onu büyüten kişi değil; aynı zamanda tüm dünyayı temsil eden, dünyayı anlamasına yardımcı olan temel kişidir. Çocuk dünyayı ebeveynleri aracılığıyla öğrenir. Ebeveynlerin davranışlarının ve tutumlarının çocukları etkileyen ilk davranışlar olduğu ve etkilerinin yaşam boyu özellikle erken dönemde çocuğun fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimi için çok önemli olduğu bilinmektedir (Landry, Smith ve Swank, 2003; Maccoby, 2000; Repetti, Taylor ve Seeman, 2002).

Ebeveynler, çocuk gelişiminin her adımında çok önemli bir role sahiptir. Genellikle, ebeveynler çocuklarının gelişiminden ve tüm ihtiyaçlarından sorumludurlar. Özellikle duygusal gelişim, bebek-ebeveyn etkileşimi ile başlar ve yaşam boyunca devam eder. Bu dönemlerde, ebeveynler; çocuklarının duygusal tepkileri yöneterek, onlarla oyunlara katılarak, uygun duygusal istekleri oluşturan günlük rutinleri yöneterek, belirsiz durumlarda çocuğa destek vererek ve duygusal olarak karmaşık durumlarda onlara yardımcı olarak çocukların streslerini yönetirler. (Thompson ve Meyer, 2007).

Amerikan Psikoloji Derneği'ne (2009) göre, dünya genelinde ebeveynlik uygulamaları ve ebeveynlerin görevi üç ana başlık altında toplanmaktadır: çocukların sağlığını ve güvenliğini sağlamak, çocukları üretken yetişkinler olarak yaşama hazırlamak ve çocuklara kültürel değerleri aktarmak. Ebeveynlerin çocuklarını yetiştirirken sergiledikleri tutumlar ve davranışlar ile çocukların psikolojileri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar ebeveynliğin üç ana unsurunun (1) çocukla tutarlı ve destekleyici ilişki kurma, (2) çocuğun davranışlarına adil ve tutarlı sınırlar koyma ve (3) sağlam bir benlik ve kimlik duygusunun gelişmesini sağlamak için ebeveynin kendi düşünce ve duygularını değerlendirmesi ve bunu ifadesinin (Dreyer, 2018; Kelley, Brownell ve Campbell, 2000) önemli olduğundan bahsetmişlerdir. Olumlu ifadeler kullanan, yakınlık gösteren, destekleyen ebeveynlerin çocuklarının kendileri ile ilgili algılarının pozitif olduğu görülmüştür (Brummelman ve Thomaes, 2017; Kelley vd., 2000). Ebeveynlerle kurulan ilk ilişkiler ve ebeveynlerin çocuğa yansıttıkları değerlendirmelerinin çocuk tarafından içselleştirilmesi, çocukların kendini nasıl algıladığını güçlü bir şekilde etkilemektedir (Brown vd., 2009; Harter, 2012; Miller ve Mangelsdorf, 2005; Rochat, 2009; Tice ve Wallace, 2003). Ayrıca, çocukların kendileri ile ilgili algılarının oluşması yani çocukların kendilerini nasıl gördükleri, annelerinin çocuklarını nasıl gördüklerine veya değerlendirdiklerine benzer bulunmuştur (Brown vd., 2009; Eder ve Mangelsdorf, 1997).

Repetti, Taylor ve Seeman (2002) sağlıklı aile ortamının çocuklara duygusal güvenlik, fiziksel güvenlik ve refah duygusu sağlamak için çok önemli olduğunu ortaya koymuştur. Çocuğa gösterilen yakınlık, sıcaklık, onay, verilen bakım ve destek dahil olmak üzere pozitif ebeveynlik, çocukların öz değerdendirmelerine olumlu olarak yansımaktadır (Brummelman ve Thomaes, 2017). Başka bir deyişle, ebeveynlerin onayı, çocuklar tarafından algılanan benliklerinin bir kabulü olarak içselleştirilir, bu durum da sonuçta daha olumlu bir benlik kavramı gelişimine yol açmaktadır.

Yapılan çalışmalar, ebeveyn kontrol ve kabulünün çocukların duygusal, sosyal ve psikolojik gelişimi için önemli olduğu sonucuna varmışlardır (Amato ve Fowler, 2002; Barber, Stolz, Olsen, Collins ve Burchinal, 2005). Suchman, Rounsaville, DeCoste ve Luthar (2007) ebeveyn kontrolü ve ebeveyn kabulünü çocukların davranışsal ve psikolojik uyumları ile ilişkilendirmiştir. Kendisini olduğu gibi kabul eden bir ebeveyne sahip çocukların psikolojik uyumunun yüksek olduğu ve olumlu bir tarzda ebeveynleri tarafından kontrol edilen çocukların davranışsal uyumunun yüksek olduğu bulunmuştur. Ebeveynleri tarafından desteklenen çocukların benlik saygısının, bilişsel yetenek ve akademik başarısının yüksek olduğu; ahlaki duyarlılık ve genel psikolojik uyum sağlamlarının daha gelişmiş olduğu açıklanmıştır.

2.3.1.İşlevsiz Ebeveynlik

Yukarda bahsedilen çocuğun gelişimi için gereken pozitif ortam ve tüm ebeveynler için ortak olarak düşünölen pozitif tutumlar maalesef bazı ebeveyn çocuk ilişkileri için geçerli olmamaktadır. Bu da pozitif ebeveynliğin zıddı olarak karşımıza işlevsiz ebeveynlik kavramını çıkarmaktadır. Parker ve arkadaşları (1997) işlevsiz ebeveynliği şu üç özellik üzerinden tanımlamışlardır: (1) şefkatsiz kontrol ve aşırı koruma da dahil olmak üzere aşırı kontrol, (2) görmezden gelme ve önemsememek de dahil olmak üzere ilgisizlik ve ihmal (3) fiziksel şiddet ve duygusal istismar.

Çocuğa yeterli ve uygun tepkileri vermeme, cesaretlendirme ve desteğin olmaması, reddetme ve aşırı kontrol etme gibi olumsuz ebeveynlik özellikleri, çocukların hem yaşadıkları zaman dilimi hem de ilerisi için kendileri ile ilgili algılarının olumsuz yapılmasına neden olmaktadır (Coplan, Prakash, O'Neil ve Armer, 2004; Goodvin, Meyer, Thompson ve Hayes, 2008).

Çocukların kendileri ve dünya ile ilgili algılarının olumsuz olmasının da etkisiyle,

yapılan çalışmalar işlevsiz ebeveynliğin birçok psikolojik rahatsızlıkla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. 1980-2010 yılları arasında yapılan beşyüzden fazla araştırma gözden geçirilmiş ve ihmal edici ebeveyn tarzının madde bağımlılığı ile olumlu ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır (Becona vd., 2012). Altı Avrupa ülkesinde yapılan bir çalışmada (Heider vd., 2008), işlevsiz ebeveynlik ile sosyal fobi, spesifik fobi, genel anksiyete bozukluğu ve agorafobili / agorafobisiz panik bozukluğu dahil olmak üzere dört anksiyete bozukluğu arasında bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ebeveyn ilgi ve bakım eksikliği ve annenin aşırı koruyucu olması kaygı bozukluklarına yatkınlığı artıran faktörlerdir. Aynı şekilde, Beato, Pereira, Barros ve Muris'in (2016) çalışması, ilgisiz anneleri olan çocukların kaygı belirtilerinin daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Yakınlık ve kabul eksikliği nedeniyle, çocukların alışık olmadıkları durumlarla karşı karşıya kaldıklarında güvensiz ve çaresiz hissetme eğiliminde olduğunu bulmuşlardır.

Algılanan ebeveynlik stilleri ve kişilik bozukluğu arasındaki ilişki üzerine yapılan bir araştırma (Parker vd., 1999) ilgisiz, aşırı kontrol edici ve ihmalkar ebeveynliğin; paranoid, borderline, kaygılı ve depresif kişilik özellikleri dahil olmak üzere çeşitli olumsuz örüntülerin gelişimine neden olduğunu göstermiştir. Benzer şekilde, Repetti, Taylor ve Seeman (2002) çatışma, saldırganlık ve düşmanlık düzeyi yüksek olan ailelerin çocuklarının genellikle depresyon, intihar davranışları ve anksiyete bozuklukları gibi zihinsel sağlık riskleriyle ilişkili durumlara yatkın olduğunu ortaya koymuştur.

Petrowski ve arkadaşları (2009) reddeden, cezalandırıcı ve kontrol eden ebeveyn davranışına maruz kalan ve duygusal sıcaklıktan mahrum olarak yetiştirilen bireylerin, daha olumlu bir yetiştirme deneyimi olan bireylere göre daha düşük bir yaşam memnuniyeti olduğunu ve kişilerarası ilişkilerde sorunları olduğunu bildirmişlerdir.

Kişilerarası ilişkide sorunlar ve psikopatolojiyle ilişkisi düşünüldüğünde işlevsiz ebeveynliğin erken dönem uyumsuz şemalarla da ilişkili olacağı açıktır. Bir sonraki bölümde erken dönem uyumsuz şemalar ve ebeveynlikle ilgili yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

2.3.2.Ebeveynlik ve Şemalarla ilgili Çalışmalar

Şema teorisi, olumsuz erken deneyimlerin şemaların birincil kaynağı olduğunu ve işlevsiz ebeveynlik tutumlarının olumsuz erken deneyimlerin başında geldiğini ileri sürmektedir (Young vd., 2003). Bu varsayım, şema terapinin en önemli varsayımlarından

biri olmasına rağmen, bu konuda yapılan kapsamlı çalışmaların sayısının azlığı dikkat çekicidir (Haugh ve diğerleri, 2017). Young Şema teorisi ve terapisinin oldukça popüler ve şema teorisiyle ilgili alanyazının çok geniş olmasına rağmen, erken dönem şemaları oluşturan ilişkilerle ve temel bakım verenlerle ilgili çalışmalar oldukça azdır. Şemalarla ilgili yapılmış bir dizi çalışma mevcuttur; fakat ebeveynlik ve erken dönem yaşantıların şema teorisindeki rolünü açıklayıcı tatmin edici özellikle nitel çalışmalara rastlanmamıştır.

Ebeveynlik ve şemalarla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, şemaların aracılık rolünün ve yordayıcılığın araştırıldığı çalışmalar karşımıza çıkmaktadır. Shah ve Waller (2000) yaptıkları çalışmada, depresyon tanısı konulmuş bireylerle sağlıklı bireyleri karşılaştırmış ve depresif bireylerin aileleriyle ilgili algılarının olumsuz olduğunu (yeterli bakımı vermeme ya da aşırı koruyuculuk) ve erken dönem uyumsuz şemalara sahip olduklarını ortaya koymuşlardır. Çalışmaya göre, uyum bozucu şemalar ebeveyn ilişkisi ve depresyon seviyesi arasındaki ilişkide aracı rol oynamaktadır. Benzer şekilde, Harris ve Curtain (2002) iki ebeveynlik faktörünü ölçen (aşırı korumacılık ve bakım verme) ebeveynlik testini kullanarak şemaların ebeveynlik tutumları ve depresyon arasındaki aracı rolünü incelemişlerdir. 194 katılımcıyla yaptıkları araştırma sonucunda şemaların ebeveyn algıları ve depresif semptomoloji arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiklerini ortaya çıkarmışlardır. Önceki araştırmalarla uyumlu olarak, Haugh ve arkadaşları da (2017) işlevsiz ebeveynlik stilleri ile hem şema alanları hem de depresif belirtiler arasında anlamlı ilişkiler bulmuşlardır. Üç ebeveynlik stili (duygusal olarak yoksunluk, küçümseme ve aşırı koruyuculuk), şema alanları ve depresyon skorları ile anlamlı ve pozitif bir biçimde ilişkili bulunmuştur.

Leung ve diğerleri (2000) anoreksiya ve bulimiya tanısı alan bireylerde ebeveyn ilişkileri ve şemalar arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma yapmışlardır. Çalışma sonucunda anoreksiya tanısı alan grubun olumsuz ebeveyn ilişkileri ve şemaları arasındaki ilişkinin en güçlü olduğu (bulimiya veya kontrol grubuna göre) ve yetersiz ebeveyn bakımının şema oluşumunu yordadığı ortaya çıkmıştır.

Erken dönem uyum bozucu şemalar ve çocukların yetiştirilmelerine ilişkin algıları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir başka çalışmada (Muris, 2006) erken dönem uyumsuz şemaların ebeveynlerin çocuğu reddetmesi ve kontrol temaları ile ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca, Sheffield, Waller, Emanuelli, Murray ve Meyer (2005) yaptıkları psikometrik çalışmada, ebeveynlerin özellikle duygusal yoksunluk, küçümseme ve aşırı

korumacılık özelliklerinin şemalar ile güçlü bir ilişkisi olduğunu söylemişlerdir. Benzer şekilde, Soygüt ve Çakır'ın (2009) Türkiye'de yaptığı çalışmadaki regresyon analizleri algılanan ebeveynlik biçimlerinden özellikle küçümseyici, kuralcı ve aşırı korumacı annelik ile küçümseyici babalık özelliklerinin uyum bozucu şemaları güçlü bir şekilde yordadığını ortaya koymuştur. Ayrıca, bulgulara göre; özellikle düşmanlık şeması psikolojik belirtiler ve ebeveynlik stilleri arasında aracı rol oynamaktadır.

McCarthy ve Lumley (2012) ebeveynlerin yaptığı kötü muamelenin şemaların gelişimindeki rolünü incelemişlerdir. Öğrenciler ile yapılan çalışmada, ailenin çocukluk çağında uyguladığı olumsuz tutumların şemaların en güçlü yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Basso, Fortes, Steinhorst ve Wainer (2019) şemalar ile ebeveyn yetiştirme stili, anne reddi ve depresyonla ilgili 321 çalışma içerisinde belirledikleri bilimsel kriterlere uyan 22 çalışmayı sistematik bir şekilde incelemişlerdir. İnceleme sonucunda, şemalar ile ebeveyn tutumları, anne ile bağlanma ve depresyon arasında ilişki bulunmuştur. Ayrıca, şemaların, kişilik bozuklukları ve ebeveyn tutumları arasında aracı değişken olarak rol oynadığı ortaya konmuştur. İnceledikleri çalışmaların yarısı, sınırlılık olarak çalışmalarının ölçeklere dayandığını ve bunun çalışmanın sonuçlarını etkileyebileceğini bildirmiştir.

İncelenen tüm çalışmalardan elde edilen bilgilerden yola çıkılarak, ebeveynle (anne ve baba ile olan) ilişkinin şema oluşumunda belirleyici bir faktör olduğu söylenebilir; fakat yapılan çalışmalar nicel ağırlıklı olup; değişkenler arasındaki ilişkisel, yordayıcı ve aracı role odaklanılmıştır. Bu tez çalışmasında erken dönem yaşantılar, ebeveynle ilişkiler derinlemesine ve nitel yöntemle incelenerek uyumsuz şemalara sahip bireylerin yaşantılarının detaylarına ulaşmak hedeflenmektedir. Böylece, bu çalışmanın daha zengin bilgi kaynağı sağlayarak; ileride yapılacak olan nitel ve nicel çalışmalar için farklı bakış açıları ve çalışma noktaları sunması amaçlanmaktadır.

BÖLÜM III: YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, çalışma grubu, verilerin toplanması ve verilerin çözümlenmesi/yorumlanması, araştırmacının rolü ve araştırmanın güvenilirliğinin sağlanmasına ilişkin bilgiler verilmiştir.

3.1.Araştırma Modeli

Erken dönem uyumsuz şemaların oluşum süreci ve erken dönem çocukluk yaşantıları hakkında detaylı bilgi elde etmek amacıyla nitel araştırma desenlerinden biri olan “yorumlayıcı fenomenoloji” yöntemi kullanılmıştır.

Heideger felsefesi ve hermönetik fenomenoloji, yorumlayıcı fenomenoloji araştırmalarının temel yapısını oluşturmaktadır (Willig ve Rogers, 2013). Heideger, olayın ‘ne olduğundan’ ziyade ‘nasıl var olduğuna’ odaklanmıştır. Ona göre dünyaya geldiğimiz andan itibaren içinde yaşadığımız kültür, tarih ve ilişkilerimizle kendimizi tanımlarız. Diğer insanlara ve çevreye göre şekilleniriz. Bu sebeple yaşadığımız olaylardan çok, olaylarla ilgili fenomenolojik algıların çözümlenmesi önemlidir (Langdrige, 2007). Heideger’in bakış açısı ontolojiyi incelemekte, epistemolojiyi ikinci planda görmektedir; buna göre yorum betimlemeden önde gelmekte ve önem kazanmaktadır (Giorgi ve Giorgi, 2008). Heideger’e göre bir fenomeni kişisel değerlendirmeler ve yargılardan arındırarak anlamak mümkün değildir; bu sebeple fenomeniden ziyade yorum esastır. Hermönetik, insanların yaşadıkları deneyimlerdeki detayları ortaya çıkarmak ve yorumlamak amacıyla kullanılan bir yöntem ve araştırma süreci olarak tanımlanır (Lopez ve Willis, 2004). Hermönetik döngü yorum üzerinden şekillendiğinden “şey”lerin özünü anlamak için başvurmamız gereken yöntemdir (Laverty, 2003). Hermönetik döngüde bir olgu ve var olan bilgiyle başlanır ve yeni şeyler bularak ilerlenir. Araştırmacının yorumu ve bakış açısı yorumlayıcı fenomenolojide oldukça önemlidir çünkü araştırmacı kendi yorumuyla görüşmelerden anlam çıkarmaktadır (Willig ve Rogers, 2013).

Yorumlayıcı fenomenoloji yöntemi bireylerin tecrübelerini anlamak ve onların bakış açısını derinlemesine kavramak üzere en çok kullanılan yöntemlerden biridir (Langdrige, 2007). Pozitivist paradigmanın aksine, yorumlayıcı fenomenoloji, fenomenlerle ilgili tek bir gerçekliğin ve nesnelliğin olduğunu reddeder. Gerçeklik, kişinin bakış açısından bağımsız var olamaz. Bu sebeple yorumlayıcı fenomenolojinin amacı, kişilerin yaşadıklarını, olgu ile ilgili yorumlarını onların bakış açısından anlamaktır. Bunu sağlamak

için hipotezler önceden oluşturulmaz, sadece genel sorular belirlenir. Bu belirlenen sorular küçük bir gruba yüz yüze yapılan görüşmeler aracılığıyla uygulanır (Smith ve Osborn, 2003; Creswell, 2012).

Smith (2004) yorumlayıcı fenomenolojiyi “sorgulayıcı, tümevarımsal ve bireysel farklılıkları araştıran” bir yöntem olarak tanımlamıştır. Sorgulama biçimi esnektir ve yeni konuların açılmasına alan sağlar. Bir hipotezi doğrulamak veya çürütmek gibi bir kaygısı olmadığından sorulardan gelen yanıtlarla bir sonuca ulaşır, bu yönüyle tümevarımsaldır. Yorumlayıcı fenomenoloji bireyleri teker teker ele alır ve detaylı olarak inceler. Birinci kişiyi inceledikten sonra ikinci kişiye geçer ve ikisi arasında bağlantılar kurarak devam eder. Bu yönüyle bireylere odaklanmakta ve bireysel farklılıklardan ortak temalara ulaşmayı hedeflemektedir.

Yorumlayıcı fenomenolojinin asıl amacı, katılımcıların dünyalarına girerek onların deneyimlerini nasıl ifade ettiklerini ve bu deneyimlere nasıl duygusal tepkiler verdiklerini anlamaya çalışmaktır (Smith, 1996; Smith, 2004). Bir sonraki amaç ise kültürel, sosyal ve teorik bağlamları ele alarak, katılımcıların söyledikleri ve yaşantıları üzerinden yorumlayıcı bir analiz geliştirmektir (Smith ve Osborn, 2003).

Yorumlayıcı fenomenoloji, yansıtma (reflexivity) kavramını içerir. Yansıtma, araştırmacının öznelliğinin ve görüşmelerde kullandığı yöntemlerinin elde edilen bilgiler üzerindeki etkisi hakkında bilinçli olması gerektiği anlamına gelir. Bu nedenle araştırmacı, devam etmekte olan çalışma ile ilgili olarak birçok kez “ne, nasıl, neden?” sorularını sorar (Smith, Osborn ve Jarman, 1999).

Sonuç olarak, yorumlayıcı fenomenoloji, bireyin öznel olarak olayları nasıl tecrübe ettiği ve algıladığını, süreci nasıl deneyimlediğini ve ona nasıl bir anlam verdiğine odaklanan bir metodolojidir (Larkin, Watts ve Clifton, 2006). Bu tez çalışmasında da erken dönem yaşantılar, anne ve baba ile ilişki ve yaşanan anılar üzerinden araştırma şekillendirilmiştir. Var olan hipotezleri desteklemek veya çürütmek gibi bir amaç bulunmadığından, kişilerin öznel deneyimlerine ve duygularına odaklanılmak hedeflendiğinden (Smith, 2004); ayrıca yaşantılar ve duygular biricik olduğundan ve kişiden kişiye farklılık gösterdiğinden katılımcıların paylaşımlarını anlamlandırmak için en uygun olan yöntemin yorumlayıcı fenomenoloji olduğu düşünülmüştür. Yorumlayıcı fenomenoloji yöntemi kullanılarak ulaşılmak istenen bilgi, erken dönem uyumsuz şemalara

sahip bireylerin erken dönem tecrübelerini nasıl yaşadıkları, anne ve babalarıyla olan ilişkilerini nasıl algıladıkları ve yorumladıklarıdır.

3.2.Çalışma Grubu

Bu tez çalışmasında nitel çalışmalarda sıklıkla kullanılan örnekleme yöntemlerinden biri olan amaçlı örnekleme kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme yönteminin kullanılmasının nedeni, çalışılan konunun derinlemesine anlaşılması için konuyla ilgili bilgi verebilecek kişilerin seçilmesidir (Patton, 2014). Yorumlayıcı fenomenoloji çalışmalarında bireylerin ortak yaşantılarının özüne ulaşmak hedeflendiğinden maksimum çeşitlilik ya da rasgele gruplar yerine daha spesifik ve homojen gruplar tercih edilmektedir (Smith ve Osborn, 2003). Homojen gruplarla çalışmanın nedeni, ortak yaşantılar ile ilgili daha derinlemesine bir analiz yapılmak istenmesidir. Çalışmalar idiografik olduğundan genelleme amacı taşımaz. Çalışma grubunun oluşturulmasında kullanılan ölçütler ise araştırmacı tarafından amaca uygun olarak belirlenmelidir (Creswell, 2012; Smith ve Osborn, 2003). Bu çerçevede, bu tez çalışmasında erken dönem uyumsuz şemaların oluşum süreci ve erken dönem yaşantıları incelemek amacıyla amaçlı örnekleme türlerinden biri olan ölçüt örnekleme yöntemi kullanılarak erken dönem uyumsuz şemaları aktif olan bireyler belirlenmeye çalışılmıştır. Ölçüt örneklemede, çalışma grubuna katılacak olan kişilerin önceden belirlenmiş olan kriterlere uygun olarak seçilmesi esastır (Patton, 2014).

Bu çalışmada ulaşılmak istenen amaç doğrultusunda, erken dönem uyumsuz şemalara sahip olan ve bu şemaların etkisini yoğun olarak yaşayan kişilere ulaşmak hedeflenmiştir. Bu nedenle, erken dönem uyumsuz şema alanlarına sahip olabileceği düşünülen çalışma grubuna ulaşmak için 450 genç yetişkine “Young Şema Ölçeği Kısa Form-3” (Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır, 2009) uygulanmıştır. Eksik cevapları olan ve tam puanlanamayan 15 katılımcı analizden çıkartılmıştır, toplamda 435 genç yetişkinin sonuçları üzerinden değerlendirme yapılmıştır. Çalışma grubu olarak genç yetişkinlerin seçilmesinin bir nedeni çocuk sahibi olmamalarıdır. Çocuk sahibi olduğunda anıların ve şemaların yeniden düzenlendiği düşünüldüğünden 18-28 yaş arasında olan genç yetişkinlerle çalışılmıştır. Bu grubun seçilmesindeki bir başka neden, ölçeğin genç yetişkinler grubunda geçerlik güvenirlik çalışmalarının yapılmasıdır.

İkinci aşamada amaçlı örnekleme yöntemine uygun olarak her şema alanında ortalamanın üzerinde puan alan bireyler belirlenmiş ve en yüksek puandan en düşük puana

doğru sıralanmıştır. Sıralama yapılırken ilk olarak beş şema alanının ortalamaları alınmış ve katılımcılar ortalama puana göre en yüksekten en düşüğe sıralanmıştır. Daha sonra sıralamada her alt alandan ortalamanın üzerinde puan almalarına dikkat edilmiştir. Örneğin, bir katılımcının dört şema alt puanı yüksek fakat bir şema alt puanı düşük ise o katılımcı elenmiştir. Bu şekilde beş alt şema alanından da ortalama üzeri alan ve en yüksek ortalamalara sahip olan ilk otuz katılımcı belirlenmiştir. Sıralamaya göre en yüksek puana sahip ilk otuz katılımcıya ulaşılmış; ön görüşme ve bilgilendirme yapılarak çalışmanın ikinci aşaması olan yüz yüze görüşmelere katılmak isteyip istemedikleri sorulmuştur. Bilgilendirme esnasında araştırmanın konusu, kimliklerinin ve ses kayıtlarının gizliliğinin korunacağı, katılımın gönüllülük ilkesine bağlı olduğu ve istedikleri zaman görüşmeyi sonlandırabilecekleri, görüşmede sorulacak olan soruların içeriği ve yaklaşık görüşme süresi hakkında bilgi verilmiştir. Homojen bir grup elde etmek amacıyla katılımcılar üniversite öğrencileri arasından seçilmiştir; katılımcıların yaşları 20-28 arasında değişmektedir. Ön görüşme sonucunda görüşmelere katılmak isteyen 20 katılımcı (Katılımcıların demografik bilgileri Tablo 1’de verilmiştir) ile görüşmeler birebir olarak üniversitede özel bir görüşme odasında gerçekleştirilmiştir.

Tablo 3.2.1. Katılımcıların Demografik Bilgileri

Katılımcı	Yaş	Cinsiyet	Young Şema Ölçeği Kısa Form’una göre sıralaması
Katılımcı 1	28	Kadın	21
Katılımcı 2	22	Erkek	7
Katılımcı 3	23	Kadın	16
Katılımcı 4	21	Kadın	3
Katılımcı 5	20	Erkek	13
Katılımcı 6	22	Kadın	2
Katılımcı 7	18	Kadın	18
Katılımcı 8	23	Kadın	9
Katılımcı 9	22	Kadın	1
Katılımcı 10	21	Erkek	29
Katılımcı 11	20	Kadın	20

Katılımcı 12	21	Kadın	28
Katılımcı 13	22	Kadın	30
Katılımcı 14	24	Kadın	25
Katılımcı 15	20	Kadın	22
Katılımcı 16	23	Erkek	15
Katılımcı 17	21	Kadın	4
Katılımcı 18	21	Kadın	17
Katılımcı 19	23	Erkek	14
Katılımcı 20	22	Kadın	11

Yorumlayıcı fenomenoloji çalışmalarında örneklem sayısı için kesin bir kural yoktur. Dört, dokuz, on beş ya da daha fazla katılımcı ile yürütülmüş birçok çalışma vardır (Smith, 2003). Creswell (2012)'e göre fenomenoloji çalışmaları için 3-15 arası katılımcı sayısı yeterlidir. Örneklem büyüklüğü analizin derinliğine, katılımcıların paylaşımlarının derinliğine, çalışılan grupla ilgili kısıtlamalara ve veri doygunluğuna göre değişir (Creswell, 2012; Smith ve Osborn, 2003). Bu çalışmada katılımcıların verdikleri yanıtların derinliği göz önüne alınarak çalışma grubu 20 kişi olarak belirlenmiştir.

3.3.Verilerin Toplanması

3.3.1.Verilerin Toplama Süreci

Tez çalışması için gereken etik kurul çalışma izni İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurul'undan alınmıştır (bakınız Ek 1). Etik kurul izni alındıktan sonra 450 öğrenciye (3., 4. Sınıf lisans ve yüksek lisans) gönüllü katılım formu ve demografik form (bakınız Ek 2) ile birlikte Young Şema Ölçeği Kısa Formu (bakınız Ek 3) uygulanmıştır. Veri seti temizlendikten sonra elde edilen 435 katılımcı arasından en yüksek puana sahip ilk otuz katılımcıya ulaşılmış; ön görüşme ve bilgilendirme yapılarak çalışmanın ikinci aşaması olan yüz yüze görüşmelere katılmak isteyip istemedikleri sorulmuştur. Bilgilendirme esnasında araştırmanın konusu, kimliklerinin ve ses kayıtlarının gizliliğinin korunacağı, gönüllülük ilkesine bağlı olduğu ve istedikleri zaman görüşmeyi sonlandırabilecekleri, görüşmede sorulacak olan soruların içeriği ve yaklaşık görüşme süresi hakkında bilgi verilmiştir. 20 katılımcı ile her biri yaklaşık 45 dakika süren

görüşmeler üniversitede görüşme odasında gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler sırasında yarı-yapılandırılmış görüşme soruları (bakınız Ek 4) katılımcılara yöneltilmiş ve katılımcıların da izni alınarak deşifre yapılabilmesi için görüşmeler ses kaydına alınmıştır. Katılımcıların kimlikleri gizli kalacağından, katılımcılar çalışma sırasındaki aktarımlarda Katılımcı 1-Katılımcı 20 olarak isimlendirilmişlerdir.

3.3.2. Veri Toplama Araçları

Çalışmada veri toplama iki şekilde yapılmıştır. Bunlardan biri ölçek uygulaması bir diğeri ise derinlemesine yapılmış olan yarı yapılandırılmış görüşmelerdir.

3.3.2.1. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YSQ-SF3)

Çalışma grubunun belirlenebilmesi için “Young Şema Ölçeği Kısa Form-3” uygulanmıştır. Ölçek, Young ve arkadaşları (2003) tarafından oluşturulmuştur. Ölçeğin amacı uyumsuz bilişsel şemaların ortaya çıkarılmasıdır. Ölçeğin orijinal versiyonu, 5 şema alanı altında bulunan 18 farklı erken dönem uyumsuz şemayı kapsamaktadır. Ölçek, 1 ve 6 arasında (1=Benim için tamamen yanlış, 6=Beni mükemmel şekilde tanımlıyor) likert tipi ölçüm yapan 90 maddeden oluşmaktadır. Buna göre, her alt alandan alınan puan 5 ve 30 arasında değişmektedir. Alınan puanın artması şemanın daha patolojik olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Türkçe’ye çevrilmesi ve standardizasyonu Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır (2009) tarafından gerçekleştirilmiştir; yapılan çalışmada 5 şema alanı (Zedelenmiş Otonomi, Kopukluk, Yüksek Standartlar, Diğer Yönelimlilik ve Zedelenmiş Sınırlar) altında 14 farklı şema (duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlar) ortaya konmuştur. Bu çalışmaya göre, iç tutarlılık katsayıları şema alanları için .53 (Yüksek Standartlar) ve .81 (Zedelenmiş Özerklik) arasında değişmektedir. Şema alanlarının test-tekrar test güvenilirlik katsayıları .66 (Zedelenmiş Sınırlar) ve .83 (Kopukluk) arasında bulunmuştur. Ayrıca, YSQ-SF3’ün kısa semptom envanteri ile yakınsak geçerliliği olduğu ve bu bulgunun da ampirik beklentilere paralel olan katsayıları gösterdiği ortaya konmuştur.

3.3.2.2. Görüşme Soruları

Çalışmanın temel veri toplama aracı araştırmacı tarafından oluşturulan görüşme

sorularıdır. Nitel araştırmalarda temel veri toplama yöntemlerinden olan görüşme tekniği fenomenoloji çalışmalarında da araştırmacılar tarafından sıklıkla kullanılmaktadır (Creswell, 2012). Görüşme sorularıyla bireylerin olayları nasıl anlamlandırdıkları, yorumladıkları ortaya çıkarılmaktadır (Merriam, 1998). Nitel görüşmeler, katılımcıların görüşlerini, algılarını daha detaylı ortaya koymakta ve daha zengin, özgün bilgiler sağlamaktadır. Aynı zamanda, nitel görüşmeler sadece o anla ilgili bilgi vermemekte, geçmiş ve geleceği yorumlama noktasında da araştırmacıya ve katılımcıya imkan sunmaktadır (Creswell, 2012). Bu nedenle erken dönem uyumsuz şemaların oluşumu hakkında detaylı bilgi sahibi olabilmek amacıyla araştırmacı tarafından açık uçlu sorulardan oluşan “Görüşme Soruları” hazırlanmıştır. Oluşturulan soru listesi kapsam geçerliliğinin sağlanması açısından beş uzman (iki uzman klinik psikolog, üç uzman psikolojik danışman) tarafından kontrol edilmiştir ve uzmanların görüşleri çerçevesinde sorular çıkartılıp, eklenerek revize edilmiştir. Hazırlanan soru listesinin denenmesi amacıyla 2 pilot görüşme yapılmıştır. Pilot görüşmeler sonucunda sorularda düzenlemeler yapılmış ve sorular son haline getirilmiştir.

Oluşturulan soru listesi çerçevesinde görüşmeler sessiz bir odada karşılıklı ve yüz yüze olarak yapılmıştır. Görüşmeler esnasında gereken yerlerde konuyu daha fazla derinleştirmek ve süreci daha iyi anlamak adına araştırmacı tarafından sondaj soruları (biraz daha açabilir misiniz?, başka bir örnek verebilir misiniz?) sorulmuştur (Charmaz, 2006; Dey,1993). Bazı katılımcılar olumsuz anılardan bahsederken duygusal olarak etkilenmiştir, bu durumlarda ses kaydı ve görüşmeye ara verilmiş, katılımcının duyguları yansıtılmış, terapötik tepkiler verilmiş ve sonrasında görüşmeye devam edilmiştir. Bazı katılımcılara yardım almak isteyip istemedikleri sorulmuş ve isteyen katılımcılar, psikolog ve psikolojik danışmanlara yönlendirilmiştir.

3.4.Verilerin Çözümlemesi ve Yorumlanması

Bu tez çalışmasının analizinde Smith ve Osborn’un (2003) Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz adımları uygulanmıştır. YFA, Smith tarafından 1990’larda University of London’da geliştirilen ve fenomenoloji çalışmalarında en sık kullanılan fenomenoloji yöntemidir (Eatough ve Smith, 2008; Smith, 2004; Smith ve Osborn, 2003). Bu analiz yönteminin doğası gereği araştırmacı süreçte dinamiktir ve aktif bir rol oynar. Bu sebeple analiz sürecinde iki ayrı süreçten bahsedilebilir: katılımcıların anlattıklarını anlama ve anlamlandırma çabası ve araştırmacının katılımcıların dünyalarına girme ve onları

anlama ve anlamlandırma çabası (Smith ve Osborn, 2003). Smith ve Osborn (2003) YFA basamakları şu şekilde özetlenmiştir (s.66-78):

- Çoklu okuma ve notlar alma: İlk olarak araştırmacı metni birkaç kez okur ve katılımcıların kullandıkları ifadeleri, katılımcıların dilini ve kendi düşüncelerini not alır. Metnin tekrar tekrar okunması araştırmacının veriye aşinalığını sağlayarak ve ortak temaları görmeyi ve analizi kolaylaştırır.
- Notları temalara çevirme: Bu aşamada araştırmacı metindeki ortaya çıkmaya başlayan kodları tanımlamaya başlar ve belirler. İlk ortaya çıkan kodlar listelenir, ardından bu kodlar daha analitik ve teorik sıralamayla yeniden yapılandırılır ve temalara dönüştürülür. Temalara kavramsal isimler vermeye çalışılır.
- Temaları bağlantılı olarak kümelendirme: Bu aşamada araştırmacı bir önceki basamakta ortaya çıkan temaları daha yapısal bir biçimde organize eder; temalar listelenir, aralarındaki ilişki tanımlanır. Araştırmacı temaları listelerken metin içinde tekrar tekrar kontrollerini yapar, yorumlama temel alınarak temalar oluşturulur. Bu aşama araştırmacı ve metin arasındaki etkileşimin en yoğun olduğu aşamadır. Araştırmacı bir yandan katılımcının söylediklerini yorumlamaya çalışırken bir yandan kendi yorumlarının katılımcının gerçekten söylediğiyle ilişkisini sürekli bir kontrol etme durumundadır.
- Çalışmayı raporlama: Çalışmanın sonunda elde edilen temalar tablo halinde özetlenerek sunulur, özetle temaya ilişkin kısa alıntılar, ve metin içerisindeki konumlarına da yer verilir.

YFA tümevarımsal bir yöntem olduğundan, doğrulanmak ya da çürütülmek istenen hipotezler olmadığından temel olan, katılımcıların bireysel olarak ortaya koyduklarını derinlemesine incelemek ve değerlendirmektir. Bu değerlendirmeyi yapabilmek için tüm görüşmeleri bitirip analiz etmek yerine, görüşme yapıldıkça analizini yapmak ve diğer kişilerle görüşmeye analiz yaparak gitmek böylece adım adım ilerlemek daha sağlıklıdır (Smith ve Osborn, 2003). Bu sebeple YFA’da veri analizi ilk görüşmenin hemen ardından başlar. Bu çalışmada da yapılan her görüşmenin ardından analizi yapılmaya çalışılmış ve karşılaştırmalı veri analizi uygulanmıştır. Yapılan her görüşme ses kaydına alınarak kelimesi kelimesine deşifre edilmiştir ve yazılı bir metin haline getirilmiştir, bu işlem transkripsiyon (deşifre) olarak adlandırılır (Creswell, 2012). Bu sürecin araştırmacı tarafından gerçekleştirilmesi, veri aşinalığı sağladığından analizi kolaylaştıran bir adımdır

(Lichtman, 2006; Merriam, 2009). Araştırmacı, görüşmeleri doğru bir şekilde yorumlayabilmek için görüşmeler ile sıkı bir etkileşim içine girmelidir (Smith, Flowers ve Larkin, 2012). Çoklu okumanın ardından deşifre edilmiş olan birinci görüşme daha çok bağlama odaklanarak kodlanmıştır. Ortaya çıkan kodlar kendi aralarında ilişkilendirilerek temaların altına yerleştirilmiştir. Birinci görüşmenin ayrıntılı analizinin ardından ikinci görüşme gerçekleştirilmiş ve analizi yapılarak sırasıyla aynı çalışma biçimiyle diğer görüşmelere devam edilmiştir. Görüşmeler ilerledikçe ortaya çıkan temalar karşılaştırılarak değerlendirilmiştir. Analiz sırasında nitel analiz konusunda deneyimli iki psikolojik danışmandan, tez danışmanından ve denetçi olarak destek sağlayan YFA konusunda uzman olan bir doktor öğretim üyesinden destek alınmıştır (bu süreç tutarlılık ilkesinde detaylı anlatılacaktır). Geribildirimler çerçevesinde analizler ve temalar düzenlenmiştir.

Görüşmelerin analizleri, nitel çalışmalarda sıklıkla kullanılan bilgisayar analiz programlarından biri olan MAXQDA-18 kullanılarak yapılmıştır. Bilgisayar programının kullanımı, analizi daha sistematik hale getirmiş, kodların daha etkili bir biçimde oluşturulmasına yardımcı olmuştur. Bununla birlikte, bilgisayar programı aslında veriyi analiz etmemekte; analizle ilgili tüm kararlar araştırmacı tarafından verilmektedir. Fakat program kodlar arasında bağlantı kurma, verileri saklama- geri çağırma, düzenleme ve birleştirme gibi işlevleri sunarak (Patton, 2014); analizin daha kolay ve hızlı yapılmasına olanak sağlamıştır. Bu sebeple analiz süreci baştan sona programda gerçekleştirilmiştir.

3.5.Araştırmanın Güvenirliğinin Sağlanması

Nicel araştırmalarda sayısal verilerle ve farklı yöntemlerle hesaplanan geçerlilik güvenirlilik kavramları, nitel araştırmalarda yerini anlamlılık ve güvenilirliğe bırakır. Nicel araştırmalarda bir tehdit olarak ele alınan yanlılık, araştırmacının yorumu; nitel araştırmalarda araştırmanın bir parçasıdır. Nitel araştırmaların niteliğini değerlendirirken önemli olan, araştırmacının yorum ve duruşunu göz ardı etmeden, araştırmacının rolü ile beraber metodolojinin ve elde edilen sonuçların anlamlı ve güvenilir olmasını önemsemek ve değerlendirmektir. Bu değerlendirmeyi yapabilmek için ortaya atılan birden fazla görüş ve kriter bulunmaktadır. Mevcut tez çalışmasında sıklıkla kullanılan iki farklı değerlendirme göz önüne alınmış ve araştırmanın niteliği bu çerçevelerde değerlendirilmiştir.

İlk olarak, Lincoln ve Guba (1978) nicel araştırmadaki geçerlik ve güvenirlilik

kavramlarının yerine nitel araştırmalarda kullanılmak üzere “inandırıcılık (credibility)”, “aktarılabirlik (transferability)” “tutarlılık (dependability)” ve “teyit edilebilirlik (confirmability)” terimlerini sunmuşlardır.

İnandırıcılık (credibility): Analiz sonucunda elde edilen bulguların üzerinde çalışılan konu hakkındaki gerçekleri ne kadar yansıttığını gösteren bir terim olarak ortaya konmuştur (Lincoln ve Guba, 1978). Bir fenomenoloji araştırmasının inandırıcılığının sağlanabilmesi için araştırmacının başvurabileceği üç temel yöntem vardır: veri ile uzun süre uğraşma, uzman görüşü alma (peer debriefing) ve çeşitleme (triangulation) (Creswell, 2012; Merriam, 1998; Patton, 2002).

Bu tez çalışması yürütölürken veri ile uzun süre uğraşma yönteminin uygulandığını söylemek mümkündür. Veri toplama ve analiz süreci yaklaşık sekiz ayda tamamlanmıştır; analiz aşamasından önce her görüşme titizlikle yazıya geçirilmiş, deşifreler defalarca okunmuştur. Bu detaylı ve titiz çalışmanın hataları azalttığı düşünölmektedir. Akran yardımı ve araştırmacı dışında başka bireylerin değerlendirilmelerini alarak inandırıcılığı güçlendirmek adına, araştırma süreci boyunca iki klinik psikolog ve üç psikolojik danışmandan destek alınmış, analiz sürecinde kodlar ve oluşturulan temalar ise uzman iki danışmanın kontrolleri ve revizeleri ile beraber son halini almıştır. Böylece araştırmanın eksik kalan kısımlarının giderilmesi, gözden kaçmış noktaların telafisi ve kuramsal duyarlılığın güçlendirilmesi sağlanmıştır. Üçüncü yöntem çeşitleme (triangulation) yöntemidir. Çeşitleme yöntemi, çoklu veri toplama, çoklu metot kullanma ve çok sayıda araştırmacının katılımı ile sağlanabilir. Böylece araştırma önyargılardan ve sığ bilgiden uzaklaşır (Patton, 2002). Bu çalışmada, görüşme sorularının uzman görüşlerine dayanarak oluşturulması, görüşme sorularına ek olarak ölçek kullanımından yararlanılması ve analiz esnasında birden fazla uzmana danışma ile çeşitleme yönteminin gerçekleştirildiği görölmektedir.

Tutarlılık (dependability): Lincoln ve Guba (1985) tutarlılığın sağlanması için araştırmanın her basamağının başka bir “denetleyici” tarafından gözden geçirilmesi gerektiğini savunur. Denetleyici uzman görüşünden farklı olarak kullanılmaktadır. Verinin ve araştırmanın özellikle analiz aşamasında dışardan bir göz tarafından yeniden değerlendirilmesidir. Tutarlılık kriterini sağlamak amacıyla, araştırmanın metodolojisini, verilerin toplanmasını, analizinin yeterliliğini, temaların oluşumunu ve çıkan sonucu denetlemesi için nitel araştırma ve analize hakim olan bir doktor öğretim üyesi ile

görülmüştür ve kendisi bu tez çalışmasında denetçi olarak rol almıştır.

Aktarılabirlik (transferability): Bu kriterin anlamı araştırmanın başka katılımcılar ve alanlarda da uygulanabilirliğinin olması ve bulunan sonucun etki sağlamasıdır (Lincoln ve Guba, 1985). Bu araştırmanın tekrarının yapılabilmesini sağlamak amacıyla, araştırma basamakları, kullanılan materyaller, sorular ekler kısmında ayrıntılı olarak verilmiştir, ayrıca, araştırmanın örneklem grubu seçiminde belirtilen kriterler detaylandırılmıştır. Bununla beraber çalışmanın açık şekilde anlaşılması için sonuç bölümünde her temayla ilgili birden fazla alıntıya yer verilmiştir. Bütün bu uygulamalarla beraber bu çalışma benzer çalışmaların yapılmasına imkan verir niteliktedir; ayrıca bu uygulamalar çalışmayı denetlenmeye açık hale getirerek aktarılabirlik ilkesini karşılamaktadır.

Teyit Edilebilirlik (confirmability): Araştırmadan elde edilen sonuçların araştırmacıdan bağımsız olarak sonucu yansıtmaları anlamına gelmektedir (Lincoln ve Guba, 1985). Bu kriteri sağlamak için araştırmacının, araştırma süresince duygu, düşünce ve yaşanmışlıklarının farkında olması ve bu farkındalık ile analiz yapması gerekmektedir (Creswell, 2012). Bu çalışmada, araştırmacı kendi duyguları, düşünceleri ve analizle ilgili günceler yazarak, uzmanlara danışarak ve her aşamada öznel kalmaya özen göstererek bu kriteri sağlamaya çalışmıştır. Bu süreç özdeşimsel notlar kısmında detaylı anlatılmıştır.

İkinci olarak, Morrow (2005) nitel çalışmalarda güvenilirliğin sağlanması için üç temel kriter ortaya koymuştur. Bunlar: verinin yeterli olması, yorumlamanın yeterli olması ve öznellik-yansıyabilirliktir (reflexivity). Morrow'un (2005) güvenilirlik için değerlendirme kriterlerinden birisi verilerin ve örneklemin yeterli miktarda olup olmadığına bakılmasıdır. Bu çalışmada 20 katılımcı ile görüşme yapılmıştır. Araştırma katılımcı sayısı, fenomenoloji araştırmaları için belirlenen ortalamanın oldukça üzerindedir (Creswell, 2012). Bunun yanı sıra alınan geribildirimler ve uzman görüşleriyle birlikte ortaya çıkan temaların doygunluğunun da yeterli miktarda olduğu düşünülmektedir. Yorumlamanın yeterli olması ile ilgili ise, ortaya çıkarılan temalarla ilgili alıntılarının yeterliliği ve ortaya çıkan temalarla ilgili yorumların okuyucuya sunulup sunulmadığı değerlendirilmektedir. Bu tez çalışmasında çıkan her temanın alt başlıklarıyla ilgili yeterli miktarda alıntılama yapılmış ve tartışma kısmında çıkan sonuçlar geniş bir perspektiften ele alınarak okuyucuya sunulmuştur.

Öznellik nitel çalışmalarda doğal ve çalışmaya katkı sağlayan bir süreç olarak ele

alınır (Morrow, 2005; Patton, 2002). Araştırmacının deneyimleri, altyapısı ve bakış açısı araştırmayı etkilemektedir. Araştırmacı, kendi tarihsel geçmişine ilişkin bilişleri, duyguları ve düşünceleri ile süreçte aktiftir. Bu aktif süreç ve araştırmacının öznelliği, veri toplama, analiz etme ve yorumlamayı etkiler (Patnaik, 2013). Bu noktada önemli olan araştırmacının sürecin neresinde olduğu konusunda fikri olması, kendi etkisinin farkında olması ve bu farkındalık ile beraber araştırmaya devam etmesidir. Araştırmacının varsayımlarının, önyargılarının ve kendi etkisinin farkında olması ve bunlar üzerine çalışması yansiyabilirlik (reflexivity) olarak isimlendirilmiştir (Finlay, 2002; Morrow, 2005; Patton, 2002). Araştırmacı, araştırmanın güvenilirliğini bozacak kişisel etkileri önlemek için paranteze alma (bracketing) tekniğini kullanmalıdır (Morrow, 2005). Paranteze almak kişinin geldiği kültür özelliklerini, yaşını, cinsiyetini, hayat tecrübelerini, uzmanlık alanını kısacası araştırmayı etkileyecek tüm öznel unsurları kapsayacak şekilde uygulanabilir (Fischer, 2009). Paranteze alma tüm araştırma süreci boyunca devam eden bir bilinçli farkındalık düzeyidir (Morrow, 2005). Bunu gerçekleştirebilmek adına araştırmacı görüşmelerle ilgili notlar tutabilir, sonrasında bu hatırlatıcı notlara bakarak analizini gerçekleştirebilir. Aldığı notlarda duygu, düşünce ve tecrübeleri ve bunların araştırmayı nasıl etkilediğine dair fikirleri yer alabilir, böylece hem bu notlar, okuyucuya aktarılabilir hem de analiz ve yorumlama sürecinde paranteze almaya yardımcı olur. Bu tez çalışmasında da görüşmelerden sonra notlar tutulmuş, araştırmacı fark ettiği ve paranteze aldığı duygu, düşünce ve kişisel özelliklerini özdüşümsel notlar başlığı altında yazmıştır.

3.6.Özdüşümsel Notlar

Ben 30 yaşında, evli ve bir bebek bekleyen, yeni anne olan/olmaya hazırlanan bir kadını. Lisansımı Boğaziçi Üniversitesi Psikoloji Bölümünde tamamladım. Sonrasında Bahçeşehir Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans programından mezun oldum. Eyüp Kadın Aile Sağlığı Merkezi'nde iki sene klinik psikolog olarak çalıştıktan sonra Marmara Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümünde doktora eğitimime başladım. Şu an yeterlik sınavını geçtim ve tezimi yazıyorum. Klinik psikoloji bölümünden mezun olduktan sonra BDT, Kabul Kararlılık Terapisi ve Şema Terapi eğitimlerine katıldım ve bu çerçevede danışan görmeye ve görüşmeler yapmaya devam ettim. Görüşmelerde beni en çok etkileyen danışanların öyküleri, erken dönemde yaşanan yoğun duygusal öyküler ve deneyimler hayatları boyunca tüm insanlarla olan ve kendileriyle olan ilişkiyi etkilemekteydi. Böylece ilgi alanıma giren ve merak ettiğim konuların başında gelen anne-

baba ilişkileri, şemaların oluşumu ve erken dönem yaşantıları birleştirerek bir doktora tez konusu oluşturmaya karar verdim. Erken dönemde yaşanan özellikle anne baba ile olan ilişkilerin, yaşanan olayların kişilerin şemalarının oluşumunda etkili olduğunu biliyoruz fakat neleri nasıl deneyimlediklerini detaylıca inceleyen nitel çalışmalar oldukça az. Bu konuda nitel çalışmaların azlığı ve nitel çalışma yapma isteğim, beni bu tezin yöntemini nitel olarak belirlemeye yöneltti. Nitel yöntem ile Marmara Üniversitesi'nde almış olduğum Nitel Araştırma Teknikleri dersi ile tanışmış oldum ve kişilerin anlattıklarını, hikayelerini derinlemesine incelemeye olanak sunması, bulguları nicel araştırmada olduğu gibi sayılara indirgememiş olması ve insanların hikayelerindeki anlamı kaybetmemesi gibi özellikleri ile nitel araştırma yöntemlerini çok sevdim.

Görüşmelerden önce uyguladığım ölçeğe göre en yüksek puan alan 30 kişi ile telefonda görüşerek randevulaştım, ilk görüşmeleri telefon yoluyla yapmak benim için biraz zorlayıcı oldu fakat yüz yüze görüşmelerde çok rahat hissettim. Katılımcıların hepsi sorulan sorulara içtenlikle cevap verdiler. Bazı katılımcılar görüşme esnasında yoğun duygulanım yaşadılar, böyle durumlarda kısa aralar verildi. İntihar geçmişi olan ve/veya ilaç kullanımı ile ilgili bilgi veren katılımcıların görüşme sonrasında psikolojik sağlık durumları ile ilgili detaylı bilgi alındı ve gerek görülen durumlarda yönlendirmeler yapıldı. Görüşmelerden sonra özellikle ağır travmatik geçmişi olan katılımcıların anlattıklarının etkisi ile yoğun duygular yaşadığım, psikolojik olarak zorlandığım zamanlar oldu, bu durumun analizlerimi etkilememesi için bir süre ara verdikten sonra deşifre ve analiz yapma yoluna başvurdum. Deşifre yaparken yaptığım görüşmeleri ve aldığım notları tekrar gözden geçirdim. İlk önce tüm deşifreleri bitirip daha sonra analiz yapma aşamasına geçtim. Deşifreleri tekrar tekrar okurken kodlar kafamda belirlenmeye başladı, hatta görüşmeler esnasında katılımcıların anlattıklarını kafamda belli başlıkların altına koyduğumu fark ettim. Bu da analiz sürecinde bana yardımcı oldu.

Analizleri yaparken zorlandığım noktalardan bir tanesi çocukluk dönemi ile ilgili sorular sorduğumda katılımcıların ergenlik ve şu andaki yaşantılarıyla ilgili detayları vermeleri oldu. Bazı katılımcılar anne-babalarıyla şu anda var olan ilişkilerini anlatma eğilimi gösterdiler. Bu da analiz ve görüşme sürecinde beni zorladı. Bununla beraber, görüşmeleri ve deşifreleri yaparken hamilelik sürecinde olduğum için özellikle anne ile olan ilişkilerde yaşanan travmalar, var olan sevgisiz ilişkiler ve yetersiz annelik ile ilgili kısımlar beni psikolojik açıdan olumsuz etkiledi. Deşifreleri yaparken hocalarımdan

destek aldım, meslektaşlarıma danıştım, her deşifrenin üzerinden tekrar tekrar geçtim, zaman zaman geriye dönerek yeni bulduğum kodların eski yaptığım deşifrelerde olup olmadığını kontrol ettim. Analiz süreci yorucu ve zorlayıcıydı, aralar vererek kafamı toparladıktan sonra tekrar analizin başına geçerek bu süreci yaklaşık dört ayda tamamladım. Sonuç olarak çalışmanın zorlayıcı tarafları olsa da benim için oldukça keyif aldığım bir süreç oldu.

BÖLÜM IV: BULGULAR

Bu çalışmada çocukluk çağında yaşanan deneyimlerin ve anne baba ile kurulan ilişkilerin erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunu nasıl etkilediğini incelemek amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda yirmi katılımcı ile yapılan görüşmelerin yorumlayıcı fenomenoloji yöntemi ile yapılan analizi sonucunda üç ana tema ortaya çıkmıştır. Bu ana temalar alt temalar ile beraber verilmiştir (Bakınız Tablo 4). Bu bölümde elde edilen temaların daha iyi anlaşılması için her alt temadan birkaç örnek verilecek, görüşmelerden alıntılar yapılacaktır.

Tablo 4. Analiz Sonucu Ortaya Çıkan Temalar ve Alt Temalar

ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARIN OLUŞUMU			
EVİLİK DOYUMUNUN OLMADIĞI/ ÇATIŞMALI AİLE İLİŞKİLERİ	İŞLEVSİZ EBEVEYNLİK		AİLE DIŞI OLUMSUZ YAŞANTILAR
Eşler Arası Çatışma ve Sevgisizlik	Baba	Anne	Vefat
Şiddet İçeren (Fiziksel & Duygusal)	Otoriter	Pasif /Hak aramayan	Taşınma
Akrabaların Olumsuz Etkisine Açık	Belirsiz kayıp (fiziksel olarak var ama ilişki yok)	Ebeveynlik yetisi gelişmemiş (iletişim kuramayan, duygularını saklayan, sevgi göstermeyen, duygu düzenleme problemleri olan)	Olumsuz okul yaşantıları
	Babanın yokluğu (fiziksel & ilişkisel olarak yok)	Travmatik yaşantıya sahip olma	Maddi sıkıntılar
	Ebeveynlik yetisi gelişmemiş (iletişim kuramayan, duygularını saklayan, sevgi göstermeyen, duygu düzenleme problemleri olan)	Erken biten çocukluk (erken evlilik, çocuk sahibi olma)	
	Travmatik yaşantıya sahip olma		

4.1.Evlilik Doyumunun Olmadığı Çatışmalı Aile İlişkileri

Görüşmeler sonucunda katılımcıların anlattıkları erken dönem deneyimlerin çoğu, anne baba arasında evlilik doyumu olmayan, çatışmalı ilişkilere işaret etmektedir. Bu başlık altında üç ayrı tema oluşturulmuştur: eşler arası çatışma ve sevgisizlik, fiziksel ve duygusal şiddet içeren ilişki ve akrabaların olumsuz etkisine açık, dışarıdan manipüle edilebilen ilişkiler.

4.1.1.Eşler Arası Çatışma ve Sevgisizlik

Uyumsuz şemalara sahip bireylerin ortak olarak paylaştıkları ilk alt tema, anne ve babaları arasında yaşanan çatışma ve sevgisizlik durumu olarak belirlenmiştir. Bu durum, çocuk üzerinde travmatik etkilere neden olabilecek bir durum olduğu gibi, aynı zamanda sevgi, güven, huzur gibi çocuğun temel ihtiyaçlarını karşılamasını da engelleyici niteliktedir. Bu nedenle, katılımcıların bu alt tema ile ilgili verdiği örnekler şema oluşumlarına nasıl ortam hazırlandığını anlatır niteliktedir. Dolayısıyla, yaşadıkları durumların anlaşılması için anlattıkları örnekler detaylıca aktarılmıştır. Uyumsuz şemalara sahip olan katılımcılar bu alt temada daha çok eşler arasında yaşanan (yani anne ve babaları arasındaki) gerginlik ve çatışmadan aynı zamanda şahit oldukları aldatma ve sevgisiz kurulan ilişkilerden bahsetmektedirler.

Katılımcıların çoğu çok gergin bir aile modeli anlatmış ve bu yaşadıklarından olumsuz etkilendiklerini ifade etmişlerdir. Katılımcı 13, anne ve babası arasındaki ilişkinin dengesiz ve gergin olduğundan, mutlu bir aile ortamına sahip olmadığından ve gergin ilişki tarzını hala hatırladığından ve etkilendiğinden bahsetmiştir. Ayrıca büyük çocuk olarak kardeşinin sorumluluğunu ve yükünü de alarak fazladan bir stres yaşamış ve bu durum katılımcının çocukluğunu saçma ve değişik olarak adlandırmasına sebep olmuştur:

K13 (Yaş:22/Kadın): Yani bizim ev gergindi. Annem babam hala anlaşılamayan kişiler. Ya anlaşılamazlar kavga ederler sonra tekrar barışırlar, sözleriyle çok incitirler birbirlerini, biraz dengesiz bir ilişkileri var. Ya hatırladığım genelde ev gergin olurdu, mutlu bir aile ortamı yoktu hani şu an daha iyi ama keşke o zaman olsaymış tam tersi olsaymış çünkü çocuklukta izler kalıyor. Hani annemle babamla yaşamak şu an beni rahatsız eder çünkü o gerginliği herhalde zihnim hatırlıyor küçüklükten kalan.

Genelde annemle babamın kavga ettiği tartıştığı böyle çok gereksiz sebepler. Babam şey derdi, sinirlenirdi çok ufak bir sebepten onda da galiba düzen takıntısı var tam onu da şey yapamadım. Mesela diyelim ki perde yamuk çekilmiş oradan bir kavga sebebi, kavga çıkartırdı hala o devam ediyor da hani, o zaman anlamıyorsun ne olduğunu, hani abla olduğum için bir de kardeşimi koruma

içgüdüm oluyordu, öyle bir şeydi biraz saçma değişik bir çocukluktu yani.

Katılımcı 12 anne babasının kavga ettiği zamanlar babasının kendini kaybetmesinden ve silah çıkaracak derecede öfkelenmesinden bahsetmiştir:

K12 (21/K): Ben babamın silah çıkarttığı zamanları biliyorum, ondan sonra ne bileyim bayram sabahı akrabaların yanına gideceğiz işte arabadayken arabadan uçacağız diye düşündüğüm anlar oluyordu. Annemle babam kavga ettiği zaman. Tabi babam o zamanlar böyle kendini kaybediyor böyle çok şey yapıyor.

Katılımcı 5, 8 ve 9 diğerlerine benzer olarak çatışmalı bir aile ortamında büyüdüklerinden ve anne babaları arasındaki gerginlikten bahsetmişlerdir:

K9 (22/K): Babam annemle de kavga ediyordu. Hani öyle kavgacı bir ortamda yetiştim diyebilirim. Birkaç kere dayak olmuştu ama bu kadar abartılacak bir şey değil hani tokat anlamında. Babam genellikle sınırlarını başka şeylerden çıkarır hani fiziksel şiddete dönüşmez, dönüştüğü zaman da evet böyle baya bunalıp kaçmak istediğimiz zamanlarımız oldu.

Babamla olan kavgaları sanki böyle ayrılma olmaz, boşanma olmaz ama hani dediğim gibi küslük bir gerginlik, bir gergin ortam hani annem mesela kahvaltı hazırlardı babam yapmazdı, babamın yanında hep bir soğukluk bir şey ama birkaç gün sürerdi.

K8 (23/K): Bizim aile biraz problemlidir. Annemle babam hiç anlaşmıyorlardı küçükken çok tartışmalı bir ortamdı. Biz büyüyünce tartışmaları sonlandı, neden olduğunu anlamıyorum hani küçükken var, büyüyünce neden olmuyor. Belki annem o zaman gençti, belki anlamıyordu, belki olgunluk çağı değildi mi desem.

K5 (20/Erkek): Hem ebeveynler arasında hem de işte diğer akrabalar arasında yani öyle tartışmalı bir ortam vardı. Yani tartışma filan çok fazla şahit oldum dediğim gibi yani öyle çok fazla sohbetini etmek istediğim şeyler değil. Annemle babam arasındaki ilişki kendimi bildim bileli kötü. Çok uç insanlar hep böyle bir ayrılmanın eşiğinde yani aslında onlar için hiç bir arada olmamak daha mantıklı olmuştur.

Katılımcı 3 anne babasının tartışması esnasında üzerini minderlerle örterek karanlık bir alan oluşturduğundan burada seslerin kesilmesini beklemesinden ve sonrasında anne baba arasında hakem olmak zorunda bırakılmasından bahsetmiştir:

K3 (23/K): Çok çatışmalı bir aileydi bizimki gerçekten çok çatışmalı bir ailede büyüdüm. Bizim evimiz hep böyle çatışma içindeydi ve ben yani küçük yaşlardan beri taraf tutulmak zorunda bırakıldım biraz. Biraz hakem gibiydim ben çok küçük yaşlardan itibaren babam mı ben mi işte annem mi ben mi falan gibisinden. O yüzden şey yapardım mesela şimdi aklıma geldi küçükken böyle odamda bir yere girip onlar kavga ederken oradan çıkmazdım yani böyle girerdim kuytu bir yere. Sonra üstüme böyle minderler falan örterdim onları karanlıkta oturur beklerdim hani o evdeki sesin kesilmesini beklerdim. Sonra küçükken müdahale edemiyordum sonra yaşımla ilerledikçe biraz daha bu çatışmanın içine girmeye başladım daha aktif bir şekilde bu kavgaların içine girmeye başladım daha sonra zaten iyice 15- 16 yaşından sonra falan iyice artık ben ortadaydım yani işte aralarındaki hakem bendim yani.

Katılımcılar anne babaları arasındaki sevgisiz ilişkiye vurgu yaparak eş olarak anne

babalarının birbirlerini sevmediklerini, istemediklerini ve mutlu olmadıklarını tahlil etmişlerdir. Katılımcı 14 babasının annesini aşağılamasına, insan olarak değer vermemesine ve aralarındaki sevgisizliğe şu sözlerle vurgu yapmıştır:

K14 (24/K): Annem hiçbir zaman hak ettiğini yaşamadı bence. Babam tarafından çok aşağılandı. Sevilmedi. Kilosu var epeyce ve hani bir erkek tarafından çekici bir vücuda sahip olmadığı için belki de babam bunları yaptı yıllarca. Ama babam sürekli annemi sinir etmek için bir kadın ismi falan sayıklardı. Annem de zaten bu yüzden düşünüyordu büyü falan mı var acaba diye. Hani baktığımda ilişkilerine, düzenli bir ilişkileri vardı. Odalarına çekilirlerdi vesaire şeklinde. Ama bize yansıyan kadarıyla bir romantik süreç yoktu aralarında. Ve sevgi gerçekten yoktu bence sadece bir katlanma, beraberlik, alışkanlık gibi şeylerdi. Çocuklar var artık şeklinde.” ...“Annem para kazandığı süreçte babam için iyi bir kadın, para kazanmazsa evde oturursa boşa nefes alan bir insan.

Katılımcı 12 ve Katılımcı 1 babalarının uzakta çalıştığı için evliliği sürdürebildiklerini, eşler arasında olması gereken sevginin var olmadığını fark ettiklerini açıklamışlardır:

K12 (21/K): Yani bence hiçbir zaman bir eş ilişkisi yaşayamamışlar. Babam döneceği zaman ben böyle çok seviniyordum ama annem hiç mutlu değildi mesela dönecek olmasına. Buna böyle çok şaşırmıştım çocukken. Babam annemi istemiyor mu, annem babamı.

K1 (28/K): Yaşım büyüdükçe babam biraz daha sık gelmeye başladı sonra da emekli oldu. Evdeki sürecini düşününce çok sevgi dolu diyemem, hatta şu kanaate de vardım annem de itiraf ediyor ki: “Ben babanızın imtihanıyım” diyor. Biz bir arada olsaydık bu kadar sürdüremezdik evliliği diye. Dışarda çalışmasa evlilikleri sürmezdi.

Katılımcı 12 ve Katılımcı 14 anne ve babalarının istemeden evlilik yaptığını açıklamıştır:

K12 (21/K): Annem aslında tam evlenmek istememiş babamla ve babamın bu tarz bir rahatsızlığı olabileceğini anlamış görüştüklerinde, dedem de zorlamış annemi, gelip ondan helallik filan istemiş işte demiş ki kızım hani özür dilerim gibisinden. Annem etmemiş bir dönem hakkını helal sonradan etmiş. Biz de bir de böyle bir şey var hani babam da kesinlikle boşanma gibi şeylere karşı birisi.

K14 (24/K): Ya istemediği bir kadınla evlenmiş. Zaten en büyük travma bu babam için.

Anne babaları arasında yaşanan aldatma olayına şahit olan katılımcılar bu çatışmadan aşağıdaki ifadelerle bahsetmişlerdir:

K15 (20/K): Yani babamın ilk dışarı, yurtdışına gidip gelmesinde annem bir telefon yakalamıştı, o zaman kavga etmişlerdi sadece. Babamı bir tane kadın aramıştı, işte kadın arayınca annem sinirlendi, o zaman çok ağlamıştı ben de çok üzülmuştum annemle babam ayrılacaklar diye. Onu hatırlıyorum.

K14 (24/K): Annem aldattığını söyledi iki-üç defa. Ama ben konduramadım tabi babama. Ya bir de hani küçük yaşlarımdı bilmiyorum tam. Şey yapamadım ama çalışma arkadaşlarıyla falan çok yakın olduğunu, kredi kartını çalıştığı bir kıza verdiğini vesaire duymuştum. Babamla ilgili çok soru işaretlerim var aslında. Babam parayla da alakalı çok ciddi sorunlar yaşayan bir adam.

4.1.2.Şiddet İçeren İlişkiler

Uyumsuz şemaları aktif olan katılımcılarla yapılan görüşmelerin analizi sonucunda, erken dönem uyumsuz şemalarının oluşumuna neden olabileceği düşünülen anne baba arasındaki şiddete şahit olma oldukça yoğun bir biçimde ifade edilmiştir. Katılımcıların çocukluk çağında şahit oldukları ebeveynleri arasında geçen fiziksel ve duygusal şiddeti çok detaylı ve net bir şekilde hatırladıkları ortaya çıkmıştır. Katılımcı 2 babasının kendisine ve annesine uyguladığı fiziksel şiddetten görüşme boyunca sekiz kere bahsetmiş ve görüşme esnasında zaman zaman zorlanarak, gözleri dolarak hatırladığı yaşananları anlatmıştır:

K2 (22/E): Babamın annemi dövdüğü bir gün vardı onu asla unutamıyorum. Annemin üstüne atladım vurmasın diye, bana vurmaya başladı. Daha 2. sınıfım varım yokum yani bana vurmaya başladı, ayaklarım kollarım kemerle mosmor oldu böyle kemerle vuruyordu ondan sonra tuttu beni fırlattı duvara sonra böyle o kadar yükseğe zıpladım ki öyle bir feryat koptu ki benden herkes durdu böyle çünkü böyle o kadar acı bir sesim çıktı ki herkes şok oldu annem şok oldu, babam şok oldu, kız kardeşim ağlıyor, o zaman kız kardeşim de var. Deliriyor musun dedi babam ne oluyor lan sana dedi. Sonra ben de dedim deliriyorum herhalde hani sözel olarak ifade etmedim ama zihnimde fark ediyorum ki gerçekten acaba deliriyor muyum?

K2 (22/E): En çok hatırladığım şeyler annemin bayılmaları, annemin dayak yemeleri... babamın annemi dövuşünü unutamıyorum.. Babamın annemi dövmesi beni çok etkiliyordu.

Katılımcı 3 anne baba arasındaki gerilimden bahsetmiş ve bir çocuk olarak şiddete nasıl şahit olduğunu ve şiddet anında neler yaşadığını ve ne kadar çaresiz hissettiğini detaylıca tarif etmiştir:

K3 (23/K): Kendim fiziksel şiddete maruz kalmadım ama yani maruz kalmış kadar oluyor bence onun etkisi çünkü şahit olmak, fiziksel şiddete dönen şeylere çok şahit oldum, çok korkuyordum sadece oturup geçmesini bekliyordum ama bazen saatler geçiyordu geçmiyordu. O yüzden şey yapardım mesela şimdi aklıma geldi küçükken böyle odamda böyle bir yere girip onlar kavga ederken oradan çıkmazdım yani böyle girerdim kuytu bir yere sonra üstüme böyle minderler falan oluyordu örterdim onları hani karanlıkta oturur onları beklerdim hani o evdeki sesin kesilmesini beklerdim. Saatler oluyordu, öyle hatırlıyorum çok uzundu benim için yani aklımdan hep hani şey geçiyordu ne zaman bitecek, hani ben hep böyle işte hayatımın sonuna kadar böyle şeyler mi göreceğim gibisinden öyle şeyler geçiyordu yani bekliyordum sadece başka hiçbir şey yapamıyordum sadece bekliyordum. Sonra fiziksel şiddetten sonra işte evi terk etmeler oluyordu.

K3 (23/K): Yani ben daha çok küçüklüğümden beri annemin tarafındaydım zaten belirgin şekilde çünkü yani fiziksel şiddet uğrayan oydu evde sorun çıkartan babamdı hep zaten. O yüzden annem de gittiği zaman babamla tek başına kalmak hiçbir zaman istemedim , annem gittiği zaman yapayalnız kalacak gibi hissettim ilk defa o an. Sonra o da şey yapmadı zaten benim o yakarışlarımı duyduktan sonra geri döndü gitmedi bir daha da öyle bir şeyde bulunmadı.

K3 (23/K): Sonra anlattığına göre bana hamileyken de şiddet görmüş, diğer kardeşlerimde olduğu gibi.. Ondan sonra ben doğduktan sonra da yani şey ne bileyim babam da hani çok sevinmiş çünkü çok beklenen çocuğum biraz da mucize bebeklerden bir tanesiyim çünkü asla olmaz denilen

hamilelikten doğmuşum onun verdiği etkiyle de doğumdan sonra yani anemin dediğine göre biraz hayatlarında bir düzelme olur gibi olmuş ama sonra hayatlarında yine aynı şeyler devam etmiş diye biliyorum ben.

İki katılımcı benzer şekilde babalarının fiziksel şiddet uygularken kapıyı kilitlemelerinden, annelerini kurtarma isteği ve yaşadıkları çaresiz anlardan şu şekilde bahsetmişlerdir:

K7 (18/K): Kaç yaşındaydım 12 yaşında filandım işte babam annemi dövmüştü onu hatırlıyorum. Kurtarmak istiyordum annemi yapamıyordum çünkü kapıyı kitlemişti babam, ses de çıkaramıyordum kimse duymasın diye. Şu an bir şey yok önceden olmuştu babamın ailesi yüzünden işte, o olay aklıma geliyor. Annemin yüzü morarmıştı filan.

K10 (21/E): Bir de annemi biraz dövüyordu. O beni baya olumsuz etkilemişti yani kaç kez olumsuz şeyler olsa da en derin bu beni etkilemişti, abim ve annemi dövmesi.. Anneme yardımcı olmaya çalıştım babam kabul etmiyordu, ara sıra kapıyı kilitliyordu yani annemi döerken kapıyı kilitliyordu. Öyle işte yani izliyordum ben çaresizce..

Bir başka katılımcı babasının annesine uyguladığı fiziksel şiddeti kendisi için çok ağır travma olarak nitelendirmiştir:

K12 (21/K): Babam anneme her zaman şiddet uyguladı. Annem yoğun bakımda falan kalmıştı Annemle babamın kendi aralarında oluyor ama ben yaşadım yani çok ağır bence travma benim için.

Bir başka katılımcı babası ile annesinin kavga ve şiddeti yanında annesinin maruz kaldığı tüm şiddeti kendisine anlattığından bahsederek şunları söylemiştir:

K19 (23/E): Annemle babam çok kavga ederdi. Benim babam, o zamanda çok hızlıydı açıkçası hani. Her şeyi vardı. Cezaevine girdi çıktı, annemi döverdi açıkçası. Çok da yokluk çektik. Kimsesi yok kadının o kocasının sözlü veya şeyli şiddet görür gelir bana anlatır. Bir şey olur hep bana danışır. Mesela dışarıdan gördüğünüz zaman bu küçücük çocuk ne anlar dersiniz ama annem mesela onu bana anlatırdı.

4.1.3 Akrabaların Olumsuz Etkisine Açık İlişkiler

Şema puanları yüksek olan katılımcılarda ortak olarak görülen alt temalardan bir diğeri, akrabaların aile içine karışabilmesi ve anne babaları arasındaki ilişkilerin dış etkilere, akrabaların olumsuz yönlendirmelerine açık olması şeklinde tespit edilmiştir. Bu durum hem eşler arasındaki ilişkiyi olumsuz etkilemesi sebebiyle hem de çocuğun anne ve babasını dış etkilere açık, yönlendirilebilir bireyler olarak görmesi sebebiyle önem teşkil etmektedir.

Katılımcı 2 babasının ailesinin, anne babası arasında kavgaya neden oluşunu şu şekilde ifade etmiştir:

K2 (22/E): Babam ailesinin dolduruşuna çok gelirdi yani o küçük aklımla ben fark ederdim o fark etmezdi. Babaannem bize karşı ayrı, babam gelince ayrı konuşurdu. Halalarım öyle yani anneme karşı bir kinleri vardı neden vardı bilmiyorum.. Babam.. annemle çok büyük kavga etti dolduruşlara geldi işte ailesinin.. Mesela anneme karşı ailesini çok savunurdu ailesinin her söylediğine inanırdı.

Bir başka katılımcı babasının ailesi yüzünden annesinin şiddet gördüğünü ve boşanma aşamasını geldiklerini belirtmiştir:

K7 (18/K): Şu an bir şey yok önceden olmuştu babamın ailesi yüzünden işte bir o olay aklıma geliyor. Annemin yüzü morarmıştı filan babamın ailesi yüzünden, annemle babam boşanacaklardı.

Katılımcı 10 evden uzakta çalışan babasının geldiğinde amcalarının etkisi altında kalarak annesine fiziksel şiddet uygulamasını ve bu sebeple şehir değiştirdiklerini ifade etmiştir:

K10 (21/E): Amcalarım babamı kışkırttıkları için kavga oluyordu. Babam mesela Antalya'ya gittiğinde, babam Antalya'ya gidiyor geliyor anneme, sonra kahveye bir uğruyor, geliyor. Gelişi farklı kahveye gelişi farklı, oraya gidince değişiyor yani amcalarım olmasa biz yine orada mutluyduk belki taşınmazdık bile. Öyle amcalarım yani kötülüyordu annemi, ondan sonra geliyordu eve, dövüyordu annemi.. Yani köydeydik benim amcalarım babamı kışkırtıyorlar annem için yani annem kötü, karın kötü diye, annemi bayağı etkilemişti sonra Adana'ya taşındık, ondan sonra iyi olmaya başladı.

Bir başka katılımcı annesinin uğradığı iftirayı ve kayınvalidesi ve görümcesi nedeni ile istemeden eşinden ayrılışı ve ülke değiştirmesini şu şekilde paylaşmıştır:

K20 (22/K): Şu an nasıl anlatayım size? Babam annemi köyde bir düğünde görüyor istiyor. Babaannem de kendi tarafından birini almak istiyor. Ama babama söz geçiremiyor. Zaten bu evlilik olmadan babaannem demiş ki işte ben sizi boşandıracağım falan. Babam da tır şoförlüğü yapıyormuş yurtdışında. Zaten sürekli gidip geliyormuş. Hani ayda bir falan geliyormuş. Sürekli de gelme imkânı yokmuş. O ara yengemle babaannem, anlatılanlara göre, annemden duymadım. Annemin halası anlatıyordu; böyle nasıl diyeyim müstehcen bir şeyler yazıp posta kutularına atıyorlarmış. Altına da bunu yazan, annemin adını veriyorlarmış birkaç kere. Sonra annemi bir gün babaannem dövüyor. Ben 5 aylıkmışım. Annem o zaman 5 aylık bana hamile. Annem hastanelik oluyor. Karakolda ifade verdiriyorlar işte. Yanında halam var. Annem diyor ki işte “Kaynanam beni dövdü. Ben eşimi istiyorum. Ben onlara hiçbir şey yapmadım. Ben suçsuzum” halam da orada Almancaya çeviriyor. Annemin Almancası olmadığı için. “Hepsini ben yaptım. Türkiye'ye gitmek istiyorum. Eşimi de görmek istemiyorum falan filan”. O şekilde annemi oradan bindiriyorlar yolluyorlar. Babamın daha haberi bile yok.

4.2.İşlevsiz Ebeveynlik

Görüşme yapılan erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireylerin hemen hepsinin anne ve babasıyla olan ilişkileriyle ilgili sorunlar olduğu ortaya çıkmıştır. Anne babanın kendi aralarındaki ilişkinin işlevsiz ve çatışmalı olmasının yanı sıra çocuklarıyla olan ilişkide de yeterli ebeveynlik becerilerini gösteremedikleri görülmüştür. Çocukluk yaşantılarının ve işlevsiz anne baba ilişkilerinin etkisini taşıyan bireyler çocukken anne ve

babalarıyla olan sağlıklı ilişkilerin farkındadırlar ve bunları tarif etmişlerdir. Bu tarifler sonucunda her katılımcının ebeveyni ile ilgili kanaati yazılarak bir tablo oluşturulmuştur (bkz Tablo 4.2). Bu tabloda görülen anne ve babaların ortak sıkıntılarının yanı sıra ilgi çeken başka bir husus da anne ya da babanın herhangi birisinin sağlıklı, kurtarıcı yetişkin olamamasıdır. Anne babanın ikisinin de sorunlu yapısının sağlıklı şemaların çokluğuna ve baskın olmasına neden olduğu düşünülmektedir.

Tablo 4.2. Katılımcıların anne-baba profili

KATILIMCI	ANNE PROFİL	BABA PROFİL	ANNE-BABA İLİŞKİSİ
Katılımcı 1	İşgal eden, müdahaleci/psikolojik rahatsızlık (bipolar)	evde olmayan, pasif, edilgen	Sevgisiz ilişki
Katılımcı 2	Pasif, hasta, hakkını aramayan	İlişki yokluğu, otoriter, sinirli	Sevgisiz ilişki, fiziksel şiddet
Katılımcı 3	Pasif, ikna olan	Evde olmayan, sorumsuz	Dengesiz, fiziksel şiddet
Katılımcı 4	İlişki yokluğu, sevgisiz	İlişki yokluğu, otoriter	Fiziksel şiddet
Katılımcı 5	İşgal eden, obsesif (temizlik)	İlişki yokluğu, sorumsuz	Ev içi çatışma
Katılımcı 7	Pasif, hasta, hakkını aramayan	İlişki yokluğu, otoriter, sinirli	Sevgisiz ilişki, fiziksel şiddet
Katılımcı 8	Otoriter, sinirli, sevgisiz	Pasif, edilgen	Ev içi çatışma
Katılımcı 9	Pasif, alıngan	İlişki yokluğu, otoriter, sinirli	Sevgisiz ilişki, fiziksel şiddet
Katılımcı 10	Pasif	İlişki yokluğu, otoriter, sinirli	Sevgisiz ilişki, fiziksel şiddet
Katılımcı 11	İlişki yokluğu, sevgisiz	İlişki yokluğu, otoriter, sinirli	Sevgisiz ilişki

Katılımcı 12	Kaygılı, pasif	İlişki yokluğu, otoriter, sinirli, psikolojik rahatsızlık (bipolar)	Sevgisiz ilişki, fiziksel şiddet
Katılımcı 13	İlişki yokluğu, sevgisiz	İlişki yokluğu, otoriter, sinirli	Sevgisiz ilişki
Katılımcı 14	İlişki yokluğu, sevgisiz	İlişki yokluğu, otoriter, sinirli, sorumsuz/aldatma	Sevgisiz ilişki
Katılımcı 15	İlişki yokluğu, sevgisiz	İlişki yokluğu, aldatma	Sevgisiz ilişki
Katılımcı 16	Pasif, yetersiz	İlişki yokluğu, otoriter, sinirli	Dengesiz
Katılımcı 17	Pasif, hasta, hakkını aramayan	İlişki yokluğu, otoriter, sinirli	Baba evde olmadığından net bir fikri yok
Katılımcı 18	Sabırlı, alıngan	İlişki yokluğu, otoriter, sinirli	İyi bir ilişki
Katılımcı 19	Pasif, anlayışlı	Sinirli, sorumsuz, fiziksel şiddet	İyi bir ilişki
Katılımcı 20	Anlayışlı, merhametli	Baba hiç yok- boşanmış görüşmemiş sonra vefat etmiş, tanımıyor babayı. Dede ile büyüme. Dede otoriter, baskıcı sert	X

4.2.1.Baba ile ilgili temalar

Katılımcıların ifadelerinin analizi sonucu baba ile ilgili ortaya çıkan ortak temalar otoriter baba, belirsiz kayıp, babanın yokluğu, ebeveynlik yetisi gelişmemiş baba, travmatik yaşantıya sahip olma şeklinde sınıflandırılmıştır.

4.2.1.1.Otoriter baba

20 katılımcıdan 14'ü babasını otoriter olarak tanımlamıştır. Otoriter baba figürü görüşmelerde genel olarak olumsuz anlamda kullanılmıştır. Katılımcılar otoriter tanımını, kendilerini kısıtlayan, baskıcı, sinirli, esnekliği olmayan bir baba figürünü tasvir etmek amacıyla kullanmışlardır. Katılımcı 13 babasının sokakta oynamasını yasaklamasından,

kıyafetlerine karışmasından bahsederken şu ifadeleri kullanmıştır:

K13 (22/K): Hani kız çocuğu olduğum için çok baskı kuruyordu mesela sınav dönemine girdiğimde bana şey dedi işte sokağa çıkma hani o zaman bir alan vardı, boş bir alan biz orada oynayabiliyorduk. İşte dedi oynamayacaksın sınava çalışacaksın 12 yaşındayım hani tam oynamam, karşı cinsle temasa geçmem gereken zamanlar. O zaman sokakta sokak oyunlarını oynardık, eski zamanların oyunlarını korunaklı bir alandı ama bir anda yasakladı. Giyimime çok karışıyordu mesela ergenlik döneminde, 6.-7. Sınıflardayken işte mesela bel hizasında tişört giydiğimde izin vermezdi işte daha uzun giyeceksin derdi. Kıyafetime çok karışırdı kapandığım zaman da belli bir süre çok karıştı hatta şey dedi pantolon giymeyeceksin falan, çevresinde duyduğunu düşünüyorum. Çünkü ilk kapandığım zaman hiçbir şey dememişti pantolon giymeme. Ondan sonra teknolojik olarak da hep baskıcı biriydi.

Katılımcılar babalarının sert ve sinirli oluşundan sıklıkla bahsetmişlerdir:

K18 (21/K): Babam sinirli bir adamdır, çok aşırı sertmiş gibi davranır. Aslında babam bize hiçbir zaman kızmadı, şunu yapın bunu yapın demedi. Genellikle bir şey olduğu zaman bize ufak bir kelime söyler biz utancımızdan zaten kaçardık bir kenarlara. O sert görünen bir duvar gibi duruyor.

K11 (20/K): Hep baskın olmaya çalışıyor, otorite kurmaya çalışıyor. Hep benim dediğim olacak.

K7 (18/K): Babam küçüklüğümünden itibaren sadece sert bir babaydı, disiplinli sert bir adamdı.

K2 (22/E): Babam (suskunluk) çok farklı bir insandı, sertti. Otoriter bir insan yaklaşık... 8-10 yıldır babamla konuşmuyorum.

4.2.1.2. Belirsiz kayıp

Bu alt temada katılımcıların çoğunun babalarıyla ilgili belirsiz bir kayıp yaşadıkları ifade edilmektedir. Katılımcılar babalarının fiziksel olarak evde var oldukları halde duygusal anlamda ortada olmadıkları, onlara destek vermedikleri ve ilişki kurmadıkları bir tablo çizmişlerdir:

K11 (20/K): Babamı akşam görürüm, sabah uyurken görürüm. Hatta babamı 1 hafta boyunca görmediğim zamanlar da oluyor hala da aynı şekilde yoğun çalışıyor o yüzden babamla çok iletişimimiz olmuyor genelde. Sabah kahvaltıda bazen.”..... “Konuşmaya çalıştığım da hep başından savdığını ilgilenmediğini düşünürüm, zihnimde hiç beraber oyun oynadığımız zamanlar yok, hiç değişmedi hep aynı, eskiden de ilgisizdi şu anda da ilgisiz.

K19 (23/E): Ben doğmuşum mesela benim babam kaç yaşına kadar beni hiç kucağına almamış, hatta hiç kucağına almamış.

İki katılımcı babalarının belirsiz kaybından ötürü yaşadıkları rahatsızlıkla baş edebilmek için babalarının var olmamasını dilediklerini aktarmışlardır:

K2 (22/E): Benim zihnimde baba figürü yok. Baba yok hatta arkadaşlarıma çoğu zaman babam öldü derdim, lisedekilere mesela.

K3 (23/K): Yani böyle bir babayla büyümektense babasız olmak daha mantıklı geliyor bana. Açıkçası ölse daha çok iyi hissedirdim herhalde. Çünkü yani ölmüş olurdu adı. Şu an adı yok hani var ama yok.

Hayatım boyunca da hep böyleydi vardı ama yoktu. O yüzden biraz garip olacak ama keşke ölseydi dediğim çok oldu yani hani hala da derim yani çünkü hiçbir farkı yok benim için ölmesinden.

4.2.1.3.Babanın yokluğu

Bu alt tema altına alınan kodlamalar, babanın fiziksel olarak evde olmadığı ve aynı şekilde ilişkisel olarak da bulunmadığı durumları kapsamaktadır.

İki katılımcı babalarının onlar çok küçükken askere gittiğini ve uzun süre gelmediklerini ifade etmiştir. Bu durumun baba-evlat ilişkilerine olumsuz etkisinden bahsetmişlerdir:

K5 (20/E): Ya babam farklı bir şehre gitmişti o dönem biz annemle ayrı bir şehirdeydik. Babam biraz askerliğe geç gitmiş bir insandı. Ya zaten babam da biraz erken evlenenlerdendi ben küçüktüm ama yani 1 yaşında fa landım muhtemelen öyleydi yani askere gittiğinde.

K9 (22/K): Babam askere gitmişti. Ben zaten 6 aylıkken kundaktayken babam askere gidiyor, yani dediğim gibi iki seneye yakın, o zamanlar iki seneydi herhalde askerlik, iki seneye yakın ayrı kalmışlığımız oluyor, o zamanın şartlarıyla bu zamanın şartları ulaşımı bir değil hani yine belki iki ayda bir geliyordur. O zaman belki de beraber olsaydık, büyümemde ya da bir yaşında ya da daha öncesinde belki daha farklı bir baba-kız ilişkimiz olurdu. Hani ayrı kalmak araya mesafe giriyor ne bileyim öyledir herhalde.

Diğer katılımcılar babalarının farklı şehirde ya da yurtdışında çalıştığı için seyrek bir şekilde eve geldiklerinden ve bu durumdan olumsuz bir şekilde etkilendiklerinden bahsetmişlerdir:

K10 (21/E): Babam annem gebeyken yani beni doğuracakken Antalya'ya gidiyordu, 2-3 yıl gelmezdi. Ben 1,5- 2 yaşında olduğumda gelirdi giderdi. Para için yapıyordu bize bakması için Antalya'ya bir gidişi yani 2 yıl sürerdi yani küçükken. Sonra 5-6 yaşına geçerken bunu daha kısa zaman yaptı, 5-6 aylığına. Eskiden 1-2 yıl gidip gelmezdi. Küçükken babam zaten yoktu mesela köyde dolaşırken herkes mesela okuldayken babaları alıyordu, beni annem alıyordu okuldan. Yani onların babalarını gördükçe bu beni derinden etkilemişti, üzmüştü çünkü babam bize bakmak için çalışıyordu.

K1 (28/K): Babam şehirlerarası çalışıyordu, ilk 7-8 yaşına kadar üç ayda bir geliyordu ve bir hafta bile kalmıyordu yani toplamda senede bir ay bile etmiyor. O yüzden baba figürü hiç yok mesela çocukluğuma dair, annemi hatırlıyorum. Abilerim vardı onların ergenlik yaşlarıydı onların tartışmaları.. Babamla ilgili hep ayrıldığımız anlar geliyor aklıma.

K12 (21/K): Babam ben doğduğumda Almanya'ya gitmiş işçi olarak. Çocukluğumda hep böyle ara ara geliyordu ara ara gidiyordu sonra temelli dönüş yaptı işte 14 yaşımıdayken filan temelli dönüş yaptı. Ben o dönemde onun nasıl olduğunu anlayamazdım. Çünkü gelirdi çok az kalırdı, 15 gün falan filan hani sonra böyle giderdi hep.

K15 (20/K): Babam işleri bozulduktan sonra yurtdışında iş buldu kendine, gidip geliyor sürekli. Yani kardeşim doğdu doğalı gidiyor. Kardeşim şu an 13 yaşında onun daha öncesi de var yani. 15 günde bir gidiyor geliyor, bence benim hayatımı şekillendiren olaylardan biri bu. Babamın yurtdışına gidip gelmesi. Babam da zaten gidip gelmesinden dolayı çok stresli ve annemle iletişim kurduğum gibi babamla kuramadım zaten ben. Evde olmaması, annemi de etkiledi. Annem etkilenince hepimiz

etkilendik yani. Annemin davranışları falan da değişiklik gösterdi ona bağlı olarak. Babamın yurt dışına gidip gelmesinin beni hala da etkilediğini düşünüyorum ben. Çok uzun zaman olmuş olsa bile alışma şeyi olmadı tam olarak.”.....“Nasıl desem arkadaşlarımın babaları hep yanlarındaydı ya onları da görünce dedim acaba hiç gelmeyecek mi babam? Dedim hani hiç gelemeyecek mi bir daha hani böyle yaşayamayacak mıyım arkadaşlarım gibi diye düşünmüştüm.”“Arkadaşlarım da biliyordu işte bazı arkadaşlarım hep dalga geçiyordu aa’nın babası yine ödememiş aidatı, yine gelmemiş acaba eve gelmedi mi falan diye öyle çok şey yapıyorlardı.

K17 (21/K): Küçükken pek fazla yanımda olmadığı için bilemeyeceğim, ya babam zaten evde değildi genellikle yurt dışında çalışıyordu. Bazen senede bir, bazen 6 ayda bir geliyordu. İsteddiği zaman geleliyordu. Dedemin cenazesinde de burada bulunamadı kendisi.

K18 (21/K): Babam İstanbul’daydı biz Iğdır’daydık o dönemde. Ben babamı sekiz yaşına kadar hiç görmemişim, hatta gelince bu babam mı diye sormuşum.

K20 (22/K): Babamı birinci sınıfa kadar doğru düzgün görmedim, öncesini tam hatırlamıyorum hayal meyal. Yurtdışındaydı babam. Zaten evlenmişti tekrar iki çocuğu vardı. Diğer iki tane kız kardeşim var babamdan. Hani onlara babalık yapıyor bana yapmıyor. Ölünce kendimi teselli etmeye başlamıştım. Tuvalet girdim ağlıyorum ilk. Ben gitmeyeceğim onun cenazesine, ben onu sevmiyorum ben onu istemiyorum. Hep böyle bir dışlama çabası.. Ama gittim iyi ki gitmişim.

4.2.1.4.Ebeveynlik yetisi gelişmemiş

Bu alt temada ebeveynlik yetisi gelişmemiş tanımlamasında, çocuğu ile sağlıklı bir çocuk-ebeveyn ilişkisi kuramamış, sağlıklı bir iletişim tarzı geliştirememiş, çocuğa şiddet uygulayan, duygularını saklayan, sevgi göstermeyen, duygu düzenleme problemleri olan ve bunları aileye ve çocuğuna yansıtan baba figürleri kastedilmektedir.

Katılımcılar babalarının kendilerine gösterdiği fiziksel şiddeti ve bu şiddetten nasıl etkilendiklerini detaylıca anlatmışlardır. Aşağıda katılımcıların anlattıkları şiddet öykülerine yer verilmiştir.

Katılımcı 2 babasının onu dövmesiyle ilgili birçok anı paylaşmıştır, bunların içinden en çok onu etkileyen babasının amcasının aldığı bisikleti yakmasıdır:

K2 (22/E): Amcamın aldığı bir bisiklet vardı. İlk kez bir şeyim oluyordu. Bisiklet, tekerlekleri köpük, kırmızı, mavi hatta kırmızısı da silikti pembe mavi beyaz böyle boyamışlar bisikleti, o kadar mutluyum ki yani heyecandan böyle ne yapacağımı bilmiyorum, ilk kez bir şeyim oluyor ya..5-6 yaşlarında varım yokum. Amcam getirdi o kadar mutluyum ki hani Allah’ım diyorum hani gerçek değil yani bu normal bir olay değil yani bu çünkü zihinsel olarak da algılayamıyorum hani gerçekten benim mi olacak diye. Babam ailenin en büyüğü bütün finansal işler ondan dönüyor amcam kendi parasıyla almış tabi. Babam aldı bisikleti yaktı, bizim dedi bir sürü borcumuz harcımız var, eğlenmeye zamanımız mı var dedi.

K2 (22/E): Babam beni çok döverdi, hiçbir zaman sevgisini hissetmezdim. Mesela o sarımsakları falan ezdikleri şeye havan mı deniliyordu havanın tahtasıyla dövmüştü beni ağzım yüzüm mosmor okula gittim soranlara kapıya çarptım demiştim. Bir kere pazardan dönüyorduk akşam saat 10-11 dağın başına çıkardı beni dağın başında arabanın arkasında önceden hazırladığı sopayla dövdü beni,

bisikletimi yaktı, annemi dövdü, beni dövdü beni hiç beğenmezdi.

Katılımcı 7 babasının uyguladığı şiddet nedeniyle okula dahi giderken utandığından ve bu durumun etkisinin yıllar sürdüğünden bahsetmiştir:

K7 (18/K): Ondan sonra eve gidişim evde biraz işte babam dövmüştü. O baya etkiledi beni. Boynum morarmıştı, okula giderken gömleğimi, boğazımı sıkı sıkı kapattım, 10 yıl etkiledi. 10 yıl oldu üstünden aklıma gelince ben hala ilk gün gibi ağlarım, beni etkiledi baya.

K7 (18/K): Bir de yılbaşı gecesi tuzluk atmıştı sırtıma sinirlenmişti. O gece çok ağlamıştım. O gün diyordum ki tamam ilk defa bir yıla çok mutlu gireceğim. Yastığı yüzüme kapatıp hüngür hüngür ağladığımı biliyorum.

Bir başka katılımcı çok küçükken babasıyla oynarken birden şiddete dönüşen anısını ve onun üzerindeki etkisini şu şekilde ifade etmiştir:

K9 (22/K): Böyle 3 yaşlarımda bir şeydim, babamın kucagındaydım babamı seviyorum böyle çocuktum hani yanaklarını sıkır vs. babam o zamanlar 21 olabilir 22 yaşında genç benim yaşlarımda, ben şu an bir çocuğun sorumluluğunu alacak yapıda değilim ona da hak veriyorum tabii ki. Hani severken böyle bir tokat attım gibisinden ama onunki biraz daha sertti. Herhâlde böyle bir eğitime mi terbiye verme mi dersin hani öyle bir olayım olmuştu ondan sonra mesela o unutmadığım bir anım hani babama karşı, sonra ağlamıştım mesela böyle kendi içime kapanıp.

Katılımcı 12'nin babasının onun küçük hatalarına verdiği büyük tepkilerden bahsederken hem güldüğü hem de ağladığı anlar olmuştur:

K12 (21/K): Her tarafa dökmüştüm yağı ilk en temel anı olarak onu hatırlıyorum ve çok korktum. Babam beni tutmuştu işte böyle kaldırmıştı ve bizim uzun bir koridorumuz var, fırlatmıştı böyle, uçmuştum yani (gülüyor). Mesela çok gereksiz tepkileri oluyordu çocukken mesela ekmek almaya git diyordu birazcık geç kaldım ama hiçbir yere takılmamıştım. Misafirler varken neden sen geç kaldın, bilmem ne falan filan böyle bağırdığını hatırlıyorum, hani çocuk olduğun için aşırı korkuyorsun yani mesela hani büyük bir birey olsan öyle olmaz.

K12 (21/K): 1 gelmişti karnemde. Ondan sonra tabi her genç ergen kızın yaptığı tavırları sergiliyordum bence işte babam karneyi aldığımda nasıl böyle olur diye şey yapmıştı hani çok yumruk atmıştı bana böyle ve hastaneye falan gitmek zorunda kalmıştık, gözüm baya şişmişti buraya kadar böyle hatta bunum biraz kırılmıştı falan. Baya şiddetliydi o sırada da annem geçmişti işte ne yapıyorsun sen filan gibisinden ben böyle hastanede şey duyuyorum işte kocası tarafından mı işte dövüldü (ağlıyor) falan diye. Sonra işte ben bunları unutmaya çalıştım.

Aynı şekilde Katılımcı 16 da babasının kendisini küçük nedenlerle dövdüğünü ifade etmiştir:

K16 (23/E): Babam suçsuzken de döverdi, mesela evi taşımaya yardım ediyorduk, babam geldi ben dışarı çöp atıyordum yukarıdan çok ağır olduğu için taşıyamıyordum çöpleri aşağı atıyorduk camdan. Arabasına toz geldi diye hepimizi dövüp çıkmıştı, daha çok bana vurdu. Ben büyük erkek olduğum için abiden sonra o yoktu.

K16 (23/E): Babamın hep işle problemi var hala da öyle. Gerekli gereksiz bize kızar döverdi, nedenini

bile anlayamazdık. En kötü şeyi yaptığımızda çok sakın kalırdı ama hiçbir şey yapmadığımızda bize bağırabilirdi.

Katılımcı 19 bir abi olarak kardeşine uygulanan şiddetten etkilendiğini anlatırken bir yandan da kemerle dayak yemeyi hak etmiş olacaklarını düşünerek bununla başa çıkmaya çalıştığını ifade etmiştir:

K19 (23/E): Onu dövdüğü zaman ben de o an mesela çok üzülürdüm. Kardeşime çok şiddet uyguluyordu çünkü. O gün mesela kemerle olsun şeyle olsun şey yapardı yani. Hak ettiğimiz için yani yoksa öyle gaddar baba değil yani. O da yani adam para veriyor yoklukta gidiyor dershaneye yazdırıyor, sen kaçırıyorsun. Bir değil iki değil yeter da işte. O şeyleri çok vardı. O zamanlar en çok anneme üzülürdüm.

K19 (23/E): Dayak yersen baban seni evde öldürecek bu öyle. Dayak yediğimiz zaman gözümüz mor geliyoruz mesela babam “eve gelmeyin” derdi. Eve gelmeyin. Bu var yani gerçekten.

Katılımcılar babalarının duygularını ifade etmemesi ve sevgilerini göstermemesi ile ilgili düşüncelerini ve duygularını şu şekilde ifade etmişlerdir:

K2 (22/E): Babam sevgisini göstermezdi, sevgisini göstermeyi mi bilmiyordu bilmiyordum ama sevgisini de göremedim yani istedim ki hani bir şeyler yapıyorum bir bana aferin desin ya çocuğum ya mesela yazıma bile karışıyor, senin yazın hiç güzel değil derdi mesela şimdi inci gibi yazmaya dikkat ediyorum obsesyonlarım oluştu onun yüzünden.

K7 (18/K): Öyle çok sevgi, ilgi de görmedim ben öyle çok nadir hatırlıyorum şey olduğunu babamın özellikle sevdiğini hep o da duygularını gizliyordu, duygularını saklayan bir adamdı.

K9 (22/K): Babam sevgisini göstermeyen bir babaydı, biraz baba sevgisinden mahrum büyüdük hani tam böyle bir baş okşama filan olmadı ama çok hani sağ olsun illa gösteriyor bu maddi olsun şey olsun ama manevi anlamda biraz eksiklik yaşadım evet.

K13 (22/K): Ya benim annemle babam kendi anne babalarından çok görmedikleri için pek bilmiyorlar. O yüzden bir şey diyemiyorum ama yani yeterli biri değildi. Sevgi göstermesini bilen hiç değil ama hani bana biraz daha yumuşak davranır bazı zamanlar. Bazı zamanlar ama her zaman değil kesinlikle.

K19 (23/E): Babam da öyle mesela hiçbir zaman annemi ne sevdiğini, ne öptüğünü hiç görmemiştir. Ya benim babam şeydir ya böyle Godfather gibi adamdır yani. Gerçekten öyle yani. Hiç üzülme müzülme olmaz. Ben babamın sadece bir kere ağladığını gördüm. Babam duygusuzdur yani.

Katılımcıların çoğu ortak olarak babalarının duygularını ifade edememe ve sevgi göstermemelerinin yanı sıra, onlarla sağlıklı bir iletişim kuramadıklarından bahsetmişlerdir:

K4 (21/K): Kızım ben şuraya gidiyorum, şu zaman geleceğim demezdi birden gider kaybolurdu tekrar gelirdi. Herhalde bunu üzülmememiz için mi yapıyordu acaba diye düşünüyorum. O yüzden babamdan geçmiş olabilir belki duygularımı ifade edemem çünkü ona benziyorum ben biraz böyle kişilik olarak. Babam kendisini de gizler bizden kendi kişiliğini falan böyle, ablam da bahseder ben

babamın böyle biri olduğunu bilmiyordum der.

K5 (20/E): İşin iletişim boyutunda babam çok yok hani parasını verir işte okuluna gönderir her türlü şeyi yapar ama işte iletişim, bir nasihat ne bileyim bir gün karşıma alıp hayat tecrübeleri hakkında konuşma olayında babam yok yani. Babamla anca konuşabilmek için ona böyle zorunlu sorular sorman gerekiyor filan ya babamla konuşabilmenin bir yolu yok kolay kolay çok büyük bir iletişimsizlik var babamla (gülüyor). Şimdiki yıllarda o da bana işte şey diyor sen de konuşmuyorsun falan diyor sürekli telefonlasın falan diyor tamam sürekli telefonla geçirdiğim bir vakit var ama bu da zaten o iletişimsizlikten gelen bir şey. Telefonu bırakınca da babamla çok bir şey konuşabildiğimiz yok, böyle yani genel olarak.

K11 (20/K): Yani bu konularda pek şey yapamıyoruz, anlaşıyoruz, konuşamıyoruz. Sadece maddi açıdan bir isteğimi dile getirebiliyorum ama manevi olarak ikisine de ne annemle ne babamla konuşamam.

K14 (24/K): Bilmiyorum ama babamla genelde konuşamazsınız zaten. Yani iki kelime sonrası babam telefonu eline alır ve başlar telefonla oynamaya.

K15 (20/K): Babamla öyle bir iletişimi yok ya kardeşimin de yok aslında ikimizin de yok yani babamızla annemiz gibi ilişkimiz. Yani babamızın bizi yeterince tanıdığını düşünmüyorum. Çünkü gelince bir kavga oluyor evde baba işte biz böyleyiz falan diyoruz, niye böylesiniz diyor o da.

4.2.1.5. Travmatik Yaşantıya Sahip Olma

Katılımcılar babalarının geçmişlerinde onları etkileyen travmatik yaşantıları olduğunu ifade etmişlerdir. Bu yaşantılar erken yaşta aileden ayrılma, aile içi sorunlar ve maddi sıkıntılar yaşama gibi olumsuz durumları kapsamaktadır. Katılımcılar babalarının hayatla ilgili yaşadıkları zorluklar olduğundan bahsetmiş ve onların psikolojik durumlarında ve olumsuz davranışlarında bu yaşadıklarının da etkisi olduğunu düşündüklerini ifade etmişlerdir.

Katılımcı 19 babasının maddi sıkıntılarından, erken yaşta ailesinden ayrılmasından ve kardeş kaybı yaşamasından bahsetmiştir, benzer şekilde Katılımcı 15 de babasının gurbete gitmesinin ve kayıp yaşamasının travmatik etkisinden söz etmiştir:

K19 (23/E): Benim babam gurbete gelmiş 10 yaşından beri yokluk çekmiş sinirli hani o zamanlar gene böyle sağ-sol olayları filan. Dediğim gibi kucağına almamış adam zamanında hani sevmediği için değil adam yetişme, bilmiyor. Anasız babasız gurbete gelmiş. Yani ayağında ayakkabı yok. Romatizması, kalp mesela şu an kalp şeyi var. Ayağında yalınayakla o kadar çıkmış soğuk. Bir de babam şey ya benim babam mesela kardeşini kaybetmiş 18 yaşında.

K15 (20/K): Babam Erzurum'da doğmuş. Erken yaşta ablasıyla beraber en büyük halamla İstanbul'a gelmişler. Annesinden babasından ayrılmış yani onu çok etkilediğini düşünüyorum. Babaannem ölünce o da çok büyük bir şey yaşadı yani çöküntü yaşadı. Annesine çok düşkün çünkü babam babaanneme. O annesinden erken yaşta ailesinden ayrılmasının onu üzdüğünü düşünüyorum çok fazla.

Bir diğ er katılımcı babasının fiziksel ş iddet gö rdüğ ünden ve sağ lıksız bir ailede büyümesinden bahsetmiştir. Babasının yaşadığı psikolojik sıkıntının baş ka bir ailede yetiş se ortaya çıkmayacağını düş ündüğ ünü söylemiştir:

K12 (21/K): Yani ş imdi ben baba tarafımla çok samimi değ ilim. Ben doğ duktan sonra ya da öncesinde görüşmeyi kesmişler. Annem falan hani onların yaptıkları şeyden dolayı çok uzaklaşmış, soğumuş. Baktığımda babamın ailesini çok sağ lıklı bir aile olarak görmüyorum zaten. Bir de kalabalık bir aile, bir de benim babamın böyle olmasının sebebini ben şey diyordum babamın anlattığı şeylerden yola çıkarak yani çok dayak yemiş, iş te çok ağabeyleri ona çok kötü davranmış falan filan hani belki normal bir ailenin yanında büyüseydi hani bu hastalık belki olsa bile kodlarında belki ortaya çıkmazdı.

Katılımcı 4 de benzer şekilde babasının psikolojik bir sıkıntısı olduğ undan ve bunu babasının küçüklüğünde ailesinden ayrılmasına ve yaşadığı travmalara bağ lamıştır:

K4 (21/K): Babamın yaşadığı travmalar muhakkak vardır; çünkü o çok küçükkken çocuklukta aileden ayrıldı, yurttta kaldı sürekli yani kişilik bozukluğunun olmasının sebebini de bu olduğ unu düşünüyorum. Annem de öyle düşünüyor ama tanı almış birisi değ il sadece biz düşünürüz. Gitmiyor psikiyatra zaten. Bunu fark eden birisi söylemişti kişilik bozukluğu var diye.

Katılımcı 2 babasının yetenekli bir insan olduğ undan fakat maddi sıkıntılardan ötürü erken yaştan itibaren çalışmak zorunda kaldığından bahsetmiştir:

K2 (22/E): Ben konuşmayı babamdan öğrendim mesela çok kaliteli şiirler yazar yazdığı şiirler. Kürdüm bu arada ben Kürtçede önemli sesi olan sanatçılar tarafından şarkıya dönüştürülmüş şiirleri bulunur mesela çok güçlüdür bu yönü siyasi olarak çok güçlü olduğ unu düşünürüm o da ilkokul mezunu bile değ il zar zor bir diploma vermişler çocuğa ailenin en büyüğü çalışmak zorunda hani okusaydı çok farklı yerlere gelebileceğ inden eminim.

4.2.2. Anne ile ilgili temalar

Uyumsuz ş emalara sahip olan katılımcıların ifadelerinin analizi sonucu anne ile ilgili ortaya çıkan ortak temalar annenin pasif/hak aramayan bir yapıda oluş u, ebeveynlik yetisi gelişmemiş anne, travmatik yaş antıya sahip olma ve erken biten çocukluk şeklinde sınıflandırılmıştır.

4.2.2.1. Pasif /Hak aramayan

Anneleri ile ilgili katılımcıların ortak olarak şikayetçi olduğ u ve annelerini tanımlarken kullandıkları özellik annelerinin pasif olmaları şeklinde ortaya çıkmıştır. Annelerin özellikle baba ile olan sıkıntılı ilişkide kalma ve çocuğunun, kendinin hakkını savunacak ego gücüne sahip olmamasının, bireylerin ş emalarını etkilediğ i düş ünülmektedir. Aşağıda katılımcıların verdikleri örneklerden bazıları alınmıştır:

K2 (22/E): Annem hakkını aramayı bilmiyor, hakkını savunamıyor. Allah'a havale ediyor her şey de Allah'a havale edilmez. Hani yoksa senin neden beynin var ki. Bence en büyük yetersizliğ i buydu.

K7 (18/K): Annem kötülük olmasın diye yutar bazı şeyleri, susarak cevap vermez. Hani nasıl desem sineye çekmek değil de susar hani görmezden gelir hani öyle düşünceli yani bir şey olmasın diye şey yapar.

K16 (23/E): Annem daha anaç ama eti sizin kemiği benim diyenlerden. Benim problemlerimi çözemez, yok sayar.

K17 (21/K): Dedem hani komşular var bizim onların dolduruşuna falan geliyordu, elbise giydirmezdi, saçımı çok kısa keserdi. Yani o tür baskı vardı evde. Annemler her şeye tamam diyorlardı. Diyecek bir şeyleri yoktu ki.

K19 (23/E): Annem hem babamı çekiyordu, hem de kayınvalide kayınbabayı. Çünkü babası yok annesi köyde, yalnız kadın, ne yapsın.

K1 (28/K): Annemin aslında gerçekten hayır diyebildiğini hiç bilmiyorum özellikle dışarıya karşı. Bizim huzursuzluk sebebimiz de dışardaki üçüncü dördüncü şahıslar olmuştur. Onlara hayır diyemeyip stresini bizden çıkarması. Bir de bizi savunmama, pasif olma hali. Öğretmenim örneğinde mesela beni savunmaması. Bir haksızlık olduğu zaman aslında hep sessiz kalması. Arka çıkmaması, bir yerde bunu kabullenmek oluyor karşı tarafa göre.

4.2.2.2.Ebeveynlik yetisi gelişmemiş

Katılımcıların anneleri ile ilgili verdikleri cevaplardan yola çıkılarak bu alt tema oluşturulmuştur. Çoğunun annesi ile ilgili tanımlaması; yeterli düzeyde çocuk-ebeveyn ilişkisi kuramamış, sevgisini gösteremeyen, sağlıklı bir iletişim tarzı geliştirememiş olduğu yönündedir. Babalardan farklı olarak annelerle ilgili fiziksel şiddetten ziyade duygusal eksikliğe vurgu yapılmıştır.

Katılımcılar annelerine duygusal olarak yakın hissedememeleri, yetersiz ilişki kurmaları ve annelerinin sevgi göstermemeleriyle ilgili açıklamalarda bulunmuşlardır. Katılımcı 14 annesinin duygusal anlamda ihtiyacını karşılayamamasından ve annesine duyduğu sevginin karşılığını görememesinden şu şekilde bahsetmiştir:

K14 (24/K): Annem, sevgiyi pek gösterebilen bir insan değildi. Böyle ayda yılda bir gösterirdi belki, sarılarak göstermezdi sevgisini, pek iyi bir ilişkimiz yoktu.”.... “Verdiği sevgi yetmeyecek bir sevgiydi ama onun şeyi için yani onun kapasitesi için iyi bir sevgiydi.”... “Bir de ben ailemden çok yabani bir hayat gördüğüm için yani sadece bizim ailemizde şey vardı. Bugün yedin mi, içtin mi, doydun mu tamam. Duygusal anlamda hani hiçbir şey yok. Yani Maslow’un birinci aşamasında takılıp kalmış gibiydik ailece. O yüzden hiçbir insani ilişki görmediğim için hani mesela şu an yansıtmaları filan görüyoruz derste ne bileyim empati vesaire ben okula gelince öğrendim bunları.”..... “Ben annemle çok yakın değildim. Annem küçükken bana sadece uyumam için masal anlatırdı. Gelirdi yanıma. Onun kokusunu, öksürüğünün sesini bile ben metreler öteden ayırt edebildim. Çok büyük bir sevgim vardı ama küçük ablam ilgilendiği için ben ona anne diyordum net bir şekilde.

Katılımcı 4 anne babasının küçükken onunla ilgilenmediklerinden ve içsel olarak annesiyle yakınlık kuramamasını şu şekilde ifade etmiştir:

K4 (21/K): Annemin babamın fazla böyle his olarak kendi içimde hissetmiyorum sevgilerini, yani bu annem demiyorum yani annecim diyemem mesela, anneme sarılamam, annemin varlığını fazla hissedemem.”..... “Küçükken okulda resim çizmişim, babam gazete okurken, annem de ev temizliği yaparken çizmişim, ben de ders çalışıyorum sanırım öyle bir şeyler, öğretmenim hemen annemi çağırdı kızmış ona anneme siz çocukla ilgilenmiyorsunuz, resmimi göstermiş filan yani ilgisiz olduğunu düşünüyorum.

Katılımcı 11 annesinin duygusal yakınlık kuramamasını kendi ailesinden görmeyişine bağlamıştır:

K11 (20/K): Annem de babam da konuşmaya çalıştığımda hep başlarından savdılar, ilgilenmediler, duygusal yakınlık göstermediler. Kendileri de ailelerinde görmemiş böyle düşünüyorum.

Katılımcı 13 benzer şekilde annesinin kendi ailesinden sevgi görmemesine vurgu yapmıştır, annesinin sevgisine karşılık vermemesi, fiziksel temastan kaçınması ve hastalandığında yeterince yanında olamamasını şu şekilde anlatmıştır:

K13 (22/K): Annem ilgilenmeye çalışıp da ilgilenememiş, yapamamış yani. Bende pek becerememiş kardeşim de şey yapmış da. İlk olduğum için herhalde ya da kötü bir döneme denk geldiği için. Becerememiş. O da kendi ailesinden görmediği için, mesela sarılmayı pek sevmez hala şu an mesela gelip sarıldığında, yani sevgisini gösterdiğinde bana hani bildiğim için biraz yapmacık geliyor, sarılırken devamlı böyle böyle dokunuyor ve benim en irite olduğum şeydir hani diyorum köpek mi seviyorsun anne niye öyle dokunuyorsun devamlı sırtıma vurur. Ona pek şey yapmam pek fiziksel olarak sevgi göstermeyi beceremez ve şey der hani ben seni uzaktan seviyorum falan der. Ben de derim o zamana hiç sevmeye yani. Uzaktan sevmek pek şey değil hani benim kabul ettiğim bir şey değil. Mesela şey der niye sarılmıyorsun, sevmiyor musun dediğimde Allah en çok sevdiklerini senden almış diye bir söz kurar. Hiç ortama uymayan bir şey, sarılıyorum abanma üstüme falan der. Ama o da annesinden görmediği için ona bağlıyorum yani.”“Annemle çok anım olmadığı için ben hatırlamıyorum pek. Ben bebekken maddi durum olarak kötüydük ve çalışması gerekiyordu. Onu anlayabiliyorum yani eve para getirmesi gerektiği için devamlı kreşte kalıyordum. Bir de ben doğduğumda zatürre olmuşum hastanelerde falan yatmışım, hani ilgilenmeye çalışmış ama bir bebek için kendim için demiyorum hani başka bir bebek de görsem ona da aynısını derim. Bir bebek için yetersiz. Onu söylediğimde bana çok kızıyor, o dönemin şartları diyor ama yani yetersizdi sonuçta. Senlik olmasa da başkasından dolayı da olsa yani yetersizdi.

Katılımcılardan bazıları annelerinin ebeveynlik görevini yapmamasından bahsetmiştir:

K16 (23/E): Annem biraz sorumsuzdu eskiden, önümüze bir yemek bile koymuyordu bazen. Babamın baskısından sıkılıp sürekli arkadaşlarına sohbete gidiyordu, bizim yemeğimizi falan pek umursamıyordu ya da geçiştiriyordu. Hatta biz babam olduğunda ona iyi bir sofraya hazırlar bize hazırlamazdı bazen. Aç yattığımı biliyorum belki abarttığımı düşünüyorsunuz ama, annemle ilişkimizde bana karşı hep sorumsuzluğu geliyor aklıma, lise döneminde ben işe gidiyordum okul çıkışında veya hafta sonunda. Orada anne dediğimiz bir çalışan vardı çünkü eksikliğini hissediyordum annemin.

K1 (28/K): Olumsuz olarak hep genel olarak şu çerçevede bir şeyler geliyor aklıma, beni savunmama halı.. öğretmenim örneğinde mesela beni savunmaması. Bir haksızlık olduğu zaman aslında hep sessiz kalması. Arka çıkmaması bir yerde bunu kabullenmek oluyor karşı tarafa göre.

K15 (20/K): Annem pek fazla ilgilenememiş benimle. Bana bakan birileri olduğu için yani öyle

söylüyor.

Ayrıca, anneleri ile olan iletişim sıkıntılarından bahsetmişler ve anneleri ile yeterli düzeyde iletişim kuramadıklarını paylaşmışlardır:

K13 (22/K): Telefonla konuşmam annemle sadece özlerim. Hani bu arada mesela şu an iki haftalık bir süreçte annem olmamış olsa telefonla konuşurken çok sıkılırım, çünkü çok değişik şeylerden bahseder hani ne yapıyorsun ne ediyorsun diye sormaz.

K11 (20/K): Yani sanırım biraz derdini anlatamama sorunum var anneme karşı. Yani bu konularda pek şey yapamıyoruz, anlaşıyoruz, konuşamıyoruz. Sadece maddi açıdan bir isteğimi dile getirebiliyorum ama manevi olarak ikisine de ne annem ne babama konuşamam.

K2 (22/E): Annem anlattı bana ki böyle konuları konuşmayız annemle, annemle genelde konuşmayız ciddi bir konuşmamız olduğunu hatırlamıyorum tek tüktür.

Katılımcı 16 annesinin ona ceza uyguladığı için kötü bir çocuk olduğunu düşündüğünü söylemiştir:

K16 (23/E): Annem çok ceza uyguladığında ben kötü bir çocuğum diyordum yani sadece okulda değil çünkü annem babam kavga ediyor, annem babam bize bağırıyordu, ediyordu ben o yüzden hep sorunlu bir çocuk oldum. Mesela bana gece ceza vermişti bir şey yapmışım ama hatırlamıyorum. Uyumama cezası vermişti oturtmuştu beni. Mutfakta karanlıkta bekletmişti. P: Ne hissetmiştin o zaman kaç yaşlarındaydın hatırlıyor musun? K16: 10 yaşlarındaydım. Kötü hissettim ama daha kötülerini vardı. Sonra ya anne artık bitir dediğimde çok sert bir bakışı vardı gözlerime. O zaman niye böyle yapıyorsun gibi bir şey bağırdı ve gözlerime baktı o zaman çok kötü hissetmişim.

Katılımcı 2 annesi ile olan çelişkili ilişkisinden kurtulmak için zihninde annesinin öldüğünü düşündüğünden söylemiştir:

K2 (22/E): Annemle de olmuyor annemsiz de olmuyor. Baktım olmuyor dedim zihnimde annemi öldürecekim.

Katılımcı 12 annesine sürpriz yapmak isterken ceza aldığını ve bunu o yaşta anlamlandıramadığı için tepkisinden etkilendiğini anlatmıştır:

K12 (21/K): Ispanağı aldım böyle bir borcama boşalttım ve üstüne yoğurt ekledim, onu bir güzel karıştırdım ve tabi ki yendikçe aslında yoğurt konması gereken bir şeyken onu annem geldiğinde bak sana sürpriz yaptım dediğimde annem işte sen bunu neden böyle yaptın şimdi hepsini yiyeceksin bunun falan filan diye benim üzerime gelmişti. Çocuksun hepsini yiyemezsin ve ben hani anneme sürpriz yapmışım ve neden bu kadar tepki gösterdi anlamamışım.

4.2.2.3. *Travmatik Yaşantıya Sahip Olma*

Katılımcılar annelerinin geçmişlerinde onları etkileyen travmatik yaşantıları olduğunu ifade etmişlerdir. Bu yaşantılar erken yaşta ebeveyn kaybı, aile içi sıkıntılar, maddi sıkıntılar, istemeden çocuk sahibi olma ve çocuk kaybı gibi örneklerden oluşmaktadır. Katılımcılar anneleri ile ilgili travmatik yaşantılarından bahsetmiş ve bu yaşantıların onların psikolojik durumu ve davranışları üzerinde etkili olduğunu düşündüklerini ifade etmişlerdir.

K18 (21/K): Annem sevdiklerini kaybetmekten çok çok korkar, özellikle kardeşimi kaybettikten sonra çok fazla korkmaya başladı.

K2 (22/K): Annemin iki çocuğu ölmüş, ben onları hiç görmedim ama onların ölümünü annem yüzünden sürekli yaşadım. Biri 40 günlükken ölmüş, biri de 1- 1,5 yaşlarında herhalde. O yüzden annem de büyük bir travma yaşıyor sonra ben olunca annem benim üstüme çok düştü.

K19 (23/E): Evlendiğinde gençmiş zaten. Babasız büyümüş. Babası 10 yaşındayken vefat etmiş. annemler 6 kız 1 erkek. Anneannem mesela 6 tane kızı çok zor yani o şey şartlarda büyütmüş. En büyüğü 12-13 yaşında. 1 erkek var sadece o da çocuk. Yani babasız büyümüş ama babasızlığa alışmış. Öyle kolay kolay bir insanın zayıf yönleri olmaz. Zorluğa alışmış. Köy yerinde yetişmişsin yani. Sonra da ben 3 yaşına gelene kadar gerçekten çok çaktı babamdan ve ailesinden.

K1 (28/K): Aslında onun da aile ortamına bakınca çok ciddi travmaları var, çocukluk gençlik dönemine ait. Mesela babasını çok erken yaşta kaybetmiş.

K17 (21/K): Annemin küçüklükten geliyor sıkıntıları. Onda da baba baskısı vardı. Yani sıkıntıları buna bağlayabilirim.

K5 (20/E): Evet işte annem psikolojik anlamda çok baskı altında hissediyordu zaten geldiği yerden o yere.. yani babamın ailesi biraz baskıcı bir aileydi, o da o baskıdan çok rahatsız olmuştu yani öyle bayağı bir psikolojik problemler geçirdiğini biliyorum.

K7 (18/K): Annemin çocukluğu zordu mesela hani ne bileyim çocukken anlatıyordu mesela ailesine yük olmamak için kendi parasını biriktiriyormuş filan.

K9 (22/K): Annem çok acılar çekmiş küçüklüğünde. Mesela annesini çok erken yaşta kaybetti, mesela belki de bulamadığı anne sıcaklığını bize göstermeye çalıştı hani ben öyle düşünüyorum.

K13 (22/K): Ben doğduğumda annem kötü bir dönem geçiriyormuş. Anneannemle dedem o zamanlar böyle kavga ve boşanma sürecindelermiş. O annemi etkilemiştir diye düşünüyorum. Bir de çalıştığı kurum çok sert bir kurummuş. O zaman öğretmen bulamadıkları için annemi de çok çalıştırmışlar ve annem lohusalık döneminden sonra hemen çalışmaya gitmiş, hani hastaneye yatınca da para gerekmiş tekrar onu karşılamak için öyle bir süreç oldu. Bir de pek yanımızda kimse kalmadığından dolayı da yalnız hissetmiş olabilir o süreçte ben sıkıntıları buna bağlıyorum.

Katılımcılardan bazıları annesinin istemeden çocuk sahibi olmasının onun üzerinde travmatik bir etkiye sahip olduğunu düşünmüştür:

K12 (21/K): Annem beni hiç isteyerek doğurmamış zaten, travmatik şekilde istemeden doğurmuş, bu

biraz babamın istemesiyle olmuş. Annem de babamın düzeldiğini falan düşünmüş. Annem de hani çok bilmiyor çok bilinçli bir kadın değil aslında bunun düzelemeyeceğini kolay kolay. Babama kalsa zaten anneme 10 tane falan doğurttururdu galiba, annem de yani çocukları tek başına büyüten bir kadın yani baktığında.

K4 (21/K): Annem ikinci çocuktan sonrasını istemiyormuş. İstenmeyen çocuklar oldu iki tane, bunlar da annemi gerdi.

4.2.2.4. Erken Biten Çocukluk

Katılımcıların annelerinin ortak özelliklerinden biri de çocukluklarını yaşayamamalarıdır. Katılımcılar annelerinin erken yaşta evlilik yaptığını ve erken yaşta çocuk sahibi olduklarını bildirmişlerdir. Katılımcı 20 annesinin doğumun başladığını haber veremeyecek kadar küçük ve çekingen olduğunu, kendisine bakacak olgunlukta olmadığını ifade etmiştir:

K20 (22/K): Annem köyde doğum yapamayacağı için Ankara'ya halamın yanına getirilmiş. Halamın zaten gelinleri var evleri de çok kalabalık. Suyum geldi doğum yapacağım ama kimseye bir şey söyleyemiyordum diyor. Yani eniştem var işte, halamın oğlu var, damadı var. Babamı aradım diyor. Dedem köyden çıkmış gelmiş. Annemle otobüse binmişler. Annemin otobüste suyu gelmiş. Zor yetişmiş hastaneye. Mesela 15 yaşında doğurmuş beni annem. Annem şu an çok küçük. Hani ben 15 yaşında öyle bir şey yaşasaydım belki atlatamazdım. Ben doğduğumda annem halamın yanına gelmiş. Bir ay bana halam bakmış zaten. Annem zaten çok küçük. Ben hiç anlamıyordum ağlıyordum diyor. Sen bir şey yapıyordun hiç bilmiyordum diyor. Halan sana baktı.

Katılımcılar annelerinin erken yaşta evlilik ve doğum yapmasıyla ilgili şunları söylemişlerdir:

K15 (20/K): Annem beni 20 yaşında doğurmuş, küçük olduğu için çok şey yapamamış yani bilememiş.

K11 (20/K): Hani yeni biriyle, hiç tanımadığı birine kaçıp evlenmek sanırım onda stres yaratmış. Öyle duymuştum başkasıyla konuşurken. 19 yaşında evlenmiş, 20 yaşında beni doğurmuş.

K8 (23/K): Benim annem 14 yaşında baya erken evlenmişti. Bir de babamı severek almamıştı o zaman onu da öyle diyordu.

K5 (20/E): Annem çok genç yaşta evlenmiş bir insan, 16 yaşında evlendi yani onun da etkisinden dolayı gerçekten yani doğru düzgün bir şekilde çocukluğunu geçirememiş. 17 yaşında da beni doğurmuş, yani hep dedem onun pişmanlığını yaşar, onu da anneme söyler yani çok pişman olduğundan filan bahseder erken evlendirdiği için.

K2 (22/E): Benim annem 13 yaşında evlendi, o yüzden biz annemle kardeş gibiydik. Annemle beraber büyüdük biz. Annemin anlattığı şeyler vardı. Mesela diyor ki hani yemek yemeye bile utanıyordum, düşünsenize 13 yaşında bir eve gelin gidiyorsunuz çocuksunuz daha, ya hani utanıyordum diyor, yemek bile yiyemediği canının çektiği bir şeyi bile söyleyemediği bir dönemi olmuş.

4.3.Aile Dışı Olumsuz Yaşantılar

Üçüncü ana tema aile dışı olumsuz yaşantılar olarak adlandırılmıştır. Bu tema, anne baba ile ilişki ve anne babanın aralarındaki ilişki dışında erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireylerin etkilendiği diğer yaşam olaylarını kapsamaktadır. Bu yaşam olayları içerisinde ortak olarak en çok bahsedilen ve katılımcıları etkileyenler vefat, taşınma, olumsuz okul yaşantıları ve maddi sıkıntılar katılımcıların alıntılarıyla beraber detaylandırılarak aktarılacaktır.

4.3.1.Vefat

Katılımcılara onları en çok etkileyen olay sorulduğunda çoğu katılımcının yakınlarının ölümü ya da ölümden dönmesi ile ilgili deneyimleri olduğu görülmüştür. Katılımcı 18 babasının ölümden dönmesine şahit olmuş ve bu durum onu derinden etkilenmiştir:

K18 (21/K): Babam geldiğinde ben şaşırmıştım, bu benim babam mı falan. Geri kaçıp anneme sarılmıştım yani. Aslında mutluydum, çok mutluydum da işte belli edemiyordum, ondan sonra babam o gün, o gece havale geçirdi, ölümden döndü. Ölümünü görünce hani öldü dediler, yaylada ne kadar şartlar altında yapabilirler ki. İşte dedem sürekli kalp masajı yapıyor, sürekli. Bir de o zaman PKK olaylarının baskın olduğu dönemler o yüzden askeri çitler vardı etrafta. Dede koş deyip o çitlerin bacaklarını yırttığını çok iyi hatırlıyorum. O gece de babamın gözlerinin tavana baktığını falan hatırlıyorum yani. Sonra öldü dediler falan o ara tabi yutkunamıyorum, hiçbir şeye tepki de veremiyorum ama bir şey de hissetmiyorum sorun o. Babam kendine geldikten sonra zaten yaklaşamıyordum, korkuyordum yani. Biraz fazla sınıandım sanırım. Bu olaydan sonra kaybetme korkum oluştu, hep babamın yaşını kontrol ediyorum sürekli, sürekli onu amcamın oğlu var çapada doktor, onun yanına götürüyorum. Amcamı da o ameliyat etmişti çünkü. Sürekli ona götürüyorum, sürekli tedavilerine baktırıyorum.

Diğer katılımcılar da farklı yakınlarının vefatından etkilendiklerinden bahsetmişlerdir:

K10 (21/E): Köydeyken amcamın çocuğu vefat etti. Beni bayağı derinden etkiledi. Kuzenim 2 yaşındaydı, kimsenin haberi olmadan kanalda boğuldu, Beni en çok o derinden etkilemişti. Allah'tan cesedi buldular.

K20 (22/K): Babamın ölümü üstüne 8 ay sonra dedemi kaybettim. Sonra halamı kaybettim. Halamı kaybettim, 8 ay sonra dedemi kaybettim.

K18 (21/K): Anneanneme gitmiştik tatilde, benim haberim yoktu amcam vefat etmiş, kalabalık bir şekilde gittiğimiz zaman oda çok kalabalıktı. Bir anda amcam nerede sorusuna insanlar ağlayarak ve çığlık atarak cevap verince o günden beri birçok şeyi unutmaya başladım mesela.

K8 (23/K): Biraz ölüm korkum da var benim. Geçen yılda amcam vefat etti ondan sonra bir ölüm korkum da oldu çünkü en yakınım, babamın yarısı. Ondandır bir korku oldu. Ondandır 2 korkum var zaten bir de yükseklik korkum var, bu kadar.

Katılımcı 12 anneannesinin vefatında büyük bir şok ve üzüntü yaşadığını ve çocukluğunun da bittiğini hissettiğini söylemiştir:

K12 (21/K): Anneannem vefat edince çok üzüldüm. Yani ilk öldüğüne inanmadım yani böyle insan şey oluyor. O zaman da hiç ağlamamıştım sonrasında ben de böyle şey oluyor, şok yaşamak gibi bir şey. Sonrasında işte öldüğünü filan şey yapıyorsun ve tabii ki şöyle oldu önceden her yaz anneannemlerle geçiriyordum, her zaman onun yanındaydım ve o bana böyle çok sevdirek yaptırırdı her şeyi böyle. Çok iyi bir insandı, Allah rahmet eylesin. Bütün böyle kuzenlerim gelirdi filan filan daha öyle bir aradaydık tabi, gene bir araya geliyoruz ama hani öyle tabi o anneannede olduğu gibi olmuyor. Bir de hani sanki anneannem vefat etikten sonra sanki çocukluğum da onunla birlikte bitmiş gibi.

4.3.2. Taşınma

Taşınma, katılımcıları etkileyen ve ortak olarak yaşadıkları olaylardan biri olarak ortaya çıkmıştır. Taşınıp düzen değiştirmeyi normalde çoğu insan tolere edebilirken, katılımcıların sahip oldukları aile yaşantısı ve ebeveynler dolayısıyla bu yaşam olayından olumsuz etkilendikleri ve uyum sağlayamadıkları düşünülmektedir.

Katılımcı 13 anne ve babasının mesleği dolayısıyla altı yaşına kadar olan sürede sürekli taşındıklarından ve belli bir düzeni olmadığından bahsetmiştir:

K13 (22/K): O kadar çok taşındık ki, beş altı defa. Ya benim annem babam öğretmen o yıllarda biz tayin aralığındaydık. Yani şöyle diyim 3-6 yaş arası benim için işte Malatya Elazığ İstanbul arasında böyle bir yıl birkaç aylık dönemlerde geçirdiğimiz zamandı. Hareketli bir dönemdi yani devamlı tayinlerin olduğu ondan sonra şehir değiştirdiğimiz düzenin bozulduğu işte tekrar bir yerleşim sürecine geçtiğimiz bir zamandı. Altı yaş da, evet istanbula da 5-6 yaşlarında geldim. Tam 6 yaşından sonra düzenim oturdu.

Katılımcı 12 ve 10 taşınma nedeniyle çok üzüldüklerini ve zorlandıklarını şu şekilde ifade etmişlerdir:

K12 (21/K): Babam yurt dışından dönüş yaptı tamamıyla. Sonra işte bir böyle taşındık filan Pendik'ten o zaman çok üzüldüğümü hatırlıyorum aşırı derecede çünkü anneannemden ayrıldım, arkadaşlarımdan falan. Bir de hiç istemiyordum hani ayrılmalarını, gitmelerini (ağlıyor) ondan sonra işte böyle oldu.

K10 (21/E): Var tabi baya oldu. Ben Adana'ya giderken çünkü Urfa'da ilk 5 sınıfta orada okumuştum. 5. Sınıfta birinci dönem bitmesine 1-2 ay kala gitmişim orada beni çok etkilemişti çünkü Urfa'daki arkadaşlarımı geride bırakmışım. Taşınmamız beni derinden etkilemişti.
P: Ne düşünmüştün o zaman, taşınınca?

K10 (21/E):: Taşındım artık Adana'ya nasıl uyum sağlayacağım. Yani artık nasıl size anlatayım yeni bir sayfa açmak için yeni arkadaşlar kurmak için Adana'da baya ilk önce zor oldu uyum süreci, baya zor oldu bu olay bayağı zorlandım

Katılımcı 4 taşınmayı travma olarak adlandırmış ve uzun süreli arkadaşlıklar kuramamasının nedeni olarak gördüğünü paylaşmıştır:

K4 (21/K): Sürekli 5 yılda bir yer değiştiriyorduk bu beni derinden etkiliyordu, arkadaşlığımı bozduğu zamanlarda oldu yani sürekli bir yere yani 10 yıllık 15 yıllık arkadaşım yok. Sürekli görüştüğüm birisi

de yok o yüzden alışmam da zor olduğu için taşınma benim için travma gibi şeyler oldu yani.

Katılımcı 5 farklı ortamlara kolay adapte olamamasını çok fazla taşındıklarına bağlayarak kolay arkadaş edinemediğini ve yeni ortamlara adapte olamadığını belirtmiştir:

K5 (20/E): O dönemde daha çok arkadaşı olan biriydim daha çok dışarıda oynayan bir insandım. Sonra taşındık taşındığımız yerde arkadaş edinemedim çok büyük problem yaşadım, bugüne kadar ne zaman farklı bir ortama girsem benzer şeyler yaşarım yine kolay kolay bir yere adapte olamam. Yani genel olarak çocukluğumda bunları yaşadım ardından lise dönemine kadar filan sürekli bir taşınmalar falan bir yerlere gidip adapte olamamalar. Sonra babamın işyerine çok uzak kaldığı için tekrar taşınmalar falan oldu bundan dolayı böyleydi yani hep arkadaş çevresi tarafından sevilen ama öyle çok da kolay arkadaş edinemeyen biriydim böyle bir süreçti yani açıkçası çocukluk.

4.3.3.Olumsuz Okul Yaşantıları

Erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireyler ortak olarak yaşadıkları olumsuz okul deneyimlerinden bahsetmişlerdir. Bu deneyimler onların insanlar arası ilişkilerini ve insanlara bakış açılarını etkilemiştir. Katılımcı 17 ve 15 sınıfın onunla dalga geçmesinin kendi üzerindeki etkisini şu şekilde ifade etmektedir:

K17 (21/K): Şey olmuştu herhalde ilkokul 4 ya da 5e gidiyordum. Hani babam bizim saçlarımızı kısa keserdi, berberdi kendisi. Bir de kafasına göre giyimimizi falan şey yapardı yani. Ayakkabı falan almıştı sanırım yırtıktı hoca da beni o sıra tahtaya çıkardı. Ben de çıktım işte sonra gülmeye başladılar. Öğretmenim kızdı falan ama o zamandan beri hani burada olsun (üniversite), ortaokulda olsun tahtaya çıkıp da hiç şey yapamam.. çok heyecanlanırım, yüzüm kızarır. Direk o geliyor yani aklıma.

K15 (20/K): Kurduğum arkadaşlıklarda mesela ilkokuldayken hep şey derlerdi bizim şey devlet okuluna gidiyordum ama etütlüydü benim okulum yine belli bir para ödüyorduk oraya hani taksitler gecikince sınıfa zarf gönderiyorlardı falan. Arkadaşlarım da biliyordu işte bazı arkadaşlarım hep dalga geçiyordu. Babası yine ödememiş, yine gelmemiş acaba eve gelmedi mi falan diye öyle çok şey yapıyorlardı.

Katılımcı 4 herkesin gülmesinden duyduğu rahatsızlığı ve saygı duyulan biri olma isteğini şu şekilde ortaya koymuştur:

K4 (21/K): Bir kere sekizin katı olan yok pardon dördün katı olan bir sayı istemişti hoca böyle benden. Ben de 8 demiştim herkes gülmüştü bana. Mesela herkesin bana gülmesi benim çok zoruma gider, böyle hani ben ciddi birisi olmak isterim, sevilen sayılan birisi olmak isterim böyle olması hoşuma gitmemiştir.

Katılımcılardan bazıları sınıf tarafından dışlandıklarını hissetmişler ve hatırladıkları olumsuz anıları aktarmışlardır. Katılımcı 9 kilolu olduğu için lakap takıldığını ve bunun çocukluk yaşantısını olumsuz etkilediğini söylemiştir:

K9 (22/K): Aslında çocukluğumu da sevmiyorum hani geçmiş yaşantılarımı çünkü hep arka sıralara oturdum genellikle biraz tombul bir şeydim kilolu filan tabi haliyle dışlanma da oluyordu biraz kendi yaşantılarımla alakalı hani lakap takmalar vs. ondan sonra işte çok güzel bir çocukluk geçirmedim.

Katılımcı 2 ilkokul öğretmeninin yaptığı bir hatadan dolayı cezalandırmasını ve sınıfın onunla konuşmamasını şu şekilde anlatmıştır:

K2 (22/E): Sonra mahallede evlerimiz yan yana olan bir arkadaşım vardı aynı sınıftaydık ya dedim ya farklı bir çocuktum neden öyle bir şey yaptım onu da hatırlamıyorum elimde taş var atıyorum, sallıyorum, sağa sola atıyorum böyle hani saçma sapan oyun denilecek bir şey değil, tam attım arkadaşım oradan geçiyordu ben ona bağırdım hani çekilsin diye o da bana doğru döndü hani benim sesimi duyunca, taş kafasına geldi kafası kanadı, neyse, annem geldi hemen apar topar hani çok büyük de bir yara değil hani hemen sildik falan tentürdiyot falan ondan sonra annem onun gönlünü almak için bizim yöresel yemeklerimizden yaptı, annesi bizim eve geldi, ablası vardı Yeşim hani bizi severdi sayardı kardeşiyle beni ayrı görmezdi annesi beni çok severdi hani hiçbir şey demedi kimse kendi ailesi. Okula gittik hoca dedi noldu dedi adı Mustafa idi , noldu Mustafa dedi hocam dedi ile oynuyorduk hani şakalaşıyorduk böyle oldu dedi çocuk da farklı bir şey anlatmadı. Daha 4. Sınıftayım. Hoca dedi ki: Kimse ile konuşmasın dedi öyle bir zoruma gitti ki yani ne demek ya. Çok saçma. Gittim merdivenin kenarına pustum böyle sanki kendimi insanlardan saklamak ister gibi oturdu etrafımda insanlar koşuşturuyor, gidiyor geliyor, hayalet gibiydim böyle kimse beni duymuyor, bilmiyor, görmüyor ... Ondan sonra 8. sınıfa kadar o sınıfta devam ettim o insanlar hala beni hayalet gibi görmeye başladı. Sonra hocamla karşılaştım yıllar sonra ona bunu hatırlattım ve insanların masum olmadığını da dedim beni orada yalnız bıraktığınızda öğrendim dedim.

Aynı zamanda öğretmenin kendisine yaptığı haksızlığı unutmamış ve detaylı bir şekilde şöyle aktarmıştır:

Mesela ilkokul öğretmenim vardı (suskunluk) ben (suskunluk) kaybetmeyi göze alamayan bir insanım bunu onun yüzünden huy edindim. Matematiği çok severim matematik dersindeydik, bir soru sordu soruyu çözene dedi bir Science Dergisi vardı onu vereceğim dedi benim de deli gibi merakım vardır uzaya, bilime yani çok ilgimi çekti başarılıyım da tabii. Neyse soruyu çözdüm, bunun bir de gözde öğrencisi vardı sınıfta annesi arkadaşı bizim öğretmenimizle çocuğun annesi sınıf annesiydi öğretmenimizle çok iyiydi arası. Göttürdüm baktı hani eksik bir şey yok ama dedi hani bu nedir dedi elma mı armut mu onu yaz hani dedi, sanırım cm yazmayı unutmuşum hani işlemin sonucuna, o çocuk göttürdü benden sonra hiç unutmuyorum böyle öndeki sıraya uzandı silgi aldı kalem aldı sildi kendi yazdı ve hediyeyi ona verdi o kadar zoruma gitti ki (hafif sesi titriyor) bunu unutmadım. Adaletsizliği de buradan öğrendim.

Katılımcı 1 öğretmenin onu takdir etmediğinden ve kendini önemsiz hissetmesine neden olduğundan bahsetmiştir:

K1 (28/K): İlk aklıma gelen ilkokul dönemi.. insanların hayatında önemli bir yer edindiği için, oradaki öğretmenimle olan yaşadığım şeyler geliyor. Hep azimli bir çocuktum dersler noktasında. Ailede bu akrabalar arasında dillendirilen bir şeydi. Ama neden bilmiyorum ilkokuldaki öğretmenim hiç mi hiç bunu takdir etmezdi, görmezdi. Hani böyle çok özenerek hazırladığım ödevlerin, kartonlardan yapılan maketlerin hiç takdir görmediğini, beğenilmemek de demek istemiyorum ama çok önemsenmediğini (böyle deyince kendimi de çok önemsiz hissediyorum çünkü) bu duyguları hala bu zamana getirdiğim için bunu söyleyebilirim en etkileyen olarak.

4.3.4.Maddi Sıkıntılar

Katılımcıların etkilendiği olumsuz yaşantıdan bir diğeri para meseleleri ve yaşadıkları maddi sıkıntılar olarak kodlanmıştır. Katılımcı 19 yaşadıkları maddi sıkıntıları şu şekilde

ifade etmiştir:

K19 (23/E): Biz yokluk çektik. Biz pazarcılık yaptık. İlkokulda insanlar mesela Cuma günleri sevinirler niye? Cumartesi Pazar tatil diye. Biz sevinmezdik kardeşimle. Vallahi bak biz çok yokluk çektik yani. Anlatıyorlar mesela abi küçükken ben şöyleydım falan filan böyle. Ulan diyorum biz neler çektik yani kaybol şuradan. Gerçekten çok çektik. Mesela biz birilerine bir şey satardık. Yokluk ben şu an mesela bunu gayet size açıklıyorum hani. Ben bir de anketleri hep sallardım umursamam ama bu anketi özellikle dikkatimi çekti doldurdum. Pazarda kardeşimle bir şey satıyoruz. Sevdığımız kız oluyor geliyor mesela Allah’tan yüzümüz gözümüz kapalı böyle hani ne kadar beni tanıyor çünkü. Biz öyle şeyler çok çektik. Maddi durum sıkıntıda olduğu zaman mesela biz ilkokul 4-5’teyken babam tekstili bıraktı. Tekstilciyiz biz o an pazara girdi. İşte kötü bir kartalımız vardı falan borç harç kredi falan. İşte geri aldık kartalı sattık üstüne faizin 4 katını ödedik. Yani hem yokluk hem oradan yokluk. Zaten yok. O aralar hep çalıştık mesela ama biz de istedik. Ailemize katkımız olsun değil mi? Annem kalkıyor satıyor kadın. Yani işte gerçekten çok yokluk. Mesela okuldan çıkıyoruz mesela annem mesela gelmiş bir şey satıyor okulun dışında. İlkokulda çıkıyoruz arkadaşlarla annem mesela orada. Utanıyordum. Anne anahtarı ver, oğlum al. “Aa annen mi? ”. Çekiniyordum. Niye aslında çekiniyordum? Annemin yaptığı işten dolayı değil ha birileri beni hakir görür diye. Çünkü niye gelecek benim en sevdiğim değerli varlığa diyecek ki “annen bunu mu yapıyor” diyecek hani o an bile öldürürüm yani insanı. Doğalgazımın kesildiğini hatırlıyorum elektriğimiz yok yani. Giderdik annem derdi “artık şunları satalım” diye. Elinde malzeme var giderdik mesela yürürdük. 2 oğul bir anne. Uzaklara giderdik satardık gelirdik.

Katılımcı 14 ve katılımcı 2 de benzer şekilde ailesine katkı sağlamak için çalıştıklarından bahsetmişlerdir:

K14 (24/K): Ciddi bir iflasa doğru gidiyorduk sanırım. Ve o dönemde ben pazara çıkıp annemle beraber bir şeyler satıyordum. İşte kürdan vesaire tarzında, beş yaşında yapmaya başladım bunu. Bu biraz farklılık kattı tabi bir insan olarak bana. Bu kadar erken yaşta parayla tanışıp alışveriş yapabilmeyi öğrenebilecek duruma gelmiştim. Onun dışında sürekli ben bir şeylerle uğraşıyordum. Sanatsal olarak işte, elişleri falan küçük şeyler yapıyordum.

K2 (22/E): Çocukluğum... Travmatik ya hani tek kelimeyle anlatacak olursam kesinlikle travmatik çünkü (suskunluk) benim arkadaşlarım gibi mesela bir çevrem olmadı hala arkadaşlarım yok benim yani yaşıtlarım yaz tatilini ipe çekerlerdi sömestri ipe çekerlerdi ben gelmesin diye çok uğraşırdım çünkü yaz demek çalışmak demek. Benim babam pazarcı yani küçük yaşımdan beri kendimi bildim bileli ben babama pazarda yardım ederim, kimi zaman sabah okula giderdim ondan sonra babamın yanına giderdim. Nefret ederim pazarlardan o avam kısımdan iğrenirim böyle gitmek istemem o yüzden pazarlara, pazara gitmediğim dönem inşaata gittim, sürekli böyle yaz tatilim olmadı, tatilim... Biz ailece mesela hiç tatile çıkmadık.

BÖLÜM V: SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

5.1. Sonuçlar ve Tartışma

Bu bölümde, erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunun incelenmesiyle ilgili yapılan çalışma sonucunda yorumlayıcı fenomenoloji analizi doğrultusunda elde edilen temalarla ilgili tartışmalara yer verilecektir. Önceki bölümde verilen temalar ve alıntılar, alanda yapılan çalışmalarla birlikte tartışılarak sonuçların daha iyi anlaşılması hedeflenmektedir. Bu doğrultuda temalar başlıklar halinde tartışılacak ve tartışmanın ardından önerilerde bulunulacaktır.

Yapılan çalışma sonucunda erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireylerin yaşantıları, evlilik doyumunun olmadığı çatışmalı aile ilişkileri, işlevsiz ebeveynlik ve aile dışı olumsuz yaşantılar olmak üzere üç ana tema ve alt başlıkları (bknz Tablo 4) şeklinde yorumlanmıştır. Bu başlıklar sırasıyla tartışılmıştır.

5.1.1. Evlilik Doyumunun Olmadığı Çatışmalı Aile İlişkileri

Katılımcıların paylaşımları ve sorulara verdikleri yanıtlardan yola çıkarak, katılımcıların hemen hepsinin bir çocuk olarak, anne babaları arasındaki evlilik doyumu olmayan çatışmalı eş ilişkilerine şahitlik ettiği görülmektedir. Eşler arası çatışma ve sevgisizlik, fiziksel ve duygusal şiddet içeren ilişki ve akrabaların olumsuz etkisine açık, dışarıdan manipüle edilebilen ilişkiler alt temaları altında bu tema ile ilgili sonuçlar alanyazın çerçevesinde tartışılmıştır.

5.1.2. Eşler Arası Çatışma ve Sevgisizlik

Young, şemaların oluşumuna neden olan temel ihtiyaçların karşılanmaması ve aileyle olan olumsuz yaşantılardan bahsederken daha çok anne ve babanın çocuk ile kurduğu olumsuz ilişkilere odaklanmıştır (Young, 1999); fakat özel olarak anne ile baba arasındaki ilişki; sevgisizlik ve aldatma gibi daha spesifik konulardan bahsetmemiştir. Katılımcılar anne babalarının ilişkisinden bahsederken, aralarında sevgi ilişkisi olmayan, çatışma ve gerginlik dolu eş ilişkilerinden bahsetmişlerdir. Ayrıca, birkaç kişi babanın anneyi aldatmasından bahsetmiştir. Bu yaşantıların uyumsuz şemaların oluşumuna zemin hazırladığı ve özellikle güvensizlik, fedakarlık gibi şema alanları ile ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Evlilik sözleşmesinin, tek eşlilik, güven, sevgi ve samimiyet ilkelerine dayandığı konusunda ortak bir anlayış vardır (Kaslow ve Hammerschmidt, 1992); fakat maalesef bazı eş ilişkilerinde bu ilkeler ihlal edilmektedir. Bunların ihlaline şahit olan çocuklar olumsuz bir şekilde derinden etkilenmekte; rahatsızlık, hayal kırıklığı, karışıklık ve bazen umutsuzluk yaşamaktadırlar (Lusterman, 2005). Anne ile baba arasındaki ilişkinin olumsuz olması çocukları iki şekilde etkilemektedir. Bunlardan ilki direkt etkidir; ebeveynler arasındaki yoğun ve çözilemeyen çatışmalara doğrudan tanık olmak, duygusal düzenleme becerilerini olumsuz etkilemektedir (Flykt vd., 2014). Ebeveynler arasındaki çatışmalar çocuğu güvensiz, huzursuz hissettirmektedir. Aynı zamanda, çocukların ebeveynlerinin çatışması dolayısıyla kendilerini suçlama eğilimi, sorunları içselleştirmelerine neden olmaktadır (Ablow, Measelle, Cowan ve Cowan, 2009). İkinci olumsuz etki, anne baba arasındaki çatışmanın çocuğu dolaylı olarak etkilemesidir, bu durum yayılma etkisi (spillover effect) olarak tanımlanmaktadır (Katz ve Gottman, 1996). Aralarında tartışma yaşayan ebeveynler çocuğa karşı da öfke, kızgınlık gösterirler; daha az empati yaparlar ve duygusal olarak ilişkide bulunmaları daha azdır (Davies, Harold, Goeke-Morey ve Cummings, 2002). Yapılan çalışmada katılımcıların çocukluk anıları ile ilgili ifadeleri alanyazındaki bu bilgileri doğrulamaktadır. Katılımcılar anne babaları arasındaki ilişkinin kendilerini direkt olarak olumsuz etkilediğinden, gerginlik, travma oluşturduğundan bahsetmişler; aynı zamanda annenin ya da babanın kendileriyle olan ilişkisinin eş ilişkisinden etkilendiğini, genellikle annenin babanın davranışlarından ötürü kendilerine tam duygusal destek sağlayamadıklarını ifade etmişlerdir.

Dawson (1911; s.173) çocukların temel hakları ile ilgili yazdığı makalesinde şöyle demiştir: “İyi yetişmiş hiçbir çocuk sevgisiz bir evliliğin ürünü olamaz.” Çocuklar anne babaları arasındaki sevgi, saygıyı çok iyi gözlemlerler ve evin içinde olup bitenleri çok iyi algırlarlar. Çocukların ebeveynlerinin evlilik ilişkisine ilişkin algıları, ileride kurdukları ilişkileri etkiler. Kişilerin eşleri ile ilgili algıları anne-babaları arasındaki ilişkiye olan algılarıyla benzer bulunmuştur (Ablow vd., 2009). Buradan da yola çıkarak çocukların insanlarla, ilişkilerle ilgili şemalarının erken dönemde anne baba ilişkisini gözlemleyerek oluştuğu düşünülmektedir.

Yapılan çalışmada, işlevsiz ebeveynlik ve travmaya ek olarak anne ile baba arasındaki ilişkinin, Norton (2012)’nin tabiriyle “üçüncü ebeveynin” şemaların oluşumuna etkisi ortaya çıkmıştır. Norton, çocuğun üç ebeveyni olduğundan bahsetmektedir: anne, baba ve

anne ile baba arasındaki ilişki. Bu üçüncü ebeveynin çocuk üzerinde etkisi çok güçlüdür. Anne baba arasındaki ilişkinin niteliği çocuğu etkilediği gibi aynı zamanda çocukla anne ve çocukla baba arasındaki ilişkiye de tesiri vardır.

Aile içindeki bir alt sistemin ilişkisel dinamiklerinin diğer tüm aile alt sistemlerini etkilemesi nedeniyle, ebeveyn-çocuk ilişkileri eşler arasındaki çatışmadan olumsuz etkilenmektedir (Minuchin, 1988). Benzer şekilde, Kouros, Papp, Goeke-Morey ve Cummings (2014) 203 aile ile yaptıkları çalışmada, anne ve babaların evlilik kalitesinin çocuk ile kurdukları birebir ilişkiyi güçlü bir şekilde etkilediğini ortaya koymuşlardır. Şema puanları yüksek olan katılımcıların neredeyse hepsinin anne baba arasındaki çatışmadan bahsetmesi, alanyazında bahsedilen bu güçlü ilişkileri doğrular ve destekler niteliktedir.

Katılımcılar gergin ortamın kendileri üzerinde izler bıraktığından, anne ve baba arasında kalmanın zorluğundan ve “Annem babam birbirini istemiyor mu?” diye düşünerek aralarındaki ilişkiye anlam verememelerinden bahsetmişlerdir. Çocuklarda sevdiği iki ebeveynin de birbirlerini sevmeleri ile ilgili bir beklenti bulunmaktadır. Bu doğal beklenti ve olması gereken karşılanmadığında kafa karışıklığı (konfüzyon) ve rahatsızlık yaşamaktadırlar; ayrıca, ebeveynlerinin ilişkileri ve genel olarak evlilik ile ilgili fikirleri, çocukların beklentilerini de olumsuz yönde değiştirmektedir (Lusterman, 2005). Dahası sevgisizlik ve sadakatsizliğe şahit olan çocukların diğer insanları olumsuz değerlendirme ve onlar hakkında olumsuz düşünme olasılıkları daha yüksektir; insanları ilişkilerde güvenilmez ve kötü niyetli olarak algılamaktadırlar (Brown, 1991). Bu bulgular da olumsuz şemalara sahip bireylerin anne babaları arasındaki ilişkisinin kötü olmasını açıklar niteliktedir. Başka bir deyişle, olumsuz şemaların oluşumuna etki eden faktörlerden birisinin de çatışmalı aile ortamı ve anne baba arasındaki sağlıklı ilişki olduğu söylenebilir.

Alıntılar detaylı incelendiğinde, katılımcıların istenmeden yapılan evlilik ve sevgisiz ilişkinin yanı sıra sadakatsizlikle ilgili örnekler vermiş olduğu görülmektedir. Ebeveynin sadakatsizliği, çocuklarda suçluluk, kaygı, korku, endişe, depresyon ve saldırganlık duygularına neden olmaktadır (Dean 2011; Lusterman 2005). Tüm bunlar sağlıklı duygusal gelişimi engelleyerek sağlıklı düşünce kalıplarını ortaya çıkarır. Walker ve Ehrenberg (1998)’in çalışması ebeveynleri arasında sadakatsizlik gözlemleyen çocukların güvensiz bir bağlanma stiline sahip olma olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Benzer şekilde, aldatan ebeveyne olan güvenleri de sarsılmaktadır ve ileride eşlerinin onları aldatacağı korkusuyla romantik ilişkiler geliştirirken çok daha güvensiz olma eğilimi göstermektedirler (Weiser ve Weigel, 2017). Buradan yola çıkarak, eşler arasındaki sadakatsizlik, aldatma olaylarına maruz kalmanın, çocuklarda terk edilme, güvensizlik şemalarının oluşumuna yol açacağı söylenebilir. Aile değerleri, sadakat ve güvenin ve bunların varlığı ile ilgili beklentilerin nesiller boyunca aktarıldığı sonucunu elde eden anlamlı çalışmalar mevcuttur (Leibig ve Green, 1999). Bu da oluşan şemaların kuşaktan kuşağa aktarılabilmesi ile ilgili ipucu vermektedir.

5.1.3. Fiziksel ve Duygusal Şiddet İçeren İlişki

Katılımcılar anne ve babaları arasındaki fiziksel ve duygusal şiddete defalarca şahit olduklarını belirtmişler, anılarını net bir şekilde hatırlamışlar ve detaylandırarak anlatmışlardır. Baba fiziksel şiddet uygularken anneyi kurtarma isteği, hissedilen çaresizlik, babaya duyulan nefret ve yaşananlardan, ağır travma olarak bahsetmişlerdir. Katılımcıların ortak olarak anne baba arasındaki şiddete maruz kalmaları ve buna şahit olmalarının özellikle ayrılma ve reddetme şema alanının oluşumuna neden olduğu düşünülmektedir. Bu şema alanı kişinin güvenlik, kabul ve saygı gereksinimlerinin öngörülebilir bir şekilde yerine getirilmeyeceği beklentisini içeren şemaları içermektedir. Bu şemanın oluşumuyla beraber, anne ve baba arasında güvenlik, saygı, sevgi, kabul gibi özellikler, hayattan ya da başkalarından da beklenmemektedir. Bu bekleme ve olumsuz bakış açısı da psikolojilerini ve ilişkilerini olumsuz etkilemektedir (Calvete, 2014).

Bu sonucu alanyazında direkt olarak destekleyecek bir çalışmaya rastlanmamıştır. Başka bir deyişle, erken dönem uyumsuz şemaların oluşum süreci için anne baba arasında yaşanan şiddet değerlendirilmemiştir. Evlilik içi şiddete maruz kalmanın, daha çok kötü çocukluk yaşantıları ve travma ile ilişkilendirildiğinden özel olarak bu konunun araştırılmadığı; daha genel kapsamda kötü çocukluk yaşantıları ve şiddete maruz kalmanın (anne ya da babadan çocuğa şiddet) bu başlığın önüne geçtiği düşünülmektedir; fakat aşağıda bahsedilecek olan çalışmaların dolaylı olarak bulgumuzu desteklediği düşünülmektedir.

Alanyazında evlilik içi şiddete, yani anne baba arasındaki fiziksel ve duygusal şiddete şahit olmanın, çocukluğun psikolojik sağlığına olumsuz etkisi ile ilgili birçok çalışma bulunmaktadır (Cascardi, 2016; Gomez, 2011; Kwong, Bartholomew, Henderson ve

Trinke, 2003; Parade, Newland, Bublitz ve Stroud, 2019; Russell, Springer ve Greenfield, 2010; Tsavoussis, Stawicki, Stoicea ve Papadimos, 2014). Aile içi (anne baba arasındaki) şiddete maruz kalma ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, ileri yaşlarda şiddet içeren ilişkiye girme ve istismarcı partner seçimi ile ilgili çalışmaların ön planda olduğu görülmektedir (Shook, Gerrity, Jurich ve Segrist, 2000). Kuşaklararası şiddet aktarımı modeli, partner ilişkisinde yaşanan şiddetin köken ailedeki şiddete maruz kalmaktan kaynaklandığını öne sürmektedir (Debnam, Waasdorp ve Bradshaw, 2016). Yapılan boylamsal çalışmalar, aile istismarına maruz kalan ergenlerin aynı zamanda şiddete maruz kalma riskinin daha yüksek olduğunu desteklemektedir (Cascardi, 2016; Gomez, 2011; Widom, Czaja ve Dutton, 2014).

Ayrıca, erken dönem uyumsuz şemalar ve şiddete şahit olma ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında; genellikle erken dönem uyumsuz şemalar, eş seçimi ve şiddete tanıklık etme arasında aracı değişken olarak değerlendirilmiş veya şiddet içeren ilişkilere açık olmanın nedeni olarak gösterildiği görülmektedir. Eksiklik duyguları ve başkaları tarafından reddedilip istismar edilme kaygısından oluşan uyumsuz şemalar, kişilerin zayıf görünmesine ve romantik ilişkilerde istismara daha olası bir hedef haline gelmesine neden olmaktadır (Brooks-Russell, Foshee ve Ennett, 2013).

Calvete (2014) şemalar ve şiddete maruz kalma ile ilgili yaptığı çalışmada, uyum bozucu şemaların kuşaklararası şiddet mağduriyeti aktarımında arabuluculuk rolü olduğunu ortaya koymuştur. Şemaların, depresyon, anksiyete gibi psikolojik sıkıntıların aile içi şiddete maruz kalma ile şiddet gösteren partner ile çıkma arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini belirtmiştir.

933 kişi ile yapılan ve üç yılda tamamlanan boylamsal çalışmada, aile içi şiddete maruz kalma, uyumsuz şema alanlarından ayrılma ve reddetme ve partnerlerinin gösterdiği şiddete maruz kalma değişkenleri incelenmiştir. Bulgular, aile içi şiddete tanık olmanın uyumsuz şemalar aracılığıyla zaman içinde şiddet mağduriyeti yaşamayı öngördüğünü göstermektedir. Buna ek olarak, uyumsuz şemaların, zaman içinde şiddet mağduriyetinin devam etmesine katkıda bulunduğu ortaya çıkmıştır (Calvete, Gámez-Guadix, Fernández-Gonzalez, Orue ve Borrajo, 2018). Benzer şekilde, evde hem doğrudan hem de dolaylı olarak şiddete maruz kalmanın bir yıl sonra değerlendirildiğinde ayrılma ve reddetme şema alanında kötüleşmeye neden olduğu tespit edilmiştir (Calvete, Fernández-González, Orue ve Little, 2018). Bu sonuçlar da bizim çalışmamızda ortak olarak belirlenen tema ile

uyumlu olarak, aile içi şiddete şahit olmanın şemalara etkisi olduğunu söylemektedirler. Bu konu ile ilgili daha detaylı nitel ve nicel çalışmalara ihtiyaç olduğu; çocuğa yapılan istismarın bir türü olarak anne baba ilişkisinin incelenmesi gerektiği düşünülmektedir.

5.1.4. Akrabaların Olumsuz Etkisine Açık, Dışarıdan Manipüle Edilebilen İlişkiler

Analiz sonucunda ortaya çıkan temalardan bir tanesi de akrabaların aile ilişkilerine karışmasıyla olumsuz sonuçların ortaya çıkması ve bu durumun kişiyi etkilemesidir. İçişlerine karışılan ve aile içi ilişkilerin bozuk olduğu ailelerde iki riskli durum ortaya çıkmaktadır: anne babanın çocukların gözünde dış etkilere açık ve yönlendirilebilir bireyler olarak görülmesi ve eşler arasındaki ilişkinin olumsuz etkilenmesi. Bu durumun özellikle iç içe geçme, bağımlılık gibi şemaların bulunduğu zedelenmiş özerklik ve zedelenmiş sınırlar şema alanlarını etkileyebileceği düşünülmektedir; fakat çalışma özel olarak şema alanlarını ayırmadığından bu bulgunun yapılacak diğer çalışmalarla desteklenmesine ihtiyaç bulunmaktadır.

Barikani, Ebrahim ve Navid (2012)'in yaptıkları çalışmada, katılımcılar, boşanmalarının temel nedeninin yanlış eş seçiminin yanı sıra ailelerin, akrabaların aile içine ve ilişkilerine müdahale etmesi olduğuna inandıklarını belirtmişlerdir. Çalışmamızda da akrabalar nedeniyle boşanma aşamasına gelen çiftlerle ilgili örnekler bulunmaktadır. Bu durumun toplum aile yapısı, kültürel ve geleneksel kodlarla ilgili olduğu düşünülmektedir. Geleneksel Türk aile yapısı, bireyin evlilikten sonra da aileyle olan bağının güçlü bir şekilde devam etmesini sağlamaya yönelik kodlar içermektedir. Köken aile ya da akrabaların evliliğe olumsuz etkisi aile içi huzursuzluğa ve boşanmaların artmasına neden olmaktadır (Aktaş, 2011). Türkiye’de yapılan birçok çalışma geniş ailenin evliliğe etkisinin boşanma üzerinde büyük rolü olduğunu göstermektedir (Aktaş, 2011; Kaplan vd., 2018; Sağlam ve Aylaz, 2017; Taş, 2014).

Kağıtçıbaşı (2010) Doğu kültürleri gibi kolektivist kültürlerdeki ve Türkiye’deki aile yapısını “bağımlı aile modeli” olarak tanımlamıştır. Aile içi ilişkilerde özerklik oldukça azdır, bununla beraber ilişkisellik yoğundur. Buradaki ilişki daha çok iç içe geçme, kendi sınırlarını koruyamama anlamındadır (Kağıtçıbaşı 2005). Bu nedenle bizim kültürümüzle de uyumlu olarak, erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireylerin ailelerinde de akraba ve dış etkilerin görülmesi şaşırtıcı değildir.

Nilüfer (2016) Türkiye kültüründe baskın olan kolektivist ve gelenekçi tutum nedeniyle diğeri yönelimlilik şema alanının yüksek olduğunu belirtmiştir. Mevcut çalışmada şema alanları ayrı ayrı değerlendirilmemiştir; fakat ailelerin karışması ve kişilerin kendilerinin ve evliliklerinin sınırlarını koruyamamasının diğeri yönelimlilik ve zedelenmiş özerklik şema alanlarından kaynaklanabileceği ve ayrıca çocuklarına da bu şemaları aktarmış olabilecekleri düşünülmektedir.

5.2. İşlevsiz Ebeveynlik

Çalışma sonucunda olumsuz şemalara sahip bireylerin anne ve babalarıyla ilgili sorunları olduğu görülmüştür. Baba ile ilgili olarak daha çok babanın ilişki kur(a)maması, babanın yokluğu, sinirli ve baskıcı yanlarına vurgu yapılırken; anne ile ilgili daha çok pasif olması, sevgisiz ilişki ve zor şeyler yaşaması temaları öne çıkmıştır.

5.2.1. Baba ile İlgili Temaların Tartışılması

Katılımcıların büyük çoğunluğu, babasını; otoriter, sinirli ve baskı kurmak isteyen olarak tanımlamıştır. Analizler sonucunda oluşturulan tabloda (bkz. Tablo 4.2) bir katılımcı hariç tüm katılımcıların babanın yokluğundan ve/veya ilişki yokluğundan bahsettiği görülmektedir. Erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireylerin baba figürlerine genel olarak bakıldığında; otoriter, sinirli, evde olmayan, olsa da ilişki kuramayan, ebeveynlik yetisi gelişmemiş (sevgisini gösteremeyen, duygularını saklayan, duygu düzenleme problemleri olan, fiziksel şiddet gösteren) babalar karşımıza çıkmaktadır.

Katılımcılar otoriter olan, baskı kuran, kendi kurallarını uygulamada katı olan, çocuklarına ve eşine saygı göstermeyen, şiddet uygulayan ve sevgi göstermeyen babalarıyla ilgili anılarını anlatmışlardır. Bu anılardan ve ortaya çıkan temalardan anlaşılacağı gibi, katılımcılar babaları ile sağlıklı ilişki kuramamışlar; aynı zamanda psikolojik ve fiziksel şiddete maruz kalmışlardır. Bu yaşantıların da onları olumsuz etkileyerek şema oluşumunu önemli ölçüde tetiklediği düşünülmektedir. Babanın olumsuz bir şekilde kurduğu baskı ve otorite, ayrılma reddetme şema alanının oluşumunu önemli derecede yordamaktadır (Gunty ve Buri, 2008). Bu baskıcı ilişki cezalar vermeyi ve çocuğu küçümsemeyi de içermektedir. Babanın bu şekilde davrandığı bir ilişki içinde büyüyen çocuğun kendine güvenmesi, olumlu duygular geliştirmesi ve diğer insanlardan sevgi ve saygı beklemesi oldukça zordur. Bir karar verdiğinde ya da bir eylem

gerçekleştirdiğinde babasının ne diyeceğini, tepkisini düşünen ve harekete geçemeyen çocuklarda aşırı tetikte olma şema alanının gelişeceği de öngörülmektedir.

Çocukların psikolojik sağlığını bozan ebeveynlerin gösterdiği saldırganlık, çocuklara sürekli olarak değersiz, seilmeyen, istenmeyen olarak hissettiren, yalnızca başkalarının ihtiyaçlarını karşıladıkları zaman değerli hissettiren veya fiziksel ve/veya psikolojik şiddet ile ciddi tehdit altında olduklarını hissettiren tekrarlayan davranış modelleri olarak tanımlanmaktadır (Hart, Brassar ve Karlson, 1996). Verilen örneklerle ve yaşantılara bakıldığında neredeyse bütün katılımcıların babaları ile olan ilişkide bu öğelerin yer aldığı görülmektedir. Bu bulgular da erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireylerin babalarının ortak özelliklerini ve vasıflarını ortaya koymaktadır.

Babaların ortak olarak sahip oldukları özelliklerden birinin de duygu düzenleme kapasitelerinin oldukça zayıf olması olduğu düşünülmektedir. İster fiziksel ister duygusal olsun, ebeveynlerin saldırganlık eylemleri, onların zayıf duygu düzenleme kapasitelerinin bir sonucu olarak karşımıza çıkmaktadır (Robertson, Daffern ve Bucks, 2012). Örneğin, bir ebeveyn, fiziksel olmayan bir cezalandırmanın yeterli olabileceği bir durumda sert fiziksel disiplini kullanıyorsa, öfkesini düzenlemekte zorluk çekmektedir. Bulgularda verilen örneklerle bakıldığında, ceza gerektirmeyen durumlarda dahi babaların çocuklara ağır fiziksel ve psikolojik şiddet uyguladığı görülmektedir. Bu da psikolojik ve davranışsal problemleri beraberinde getirmektedir. Çocuk gösterilen tepkileri ve şiddeti anlamlandıramamakta, makul bir sebep bulamamaktadır. Bu da kendini suçlama, kendi ve insanlar hakkında olumsuz düşünmeyi tetiklemektedir. Sonuç olarak, bu durum kusurluluk, karamsarlık ve cezalandırıcılık şemalarının oluşumuna ve/veya gelişmesine sebep olmaktadır.

Şema yaklaşımına göre, cezalandırıcılık şeması, insanların hata yapmamaları için sert bir şekilde cezalandırılması gerektiği inancını ifade eder. Bu şemaya sahip bireyler kendilerinin veya başkalarının hatalarını affetmede zorluk yaşamaktadırlar. Genellikle ebeveynler, çocukları hata yaptığında suçlayarak, cezalandırarak veya sözlü tacizde bulunarak bu olumsuz şemayı şekillendirmeye katkıda bulunmaktadırlar. Eğer baba çok eleştirir ve cezalandırırsa veya sözlü olarak taciz ederse, bu çocuklarda cezalandırıcılık şemasını oluşturmaya neden olmaktadır (Nia, Soyani ve Forooshani, 2014).

Uyumsuz şemalara sahip katılımcıların şiddet uygulayan, duygu düzenleme kapasitesi zayıf babaların çocukları olmaları, bu şekilde ilişki kuran babalar ile ilgili yapılan çalışmaları destekler niteliktedir. Boylamsal bir çalışmada, Lansford ve arkadaşları (2002), erken dönemde karşılaşılan fiziksel kötü muamelenin ergenlik döneminde psikolojik ve davranışsal problemlere neden olduğunu bulmuştur. Erken dönemde şiddet gören çocukların üniversiteye gitme olasılığı daha düşüktür; bu çocuklarda yüksek düzeyde saldırganlık, kaygı, depresyon, sosyal problemler, travma sonrası stres bozukluğu belirtileri, düşünce sorunları ve sosyal geri çekilme görülmektedir.

Babalarla ilgili ortaya çıkan bir diğer tema, travmatik yaşantıya sahip olmalarıdır. Katılımcılar, babalarının hayatlarında zorluklar yaşadığından, ailelerinden fiziksel şiddet gördüklerinden, maddi sıkıntılar yaşadıklarından ve duygusal olarak zorlayıcı durumlarda bulunmalarından bahsetmişlerdir. Gelişimsel ve çoklu travma yaşayanların duygu düzenleme problemlerinin olduğu, duygularını düzenleyemedikleri, şiddet eğilimi gösterdikleri bilinmektedir (van der Kolk, 1996; van der Kolk, Roth, Pelcovitz, Sunday ve Spinazzola, 2005). Duygularını düzenleyemeyen ebeveyn, bir çocuğun yükünü ve sıkıntısını kaldırabilecek gücü bulamayarak, hem kendi sorunları hem de çocuklarının sorunları altında ezilmiş hissetmektedir. Bu durumda da sorunlarla öğrendiği ve ona uygulandığı şekilde şiddet ve baskı yöntemleri kullanarak baş etmeye çalışmaktadır. Uyumsuz şemaları yoğun olan bireylerin babalarının travma yaşamaları ve aynı zamanda duygularını düzenleyememeleri bu savları doğrular niteliktedir.

Duygu düzenleme aynı zamanda bağlanma ilişkisinde kilit bir mekanizmadır. Ebeveynin birincil görevi, çocuğunun duygusal deneyimlerini anlamayı ve farklılaştırmayı öğrenmesine yardımcı olmaktır ve bu süreç, çocuğun yaşam boyu duygu düzenleme kapasitelerinin temelini oluşturur (Hien, Cohen, Caldeira, Flom ve Wasserman, 2010). Kendi duygu düzenleme mekanizması gelişmemiş ebeveyn bunu çocuğuyla kurduğu ilişkide de düzenleyemez, ona duygularıyla baş etmeyi yansıtamaz, öğretmez.

Çalışmalar, duygu düzenleme kapasitesi zayıf olan ebeveynlerin çocuklarına zarar verme riskinin daha yüksek olduğunu göstermektedir (Finzi- Dotta ve Harel, 2014). Böylece, travma öyküsü olan ebeveynlerde duygu düzenleme eksiklikleri ebeveynliğin doğal sürecini bozarak karşılaşılan zorluklarla baş edememe ve şiddet gösterme ile sonuçlanmaktadır. Ayrıca, bir aile içinde şiddet yaşandığında, çocukluk istismarının etkilerinin nesiller boyunca devam etmesi gibi bu şiddet genellikle bir nesilden diğerine

geçmektedir. Çocukluk döneminde istismara uğrayan insanların ebeveyn olarak istismarcı olma oranı daha yüksek olduğu ve doğrudan bir aktarım olduğu bilinmektedir (Widom, 1989). Böylece, çalışmadaki örneklerde de açık bir şekilde görüldüğü gibi olumsuzlukların, şemaların, travmaların ve psikopatolojinin aktarımı devam etmektedir.

Erken dönem uyumsuz şemalar ve psikopatoloji arasındaki ilişki düşünüldüğünde, kişilerin babaları hakkındaki ifadelerinin ve ortaya çıkan temaların baba-çocuk ilişkisinin psikopatolojiye etkilerini inceleyen araştırmalarla da tutarlı olduğu görülmektedir (Barker, Iles ve Ramchandani, 2017; Kane ve Garber, 2004; Parent, Forehand, Pomerantz, Peisch ve Seehuus, 2017). Babalar çocuklarının olumsuz şema ve psikopatoloji geliştirmelerine kendi psikopatolojileri nedeniyle ve/veya uyguladıkları ebeveynlik stilleri ile neden olmaktadır (Ge, Natsuaki, Neiderhiser ve Reiss, 2009; Ramchandani ve Psychogiou, 2009). Çalışmada da travma yaşayan, duygu düzenleme kapasitesi zayıf babaların hem ebeveynlik stillerinin, hem de kendi sahip oldukları psikopatolojinin çocuklarının şema oluşumuna direkt olarak etki ettiği düşünülmektedir.

Şema puanları yüksek olan bireylerin babaları ile ilgili ortaya çıkan bir başka önemli bulgu, babaların fiziksel olarak evde olmamaları veya evde olsalar bile ilişki kuramadıkları için çocuklarının gözlerinde yokmuş gibi olmalarıdır.

Çocuğun duygusal olarak güvende ve değerli hissetmesi ve sağlıklı bilişsel gelişimi için baba ile aynı ortamda bir arada bulunması, vakit geçirmesi ve ilişki kurması oldukça önemlidir (Fabricius ve Braver, 2003; Sarkadi, Kristiansson, Oberklaid ve Bremberg, 2008). Yapılan birçok çalışma babanın evde olmadığı ailelerde büyüyen çocuklarla ilgili olumsuz sonuçları ortaya koymuştur. Baba evde olmadan büyüyen çocuklarda bilişsel, sosyal ve duygusal işlevselliklerde sıkıntı (Amato ve Gilbreth, 1999; Magnuson ve Berger, 2009; McLanahan, Tach ve Schneider, 2013), daha yüksek düzeyde saldırganlık (Osborne ve McLanahan, 2007); suç işleme ve madde bağımlılığına yatkınlık gözlenmiştir (Barton, Kogan ve Brown, 2015; Harper ve McLanahan, 2004; Pellerone, Craparo ve Tornabuoni, 2016). Çalışmamız sonucunda elde edilen temaya göre, erken dönem uyumsuz şemalarının yüksek olması da babanın yokluğunun doğurduğu başka bir olumsuz sonuç olarak eklenebilir. Fakat, sadece babanın evde olmaması çocukların bilişsel ve sosyal sorunlar yaşamaları için başlı başına etkili değildir, eğer baba evde değilse ama yine de çocukla kaliteli bir ilişki kurabiliyorsa bu sorunların daha az olduğu görülmüştür (King ve Sobolewski, 2006; Krampe, 2009).

Çalışmada katılımcılar genellikle babalarının evde olmamalarını farklı şehirde ya da yurtdışında çalışmalarına bağlamışlardır; fakat uzakta çalışmak ilişki ve yakınlık kurmaya engel değildir. Bulgularda verilen örnekler bakıldığında, aslında babaların ilişki kuramadıkları, çocukların da zihinlerinde babalarının ilişki kuramamasının nedenini uzakta olmalarına bağlayarak bu durumu kendilerine açıkladıkları görülmektedir. Ayrıca, bu nedeni de bulamayan, babaları evde olmalarına rağmen ilişki kurmayan katılımcı örnekleri bulunmaktadır. Bu örnekler belirsiz kayıp teması altına alınmış ve bu şekilde adlandırılmıştır. Bu kavram literatürde sevilen ve ilişki kurulan kişinin fiziksel olarak bulunmasına rağmen duygusal olarak orada olmadığı durumlar için kullanılmaktadır (Boss, 2004). Kişi fiziksel olarak görünür durumdadır; fakat duygusal ve psikolojik olarak ilişki kurmamakta, karşı tarafın beklentilerine cevap verememektedir. Bu durum beklentide olan taraf için oldukça yıkıcı, yıpratıcı ve travmatiktir (Boss, 2010). Kişi ölmediğinden, fiziksel olarak orda olduğundan karşı tarafta sürekli bir beklenti ve değişim arzusu devam etmektedir (Boss, 1999). Bu beklenti de hem sevmeye hem nefret etmeye gibi çelişkili duyguların oluşumunu tetiklemektedir (Boss ve Kaplan, 2003). Katılımcıların bahsettikleri baba örnekleri de bu duruma benzerlik göstermektedir. Bir çocuk olarak babadan sevgi, ilgi, babalık görevlerini yapmasını beklemekte fakat beklentilerine karşılık bulamamaktadırlar. Bu durum da baba ile ilgili ikircikli duygulara neden olmaktadır. Katılımcılar bu çelişki ve ikircikli duyguyu yaşamının zorluğuyla baş edebilmek için babalarının ölmüş olmasını dilediklerini ifade etmişlerdir. Bu ifade de yaşanan ilişkinin nedensel zorlayıcı olduğunu açık bir şekilde göstermektedir.

Yapılan çalışmalara bakıldığında, çocuğun sağlığı ve gelişimi için temel olan baba ile sıcak bir bağ kurmak, onun desteğini varlığını hissetmektir. Sevgi içeren, sıcak ve yakın bir duygusal ilişkinin, çocuğun babasının var olduğunu ve onun yanında olduğunu hissetmesi için yeterli olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Krampe ve Newton, 2006). Baba ile kaliteli vakit geçiren ve babanın ihtiyaçlarına yanıt verdiği çocukların diğerlerine göre daha güvenli, uyumlu ve başarılı olduğu ortaya konmuştur (Amato ve Gilbreth, 1999; Videon 2005). Öte yandan, babanın varlığı düşmanlık, şiddet, sevgisizlik gibi unsurlar ile özdeşleşmiş ve korku temelli bir baba algısı var ise, psikolojik gelişim olumsuz etkilenmektedir (Krampe, 2009). Çalışmamıza katılan bireylerin ifadelerine bakıldığında bir tane bile olumlu ve güvenli baba algısı ve figürü bulunmamaktadır. Uyumsuz şemalara sahip tüm katılımcıların babaları ile ilgili olumsuz yargılara sahip olmaları, babaların yokluğundan, şiddet göstermelerinden ve yetersiz duygusal ilişkilerinden bahsetmeleri nedeniyle,

olumsuz baba figürünün ve algısının şema oluşumunu doğrudan etkilediği düşünülmektedir. Bu konuda, baba ilişkisi ve uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı sayıda çalışma da bu savı destekler niteliktedir. Monirpoor, Gholamyzarch, Tamaddonfard, Khoosfi ve Ganjali (2012) yaptıkları çalışmada; babanın gösterdiği ilgi, verdiği bakım, babanın çocuk yetiştirmeye olan katkısı, çocukla olumlu bir bağ ve etkili bir ilişki kurması değişkenlerinin tüm erken dönem uyumsuz şema alanları ile negatif ilişki içinde olduğunu; babanın aşırı desteğinin ise tüm erken dönem uyumsuz şema alanları ile pozitif ilişki içinde olduğunu göstermişlerdir.

Çalışmamızda katılımcıların şema alanları ayrı bir şekilde değerlendirilmemiş, sadece uyumsuz şema puanının yüksek olmasına dikkat edilmiştir. Bu nedenle ayrı ayrı şema alanları ile ilgili detaylı yorum yapılamamakla beraber, şemaların bağlantılı olduğu konularla ilgili fikir yürütülerek, hangi şema alanını tetiklediği öngörülebilmektedir. Örneğin, babanın uzakta olmasının, evde olsa bile güvensiz bir algı yaratmasının çocuklarda güvensizlik ve terk edilme şemalarını oluşturduğu düşünülmektedir. Bunu destekler nitelikte, Nia, Sovani ve Forooshani (2014) sağlıklı babalık tarzının, çocuğa babanın aileyi öngörülemez şekilde terk edebileceği izlenimi verdiğini ve çocukta güvensizlik hissine yol açtığını ifade etmişlerdir.

Çalışmada ortaya çıkan otoriter, sert, ilişki kurmayan baba figürlerinin katılımcıların kabul ve sıcaklık ihtiyaçlarını karşılayamadığı ve bunun da şema oluşumuna katkı sağladığı düşünülmektedir. Batool, Shehzadi, Riaz ve Riaz (2017) sert, cezalandırıcı babalığın çocuklardaki erken dönem uyumsuz şemalarla pozitif ilişki içinde olduğunu bulmuştur. Ayrıca, Gunty ve Buri (2008)'in çalışması da bu düşüncüyü destekler niteliktedir. Yaptıkları çalışmada babanın gösterdiği kabul ve sıcaklık, ayrılma/reddetme ve zedelenmiş özerklik şema alanları ile anlamlı bir şekilde ilişkili bulunmuştur. Eğer çocuk babadan kabul gördüğünü ve baba ile aralarında bir bağ olduğunu hissederse, diğer insanların da onu kabul edeceğini ve onlarla bağ kurabileceğini düşünmektedir. Temel bakım verenlerinden biri olan baba ile bu bağı kuramadığında diğer insanlarla kurması oldukça zorlaşmaktadır.

5.2.2. Anne ile İlgili Temaların Tartışılması

Analiz sonucunda katılımcıların anneleri ile ilgili ortak olarak bahsettikleri temalar şu şekilde oluşturulmuştur: ebeveynlik yetisi gelişmemiş anne, travmatik yaşantıya sahip

olma, pasif/hak aramayan anne ve erken biten çocukluk. Genel olarak katılımcıların anlattıkları değerlendirildiğinde (bknz Tablo 4.2), bazı katılımcıların annelerini pasif, yetersiz olarak tanımladığı bazılarının ise sevgisiz ve ilişki kuramayan olarak tanımladıkları görülmektedir.

Şemaların erken dönemde özellikle annenin çocukla olan diyalogları sonucunda yavaş yavaş çocuğun zihninde içselleştirildiğini kabul edersek (Qualter vd., 2013), şemaların oluşumunu anlamaya çalışırken, çocuğun nasıl bir anneye sahip olduğunu anlamaya çalışmanın da oldukça önemli olduğu ortadadır. Anne kendi varoluşu ve kendi şemaları ile beraber çocuk ile ilişki içinde bulunmaktadır. Kadın anne olduktan sonra da geçmiş yaşantısıyla beraber şemalarında değişim meydana gelmektedir ve çok büyük bir sorumluluk yüklenmektedir. Stern (1995), bebeğin uyku ve beslenme döngülerini düzenleyerek bir annenin bebeğinin erken döneminde dünyasını nasıl organize ettiğini ve bu döngü sırasında kendi dünyasını ve rollerini yeniden gözden geçirdiğini ve düzenlediğini şu şekilde anlatmaktadır:

“Yeniden işleme tabi tutulan şema ağları, annenin kendisini kadın, anne, eş, kariyer yapan kişi, arkadaş, kız, torun olarak yeniden değerlendirmesine neden olmaktadır. Toplumdaki rolü, ailesindeki yeri, yasal statüsü, kendini başkasının yaşamı ve büyümesi için başlıca sorumluluğu olan kişi olarak adayışı, günde 24 saat çağrıda bulunan farklı bir bedenin ihtiyaçlarını karşılayan kişi, bir maceracı, bir yaratıcı, büyük planda bir oyuncu olarak hayatın her alanında rolleri ve sorumlulukları yeniden şekillenmekte ve dönüşmektedir” (s. 24).

Kadının bu yeni hayatına ve anneliğe adapte olabilmesi ve çocuğun ihtiyaçlarını karşılayabilen, güven veren, duygusal gelişimini sağlıklı bir şekilde tamamlamasına yardım eden sağlıklı bir ebeveyn olabilmesi için de kendi psikolojik sağlığının iyi olması önceliklidir.

Katılımcılar anneleri ile ilgili bilgiler verirken ortak olarak güçlü bir şekilde ortaya çıkan temalar erken biten çocukluk, travmatik yaşantıya sahip olma, işlevsiz ebeveynlik ve pasiflik olmuştur. Erken biten çocukluk ve travmatik yaşantıya sahip olma özelliklerinin birleşerek işlevsiz ebeveynlik ve pasifliğe neden olduğu düşünülmektedir. Travmatik yaşantılar, erken ebeveynlik, erken evlilik ve olumsuz yaşam koşulları kadının yeterli ebeveynlik göstermesi için gereken psikolojik sistemi bozmakta, kötü evliliği sonlandırarak sağlıksız ilişki içinden çıkmasını engellemekte, kadını pasifize hale getirmekte ve çocukları ile olan etkileşimini kötüleştirmektedir. Bu sav aşağıda

detaylandırılarak tartışılmıştır.

Erken biten çocukluk temasıyla katılımcıların annelerinin erken yaşta evlilik yapması ve bunun beraberinde erken yaşta çocuk sahibi olarak kendi gençliklerini yaşayamamaları kastedilmiştir. Bununla beraber, verilen örneklerle bakıldığında erken yapılan evlilik içinde eş ilişkilerinde, akraba ilişkilerinde de problemler yaşadıkları görülmektedir. Genç yaşlarda yapılan evliliklerde çiftler sorunları daha ağır bir şekilde tecrübe etmektedirler çünkü yaşam becerileri tam gelişmediği için çocuk ve eşle ilgili sorumlulukları yüklenme ve uyum sağlamada zorluk yaşamaktadırlar (Cherlin, 1977). Erken evlilik beraberinde erken yaşta anne olmayı ve çocuk yetiştirme sorumluluğunu getirmektedir. Erken yaşta evlenen kadınlar genellikle eğitimini ve kişisel gelişimini tamamlayamamış olduğundan anne olarak uygun tepkileri vermede zorluk yaşamaktadırlar (Singh ve Samara, 1996; Barclay, Everitt, Rogan, Schmied ve Wyllie, 1997). Bu bulgular da bizim çalışmamızda katılımcıların anlattıkları işlevsiz ebeveynlik gösteren anne figürleri ile tutarlılık göstermektedir. Erken yaşta yapılan evlilik nedeniyle eğitimini tamamlayamamış, ekonomik gücü olmayan, bununla beraber erken yaşta anne olan kadınların yıpratıcı olan evlilik ilişkisi içinden de çıkamadıkları görülmektedir. Bu durum psikolojik sağlıklarını bozarak çocuklarla olan ilişkilerini de direkt olarak etkilemektedir (Boden, Fergusson ve Horwood, 2008).

Bir başka tema, annelerin travmatik yaşantılara sahip olmasıdır. Katılımcıların ebeveynleri ile yaşadıkları travmaların aslında anne ve babanın travmatik geçmişleri ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Araştırmalar travma sonrası stres bozukluğu yaşayan ebeveynlerin travma sonrası stres bozukluğu olmayan ebeveynlere kıyasla daha fazla aile içi şiddet, daha düşük ebeveynlik doyumu, daha kötü ebeveyn-çocuk ilişkileri ve daha büyük davranış problemleri de dahil olmak üzere birden fazla sorun bildirdiklerini göstermektedir (Lauterbach vd., 2007). Travma yaşantısının getirdiği sorunlar annelerin ebeveyn-çocuk etkileşimlerinde çocuğun davranışlarını yönetmek için gereken tepkileri verememesine neden olmaktadır. Travma yaşayan annelerin disiplin vermeleri ve kural koymaları gereken durumlarda bunu gerçekleştiremedikleri ve gevşek ebeveynlik davranışları gösterdikleri ortaya konmuştur. Bununla beraber, travma geçmişi olan anneler, duygusal olarak rahatsız edici çocuk davranışlarını olabildiğince çabuk bastırmak için çocuklarla daha düşmanca bir şekilde etkileşime girmektedirler (Franz, 2018). Benzer şekilde, travma yaşayan annelerin yapılandırılmamış oyun esnasında daha duyarsız ve

düşmanca ebeveynlik davranışları gösterdiği görülmüştür (van Ee, Kleber ve Mooren, 2012). Mevcut çalışmada da bazı katılımcılar annenin verdiği uygunsuz ve sert cezalardan bahsetmişlerdir. Annenin travmatik yaşantılara sahip olması ile saldırganlık ve cezalandırıcılık arasında önemli bir ilişki olduğundan; bu travmatik yaşantıların ebeveynliği etkilediği öngörülmektedir. Annenin cezalandırıcı olması anne travması ile çocuğun travmaya maruz kalması arasındaki ilişkiye aracılık eden tek ebeveynlik değişkeni olarak bulunmuştur (Dreyer, 2018). Bu nedenle, çalışmamızda da ortaya çıkan annenin cezalandırıcılığının, katılımcıların uyumsuz şema gelişimine etkisi olduğu düşünülmektedir.

Annelerin travmatik yaşantılarının çocuğun gelişimini olumsuz etkilediğini gösteren birçok çalışma bulunmaktadır. Travmatik yaşantıya sahip annelerin kendileri ve dünya ile ilgili görüşü genellikle negatiftir. Hammen, Hazel, Brennan ve Najman (2012) yaptıkları çalışmada çocukların benlik, dünya ve geleceğe dair görüşlerinin annelerinkine ile bağlantılı olduğunu bulmuşlardır. Annenin ve çocukların bilişleri arasında olumsuz olaylara olan atıfları açısından pozitif bir ilişki vardır. Bu da benzer patolojilere sahip olmalarını beraberinde getirmektedir. Örneğin, annenin depresyon tanısı almış olmasının genç erişkinlerde depresyon nüksü, kronikliği ve şiddeti ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Rohde, Lewinsohn, Klein ve Seeley, 2005). Benzer şekilde, annelerinde intihar geçmişi olan ergenlerin yaşitlarına kıyasla, daha fazla intihar girişimi olduğunu belirtilmiştir (Lieb, Bronisch, Hofler, Schreier ve Wittchen, 2005). Bu da annenin olumsuz bilişlerinin ve şemalarının çocuğa aktarılması ile annenin depresyon, kaygı gibi psikopatolojisinin çocuğu nasıl etkilediğini açıklamaktadır.

Annenin ve çocuğun şemaları arasında bulunan doğrudan ilişki muhtemelen özdeşleşme veya seçici içselleştirme kavramları ile tutarlıdır. Bazı çalışmalar seçici içselleştirme yoluyla ebeveynlerin özellikle annelerin bilişlerinin veya işlevsiz tutumlarının çocuğun bilişlerini, davranışlarını, tutumlarını ve psikolojik sağlığını etkilediğini göstermektedir (Alloy vd., 2001; Garber ve Flynn, 2001). Örneğin, güvensizlik ve eksiklik şeması olan bir anne çocuğunu kendisinin de değersiz biri olduğuna inandırmaktadır.

Çalışmamızda bahsedilen annelerin yaşantılarının çocukları ile olan ilişkiye etkisiyle ilgili bulgulara benzer olarak, yapılan çalışmalarda da anne ile olan ilişkilerin şemaların oluşumunu etkilediği görülmektedir. Anne ile olumsuz deneyimler ve tatmin edilmeyen temel duygusal ihtiyaçlar nedeniyle oluşan ayrılma ve reddetme şemalarının annenin

gösterdiği duygusal istismar ile önemli ölçüde ilişkili olduğu bulunmuştur (Lumley ve Harkness, 2007). Ayrıca, çocukluk istismarı deneyimleri olan ebeveynlerin, çocukluk istismarı geçmişi olmayan kişilere kıyasla kendi çocuklarını kötüye kullanma olasılıkları daha yüksektir. Shainheit ve O'Dougherty-Wright (2012) ihmal etme, kötüye kullanma ve aşırı kontrol etme gibi olumsuz ebeveynlik biçimlerinin erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu da çalışmada anlatılan örnekleri desteklemektedir.

Çocuklukta kötü muameleyle maruz kalan ebeveynlerin, ayrılma ve reddetme ile ilişkili uyumsuz şemalar geliştirdiği düşünülmektedir. Ebeveynlerin şemaları değerlendirilmediğinden çalışmamızın sonucu bu bilgiyi kanıtlar nitelikte olmamakla beraber, yaşadıkları olumsuz hayat öyküsü ve kötü muamele yapmaları sebebiyle katılımcıların ebeveynlerinin bu uyumsuz şemalara sahip olması muhtemeldir. Sonuç olarak, çocuklar annelerine benzer şekilde işlevsiz inanç ve bilişleri geliştirmek için daha savunmasız hale gelmektedirler. Annelerin ayrılma ve reddetme şema alanıyla ilgili şemalarının çocuklarının aynı alandaki şemalarını yordadığı görülmüştür (Zeynel ve Uzer, 2020). Aynı şekilde, Sundag, Zens, Ascone, Thome ve Lincoln (2018) ebeveynlerin erken dönemde oluşan uyumsuz şemalarının çocuklarının şemalarını önemli ölçüde yordadığını bulmuşlardır. Ayrıca, ebeveynlerin başa çıkma tarzı ve ebeveynlik davranışları, kendi şemaları ile çocuklarının şemaları arasındaki ilişkiye aracılık etmiştir. Bu ilişki çocuğun hatırladığı olumsuz ebeveynlik tarafından açıklanmıştır.

Görüldüğü üzere, çalışmada annelerde ortak bulunan özellikler arasında çok sıkı bir ilişki bulunmaktadır. Annenin travma yaşamış olması ebeveyn-çocuk etkileşimleri sırasında güçlü olumsuz duygusal tepkilere yol açmaktadır (Finucane, Dima, Ferreira ve Halvorsen, 2012). Annenin çocuğun uygunsuz davranışına doğru tepkiler vererek etkili ebeveynlik gösterebilmesi için duygu düzenleme becerilerine sahip olması gerektirdiğine inanılmaktadır (Lorber, 2012). Anneler yaşadıklarından ötürü duygu düzenleme becerilerini iyi kullanamamaktadır. Bu da olumsuz ebeveynlik davranışlarına neden olmaktadır.

Çalışmamızda olumsuz ebeveynlik davranışları içinde anlatılan örneklerde annenin ihmal etmesi ve sevgisizliği dikkat çekmektedir. Anne tarafından ihmal edilerek büyütülen çocukların, yetişkin olduklarında depresif oldukları ve kendileri hakkında olumsuz duygular ve bilişler geliştirdikleri bulunmuştur (Ingram ve Ritter, 2000). Ayrıca, bu

çocukların annenin yetiştirme stilinden dolayı olumsuz bir benlik imajına sahip oldukları söylenmiştir (Ingram, 2003). Annelerinin kendilerini umursadığını hisseden yaşlılarına kıyasla, annelerinin kendilerini çok az umursadığını ya da hiç umursamadığını hisseden gençlerin özellikle sağlıksız kilo kontrol davranışlarının, depresyon eğilimlerinin, intihar girişimlerinin yüksek olduğu ve kendilerine olan saygılarının düşük olduğu bulunmuştur (Ackard, Neumark-Sztainer, Story ve Perry, 2006). Beato ve arkadaşlarının (2016) çalışması, ilgisiz anneleri olan çocukların kaygı belirtilerinin daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Yakınlık ve kabul eksikliği nedeniyle, çocukların alışık olmadıkları durumlarla karşı karşıya kaldıklarında güvensiz ve çaresiz hissetme eğiliminde olduğunu belirtmişlerdir. Bir çocuk ihmalkar bir anne tarafından büyütülüyorsa, annenin bakım ve sevgi vermemesini bunları almaya değer olmadığı düşüncesi ile açıklamaktadır. Annenin kendisine karşı olan tutum ve davranışlarını içselleştirmektedir. Bu da duygusal yoksunluk, kusurluluk ve güvensizlik şemalarını içeren ayrılma ve reddetme şema alanı ile direkt olarak bağlantılıdır.

Anneleri ile ilgili katılımcıların ortak olarak şikayetçi olduğu ve annelerini tanımlarken kullandıkları bir başka özellik pasif olmaları şeklinde tanımlanmıştır. Annelerin özellikle baba ile olan sıkıntılı ilişkide kalma ve çocuğunun, kendinin hakkını savunacak ego gücüne sahip olmamasının bireylerin şemalarını etkilediği düşünülmektedir.

Ebeveyni modelleme argümanına (Karlsson, Temple, Weston ve Le, 2016) göre, evde annenin baba tarafından ezildiğini ve saldırıya uğradığını gözlemleyen çocuklar, annenin bu rolünü zihinlerinde daha kolay kabullenebilmekte ve buna uygun şemaları geliştirebilmektedirler. Yakın duygusal ilişkide şiddete maruz kalan kadın mağdurlarla yapılan araştırmalar, mağdur olma deneyiminin, özellikle kişilerin özgüven ve başkaları tarafından reddedilme ve istismar edilme duyguları ile ilgili şemaları oluşturduğunu göstermektedir (Calvete, Estévez ve Corral, 2007). İstismar edilen annelerde kopukluk ve reddedilme şemaları daha yoğun bir şekilde görülmektedir ve çocukların da içselleştirme yoluyla annelerinde oluşan bu şemaları alma olasılığı yüksektir.

Katılımcıların anlattıkları değerlendirildiğinde; annenin baba ve çocuk arasında daha işlevsel bir rolü olması beklenirken, annelerin daha pasif kaldığı, babanın şiddetine ve baskısına karşı hem kendilerini hem de çocuklarını koruyucu bir görev üstlenemediği gözlenmiştir. Anneler, baba-çocuk arasında ilişkiyi kolaylaştırıcı ya da önleyici görevi üstlenen kişilerdir. Anne, babayı sever, ona kendini yakın hisseder ve ona saygı duyarsa,

çocuk da anne tarafından eleştirilme korkusu olmadan babaya yaklaşp onu sevmektedir (Krampe, 2009). Verilen örneklerde anne baba arasındaki sevgi ilişkisinin olmayışının yanı sıra, annenin ego gücünün yüksek olmaması, haklarını koruyamaması ve ezilmesi söz konusudur. Bu yaşadığı hayatı değiştirme ile ilgili bir kararı olmadığından ya da şartları nedeniyle bu değişimi gerçekleştiremediğinden çocukların da bu örneği görerek, annelerinin diğeri yönelimlilik şemasından etkilendiği düşünülmektedir. Annenin diğeri yönelimlilik şeması ile çocuğun sağlıklı gelişmemiş benliği arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Moghadam, Quchan ve Shomia, 2018). Türkiyede yapılan bir çalışmada (Nilüfer, 2016) hem anne hem de babanın olumsuz ebeveynlik biçimleri kopukluk, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şemaları ile ilişkili bulunurken; sadece annenin ebeveynlik biçimleri, diğeri yönelimlilik şemasıyla ilişkili bulunmuştur. Bu da annenin pasifliğinin çocuğu etkilediğini açıklar niteliktedir.

5.3 Aile Dışı Olumsuz Yaşantılar

Şema puanları yüksek bulunan katılımcılara onları en çok etkileyen olayların ne olduğu sorulmuştur. Anne babalarıyla olan ilişkileri ve aile içi ilişkiler dışında bu soruya verilen ortak yanıtlar aile dışı olumsuz yaşantılar teması altına toplanmıştır. Bu yaşantılar, sevdikleri birinin vefatına şahit olma, taşınma, olumsuz okul yaşantıları ve maddi sıkıntılar olarak listelenmiştir. Yaşamış oldukları bu olumsuz tecrübelerin katılımcıların psikolojileri üzerine olumsuz etkileri olsa da, bu olayların direkt olarak şema oluşumuna neden olduğu düşünülmemektedir. Bu yaşantıların anne babaları ile olan ilişkide doyum sağlayamadıkları, aile içinde güvenli hissedemedikleri ve sağlam bir destek mekanizmaları olmadığı için katılımcıları çok daha fazla etkilediği öngörülmektedir. Bu yaşantıların halihazırda bulunan yaşam ve kendileriyle ilgili olumsuz düşünceleri tetikleyerek pekiştirmiş olabileceği ve olumsuz şemaların oluşumunu etkileyebileceği fikri yürütülmektedir. Bu bulgu alanyazın tarafından da desteklenmektedir. Aile ile iyi ilişkileri olanların olumsuz hayat olaylarından ve problemlerden çok daha az etkilendiği bulunmuştur (Zhou vd., 2008). Zeynel ve Uzer (2020)'in çalışması da olumsuz çocukluk deneyimlerinin baba ile olan ilişkinin bozuk olduğu durumlarda şema kazanımı üzerinde etkisi olduğunu ortaya koymuştur.

Kişilerin psikolojik sağlamlığı, taşınma, kayıp, maddi sıkıntılar ve olumsuz okul yaşantıları gibi durumlarda koruyucu faktör olarak devreye girmektedir ve kişiye bu olumsuzlukları içeren hayatına uyum sağlamasına yardımcı olmaktadır (Karairmak, 2016).

Eğer psikolojik sağlamlık zayıfsa yaşanan her olumsuz olay çok daha büyük yaralara sebep olmaktadır. Çalışmamızda verilen örneklerle bakıldığında aile ile olan sıkıntıların, sağlıklı ilişkilerin içinde katılımcıların bu yaşam olayları ile başedemedikleri görülmektedir.

Bowlby (1990), erken dönemde yaşanan sorunların devam eden etkisini vurgulayarak, “olumsuz bir deneyimi olan kişinin başka bir olumsuz deneyim yaşama olasılığının diğer insanlara göre daha fazla olduğunu” ortaya koymuştur (s. 36). Erken dönem olumsuz şemalar olumsuz bakış açısı ve psikolojik dayanıksızlığa zemin hazırlayarak diğer yaşam olaylarını da olumsuza çevirebilmektedir. Bu nedenle, bu çalışmada da olumsuz yaşantıları olan ve erken dönem şemaları yoğun olan kişilerin maddi sıkıntılar, taşınma gibi çoğu kişinin hayatında tecrübe ettiği ve çok etkilenmediği deneyimlerden ortak olarak çok olumsuz etkilendikleri görülmektedir.

Özet olarak, bu çalışmada erken dönem uyumsuz şemaları yoğun olan bireylerle yapılan birebir görüşmeler sonucunda bu bireylerin, anne ve baba arasındaki olumsuz ilişkiden etkilendikleri, anne ve babaları ile ilgili kurdukları ilişkilerin sağlıklı olduğu ve destek mekanizmaları olmamasından dolayı yaşadıkları olumsuz vakalarla baş etmede oldukça zorlandıkları sonuçlarına ulaşılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda doğrudan ya da dolaylı olarak aile içindeki ortamın, anne ve baba arasındaki ilişkinin, anne ve baba ile olan birebir ilişkilerin, anne ve babanın ebeveynlik stillerinin, duygu düzenlemelerinin ve psikopatolojilerinin, travmatik geçmişlerinin çocuklarının şema oluşumunda etkisi olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların anne ve babalarına dair paylaşımları incelendiğinde, anne ya da babanın herhangi birinin sağlıklı olmadığı görülmektedir. Bu durumda katılımcıların psikolojik sağlıklarını koruyacak bir kurtarıcı figür olmaması dikkat çekmektedir. Çocuk herhangi bir ebeveyn ile sağlıklı ilişki kurabilirse zamanla diğer sağlıklı ilişkiyi bertaraf etme şansı söz konusu olabilmektedir. Örneğin anne ile kurulan destekleyici ilişki, bir kişinin babasıyla destekleyici olmayan ilişkisine karşı tampon etkisi yaratarak bireyi güçlendirebilmektedir. Fakat şemaları yoğun olan bireylerin yapılan görüşmelerde anlattıkları çerçevesinde kurtarıcı bir ebeveynin olmadığı ortadadır. Ayrıca, anne babaları arasındaki ilişkilerin de oldukça bozuk olması yani üçüncü ebeveynin de olumsuz etkisi çocuk için hiçbir açık kapı bırakmamaktadır. Anne ve babaların ebeveynlik tarzlarının birbiri ile ilişkili olduğu düşünüldüğünde, anne baba ebeveynliği arasındaki ilişkinin anne ve babanın her birinin çocukla ayrı ayrı ilişkide olmasından daha da büyük bir etkiyi çocuk

üzerinde bıraktığı söylenmektedir. Bu çatışmalı ve bozuk ilişkiye rağmen bir katılımcı hariç hepsinin anne babalarının evliliğe devam ettiği görülmektedir. Çocuğun sadakatsizlik ve fiziksel şiddete rağmen bu yapının devam ettiğine şahit olması şema kazanımı yönünden olumsuz olan tabloyu daha da olumsuzlaştırmaktadır. Tüm bunlar düşünüldüğünde, çalışmanın şema oluşumlarına zemin hazırlayan erken dönem yaşantılarını kapsamlı bir şekilde ortaya koyduğu görülmektedir. Ortaya çıkan temalar birbirleriyle bağlantılı olarak çocukluğunda bireyi etkileyen temel olaylardan oluşmaktadır. Bu doğrultuda, çalışmanın şema oluşumu ile ilgili kaynakları bulma, bunları alanyazın ile destekleme ve alıntılar ile somutlaştırma alanlarında güçlü olduğu ve alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

5.4. Öneriler

Çalışmanın bulguları ve tartışma kısmı değerlendirilerek, çalışmada ele alınamayan konular, sınırlılıklar ve ileride yapılacak olan çalışmalar ve uygulamalar için öneriler bu bölüm altında toplanmıştır.

➤ Çalışma, erken dönem uyumsuz şemaların oluşumuna neden olan çocukluk dönemindeki ortam ve ortak yaşantıları incelemeyi amaçlamıştır. Bu amaç doğrultusunda oluşturulan sorularda anne, baba, ev ortamı, travmatik, çocuğu etkileyen yaşantılar gibi faktörler değerlendirilmiştir. Şema oluşumu ile ilgili faktörlerden biri de mizaç olarak belirtilmiştir. Young'ın modeli (2003), bir çocuğun mizacının şemaların ve psikopatolojinin gelişiminde ebeveynlik ile etkileşimli bir rol oynayarak oldukça önemli olduğunu öne sürmektedir ancak bu yapı şema literatürü boyunca çok az ilgi görmüştür. Çalışmada da bu faktör incelenmek istenmiş; mizaçlarını anlamak için nasıl bir çocuk oldukları sorulmuş; fakat bu konuyla ilgili katılımcıların verdikleri yanıtlar doğrultusunda kişilik özellikleri sınıflandırılmamış, ortak noktalar bulunamamış ve anlamlı bir tema ortaya çıkmamıştır. Bu nedenle, çalışmanın mizaç faktörü ve şema oluşumuna etkisi ile ilgili bir açıklaması bulunmamaktadır. Bu faktörün de diğerleri gibi önemli olduğu düşünüldüğünde kişinin doğuştan getirdiği mizaç özelliklerinin erken dönem uyumsuz şemaların oluşumu üzerine etkisini anlamaya yönelik çalışmalar yapılmasının önemli olduğu ve şema teorisine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

➤ Şema oluşumunu etkileyen fakat çalışmada ortaya çıkmayan bir diğer faktör, iyi olanın fazla verilmesidir. Yapılan görüşmelerde anne ve baba

ile ilgili bu tarz bir sağlıklı ebeveynlik stiline rastlanmamıştır. Çalışmada anlatılan ebeveynlerin neredeyse hepsi çocuğun temel ihtiyaçlarını karşılayamamıştır ve şemalar, bu temel ihtiyaçların karşılanmaması, iyi olanın az verilmesi ve travma üzerine kuruludur. İyi olanın fazla verilmesi ve aşırı korumacılık faktörlerinin şemalarla ilişkisinin incelenmesi için yapılacak olan çalışmalar, zedelenmiş özerklik, zedelenmiş sınırlar gibi alanlarda yüksek puan almış kişilere ulaşarak yapıldığında iyi olanın fazla verilmesi ve ayırışamama gibi yaşantılara daha kolay ortaya çıkacağı düşünülmektedir. Çalışmamızda kişiler şema alanlarına göre seçilmemiş, genel olarak tüm şema alanlarından yüksek puan alan bireyler sıralanarak görüşmeye çağırılmıştır. Bu nedenle, özel olarak şema alanlarının oluşumuna neden olan olaylar detaylandırılmamıştır. Gelecek çalışmalarda her bir şema alanıyla ilgili ayrı çalışmalar yapılarak daha detaylı spesifik bilgilere ulaşılabileceği öngörülmektedir.

➤ Bu çalışmada yapılamayan ve gelecek çalışmalarda ele alınmasının önemli olduğu düşünülen bir diğer konu anne ve babaların psikolojik değerlendirmeleri ve şemalarının tanımlanmasıdır. Mevcut çalışmada sadece katılımcıların verdikleri bilgiler üzerinden baba ve anne ile ilgili özellikler belirlenmiştir. Anne ve babalara ulaşılmış ve onların şemaları ve psikolojik sağlıkları değerlendirilmiş olsaydı, çok daha net ve kesin bilgilerin ve bağlantıların sunulabileceği düşünülmektedir. Aynı zamanda, şemaların aktarımı ile ilgili oldukça az çalışma mevcuttur (Sundag vd., 2018). Şema aktarımı (şemaların anne babadan çocuğa geçişi) ile ilgili detaylı bir açıklama yapılabilmesi için anne ve babanın da şemalarının değerlendirilmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Anne ve babadan olan aktarımın yanı sıra aynı mekanizmanın önceki nesillerde (büyükanne-büyükbaba) olup olmadığını araştırmanın da önemli olduğu düşünülmektedir. Babanın kendi babasıyla annenin kendi annesiyle olan ilişkisi sorgulanarak döngüye ulaşılabilir. Böyle bir döngünün bulunması ve tanımlanması, şemaların nesilden nesile iletimi hakkındaki bilgilere katkıda bulunacaktır ve uyumsuz döngüye sahip olan bireyin belirlenmesine, gelecek nesline olabilecek muhtemel aktarımın tahmin edilip önlenmesine yardımcı olacaktır.

➤ Çalışmamızda ortak olarak yaşanan bir tecrübe olarak, aile içi şiddete şahit olmanın şemalara etkisi olduğu öngörülmektedir. Bu konu ile ilgili daha detaylı nitel ve nicel çalışmalara ihtiyaç olduğu; çocuğa yapılan istismarın

bir türü olarak anne baba ilişkisinin incelenmesi gerektiği düşünülmektedir. Bunun yanı sıra, kişilerin sahip oldukları yakın ilişkiler mevcut çalışmada incelenememiştir. Bu ilişkiler de incelenerek şiddet eğilimi ya da riski olup olmadığı aynı zamanda kişilerin şemalarının yakın ilişkileri nasıl etkilediği yapılacak çalışmalar için önerilen konular arasındadır.

➤ Görüşmeler esnasında katılımcıların az sayıda olan olumlu anılarından da bahsettikleri görülmüştür. Olumsuz yaşantıların çok yoğun olduğu durumlarda dahi bu anıların hatırlanması dikkat çekicidir. Klinik deneyimler sonucu araştırmalar, tekrarlanan istismar ve/veya ihmal durumlarından sonra bile, çocukların ebeveynlerine karşı tutumlarının özellikle erken yaşlarda çoğunlukla olumlu, affedici ve itaatkar olduğunu belirtmişlerdir. (Basso vd., 2019). Çocuklarda kendi içlerinde anne ve babayla ilgili ikircikli duygular arasında uzlaşma yapmaya özel bir ihtiyaç olduğu görülmektedir. Bu ihtiyaç araştırmada olumlu yaşantılarla ilgili sorulara gelen cevapların içerdiği mutlu anlarda ve küçük mutluluklarda görülmektedir. Tema oluşturacak şekilde her katılımcıdan aynı yaşantı gelmesede olumlu anıları sorulduğunda hemen hemen hepsinin anne ve babalarıyla ilgili çok küçük ama mutlu anıları olduğu (oyun oynamak, dışarı çıkmak, yiyecek ve kıyafet almak gibi) ve yıllar sonra bile bu anıları hatırladıkları görülmektedir. Buradan yola çıkarak, yaşanan anda çocuk önemsemiyor veya farkında değil gibi gözükse de, anne ve babanın yaptığı en ufak bir olumlu davranışın aslında çocukların gözünde ne kadar önemli olduğu ve yıllar sonra bile çok kısa süren ve sıradan olabilecek anıları detaylı bir şekilde hatırlayarak tasvir ettikleri görülmüştür. Buradan yola çıkarak, olumlu yaşantılara odaklanan çalışmalar yapmanın, küçük mutlu anları yakalamanın ve kişilerin koruyucu yaşantılarına odaklanmanın oldukça önemli olduğu düşünülmektedir. Bu olumlu anılar ve yaşantıların etkisini ortaya koyarak, koruyucu faktörleri geliştirerek önleme ve tedavi alanına katkı sağlanmalıdır.

➤ Şema terapi, şema teorisinin etkili bir uygulama alanıdır. Bu nedenle teori ve şema oluşumunun açıklanması hakkında ortaya çıkan tüm bilgilerin, sonuçların dolaylı ya da doğrudan danışmanlık, uygulama ve klinik ortama aktarılması mümkündür. Çalışmamızda ortaya çıkan aile özellikleri, anne ve babaların ebeveynlik stilleri, anne baba arasındaki ilişkinin çocuğa olan etkisi ile ilgili bulguların danışmanlık alanında ve klinik uygulamalarda

kavramsallaştırma ve müdahale noktasında katkı sağlayacağı ve faydalı olacağı düşünülmektedir.

➤ Şema terapide amaç, çocukluk döneminde karşılanmamış ihtiyaçlara sahip olan bireylere yeniden ebeveynlik yaparak ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlamaktır. Danışman bunu empatik yüzleştirmelerle yapmalıdır. Çalışmamız, danışmanlara olumsuz şemaları yüksek olan bireylerin yaşadıkları ve aile yapıları hakkında detaylı bilgi vermektedir. Bu anlamda, çalışmada ortaya çıkan bilgilerin, ebeveynlerin davranış örüntülerini ve aile içindeki uygun olmayan döngüleri anlamak için danışmanlara bir anlayış kazandırabileceği düşünülmektedir.

➤ Çalışma erken yaşlarda yaşanan olayları detaylıca ele almıştır ve ortak olarak yaşananları gruplandırmıştır. Çalışmada ortak olarak ortaya çıkan yaşantıların danışanların hayatlarında olup olmadığının kontrol edilmesinin, danışmanlara vaka değerlendirmede, kavramsallaştırma ve formülasyon yaparken katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

➤ Çalışma anne ve babaların çocuklar üzerindeki etkisini açık bir şekilde ortaya koymuştur. Ailelerin eğitilmesi ve bilgilendirilmesi anlamında çalışmada ortaya çıkan bulgular eğitimciler ve danışmanlar tarafından değerlendirilebilir. Aile ile ilgili yapılan bilgilendirme toplantılarına ve eğitimlere babaların katılım oranının oldukça düşük olduğu gözlenmiştir (Barker, Iles ve Ramchandani, 2017). Bu çalışmada da babanın fiziksel ve aynı zamanda duygusal olarak bulunmasının önemi bir kez daha ortaya çıkmıştır. Bu nedenle, özellikle baba çocuk ilişkisini geliştirecek programların oluşturulması ve uygulanması son derece hayattır. Babalara çocukları ile doğru iletişimi ve ilişkiyi kurmasını sağlaması için hem okullarda hem de aile ile çalışan merkezlerde programlar düzenlenmelidir. Ayrıca, çalışma, aileler ve çocuklar için korucuyu önleyici rehberlik hizmetlerinin hangi alanda yapılması gerektiği ile ilgili bir bakış açısı sunmaktadır. Çocukların ihtiyaçlarının farkındalığı ve karşılanmasının önemi, farklı ebeveynlik stilleri, duygu düzenleme becerileri, anne-baba arasındaki ilişkinin kalitesinin etkisi, anne-babanın geçmiş yaşantılarının çocuk ve diğerleriyle kurdukları ilişkiler üzerindeki etkisi, erken evlilik ve çocuk sahibi olmanın sonuçları, akrabaların olumsuz etkileri ve aile içi sınır çizme ile ilgili bilgilendirme programları düzenlenmelidir.

➤ Çalışma özel olarak baba katılımının, babayla kurulan ilişkinin önemini göstermektedir. Aile programlarında özellikle babanın çocuk ile nasıl sağlıklı ilişki ve iletişim kuracağı, babaların da psikoterapi ve danışmanlık faaliyetlerine katılması gerektiği işlenmelidir. Babaların katılımı ile sağlıklı gelişim ve değişim çok daha kolay sağlanacaktır. Ek olarak, babanın yokluğunun bir risk faktörü olarak ortaya çıkması bu durumda olan çocukların psikolojik sağlıkları ile daha yakından ilgilenilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Kaynakça

- Ablow, J. C., Measelle, J. R., Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (2009). Linking marital conflict and children's adjustment: The role of young children's perceptions. *Journal of Family Psychology*, 23, 485–499. doi:10.1037/a0015894.
- Ackard, D. M., Neumark-Sztainer, D., Story, M., & Perry, C. (2006). Parent-child connectedness and behavioral and emotional health among adolescents. *American Journal of Preventive Medicine*, 30(1), 59-66.
- Akbari, B., & Rahbar, M. (2013). A comparison of relationship between early maladaptive schemas with depression severity in suicidal group and non-clinical sample. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 1072-1077.
- Aktaş, Ö. (2011). *Boşanma Nedenleri ve Boşanma Sonrasında Karşılaşılan Güçlükler* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Tashman, N. A., Berrebbi, D. S., Hogan, M. E., Whitehouse, W. G., ... Morocco, A. (2001). Developmental origins of cognitive vulnerability to depression: Parenting, cognitive, and inferential feedback styles of the parents of individuals at high and low cognitive risk for depression. *Cognitive Therapy and Research*, 25(4), 397–423.
- Amato P. R., & Gilbreth J. G. (1999) Non-resident fathers and children's well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 557-73.
- Amato, P. R., & Fowler, F. J. (2002). Parenting practices, child adjustment, and family diversity. *Journal of Marriage and the Family*, 64, 703-716.
- American Psychological Association (2009). *Parents and caregivers are essential to children's healthy development*. <http://www.apa.org/pi/families/resources/parents-caregivers>.
- Armbruster, B (1996). Schema Theory and the design of content-area textbooks. *Educational Psychologist*, 21, 253-276.

- Bamber, M. (2004). 'The good, the bad and defenceless Jimmy' – A single case study of Schema Mode Therapy. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 11(6), 425–438. doi: 10.1002/cpp.422
- Barazandeh, H., Kissane, D. W., Saeedi, N., & Gordon, M. (2016). A systematic review of the relationship between early maladaptive schemas and borderline personality disorder/traits. *Personality and Individual Differences*, 94, 130-139.
- Barber, B. K., Stolz, H. E., Olsen, J. A., Collins, W. A., & Burchinal, M. (2005). Parental support, psychological control, and behavioral control: Assessing relevance across time, culture, and method. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 70(4), 1-147.
- Barclay, L., Everitt, L., Rogan, F., Schmied, V., & Wyllie, A. (1997). *Becoming a mother - an analysis of women's experience of early motherhood*. *Journal of Advanced Nursing*, 25(4), 719–728. doi:10.1046/j.1365-2648.1997.t01-1-1997025719.x
- Barikani, A., Ebrahim, S. M., & Navid, M. (2012). The cause of divorce among men and women referred to marriage and legal office in Qazvin, Iran. *Global Journal of Health Science*, 4(5), 184.
- Barker, B., Iles, J. E., & Ramchandani, P. G. (2017). Fathers, fathering and child psychopathology. *Current Opinion in Psychology*, 15, 87-92.
- Bartlett, F. C. (1932). *Remembering: An experimental and social study*. Cambridge: Cambridge University.
- Barton, A. W., Kogan, S. M., & Brown, G. L. (2015). Father involvement and young, rural African American men's engagement in substance misuse and multiple sexual partnership. *American Journal of Community Psychology*, 56, 241-251.
- Basso, L. A., Fortes, A. B., Steinhorst, E., & Wainer, R. (2019). The effects of parental rearing styles and early maladaptive schemas in the development of personality: a systematic review. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 41(3), 301-313.
- Batool, N., Shehzadi, H., Riaz, M. N., & Riaz, M. A. (2017). Paternal malparenting and offspring personality disorders: Mediating effect of early maladaptive schemas. *Journal of Pakistan Medical Association*, 67(4), 556-560.

- Beato, A., Pereira, A. I., Barros, L., & Muris, P. (2016). The relationship between different parenting typologies in fathers and mothers and children's anxiety. *Journal of Child and Family Studies*, 25(5), 1691–1701.
- Boden, J. M., Fergusson, D. M., & John Horwood, L. (2008). Early motherhood and subsequent life outcomes. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(2), 151-160.
- Boss, P. (1999). Ambiguous loss living with frozen grief. *The Harvard Mental Health Letter*, 16(5), 4-6.
- Boss, P. (2010). The Trauma and complicated grief of ambiguous loss. *Pastoral Psychology* 59,137–145
- Boss, P. (2004). Ambiguous loss research, theory and practice: Reflection 9/11. *Journal of Marriage and Family*, 66 (3), 551 -566.
- Boss, P., & Kaplan, L. (2003). Ambiguous loss and ambivalence when a parent has dementia. *Contemporary Perspectives in Family Research*, 4(4), 207-224.
- Bowlby, J. (1990). *A secure base: Parent–child attachments and healthy human development*. New York: Basic
- Brooks-Russell, A., Foshee, V. A., & Ennett, S. T. (2013). Predictors of latent trajectory classes of physical dating violence victimization. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(4), 566-580.
- Brown, E. (1991). *Patterns of infidelity and their treatment*. New York: Brunner/Mazel.
- Beckley, K. (2011). Making sense of interpersonal dynamics: A schema focused approach. In P. Willmot & N. Gordon (Eds.), *Working positively with personality disorder in secure settings: A practitioner's perspective* (pp. 172-187): John Wiley & Sons.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Causes and treatment*. Philadelphia, Pennsylvania: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T. (1991). Cognitive therapy: A 30-year retrospective. *American Psychologist*, 46, 368-375.
- Beck, A. T., & Freeman, A. M. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders*. New

- York, New York: Guilford Press.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Becona, E., Martinez, U., Calafat, A., Juan, M., Fernandez-Hermida, J. R., & Secades-Villa, R. (2012). Parental styles and drug use: A review. *Drugs: Education, Prevention & Policy*, 19(1), 1–10.
- Beckley, K., & Hart, A. J. (2015). 6. Schema Therapy. In *Formulation in Action* (pp. 79-98). Sciendo Migration.
- Blissett, J., Walsh, J., Harris, G., Jones, C., Leung, N., & Meyer, C. (2006). Different core beliefs predict paternal and maternal attachment representations in young women. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 163–171. doi:10.1002/cpp.482
- Bosmans, G., Braet, C., & van Vlierberghe, L. (2010). Attachment and symptoms of psychopathology: Early maladaptive schemas as a cognitive link? *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 17, 374–385. doi:10.1002/cpp.667
- Boysan, M. (2012). *Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma stilleri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilere yönelik bir model sınaması*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Brown, G. L., Mangelsdorf, S. C., Neff, C., Schoppe-Sullivan, S. J., & Frosch, C. A. (2009). Young children's self-concepts: Associations with child temperament, mothers' and fathers' parenting, and triadic family interaction. *Merrill-Palmer Quarterly*, 55(2), 184-216. doi: 10.2307/23096243
- Brummelman, E., & Thomaes, S. (2017). How children construct views of themselves: A social-developmental perspective. *Child Development*, 88(6), 1763-1773.
- Calvete, E. (2014). Emotional abuse as a predictor of early maladaptive schemas in adolescents: Contributions to the development of depressive and social anxiety symptoms. *Child Abuse & Neglect*, 38(4), 735–746. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.10.014>.
- Calvete, E., Estévez, A., & Corral, S. (2007). Intimate partner violence and depressive symptoms in women: Cognitive schemas as moderators and mediators. *Behaviour*

- Research and Therapy*, 45(4), 791–804. <http://dx.doi.org/10.1016/j.brat.2006.07.006>.
- Calvete, E., Fernández-González, L., Orue, I., & Little, T. D. (2018). Exposure to family violence and dating violence perpetration in adolescents: Potential cognitive and emotional mechanisms. *Psychology of Violence*, 8(1), 67.
- Calvete, E., Gámez-Guadix, M., Fernández-Gonzalez, L., Orue, I., & Borrajo, E. (2018). Maladaptive schemas as mediators of the relationship between previous victimizations in the family and dating violence victimization in adolescents. *Child Abuse & Neglect*, 81, 161-169.
- Calvete, E., & Orue, I. (2013). Cognitive mechanisms of the transmission of violence: Exploring gender differences among adolescents exposed to family violence. *Journal of Family Violence*, 28, 73–84. <https://doi.org/10.1007/s10896-012-9472-y>
- Calvete, E., Orue, I., & Hankin, B. L. (2015). A longitudinal test of the vulnerability- stress model with early maladaptive schemas for depressive and social anxiety symptoms in adolescents. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 37(1), 85-99. doi:10.1007/s10862-014-9438-x
- Cámara, M., & 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(1), 58-68.
- Carr, S. N., & Francis, A. J. P. (2010). Early maladaptive schemas and personality disorder symptoms: An examination in a non-clinical sample. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 83(A), 333-349.
- Chakhssi, F., De Ruiter, C., & Bernstein, D. P. (2013). Early maladaptive cognitive schemas in child sexual offenders compared with sexual offenders against adults and nonsexual violent offenders: An exploratory study. *The Journal of Sexual Medicine*, 10(9), 2201–2210. doi:10.1111/jsm.12171
- Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory: A practical guide through qualitative analysis*. London: SAGE.
- Coplan, R.J., Prakash, K., O'Neil, K., & Armer, M. (2004). Do you" want" to play? Distinguishing between conflicted shyness and social disinterest in early childhood. *Developmental Psychology*, 40(2), 244.

- Creswell, J.W. (2012). *Educational research: Planning, conducting and evaluating quantitative and qualitative research* (4th ed.) Boston: Pearson.
- Çalışkan, B. (2017). *Relationship between early maladaptive schemas, perceived maternal parenting style, emotion regulation difficulties and psychological well-being*. Master's thesis, Doğuş University, Faculty of Social Sciences, İstanbul.
- Cascardi, M. (2016). From violence in the home to physical dating violence victimization: The mediating role of psychological distress in a prospective study of female adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(4), 777-792.
- Cherlin, A. (1977). The effect of children on marital dissolution. *Demography*, 14(3), 265-272.
- Da Luz, F. Q., Sainsbury, A., Hay, P., Roekenes, J. A., Swinbourne, J., Da Silva, D. C., & Oliveira, D. S. (2017). Early maladaptive schemas and cognitive distortions in adults with morbid obesity: relationships with mental health status. *Behavioral Sciences*, 7(1), 10.
- Davies, P., Harold, G., Goeke-Morey, M., and Cummings, E. M. (2002). Child emotional security and interparental conflict. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 67, 1–129. doi: 10.1111/1540-5834.00206
- Dawes, S. L. (2014). *Schema theory and practice: exploration and review of its use within female forensic mental health services*. Doctoral dissertation, University of Birmingham, Birmingham.
- Dawson, G. E. (1911). The child's rights: the right of the child to be well-born. *Religious Education*, 6(2), 166-174.
- Dean, C. J. (2011). Psychoeducation: A first step to understanding infidelity-related systemic trauma and grieving. *The Family Journal*, 19, 15–21. doi:10.1177/1066480710387487.

- Debnam, K. J., Waasdorp, T. E., & Bradshaw, C. P. (2016). Examining the contemporaneous occurrence of bullying and teen dating violence victimization. *School Psychology Quarterly, 31*, 76–90. <http://dx.doi.org/10.1037/spq0000124>.
- Demir, S. (2014). *An interpretative phenomenological analysis of shame in adult women and compassion focused group intervention with schema therapy techniques*. Doctoral dissertation, Middle East Technical University, Faculty of Social Sciences, Ankara.
- Demirbaş, C. (2016). *Early maladaptive schemas, time perspective and eating attitude: the mediating role of emotion regulation and emotion reactivity*. Master's thesis, Bahçeşehir University, Faculty of Social Sciences, İstanbul.
- Dey, I. (1993). *Qualitative data analysis: A user-friendly guide for social scientists*. New York, USA: Routledge.
- Dikmen, S. N. T., Şafak, Y., Özdel, K., & Özdemir, İ. (2019). Evaluation of Early Maladaptive Schemas and Metacognition in Vaginismus Patients. *Journal of Cognitive-Behavioral Psychotherapy and Research, 8*(3), 131-139.
- Dreyer (2018). *The Relationship Between Parenting And Child Trauma: An Intergenerational Investigation* (unpublished doctorate thesis). City University of New York, New York.
- Drummond, P. D., & Gatt, S. J. (2018). Early maladaptive schemas in people with a fear of blushing. *Clinical Psychologist, 22*(2), 203-210.
- Eatough, V., & Smith, J. A. (2008). Interpretative phenomenological analysis. In C. Willig & W. S. Rogers (Eds.), *The SAGE handbook of qualitative research in psychology*, (pp. 179-195). Thousand Oaks: SAGE.
- Edwards, D., & Arntz, A. (2012). Schema therapy in historical perspective. In M. van Vreeswijk, J. Broersen & M. Nardort (Eds.), *The Wiley-Blackwell handbook of schema therapy: Theory, research, and practice* (pp. 3-26). Chichester: John Wiley & Sons.
- Edwards, D. J. A. (2017). An interpretative phenomenological analysis of schema modes in a single case of anorexia nervosa: Part 2 – Coping modes, healthy adult mode,

- superordinate themes, and implications for research and practice. *Indo-Pacific Journal of Phenomenology*, 17(1), 12 pp. doi: 10.1080/20797222.2017.1326730
- Efrati, Y., Shukron, O., & Epstein, R. (2019). Compulsive sexual behavior and sexual offending: Differences in cognitive schemas, sensation seeking, and impulsivity. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(3), 432-441.
- Ehsan, H. B., & Bahramizadeh, H. (2011). Early maladaptive schemas and agreeableness in personality five factor model. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 547-551.
- Fabricius, W. V., & Braver, S. L. (2003). Non-child support expenditures on children by nonresidential divorced fathers: Results of a study. *Family Court Review*, 41(3), 321-336.
- Fassbinder, E., Schweiger, U., Martius, D., Brand-de Wilde, O., & Arntz, A. (2016). Emotion regulation in schema therapy and dialectical behavior therapy. *Frontiers in Psychology*, 7, 1373.
- Finucane, A. M., Dima, A., Ferreira, N., & Halvorsen, M. (2012). Basic emotion profiles in healthy, chronic pain, depressed and PTSD individuals. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 19, 14-24.
- Finlay, L. (2002). "Outing" the researcher: The provenance, process, and practice of reflexivity. *Qualitative Health Research*, 12(4), 531-545.
- Finzi-Dottan, R., & Harel, G. (2014). Parents' Potential for Child Abuse: An Intergenerational Perspective. *Journal of Family Violence*, 29(4), 397-408.
- Fischer, C. T. (2009). Bracketing in qualitative research: Conceptual and practical matters. *Psychotherapy Research*, 19(4-5), 583-590.
- Flink, N., Honkalampi, K., Lehto, S. M., Leppänen, V., Viinamäki, H., & Lindeman, S. (2018). Comparison of early maladaptive schemas between borderline personality disorder and chronic depression. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25(4), 532-539.
- Flink, N., Honkalampi, K., Lehto, S. M., Viinamäki, H., Koivumaa-Honkanen, H., Valkonen-Korhonen, M., & Lindeman, S. (2019). Early maladaptive schemas in

- chronically depressed patients: A preliminary investigation. *Clinical Psychologist*, 23 (1), 15-25.
- Flykt, M., Palosaari, E., Lindblom, J., Vänskä, M., Poikkeus, P., Repokari, L., Tiitinen, A., Tulppala, M., & Punamäki, R.-L. (2014). What explains violated expectations of parent-child relationship in transition to parenthood? *Journal of Family Psychology*, 28(2), 148–159. <https://doi.org/10.1037/a0036050>
- Franz, M. (2018). *PTSD and Dysfunctional Parenting: Emotional and Biological Mechanisms*. Unpublished doctorate thesis, Lincoln, Nebraska.
- Frias, Á., Navarro, S., Palma, C., Farriols, N., Aliaga, F., Salvador, A., ... & Solves, L. (2018). Early maladaptive schemas associated with dimensional and categorical psychopathology in patients with borderline personality disorder. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25(1), e30-e41.
- Garber, J., & Flynn, C. (2001). Predictors of depressive cognitions in young adolescents. *Cognitive Therapy and Research*, 25(4), 353–376.
- Ge, X., Natsuaki, M. N., Neiderhiser, J. M. & Reiss, D. (2009). The longitudinal effects of stressful life events on adolescent depression are buffered by parent-child closeness. *Developmental Psychopathology*. 21(2), 621-35.
- Giorgi, A.P., & Giorgi, B. (2008). Phenomenological psychology. C. Willig & W. S. Rogers (Eds.) *The SAGE handbook of qualitative research in psychology* (pp. 165-178). Thousand Oaks: SAGE.
- Giorgi, A., Giorgi, B., & Morley, J. (2017). The descriptive phenomenological psychological method. In B. Taylor (Ed.), *The SAGE handbook of qualitative research in psychology* (pp. 176-192). London, UK: SAGE Publications.
- Gomes, A. L. Q., & Nobre, P. (2013). Early maladaptive schemas and sexual dysfunction in men. *Archives of Sexual Behavior*, 41, 311-320. doi: 10.1007/s10508-011-9853-y
- Gomez, A. M. (2011). Sexual violence as a predictor of unintended pregnancy, contraceptive use, and unmet need among female youth in Colombia. *Journal of Women's Health*, 20(9), 1349-1356.

- Goodvin, R., Meyer, S., Thompson, R. A., & Hayes, R. (2008). Self-understanding in early childhood: Associations with child attachment security and maternal negative affect. *Attachment & Human Development*, 10(4), 433-450.
- Gunty, A. L., & Buri, J. R. (2008). Parental Practices and the Development of Maladaptive Schemas. *Online Submission*, Paper presented at the Annual Meeting of the Midwestern Psychological Association (Chicago, IL, May 2008)
- Halvorson, M., Wang, C.E., Richter, J., Myrland, I., Pedersen, S.K., Eisemann, M., & Waterloo, K. (2009). Early maladaptive schemas, temperament and character traits in clinically depressed and previously depressed subjects. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 16, 394-407. doi: 10.1002/cpp.618
- Hammen, C., Hazel, N. A., Brennan, P. A., & Najman, J. (2012). Intergenerational transmission and continuity of stress and depression: Depressed women and their offspring in 20 years of follow-up. *Psychological Medicine*, 42(5), 931–942.
- Harper, C. C., & McLanahan, S. S. (2004). Father absence and youth incarceration. *Journal of Research on Adolescence*, 14, 369–397. doi:10.1111/j.1532-7795.2004.00079.x
- Harris, A.E., & Curtin, L. (2002) Parental perceptions, early maladaptive schemas, and depressive symptoms in young adults. *Cognitive Therapy and Research*, 26(3), 405–416.
- Hart, S. N., Brassard, M. R., & Karlson, H. C. (1996). Psychological maltreatment. W: J. Brier, L. Berliner, JA Bulkley, C. Jenny, T. Raid (red.), *The APSAC handbook on child maltreatment* (s. 72-89).
- Haugh, J. A., Miceli, M., & DeLorme, J. (2017). Maladaptive parenting, temperament, early maladaptive schemas, and depression: a moderated mediation analysis. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 39(1), 103-116.
- Hawke, L.D., & Provencher, M.D. (2011). Schema theory and schema therapy in mood and anxiety disorders: A review. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 25(4), 257-277.

- Heider, D., Matschinger, H., Bernert, S., Alonso, J., Brugha, T. S., Bruffaerts, R., ... Angermeyer, M. C. (2008). Adverse parenting as a risk factor in the occurrence of anxiety disorders. *Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43(4), 266–272. doi: 10.1007/s00127-007-0302-0
- Hien, D., Cohen, L. R., Caldeira, N. A., Flom, P., & Wasserman, G. (2010). Depression and anger as risk factors underlying the relationship between maternal substance involvement and child abuse potential. *Child Abuse & Neglect*, 34(2), 105-113.
- Imperatori, C., Innamorati, M., Lester, D., Continisio, M., Balsamo, M., Saggino, A., & Fabbriatore, M. (2017). The association between food addiction and early maladaptive schemas in overweight and obese women: a preliminary investigation. *Nutrients*, 9(11), 1-10.
- Ingram, R. E. & Ritter, J. (2000). Vulnerability to depression: cognitive reactivity and parental bonding in high-risk individuals. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 588-596.
- Ingram, R. E. (2003). Origins of cognitive vulnerability to depression. *Cognitive Therapy and Research*, 27, 77-88.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). Autonomy and relatedness in cultural context: Implications for self and family. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36(4), 403-422.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikoloji*. Koç Üniversitesi.
- Kane, P., & Garber, J. (2004). The relations among depression in fathers, children's psychopathology, and father-child conflict: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 24(3), 339-360.
- Kaplan, S., Halime, A. B. A. Y., Bükecik, E., Şahin, S., Düzgün, A. A., & Karabulut, A. B. (2018). Türkiye’de 2000-2018 Yılları Arasında Kadınlarda Boşanma Nedenlerine Yönelik Yapılmış Çalışmaların İncelenmesi: Sistematiik Derleme. *Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi (IBAD)*, 3(2), 821-833.
- Kararımak, Ö. (2016). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3, 113-128.

- Karlsson, M. E., Temple, J. R., Weston, R., & Le, V. D. (2016). Witnessing interparental violence and acceptance of dating violence as predictors for teen dating violence victimization. *Violence Against Women*, 22(5), 625–646. <http://dx.doi.org/10.1177/1077801215605920>.
- Kaslow, F., & Hammerschmidt, H. (1992). Long term “good marriages”: The seemingly essential ingredients. *Journal of Couples Therapy*, 3, 15–38.
- Katz, L. F., & Gottman, J. M. (1996). Spillover effects of marital conflict: In search of parenting and coparenting mechanisms. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 74, 57-76.
- Kelley, S. A., Brownell, C. A., & Campbell, S. B. (2000). Mastery motivation and self-evaluative affect in toddlers: Longitudinal relations with maternal behavior. *Child Development*, 71(4), 1061-1071. doi: 10.1111/1467- 8624.00209
- Kellogg, S. H., & Young, J. E. (2006). Schema therapy for borderline personality disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 445–458. doi:10.1002/jclp.20240
- Khosravani, V., Bastan, F. S., Mohammadzadeh, A., Amirinezhad, A., & Ardestani, S. M. S. (2019). Early maladaptive schemas in patients with obsessive-compulsive disorder, bipolar disorder, and schizophrenia: A comparative study. *Current Psychology*, 38, 1-11.
- Kim, J. E., Lee, S. W., & Lee, S. J. (2014). Relationship between early maladaptive schemas and symptom dimensions in patients with obsessive-compulsive disorder. *Psychiatry Research*, 215(1), 134-140.
- Kizilagac, F., & Cerit, C. (2019). Assessment of early maladaptive schemas in patients with obsessive-compulsive disorder. *Dusunen Adam*, 32(1), 14-22.
- Kouros, C. D., Papp, L. M., Goeke-Morey, M. C., & Cummings, E. M. (2014). Spillover between marital quality and parent–child relationship quality: Parental depressive symptoms as moderators. *Journal of Family Psychology*, 28(3), 315–325. doi:10.1037/a0036804
- Köse Karaca, B. (2014). *The effects of young schema domains, young maladaptive coping styles, and young parenting styles on working alliance among supervisors, therapists,*

and the clients. Unpublished doctoral dissertation, Middle East Technical University, Faculty of Social Sciences, Ankara.

- Krampe, E. M. (2009). When is the father really there? A conceptual reformulation of paternal presence. *Journal of Family Issues*, 30, 875-897.
- Krampe, E. M., & Newton, R. R. (2006). The father presence questionnaire: A confirmatory factor analysis of a new measure of the subjective experience of being fathered. *Fathering*, 4, 159-190.
- Kwak, K. H., & Lee, S. J. (2015). A comparative study of early maladaptive schemas in obsessive-compulsive disorder and panic disorder. *Psychiatry research*, 230(3), 757-762.
- King, V., & Sobolewski, J. M. (2006). Nonresident fathers' contributions to adolescent well-being. *Journal of Marriage and Family*, 68, 537-557. doi:10.1111/j.1741-3737.2006.00274.x
- Kwong MJ, Bartholomew K, Henderson AJ, & Trinke SJ (2003). The intergenerational transmission of relationship violence. *Journal of Family Psychology*, 17, 288. doi: 10.1037/0893-3200.17.3.288
- Landry, S. H., Smith, K. E., & Swank, P. R. (2003). The importance of parenting during early childhood for school-age development. *Developmental Neuropsychology*, 24(2/3), 559-591. doi: 10.1080/87565641.2003.9651911
- Langdrige, D. (2007). *Phenomenological Psychology: Theory, Research and Method*. London: Pearson Prentice Hall.
- Lansford, J. E., Dodge, K. A., Pettit, G. S., Bates, J. E., Crozier, J., & Kaplow, J. (2002). A 12- year prospective study of the long-term effects of early child physical maltreatment on psychological, behavioral, and academic problems in adolescence. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 156(8), 824-830.
- Larkin, M., Watts, S., & Clifton, E. (2006). Giving voice and making sense in interpretative phenomenological analysis. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 102-120.

- Lauterbach, D., Bak, C., Reiland, S., Mason, S., Lute, M. R., & Earls, L. (2007). Quality of parental relationships among persons with a lifetime history of post-traumatic stress disorder. *Journal of Traumatic Stress, 20*, 161–172.
- Laverty, S. M. (2003). Hermeneutic phenomenology and phenomenology: A comparison of historical and methodological considerations. *International Journal of Qualitative Method, 2*(3), 21-35.
- Leibig, A. L. & Green, K. (1999). The development of family loyalty and relational ethics in children. *Contemporary Family Therapy, 21*(1), 89–112.
- Leung, N., Thomas, G., & Waller, G. (2000). The relationship between parental bonding and core beliefs in anorexic and bulimic women. *British Journal of Clinical Psychology, 39*, 205–213.
- Lichtman, M. (2006). *Qualitative research in education: A user's guide*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Lieb, R., Bronisch, T., Hofler, M., Schreier, A., & Wittchen, H. U. (2005). Maternal suicidality and risk of suicidality in offspring: findings from a community study. *American Journal of Psychiatry, 162*, 1665–71.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Lopez, K. A., & Willis, D. G. (2004). Descriptive versus interpretive phenomenology: Their contributions to nursing knowledge. *Qualitative Health Research, 14*(5), 726-735.
- Lorber, M. F. (2012). The role of maternal emotion regulation in overreactive and lax discipline. *Journal of Family Psychology, 26*, 642-647.
- Lumley, M. N., & Harkness, K. L. (2007). Specificity in the relations among childhood adversity, early maladaptive schemas, and symptom profiles in adolescent depression. *Cognitive Therapy and Research, 31*(5), 639–657.
- Lusterman, D.-D. (2005). *Helping children and adults cope with parental infidelity*. *Journal of Clinical Psychology, 61*(11), 1439–1451. doi:10.1002/jclp.20193
- Maccoby, E. E. (2000). Parenting and its effects on children: On reading and misreading

- behavior genetics. *Annual Review of Psychology*, 51(1), 1-27. doi: 10.1146/annurev.psych.51.1.1
- Magnuson, K., & Berger, L. M. (2009). Family structure states and transitions: Associations with children's well-being during middle childhood. *Journal of Marriage and Family*, 71(3), 575-591.
- McCarthy, M. C., & Lumley, M. N. (2012). Sources of emotional maltreatment and the differential development of unconditional and conditional schemas. *Cognitive Behaviour Therapy*, 41(4), 288– 297. doi:10.1080/16506073.2012.676669.
- McLanahan, S., Tach, L., & Schneider, D. (2013). The causal effects of father absence. *Annual Review of Sociology*, 39, 399–427. doi:10.1146/annurev-soc-071312-145704
- Meneguzzo, P., Collantoni, E., Bonello, E., Busetto, P., Tenconi, E., & Favaro, A. (2020). The predictive value of the early maladaptive schemas in social situations in anorexia nervosa. *European Eating Disorders Review*, 28, 1-14. doi: 10.1002/erv.2724
- Merriam, S. B. (1998). *Qualitative research and case study applications in education*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Merriam, S. B. (2009). *Qualitative research: A guide to design and implementation: Revised and expanded from qualitative research and case study applications in education*. San Francisco, USA: Jossey-Bass.
- Miller, P. J., & Mangelsdorf, S. C. (2005). Developing selves are meaning- making selves: Recouping the social in self- development. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 109, 51-59. doi: 10.1002/cd.137
- Minuchin, P. (1988). Relationships within the family: A systems perspective on development. In R. A. Hinde & J. Stevenson-Hinde (Eds.), *Relationships within families: Mutual influences* (pp. 7–26). New York: Oxford University Press.
- Moghadam, F. R., Quchan, A. D. M., & Shomia, S. K. (2018). The Role of Mother's Early Maladaptive Schema in Predicting Early Maladaptive Schemas and Loneliness of Children Aged 8 to 15 Years in Amol City, Iran. *Journal of Clinical & Diagnostic Research*, 12(9), 1-3.

- Monirpoor, N., Gholamyzarch, M., Tamaddonfard, M., Khoosfi, H., & Ganjali, A. R. (2012). Role of father-child relational quality in early maladaptive schemas. *International Journal of High Risk Behaviors & Addiction*, 1(2), 50-54.
- Morrow, S. L. (2005). Quality and trustworthiness in qualitative research in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 250-260.
- Muris, P. (2006). Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: Relations to perceived parental rearing behaviours, big five personality factors and psychopathological symptoms. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 13(6), 405-413.
- Natalini, E., Dimaggio, G., Varakliotis, T., Fioretti, A., & Eibenstein, A. (2020). Misophonia, Maladaptive Schemas and Personality Disorders: A Report of Three Cases. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 50(1), 29-35.
- Nia, M. K., Sovani, A., & Forooshani, G. R. S. (2014). Exploring correlation between perceived parenting styles, early maladaptive schemas, and depression among women with depressive symptoms in Iran and India-Role of early maladaptive schemas as mediators and moderatos. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 16(12).
- Nilüfer, G. (2016). *Doğum sırası, algılanan ebeveynlik biçimleri ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki*. Yayınlanmış yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Nordahl, H. M., Holthe, H., & Haugum, J. A. (2005). Early maladaptive schemas in patients with or without personality disorders: Does schema modification predict symptomatic relief? *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 12(2), 142-149.
- Norton, B. (2012). *Çocuklarla İletişim Semineri*, Psikoloji İstanbul, Türkiye, 25 Eylül 2012.
- Osborne, C., & McLanahan, S. (2007). Partnership instability and child well-being. *Journal of Marriage and Family*, 69, 1065–1083. doi:10.1111/j.1741-3737.2007.00431.x

- Parade, S. H., Newland, R. P., Bublitz, M. H., & Stroud, L. R. (2019). Maternal witness to intimate partner violence during childhood and prenatal family functioning alter newborn cortisol reactivity. *Stress*, 22(2), 190-199.
- Parent, J., Forehand, R., Pomerantz, H., Peisch, V., & Seehuus, M. (2017). Father participation in child psychopathology research. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 45(7), 1259-1270.
- Parker, G., Roussos, J., Hadzi-Pavlovic, D., Mitchell, P., Wilhelm, K., & Austin, M. P. (1997). The development of a refined measure of dysfunctional parenting and assessment of its relevance in patients with affective disorders. *Psychological Medicine*, 27(5), 1193-1203.
- Parker, G., Roy, K., Wilhelm, K., Mitchell, P., Austin, M. P., & Hadzi-Pavlovic, D. (1999). An exploration of links between early parenting experiences and personality disorder type and disordered personality functioning. *Journal of Personality Disorders*, 13(4), 361-374.
- Patnaik, E. (2013). Reflexivity: Situating the researcher in qualitative research. *Humanities and Social Science Studies*, 2(2), 98-106.
- Patton, M. Q. (2002). Two decades of developments in qualitative inquiry: A personal, experiential perspective. *Qualitative Social Work*, 1(3), 261-283.
- Patton, M. Q. (2014). *Nitel araştırma ve değerlendirme yöntemleri* (M. Bütün & S. B. Demir, Çev. Ed.) Ankara: Pegem Akademi.
- Pauwels, E., Dierckx, E., Schoevaerts, K., & Claes, L. (2016). Early maladaptive schemas in eating disordered patients with or without non-suicidal self-injury. *European Eating Disorders Review*, 24(5), 399-405.
- Pauwels, E., Dierckx, E., Schoevaerts, K., Santens, E., Peuskens, H., & Claes, L. (2018). Early maladaptive schemas: Similarities and differences between female patients with eating versus substance use disorders. *European Eating Disorders Review*, 26(5), 422-430.
- Pellerone, M., Craparo, G., & Tornabuoni, Y. (2016). Relationship between parenting and cognitive schemas in a group of male adult offenders. *Frontiers in Psychology*, 7, 302.

- Petrowski, K., Berth, H., Schmidt, S., Schumacher, J., Hinz, A., & Brähler, E. (2009). The assessment of recalled parental rearing behavior and its relationship to life satisfaction and interpersonal problems: a general population study. *BMC Medical Research Methodology*, 9(1), 17.
- Platts, H., Tyson, M., & Mason, O. (2002). Adult attachment style and core beliefs: Are they linked? *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 9, 332–348. doi:10.1002/cpp.345
- Piaget, J. (1952). The origins of intelligence in children. New York: International Universities Press.
- Qualter, P., Brown, S. L., Rotenberg, K. J., Vanhalst, J., Harris, R. A., Goossens, L., ... & Munn, P. (2013). Trajectories of loneliness during childhood and adolescence: Predictors and health outcomes. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1283-1293.
- Qualter P, Brown SL, Rotenberg KJ, Vanhalst J, Harris RA, Goossens L, et al. (2013). Trajectories of loneliness during childhood and adolescence: predictors and health outcomes. *Journal of Adolescence*, 15, 1-11.
- Rafaeli, E., Bernstein, D. P. & Young, J.E. (2012). *Şema terapi ayırıcı özellikleri*. H.A. Karaosmanoğlu & N. Azizlerli (Ed.), (M. Şaşıoğlu, Çev.) İstanbul: Psikonet.
- Ramchandani, P. & Psychogiou, L. (2009). Paternal psychiatric disorders and children's psychosocial development, *The Lancet*, 374(9690), 646- 53.
- Reeves, M. & Taylor, J. (2007). Specific relationships between core beliefs and personality disorder symptoms in a non-clinical sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14(2), 96-104.
- Renner, F., Lobbestael, J., Peeters, F., Arntz, A., & Huibers, M. (2012). Early maladaptive schemas in depressed patients: Stability and relation with depressive symptoms over the course of treatment. *Journal of Affective Disorders*, 136(3), 581– 590. doi: 10.1016/j.jad.2011.10.027
- Rezaei, M., & Ghazanfari, F. (2016). The role of childhood trauma, early maladaptive schemas, emotional schemas and experimental avoidance on depression: A structural equation modeling. *Psychiatry Research*, 246, 407-414.
- Rijkeboer, M. M., & Van den Bergh, H. (2006). Multiple group confirmatory factor

- analysis of the young schema-questionnaire in a dutch clinical versus non-clinical population. *Cognitive Therapy Research*, 30(3), 263-278.
- Riso, L. P., Froman, S. E., Raouf, M., Gable, P., Maddux, R. E., Turini-Santorelli, N., ... & Cherry, M. (2006). The long-term stability of early maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 30(4), 515-529.
- Robertson, T., Daffern, M., & Bucks, R. S. (2012). Emotion regulation and aggression. *Aggression and Violent Behavior*, 17(1), 72-82.
- Roelofs, J., Lee, C., Ruijten, T., & Lobbestael, J. (2011). The mediating role of early maladaptive schemas in the relation between quality of attachment relationships and symptoms of depression in adolescents. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 39(4), 471-479.
- Rohde, P., Lewinsohn, P. M., Klein, D. N. & Seeley, J. R. (2005). Association of parental depression with psychiatric course from adolescence to young adulthood among formerly depressed individuals. *Journal of Abnormal Psychology*, 114, 409–20.
- Russell D, Springer KW, & Greenfield EA (2010). Witnessing domestic abuse in childhood as an independent risk factor for depressive symptoms in young adulthood. *Child Abuse & Neglect*, 34, 448–453. doi: 10.1016/j.chiabu.2009.10.004
- Saariaho, T. H., Saariaho, A. S., Karila, I. A., & Joukamaa, M. I. (2011). Early maladaptive schemas in Finnish adult chronic pain patients and a control sample. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52(2), 146-153.
- Sağlam, M. ve Aylaz, R. (2017). Çeşitli değişkenler açısından boşanmış bireylerin özellikleri. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(51), 584-590.
- Sarkadi, A., Kristiansson, R., Oberklaid, F., & Bremberg, S. (2008). Fathers' involvement and children's developmental outcomes: A systematic review of longitudinal studies. *Acta Paediatrica* 97(2), 153–158.
- Shah, R., & Waller, G. (2000). Parental style and vulnerability to depression—The role of core beliefs. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 188(1), 19–25.

- Shainheit, C. R., & O'Dougherty Wright, M. (2012). Parental alcoholism and gender as moderators of maladaptive schema endorsement following childhood emotional maltreatment. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 21(4), 403-421.
- Sheffield, A., Waller, G., Emanuelli, F., Murray, J., & Meyer, C. (2005). Links between parenting and core beliefs: preliminary psychometric validation of the young parenting inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 29(6), 787–802. doi:10.1007/s10608-005-4291-6.
- Shojaati, A., Kalantari, M., & Mulavi, H. (2019). Do emotional abuse and personality traits predict early maladaptive schemas and social anxiety. *Early Child Development and Care*, 189, 1-14.
- Shook, N. J., Gerrity, D. A., Jurich, J., & Segrist, A. E. (2000). Courtship violence among college students: A comparison of verbally and physically abusive couples. *Journal of Family Violence*, 15(1), 1-22.
- Sigre-Leirós, V. L., Carvalho, J., & Nobre, P. (2013). Early maladaptive schemas and aggressive sexual behavior: A preliminary study with male college students. *The Journal of Sexual Medicine*, 10(7), 1764–1772. doi:10.1111/j.1743-6109.2012.02875.x
- Simard, V., Moss, E., & Pascuzzo, K. (2011). Early maladaptive schemas and child and adult attachment: A 15-year longitudinal study. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 84(4), 349-366.
- Simpson, S. (2012). Schema therapy for eating disorders: A case study illustration of the mode approach. In M. van Vreeswijk, J. Broersen, & M. Nadort (Eds.), *The Wiley-Blackwell handbook of schema therapy: Theory, research and practice* (pp. 145–171). Chichester, UK: Wiley-Blackwell. doi: 10.1002/9781119962830.ch10
- Singh, S., & Samara, R. (1996). Early Marriage Among Women in Developing Countries. *International Family Planning Perspectives*, 22(4), 148-175. doi:10.2307/2950812
- Smith, J.A. (1996). Beyond the divide between cognition and discourse: using interpretative phenomenological analysis in health psychology. *Psychology and Health*, 11, 261-271.

- Smith, J.A. (2004). Reflecting on the development of interpretative phenomenological analysis and its contribution to qualitative research in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 1, 39-54.
- Smith, J. A., & Osborn, M. (2003). Interpretive phenomenological analysis. In J. A. Smith (Ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (pp.51-80). ThousandOaks: SAGE.
- Smith, J.A., Osborn, M., & Jarman, M. (1999). Doing interpretative phenomenological analysis. In M. Murray & K. Chamberlain (Eds.), *Qualitative health psychology: theories and methods* (pp.218-241). London, Sage.
- Smith, J. D., Flowers, P. ve Larkin, M. (2012), *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research*, London: SAGE Publications.
- Soygüt, G., & Cakir, Z. (2009). The mediating role of the interpersonal schemas between parenting styles and psychological symptoms: a schema focused view. *Turkish Journal of Psychiatry*, 20(2), 144-152.
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A., & Çakır, Z. (2009). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi: Young şema ölçeği kısa form 3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 75-84.
- Suchman, N. E., Rounsaville, B., DeCoste, C., & Luthar, S. (2007). Parental control, parental warmth, and psychosocial adjustment in a sample of substance-abusing mothers and their school-aged and adolescent children. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 32(1), 1-10.
- Sundag, J., Zens, C., Ascone, L., Thome, S., & Lincoln, T. M. (2018). Are schemas passed on? A study on the association between early maladaptive schemas in parents and their offspring and the putative translating mechanisms. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 46(6), 738-753.
- Stern, D. N. (1995). *The Motherhood Constellation: A Unified View of Parent-infant Psychotherapy*. International Universities Press.
- Taş, E. (2014). Evlilik göçüyle Türkiye'den Belçika'ya gelen gelinler ve boşanma sorunu. *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 20, 217-235.
- Thompson, R. A., & Meyer, S. (2007). Socialization of Emotion Regulation in the

- Family. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*, 249–268. New York: Guilford Press.
- Theiler, S. (2005). *The efficacy of Early Childhood Memories as indicators of current maladaptive schemas and psychological health*. Unpublished doctoral dissertation, Swinburne University of Technology, Hawthorn, Victoria, Australia.
- Topçu, M. (2016). *The concept of gratitude and its relationship with posttraumatic growth: roles of early maladaptive schemata and schema coping styles, locus of control and responsibility*, Unpublished doctoral dissertation, Middle East Technical University, Faculty of Social Sciences, Ankara.
- Tsavoussis, A., Stawicki, S., Stoicea, N., & Papadimos, T. J. (2014). Child-witnessed domestic violence and its adverse effects on brain development: a call for societal self-examination and awareness. *Frontiers in Public Health*, 2(178), 1-5.
- Unoka, Z. S., Fogd, D., Seres, I., Kéri, S., & Csukly, G. (2015). Early maladaptive schema-related impairment and co-occurring current major depressive episode-related enhancement of mental state decoding ability in borderline personality disorder. *Journal of Personality Disorders*, 29(2), 145-162. doi:10.1521/pedi_2014_28_146
- van der Kolk, B. A. (1996). *The complexity of adaptation to trauma: Self-regulation, stimulus discrimination, and characterological development*. In B. A. van der Kolk, A. C. McFarlane, & L. Weisaeth (Eds.), *Traumatic stress: The effects of overwhelming experience on mind, body, and society* (p. 182–213). Guilford Press.
- van der Kolk, B. A., Roth, S., Pelcovitz, D., Sunday, S., & Spinazzola, J. (2005). Disorders of extreme stress: The empirical foundation of a complex adaptation to trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 18(5), 389-399.
- van Ee, E., Kleber, R. J., & Mooren, T. (2012). War trauma lingers on: Associations between maternal posttraumatic stress disorder, parent-child interaction, and child development. *Infant Mental Health Journal*, 33, 459-468.
- Videon, T. (2005). Parent-child relations and children's psychological well-being: Do dads matter? *Journal of Family Issues*, 26(1), 55–78.

- Voderholzer, U., Schwartz, C., Thiel, N., Kuelz, A. K., Hartmann, A., Scheidt, C. E., ... & Zeeck, A. (2014). A comparison of schemas, schema modes and childhood traumas in obsessive-compulsive disorder, chronic pain disorder and eating disorders. *Psychopathology*, 47(1), 24-31.
- Vuijk, R., & Arntz, A. (2017). Schema therapy as treatment for adults with autism spectrum disorder and comorbid personality disorder: Protocol of a multiple-baseline case series study testing cognitive-behavioral and experiential interventions. *Contemporary Clinical Trials Communications*, 5, 80-85.
- Walker, T. R., & Ehrenberg, M. F. (1998). An exploratory study of young persons' attachment styles and perceived reasons for parental divorce. *Journal of Adolescent Research*, 13(3), 320-342.
- Weiser, D. A., & Weigel, D. J. (2017). Exploring intergenerational patterns of infidelity. *Personal Relationships*, 24(4), 933–952. <https://doi.org/10.1111/pere.12222>
- Widom, C. S. (1989). Child abuse, neglect, and adult behavior: Research design and findings on criminality, violence, and child abuse. *American journal of Orthopsychiatry*, 59(3), 355-367.
- Widom, C. S., Czaja, S., & Dutton, M. A. (2014). Child abuse and neglect and intimate partner violence victimization and perpetration: A prospective investigation. *Child Abuse & Neglect*, 38(4), 650-663.
- Willig, C., & Rogers, W. S. (2013). *The SAGE handbook of qualitative research in psychology*. Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Yakin, D. (2015). *Towards an integrative perspective on the interplay between early maladaptive schemas and well-being: the role of early recollections, self-compassion and emotion regulation*. Unpublished doctoral dissertation. Middle East Technical University, Department of Educational Sciences.
- Young, J. E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Florida: Professional Resources Press.
- Young, J. E., & Brown, G. (1994). Young Schema Questionnaire. In J. E. Young (Eds.), *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach* (2nd ed.). Sarasota, FL: Professional Resource Press.

- Young, J. E., & Gluhoski, V. (1997). A schema-focused perspective on satisfaction in close relationships. In R. J. Sternberg & M. Hojjat (Eds.). *Satisfaction in close relationships* (pp. 356 - 381). New York, NY: Guilford Press.
- Young, J.E., & Klosko, J.S. (1993). *Reinventing your life*. New York: Dutton.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press.
- Zeynel, Z., & Uzer, T. (2020). Adverse childhood experiences lead to trans-generational transmission of early maladaptive schemas. *Child Abuse & Neglect*, 99, 1-14.
- Zhou, Q., Wang, Y., Deng, X., Eisenberg, N., Wolchik, S. A., & Tein, J.-Y. (2008). Relations of Parenting and Temperament to Chinese Children's Experience of Negative Life Events, Coping Efficacy, and Externalizing Problems. *Child Development*, 79(3), 493–513. doi:10.1111/j.1467-8624.2008.01139.x

EKLER

EK 1 Etik Kurul izni

Evrak Tarih ve Sayısı: 18/12/2018-E.6672



Sayı : 20292139-050.01.04
Konu : Etik Kurul Kararı

Sayın Arş. Gör. Nur Funda BAYKAL

Kurulumuz 06.12.2018 tarihinde toplanarak, "Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Oluşumunun İncelenmesi: Bir Gömülü Teori Çalışması" başlıklı araştırmanızda kullanmak üzere Kurula sunmuş olduğunuz Etik Kurul Onay Formunu imza altına almıştır. Onaylanan Etik Kurul Onay Formu ekte yer almaktadır.
 Bilgilerinizi rica ederim.

e-imzalıdır
 Prof. Dr. Nasuh USLU
 Kurul Başkanı

Ek: Etik Kurul Onay Formu (2 sayfa)

Mevcut Elektronik İmzalar

NASUH USLU (Etik Kurulu Başkanlığı - Kurul Başkanı) 18/12/2018 18:45

Adres :Halkalı Caddesi No: 2 Küçükçekmece/İstanbul
 Telefon No : 444 97 98 Faks No: +90 (212) 693 82 29
 E-Posta : bilgi@izu.edu.tr İnternet Adresi: www.izu.edu.tr

Ayrıntılı Bilgi : Yurdagül TAŞ
 Unvan : Uzman
 Tel : 2126929642

Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa Göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır

06.12.2018 tarihli ve 2018/07 sayılı Etik Kurul Kararı ekidir.

 İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi	İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ ETİK KURULU															
ARAŞTIRMA ETİK KURUL ONAY FORMU																
Tarih:	06.12.2018															
Sayı:	2018/07															
Ekler:	Young Şema Ölçeği															
Yer:	İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörlüğü Yazı İşleri Müdürlüğü															
İlgi:	İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Dekanlığı'nın 22.11.2018 tarihli ve 6191 sayılı yazısı.															
Katılımcılar:	<table border="0"> <tr> <td>1. Prof. Dr. Nasuh USLU</td> <td>Kurul Başkanı/Rektör Yard.</td> </tr> <tr> <td>2. Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ</td> <td>Üye/Dekan V.</td> </tr> <tr> <td>3. Prof. Dr. Mehmet KUTLU</td> <td>Üye/Dekan V.</td> </tr> <tr> <td>4. Prof. Dr. Mustafa ATEŞ</td> <td>Üye/Dekan V.</td> </tr> <tr> <td>5. Prof. Dr. Ömer ÇAHA</td> <td>Üye/Müdür V.</td> </tr> <tr> <td>6. Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTÇU</td> <td>Üye/Öğretim Üyesi</td> </tr> <tr> <td>7. Bilal ŞAMAT</td> <td>Üye/Hukuk Müşaviri</td> </tr> </table>		1. Prof. Dr. Nasuh USLU	Kurul Başkanı/Rektör Yard.	2. Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ	Üye/Dekan V.	3. Prof. Dr. Mehmet KUTLU	Üye/Dekan V.	4. Prof. Dr. Mustafa ATEŞ	Üye/Dekan V.	5. Prof. Dr. Ömer ÇAHA	Üye/Müdür V.	6. Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTÇU	Üye/Öğretim Üyesi	7. Bilal ŞAMAT	Üye/Hukuk Müşaviri
1. Prof. Dr. Nasuh USLU	Kurul Başkanı/Rektör Yard.															
2. Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ	Üye/Dekan V.															
3. Prof. Dr. Mehmet KUTLU	Üye/Dekan V.															
4. Prof. Dr. Mustafa ATEŞ	Üye/Dekan V.															
5. Prof. Dr. Ömer ÇAHA	Üye/Müdür V.															
6. Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTÇU	Üye/Öğretim Üyesi															
7. Bilal ŞAMAT	Üye/Hukuk Müşaviri															
Planlanan araştırma önerisi özeti aşağıdaki gibidir.																
Araştırmanın Başlığı:	Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Oluşumunun İncelenmesi: Bir Gömülü Teori Çalışması															
Araştırmacılar ve adres bilgisi:	İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Araştırma Görevlisi Nur Funda BAŞER BAYKAL İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Halkalı Kampüsü nur.baser@izu.edu.tr															
Araştırmanın Süresi (ay):	12 ay															
Araştırmanın Amacı:	Bu araştırmada, erken dönem uyumsuz şemaların oluşum sürecinin; nitel araştırma desenlerinden olan gömülü teori yöntemi ile derinlemesine incelenmesi hedeflenmektedir. Araştırma sonucunda erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili bir model sunulması amaçlanmaktadır.															
Araştırmada Kullanılacak Ölçme Araçları (adları):	Young Şema Ölçeği ve Görüşme Soruları															
Araştırmaya Katılacak Denek Sayısı ve Nereden Seçileceği:	500 kişi/ Üniversite öğrencisi (İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi ve Biruni Üniversitesi son sınıf lisans ve yüksek lisans öğrencileri)															
Araştırmada Deneklerin Nasıl Seçileceği:	Son sınıf üniversite öğrencileri ve/ya lisansüstü öğrencilerine uygulanan anketten sonra yüksek puan alan şema alanı yüksek çıkan öğrenciler ile mülakat yapılacaktır. Amaçlı örnekleme ve kuramsal örnekleme yöntemleri kullanılacaktır.															
Uygulamanın veya Ölçeklerin Doldurma Süresi	15 dakika ölçek 1 saat görüşme soruları															
KARAR	ARAŞTIRMA İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİNİN ETİK DURUŞUNA AYKIRI DEĞİLDİR.															






06.12.2018 tarihli ve 2018/07 sayılı Etik Kurul Kararı ektir.

Tarih: 06.12.2018

Sayı: 2018/07

İlgi: İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Dekanlığı'nın 22.11.2018 tarihli ve 6191 sayılı yazısı.

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu tarafından hazırlanmıştır.



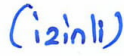
Başkan
Prof. Dr. Nasuh USLU



Üye
Prof. Dr. Ömer ÇAHA



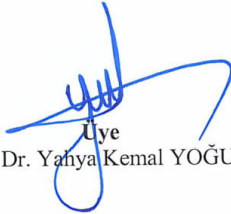
Üye
Prof. Dr. Mustafa ATEŞ



Üye
Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ



Üye
Prof. Dr. Mehmet KUTLU



Üye
Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTÇU



Üye
Av. Bilal ŞAMAT

EK 2 Gönüllü Katılım Formu ve Demografik Bilgi Formu

Gönüllü Katılım Formu

Bu araştırma, Doç. Dr. Seval Erden danışmanlığında doktora öğrencisi Nur Funda Başer Baykal'ın tez çalışması kapsamında yürütülmektedir. Çalışmanın amacı, katılımcıların erken dönem uyum bozucu şemalarının oluşumunu incelemektir. Çalışma iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde yaklaşık 15 dakika süren iki adet soru formunu cevaplamanız beklenmektedir. Birinci bölümün ardından belirlenen katılımcılarla yaklaşık bir saat süren bir görüşme yapılacaktır. Görüşmede sizi ve ailenizi daha yakından tanımak, yaşadığınız duyguları anlamak için sorular sorulacaktır. Görüşme içeriği tamimiyle gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir; elde edilecek bilgiler bilimsel yayımlarda kullanılacaktır.

Anket ve görüşme soruları genel olarak kişisel rahatsızlık verecek soruları içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz cevaplama işini yarıda bırakıp çıkabileceğinizi hatırlatmak isterim. Böyle bir durumda anketi uygulayan kişiye, anketi tamamlamadığınızı söylemek yeterli olacaktır. Anket sonunda, bu çalışmayla ilgili sorularınız cevaplanacaktır.

Bu çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için Nur Başer Baykal ile iletişime geçebilirsiniz.

Tel: 0212 962 96 50 Mail: nur.baser@izu.edu.tr

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum.

(Formu doldurup imzaladıktan sonra uygulayıcıya geri veriniz).

İsim Soyad:

Tarih:

İmza:

Demografik Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz: (1) Kadın (2) Erkek

2. Yaşınız: _____

3. Tamamladığınız eğitim düzeyinizi işaretleyiniz.

- (1) Okuma-yazma bilmiyorum (2) İlkokul (3) Ortaokul (4) Lise
(5) Yüksek Okul (2 yıllık) (6) Üniversite (4 yıllık) (7) Yüksek Lisans ve üzeri

4. Mesleğiniz:

- (1) Öğrenci (2) Devlet Memuru (3) Fabrikada Çalışan İşçi (4) Ofiste Çalışan İşçi (5) Akademisyen (6) Öğretmen

(7) Ev Hanımı (8) Diğer (lütfen belirtiniz) _____

5. İlişki durumunuz (size uygun olanı işaretleyiniz):

- (1) İlişkim yok (2) İlişkim var (3) Sözlüyüm/nişanlıyım (4) Evliyim (5) Boşanmış/Dulum

6. Çocuğunuz var mı?

- (1) Evet (2) Hayır

7. Kimlerle birlikte yaşıyorsunuz?

- (1) Eşim ve(ya) çocuklarımla birlikte (2) Anne-baba, (varsa) kardeşlerimle birlikte
(3) Eşimden ayrı, çocuklarımla birlikte (4) Karşı cinsten biri ile
(5) Yakın akraba ile (6) Arkadaş ile (7) Yalnız
(8) Diğer:

8. Annenizin tamamladığını eğitim düzeyinizi işaretleyiniz.

- (1) Okuma-yazma bilmiyor (2) İlkokul (3) Ortaokul (4) Lise (5) Yüksek Okul (2 yıllık)
(6) Üniversite (4 yıllık) (7) Yüksek Lisans ve üzeri

9. Babanızın tamamladığını eğitim düzeyinizi işaretleyiniz.

- (1) Okuma-yazma bilmiyor (2) İlkokul (3) Ortaokul (4) Lise (5) Yüksek Okul (2 yıllık)
(6) Üniversite (4 yıllık) (7) Yüksek Lisans ve üzeri

10. Kaç tane kardeşiniz var?

- (0) (1) (2) (3) ve üzeri

11. Siz kaçınıcı çocuksunuz?

- (1) (2) (3) diğer: _____

12. Anne-babanızın beraberlik durumu:

- (1) Birlikte yaşıyorlar
(2) Annem vefat etti: Anneniz vefat ettiğinde siz kaç yaşındaydınız?: _____
(3) Babam vefat etti: Babanız vefat ettiğinde siz kaç yaşındaydınız?: _____
(4) Boşanmamış ama ayrı
(5) Boşanmış: Boşandıklarında kaç yaşındaydınız?: _____

13. Bebeklik ve çocukluğunuzun ilk yıllarında (0-4 yaş) çoğunlukla size bakan kimdi? (Sizi kim büyüttü?)

- (1) Annem (2) Babam (3) Annem ve babam (4) Büyükanne/büyükbaba
(5) Büyük Kardeş (Abla /Abi) (6) Bakıcı

14. Tanı almış psikolojik/psikiyatrik rahatsızlığınız var mı?

- (1) Evet (2) Hayır

15. Varsa, psikolojik sorununuz için nasıl bir yardım / tedavi aldınız / alıyorsunuz?

- (1) Sadece psikoterapi (2) Sadece ilaç (3) Psikoterapi ve ilaç

EK 3: Young Şema Ölçeği

Yönerge: Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olmadığınız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, sizin **duygusal olarak** ne hissettiğinize dayanarak cevap verin.

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 terkedeceklerinden 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, yaşıtılarım 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” edilmesini 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 hiss ediyorum.
27. _____ Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
28. _____ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hiss ediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.
29. _____ Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.
30. _____ Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.
31. _____ En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.
32. _____ Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.
33. _____ Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.
34. _____ Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.
35. _____ İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.
36. _____ Eğer yanlış yaparsam, bunun özürü 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 hissederek 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 hissedirim.
53. ____ Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.
54. ____ Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.
55. ____ Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarımı ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.
56. ____ Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissedirim.
57. ____ Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.
58. ____ Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.
59. ____ Kendimi sevebilecek biri gibi hissetmiyorum.
60. ____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.
61. ____ Gündelik işler için benim kararlarım güvenilemez.
62. ____ Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.
63. ____ Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum-Benim kendime ait bir hayatım yok.
64. ____ Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.
65. ____ Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.
66. ____ Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.

67. ____ Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.
68. ____ Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.
69. ____ Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.
70. ____ Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.
71. ____ Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.
72. ____ Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.
73. ____ Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.
74. ____ İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.
75. ____ Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.
76. ____ Kendimi hep grupların dışında 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 sıyıramıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.
86. ____ Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.
87. ____ Kararlarıma nadiren sadık kalabilirim.
88. ____ Bir dolu övgü ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.
89. ____ Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.
90. ____ Ben cezalandırılmayı hak eden kötü bir insanım.

EK 4: Görüşme Soruları

- Nasıl bir çocuktunuz?
- Sizce çocukluğunuz nasıl geçti? Çocukluk döneminizi biraz anlatır mısınız? Nasıl bir ortamda büyüdünüz? (bağlam)
- Çocukluğunuzla ilgili hatırladığınız en erken (en küçük yaştaki) (ilk) anınızı anlatır mısınız?
- Sizi çok etkileyen hayatınızı şekillendiren olaylar dediğimde aklınıza neler geliyor? Anlatır mısınız?

(Anlattıktan sonra) bu olayı yaşadktan sonra ne hissettiniz?

(Anlattıktan sonra) bu olayı yaşadktan sonra ne düşündünüz?

(Anlattıktan sonra) bu olayla nasıl baş ettiniz (neler yaptınız?). -Baş edemediyse- nasıl davrandınız?

- Travma olarak adlandırabileceğiniz (kayıp, istismar, doğal afet gibi) bir yaşantınız var mı? (4. Soruda anlattıysa bir daha sorulmaz)
- Varsa nasıl yaşadınız? Detaylı anlatır mısınız?

(Anlattıktan sonra) bu durumu yaşadktan sonra ne hissettiniz?

(Anlattıktan sonra) bu durumu yaşadktan sonra ne düşündünüz?

(Anlattıktan sonra) bu durumla nasıl baş ettiniz (neler yaptınız?). Baş edemediyse nasıl davrandınız?

- Siz küçükken anne ve babanız arasındaki ilişki nasıldı? (nasıl tanımlarsınız?)
- Sizce anneniz nasıl bir anneydi? (nasıl biridir?)
- Sizce annenizin zayıf yönleri nelerdir? Güçlü yönleri nelerdir?
- Küçükken annenizle ilişkiniz nasıldı? (Annenizle olan ilişkinizi nasıl tanımlarsınız?)
- Annenizle ilgili anılarınızı gözden geçirdiğinizde en keyifli (en iyi) anınız nedir?
- (ne olmuştu, kimler vardı, ne hissettiniz, düşündünüz, yaşadınız?)
- Annenizle ilgili anılarınızı gözden geçirdiğinizde sizi olumsuz anlamda etkileyen anınız hangisidir?

(Anlattıktan sonra) bu durumu yaşadktan sonra ne hissettiniz?

(Anlattıktan sonra) bu durumu yaşadktan sonra ne düşündünüz?

(Anlattıktan sonra) bu durumla nasıl baş ettiniz (neler yaptınız?) Baş edemediyse, neler yaptınız, nasıl davrandınız?

- Doğduktan kısa bir süre sonra ya da ilk üç yıl içinde annenizden ayrı kaldığınız olmuş mu? Olmuş ise bildiğiniz kadarıyla o süreci anlatır mısınız? Bu süreçte size kim baktı?
- Annenizin yaşamınızın ilk yıllarında herhangi bir travma veya duygusal karmaşa yaşadığı ile ilgili bir şeyler duydunuz mu? Duyduysanız ve yaşadığını düşünüyorsanız bu ilişkinizi nasıl etkiledi?
- Sizce babanız nasıl bir babaydı? (nasıl biridir?)
- Küçükken babanızla ilişkiniz nasıldı?
- Sizce babanızın zayıf yönleri nelerdir? Güçlü yönleri nelerdir?
- Babanızla ilgili anılarınızı gözden geçirdiğinizde en keyifli (en iyi) anınız nedir?

(ne olmuştu, kimler vardı, ne hissettiniz, düşündünüz, yaşadınız?)

- Babanızla ilgili anılarınızı gözden geçirdiğinizde sizi olumsuz anlamda etkileyen anınız hangisidir?

(Anlattıktan sonra) bu durumu yaşadıktan sonra ne hissettiniz?

(Anlattıktan sonra) bu durumu yaşadıktan sonra ne düşündünüz?

(Anlattıktan sonra) bu durumla nasıl baş ettiniz (neler yaptınız?) Baş edemediyse, neler yaptınız, nasıl davrandınız?

- Doğduktan kısa bir süre sonra ya da ilk üç yıl içinde babanızdan ayrı kaldığınız olmuş mu? Olmuş ise bildiğiniz kadarıyla o süreci anlatır mısınız?
- Yaşamınızın ilk yıllarında babanızın herhangi bir travma veya duygusal karmaşa yaşadığı ile ilgili bir şeyler duydunuz mu? Duyduysanız ve yaşadığını düşünüyorsanız bu ilişkinizi nasıl etkiledi?