



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR, EBEVEYNLİK BİÇİMLERİ VE
PSİKOLOJİK BELİRTİLER
İLE
PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ
İLİŞKİLER**

Burcu Kömürcü

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2014

ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR, EBEVEYNLİK BİÇİMLERİ VE
PSİKOLOJİK BELİRTİLER
İLE
PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ
İLİŞKİLER

Burcu Kömürcü

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

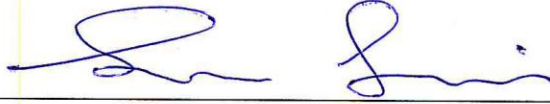
Ankara, 2014

KABUL VE ONAY

Burcu Kömürcü tarafından hazırlanan “Erken Dönem Uyumsuz Ő emalar, Ebeveynlik Biçimleri ve Psikolojik Belirtiler İle Psikolojik DıŐ lanmanın Tehdit Ettiğ  İhtiyaçlar Arasındaki İliŐ kiler” baŐ lıklı bu   alıŐ ma, 08 AĞ ustos 2014 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda baŐ arılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiŐ tir.



Prof. Dr. Elif KABAKÇI (BaŐ kan)



Prof. Dr. Gonca SOYGÜT PEKAK (DanıŐ man)



Doç. Dr. Sait ULU  

Yukarıdaki imzaların adı geçen   Ğ retim üyelerine ait olduğ unu onaylarım.

Prof. Dr. Yusuf ÇELİK

Enstitü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kâğıt ve elektronik kopyalarının Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- ☐ Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- ☐ Tezim/Raporum sadece Hacettepe Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- ☒ Tezimin/Raporumun 2 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

08.08.2014

Burcu KÖMÜRCÜ

TEŞEKKÜR

Tez hazırlık sürecinde disiplinler arası bir şekilde çalışmam konusunda beni desteklediği, bu süreçte her zaman olumlu bir tutuma sahip olduğu ve yaşama bakış açısıyla benim için önemli bir rol model olduğu için danışmanım Prof. Dr. Gonca SOYGÜT PEKAK’a teşekkür ederim.

Jürimde yer alarak gerek çalışmama gerekse öğrenim hayatıma sağladıkları katkılar için Prof. Dr. Elif BARIŞKIN ve Doç. Dr. Sait ULUÇ’a teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca bilgi birikimleriyle yanımda olan çok değerli hocalarım, Prof. Dr. İhsan DAĞ, Prof. Dr. Ferhunde ÖKTEM, Doç. Dr. Sedat IŞIKLI ve Öğr. Gör. Dr. Zeynel BARAN’a çok teşekkür ederim.

Her dersini ilgiyle dinlediğim, mesleki anlamda üzerimde yadsınamaz emeği olan ve süpervizyon sürecindeki katkılarıyla ileride sağ duyulu bir klinik psikolog olabilmemin önünü açan saygı değer hocam, Doç. Dr. Sait ULUÇ'a teşekkürü bir borç bilirim.

Sosyal psikolojiye ilgi duymamı sağladığı ve bu ilgiyi yaşamın her alanında canlı tutabileceğimi gösterdiği için Prof. Dr. Orhan AYDIN'a ve tez sürecinde verdiği araçsal destek için Prof. Dr. Deniz ŞAHİN'e teşekkür ederim.

Veri toplama aşamasında çalışmamın hızlanmasında büyük emeği olan Öğrenci Yurtları Müdürü Elif Ebru ERDEM, Öğrenci Evleri Müdürü Kudret AYDIN, Öğr. Gör. Dr. Yunus KOBAL, Öğr. Gör. Dr. Hayal YAVUZ ve Öğr. Gör. Dr. Savaş CEYLAN’a çok teşekkür ederim.

Tez verilerinin analizinde yaşadığım sorunlarda bana yol gösterici olan Arş. Gör. Arcan TIĞRAK ve Arş. Gör. Yusuf BAYAR'a; Şema Terapi araştırmaları konusunda bilgisini benimle paylaşan Arş. Gör. Zehra ÇAKIR'a sonsuz teşekkürler.

Hem veri toplama aşamasında yardımlarını esirgemedikleri hem de değerli arkadaşlıkları için Veysel KARAZOR, Zeynep Meltem TORUN ve Tenzile GEBEŞ'e çok teşekkürler...

Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca verdiği burs desteğinden dolayı TÜBİTAK'a teşekkür ederim.

Yüksek Lisans dönem arkadaşlarım Begüm YÜKSEL, Burçin AKIN, Buse BAYAT, Buse ŞENCAN, Fatma Mahperi ULUYOL, Gamze ŞEN, Nermin TAŞKALE, Özge ERARSLAN'a acı tatlı her anımda yanımda oldukları için gönülden teşekkür ederim.

Sadece tez sürecinde değil hayatımın her noktasında sürekli desteğini ve güvenini hissettiğim, dostluğun bir kez daha ne demek olduğunu bana hatırlatan sevgili arkadaşım Özle KOYUNCU'ya sonsuz teşekkür ederim.

Hacettepe Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans programına kabul almadan önce ve de sonra yanımda olan, bana güvenen, beraber güldüğüm, eğlendiğim, acı tatlı her anı paylaştığım çok sevgili dostlarım, Ecem ŞENGİR, Mert YILMAZ, Cem DOĞANOĞLU, Cansu ÖZKAN, sizlere ne kadar teşekkür etsem az, iyi ki varsınız.

Lisans ve yüksek lisans hayatım boyunca hem akademiye hem de hayata dair kararlarda ne zaman kapısını çalsam gülüyüz, anlayış ve ilgiyle beni dinlediği ve hayatımın bir döneminde içimdeki "kedisever"i ortaya çıkarmamı sağladığı için Arş. Gör. İsmail Volkan GÜLÜM'e teşekkür ederim.

Hayatımdaki önemini kelimelerle anlatmakta zorlandığım, gerek tez aşamasında gerek özel hayatımda ne zaman karamsarlığa düşsem beni sürekli motive eden, bana sürekli destek veren sevgili hocam Arş. Gör. Dr. Yasemin ABAYHAN'a, beni ayakta tutan şarkıları, eşsiz sohbeti, gülümseyişi belki de en önemlisi hayatımdaki varlığı için sonsuz teşekkürler.

Neredeyse tezi yazmaya başladığım andan beri, sana yazacağım cümleleri aklımda biriktirmeme sebep olan sen, yol arkadaşım, hem çocuksu hallerimi hem yetişkin tarafımı sevdiğin için, bana olan ilgin, şefkatin, yakınlığın ve tez sürecinde ne zaman bitiremeyeceğimden endişe etsem bana verdiğin umut, gösterdiğin sonsuz sabır ve verdiğin destek için teşekkür ederim Özgür ŞENTÜRK.

Son olarak, İzmir'de olsalar da, sevgilerini ve desteklerini hayatım boyunca bana hissettiren, her yolun sonunda bir çıkış olduğu inancını kaybetmememi sağlayan sevgili aileme, sevgili annem Aysel KÖMÜRCÜ ve sevgili babam Selman KÖMÜRCÜ'ye teşekkür ederim. Her zaman desteğinizi, güveninizi ve bana olan inancınızı hissettim. İyi ki sizin kızınızım. Sevgili kardeşim Buket KÖMÜRCÜ, cana yakınlığın, neşen ve hayatıma girdiğin günden beri kattığın her şey için teşekkür ederim. İyi ki varsın...

ÖZET

KÖMÜRCÜ, Burcu. *Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Ebeveynlik Biçimleri ve Psikolojik Belirtiler İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki İlişkiler, Yüksek Lisans Tezi*, Ankara, 2014.

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışmaya Hacettepe Üniversitesi'nde lisans eğitimine devam etmekte olan 133 öğrenci katılmıştır. Değişkenlerin ölçülmesi amacıyla katılımcılara Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YŞÖ-KF3), Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ), Semptom Değerlendirme Ölçeği (SA-45), İhtiyaç Tehdidi Ölçeği ve Demografik Bilgi Formu uygulanmıştır. Yapılan regresyon analizleri sonucunda baba ebeveynlik biçimlerinden Koşullu/Başarı Odaklı ebeveynlik biçimindeki artışın benlik değerindeki düşüşü; Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimindeki artışın benlik değerindeki artışı yordadığı dikkat çekmiştir. Ek olarak babanın sergilediği Aşırı İzin Verici/Sınırsız ve Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimindeki artış kontrol ihtiyacındaki artışı; buna karşın Cezalandırıcı ebeveynlik biçimindeki artış kontrol ihtiyacındaki düşüşü yordamaktadır. Anne ebeveynlik biçimlerinin psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen dört ihtiyaç boyutunu (ait olma ihtiyacı, benlik değeri, kontrol, anlamlı varoluş ihtiyacı) yordamadığı görülmüştür. Psikolojik belirtilerle psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlardan üçü (ait olma ihtiyacı, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyacı) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmazken kişilerin kaygı puanındaki artış benlik değerindeki artışı; fobik kaygı puanındaki artış benlik değerindeki düşüşü yordamaktadır. Ek olarak kişilerarası duyarlılık puanındaki artış ise benlik değerindeki düşüşü yordamaktadır. Araştırma sonuçları Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğerleri Yönelimlilik ve Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık şema alanları ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığını göstermiştir.

Sonuç olarak, bulgular ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtilerin psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen dört temel ihtiyaçla ilişkili olabileceğini göstermiştir. Kuram ve uygulamalar için destekleyici olan bu bulgular alan yazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Sözcükler

Erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri, psikolojik belirtiler, psikolojik dışlanma

ABSTRACT

KÖMÜRCÜ, Burcu. *The Relationship Between Early Maladaptive Schemas, Parenting Styles And Psychological Symptoms And The Needs Threats*, Master Thesis, Ankara, 2014.

This study was designed to examine the relationship between early maladaptive schemas, parenting styles, psychological symptoms and the need threats in university students. The sample of the study consisted of 133 undergraduate students studying at Hacettepe University. Aforementioned variables were assessed by Young Schema Questionnaire- Short Form 3, The Turkish versions of the Young Parenting Inventory, Symptom Assessment Inventory, Need Threat Scale. A series of regression analyses revealed that perceived paternal Conditional/Success-Oriented parenting style predicted the decrease in self esteem. The Pessimistic/Anxious paternal parenting style predicted the increase in self esteem. Extreme Permissive/Unlimited and Pessimistic/Anxious paternal parenting styles predicted the increase in the need of control. On the other hand paternal Punitive parenting style predicted the decrease in perceived control. Unexpectedly, none of the maternal parenting styles predicted basic need threats. Analyzing the relationship between psychological symptoms and self-esteem, results showed that the increase in anxiety score predicted the increase in self esteem and phobic anxiety predicted the decrease in self esteem. Moreover, the decrease in self-esteem predicted by the increase in interpersonal sensitivity. Finally, analyses showed that there is no significant relationship between five schema domains and basic need threats.

In conclusion, findings pointed out the predictive power of early maladaptive schemas, perceived parenting styles and psychological symptoms on need threats. The results of this study were discussed in the light of the relevant literature.

Key Words

Early maladaptive schemas, parenting styles, psychological symptoms, ostracism

İÇİNDEKİLER

Sayfa

KABUL VE ONAY.....	i
BİLDİRİM.....	ii
TEŞEKKÜR.....	iii
ÖZET.....	v
ABSTRACT.....	vii
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar DİZİNİ.....	xii
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xiii
EKLER DİZİNİ.....	xiv
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ	1
1.1 ŞEMA KAVRAMI	5
1.2 ŞEMA TERAPİ MODELİ	6
1.2.1 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	7
1.2.2 Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Özellikleri.....	8
1.2.3 Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Kökenleri	9
1.2.4 Şema Alanları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	12
1.2.5. Şema Modeli Çerçevesinde Erken Dönem Uyumsuz Şemalara İlişkin Yapılan Araştırmalar	19
1.3 EBEVEYNLİK BİÇİMLERİ	22
1.3.1 Şema Modeli Çerçevesinde Ebeveynlik Biçimleri	23

1.3.2 Şema Modeli Ebeveynlik Biçimleri Çerçevesinde Yapılan Araştırmalar.....	24
1.4 PSİKOLOJİK BELİRTİLER	25
1.4.1 Şema Modeli Çerçevesinde Psikolojik Belirtilere İlişkin Yapılan Araştırmalar	26
1.5 DIŞLAMA TÜRLERİ ve PSİKOLOJİK DIŞLANMA	30
1.5.1 Psikolojik Dışlanma	32
1.5.2 Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar	33
1.5.2.1 Ait Olma İhtiyacı.....	33
1.5.2.2 Benlik Değeri	34
1.5.2.3 Kontrol İhtiyacı	34
1.5.2.4 Anlamlı Varoluş İhtiyacı.....	35
1.5.3 Psikolojik Dışlanma Çerçevesinde Yapılan Araştırmalar.....	36
1.6 ARAŞTIRMANIN AMACI.....	43
BÖLÜM II.....	45
YÖNTEM.....	45
2.1 ÖRNEKLEM	45
Tablo 2. Katılımcılara Ait Sosyo-Demografik Değişkenlere İlişkin Sıklık ve Yüzdelik Değerleri.....	46
2.2 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	47
2.2.1 Demografik Bilgi Formu.....	47
2.2.2 Young Şema Ölçeği Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3)	47
2.2.3 Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ)	48
2.2.4 Semptom Değerlendirme Ölçeği (SA-45).....	49
2.2.5 İhtiyaç Tehdidi Ölçeği.....	51

2.3 İŞLEM.....	51
2.4 VERİLERİN ANALİZİ	53
BÖLÜM III	55
BULGULAR	55
3.1 ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ	58
3.1.1 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Ait Olma İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	59
3.1.2 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Benlik Değeri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	60
3.1.3 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Kontrol İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	60
3.1.4 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Anlamli Varoluş İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	60
3.2 EBEVEYNLIK BİÇİMLERİ İLE PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ	61
3.2.1 Ebeveynlik Biçimleri İle Ait Olma İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	63
3.2.2 Ebeveynlik Biçimleri İle Benlik Değeri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ...	63
3.2.3 Ebeveynlik Biçimleri İle Kontrol İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	65
3.2.4 Ebeveynlik Biçimleri İle Anlamli Varoluş İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	66
3.3 PSİKOLOJİK BELİRTİLER İLE PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ	67
3.3.1 Psikolojik Belirtiler İle Ait Olma İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	70
3.3.2 Psikolojik Belirtiler İle Benlik Değeri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	70

3.3.3 Psikolojik Belirtiler İle Kontrol İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ...	72
3.3.4 Psikolojik Belirtiler İle Anlamlı Varoluş İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	72
BÖLÜM IV	74
TARTIŞMA	74
4.1 ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ İLİŞKİYE YÖNELİK BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ	74
4.2 EBEVEYNLİK BİÇİMLERİ İLE PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ İLİŞKİYE YÖNELİK BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ	79
4.3 PSİKOLOJİK BELİRTİLER İLE PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ İLİŞKİYE YÖNELİK BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ	82
4.4 ÇALIŞMANIN SINIRLILIKLARI	86
4.5 ÇALIŞMANIN KLİNİK DOĞURGULARI.....	88
4.6 YENİ ÇALIŞMALAR İÇİN ÖNERİLER	90
BÖLÜM V	94
GENEL TARTIŞMA	94
KAYNAKLAR	95

TABLOLAR DİZİNİ

Sayfa

Tablo 1 Koşullu ve Koşulsuz Erken Dönem Uyumsuz Şemalar.....	19
Tablo 2 Katılımcılara Ait Sosyo-Demografik Değişkenlere İlişkin Sıklık ve Yüzdelik Değerleri.....	46
Tablo 3 Şema Alanları İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki Korelasyon Katsayıları.....	59
Tablo 4 Ebeveynlik Biçimleri İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki Korelasyon Katsayıları.....	62
Tablo 5 Ebeveynlik Biçimleri (Baba) İle Benlik Değeri Arasındaki İlişkiye Ait Hiyerarşik Regresyon Sonuçları.....	64
Tablo 6 Ebeveynlik Biçimleri (Baba) İle Kontrol İhtiyacı Arasındaki İlişkiye Ait Hiyerarşik Regresyon Sonuçları.....	66
Tablo 7 Psikolojik Belirtiler İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki Korelasyon Katsayıları.....	69
Tablo 8 Psikolojik Belirtiler İle Benlik Değeri Arasındaki İlişkiye Ait Hiyerarşik Regresyon Sonuçları.....	71

ŞEKİLLER DİZİNİ

	Sayfa
Şekil 1 Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçları Yordayan Değişkenlere İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Aşamaları.....	57
Şekil 2 Ebeveynlik Biçimleri ve Psikolojik Belirtilerin Psikolojik Dışlanma Tarafından Tehdit Edilen İhtiyaçlarla İlişkisi.....	73

EKLER DİZİNİ

	Sayfa
Ek 1 Gönüllü Katılım Formu.....	122
Ek 2 Demografik Bilgi Formu.....	124
Ek 3 Young Şema Ölçeği Kısa Form 3 (Yşökf-3).....	125
Ek 4 Young Ebeveynlik Ölçeği (Yebö).....	131
Ek 5 Semptom Değerlendirme Ölçeği (Sa-45).....	135
Ek 6 İhtiyaç Tehdidi Ölçeği.....	136
Ek 7 Deney Sonrası Görüşme Formu.....	138
Ek 8 Paravan Öykü İle Tutarlı Olarak Hazırlanmış Olan Aydınlatılmış Onam Formu.....	139
Ek 9 Deney Sonrası Görüşme ve Bilgilendirme Sonrası Verilen Aydınlatılmış Onam Formu.....	141
Ek 10 Şema Alanları İçin Ortalama, Standart Sapma, Minimum ve Maksimum Değerleri.....	144
Ek 11 Kopukluk Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi.....	145
Ek 12 Zedelenmiş Otonomi Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi.....	146
Ek 13 Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi.....	147
Ek 14 Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi.....	148
Ek 15 Yüksek Standartlar Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi.....	149

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bilişsel psikolojiden bilişsel terapiye doğru evrilen süreçte şemalar oldukça önemli bir yere sahiptir. “Şema”, olumlu ya da olumsuz; uyumlu ya da uyumsuz olabilen, çocuklukta ya da yaşamın daha sonraki aşamalarında şekillenebilen bir yapıdır (Beck, 1967). Bilişsel terapiler karşılaşılan sorunları çözmekte zaman içinde yetersiz kalmaya başlayınca bir yandan yeni öğeler eklenerek bilişsel terapinin değişimi ve gelişimi sağlanırken, bir diğer yandan yeni terapi yaklaşımları ortaya konmuştur. Şema terapi bilişsel terapinin gelişim serüveninde kendini var eden terapi modellerinden biridir.

Şema terapi, geleneksel bilişsel-davranışçı tedavilerin ve kavramların önemli derecede genişletildiği ve Young (1990) tarafından geliştirilmiş olan yenilikçi-bütünleyici bir yaklaşımdır. Bu yaklaşım, şemaların gelişimsel olarak şekillendiği varsayımına dayanmaktadır. Young (1999) tarafından “erken dönem uyumsuz şemalar” kavramı, şemaların kökenlerinde yatan erken dönem yaşantıları göz önüne alınarak ortaya konmuştur. Erken dönem uyumsuz şemalar; anı, duygu, biliş ve bedensel duyulardan oluşan, bir kişinin kendini ve başkalarıyla olan ilişkilerini dikkate alan, çocukluk ya da ergenlik boyunca gelişen, kişinin yaşamı boyunca karmaşıklaşan ve önemli dereceye kadar işlevsiz olan genel yaygın tema ya da örüntülerdir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Bugüne kadar her biri ayrı kökene dayanan ve uzun vadede birbirleriyle aynı etkiye sahip olmayan, beş (5) şema alanı altında yer alan on sekiz (18) farklı erken dönem uyumsuz şema tanımlanmıştır (Young ve ark., 2003).

Şema terapi modeli, erken dönem uyumsuz şemaların kişilik bozuklukları, daha hafif kişilik sorunları ve pek çok kronik Eksen I bozukluklarının temeli olabileceği hipotezini öne sürmüştür (Young, 1990). Erken dönem uyumsuz şemalar çoğunlukla farkındalık alanımızın dışında, bilişin derinliklerinde olan, bireyin depresyon, kaygı bozukluğu, bağımlılık, sosyal fobi, madde kötüye kullanımı, yeme bozuklukları, kişilik

bozuklukları, agorafobinin eşlik ettiği panik bozukluk, psikosomatik bozukluklar, olumlu kişiler arası ilişkiler kuramama gibi sorunlara yatkın hale gelmesine zemin hazırlayan yaygın bilişel yapılarıdır (örn., Ball ve Cecero, 2001; Cecero, Nelson ve Gillie, 2004; Giesen-Bloo, van Dyck, Spinhoven, van Tilburg, Dirksen, van Asselt, Kremers, Nadort ve Arntz, 2006; Hartt ve Waller, 2001; Hedley, Hoffart ve Sexton, 2001; Jovev ve Jackson, 2004; Leung, Thomas ve Waller, 2000; Petrocelli, Glaser, Calhoun ve Campbell, 2001; Pinto-Gouveia, Castilho, Galhardo ve Cunha, 2006; Reeves ve Taylor, 2007; Riso, Maddux ve Santorelli, 2007; Schmidt, Joiner, Young ve Telch, 1995; Thimm, 2010a, Young, 1999; Turner, Rose ve Cooper, 2005; Young ve ark., 2003; Waller, Kennerly ve Ohanian, 2007).

Erken dönem uyumsuz şemaların kökeninde, çocuğun erken dönem yaşantılarının, karşılanmayan ihtiyaçlarının ve mizacının bütünleşik bir etkisi vardır (Young ve ark., 2003). Çocuğun sağlıklı yetişkin bir birey olmasına engel teşkil edecek olan aşırı katı olma, ihmalkâr davranma, duyarlılıktan yoksun olma, reddedici ya da aşırı izin verici olma, sınır koymama, çocuğun özerkliğini önemsememe ve bunun gibi olumsuz özelliklere sahip ebeveyn tutum ve davranışları erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminde önemli role sahiptir. Çocuğa bakım verme işlevi yerine getirilmediği ya da bakım verenlerin olumsuz işlevlere sahip olduğu ortamda yetişen bireyler bir sosyal gruba ait olamayacağı, duygusal ilişki ihtiyaçlarının yeterince karşılanamayacağı, duygularını göz ardı etmesi gerektiği ve diğerlerinin onu inciteceği gibi olumsuz inançlar geliştirebilirler. Bu tür inançlar da psikolojik belirtilerin oluşmasına ya da artmasına katkıda bulunabilmektedir.

Bu tez çalışmasının diğer bir inceleme alanı olan psikolojik dışlanma süreci, bireyin başka bir birey veya grup tarafından yok sayılması, göz ardı edilmesi olarak tanımlanmaktadır (Williams, 2007a). Psikolojik dışlanma sürecinde bireye olumsuz dahi olsa herhangi bir şekilde tepki verilmemekte, bireye yokmuş gibi davranılmakta ve bireyin adeta sosyal ölümü gerçekleşmektedir (Williams, 2007b).

Psikolojik dışlanma sonucunda dışlanmaya maruz kalan bireyin ortaya koyduğu tepkiler; anlık (refleksif) tepkiler, kısa vadede oluşan tepkiler ve uzun vadede oluşan tepkiler olarak üç başlık altında ele alınabilir. Refleksif tepkiler, bir dışlanma tehdidi algılandığı ya da dışlanmanın gerçekleştiği ilk anda ortaya çıkan tepkilerdir. Söz konusu tepkiler arasında fiziksel bir acıya benzer bir acı duygusu, uyarılmışlık durumu, üzüntü ve öfke gibi olumsuz duygular ile başta ait olma ihtiyacı olmak üzere benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçlarının tehdit altına girdiği duygusu yer almaktadır (Williams, 2001, 2007a).

Dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlardan biri olan ait olma ihtiyacı, bireylerin sosyal ilişkiler kurma ve var olan sosyal ilişkilerini koruma çabalarıyla tanımlanır (Baumeister ve Leary, 1995). Olumlu ve düzenli sosyal bağlar kurulamadığı yolundaki inançlar, kurulan sosyal bağların karşılıklılık esasına göre yürütülmediği yolundaki algılar ya da bu bağların gelecekte de devam edeceği konusundaki güvensizlik ait olma ihtiyacının tehdit edilmesine yol açabilmektedir.

Olumlu benlik değerine sahip olmanın temel bir ihtiyaç olduğu ve bu ihtiyacın insanları benlik değerlerini korumak ve desteklemek için güdülediği görüşü, benlik konusunda çalışan psikologların neredeyse hepsi tarafından kabul edilmektedir (Gecas, 1982; Leary ve Downs, 1995). Dışlanmanın olumlu benlik değeri ihtiyacı için bir tehdit doğuracağı görüşü hakkında, Leary ve Baumeister (2000) bireyin özellikle diğerlerinin gözünde ne kadar olumlu/olumsuz değerlendirildiğine dair algısının (sosyal benlik değeri) dışlanmaya bağlı olarak azalacağını vurgulamaktadır.

Kontrol kavramı, birçok psikolojik kuramda merkezi bir yer tutmaktadır (Thompson ve Schlehofer, 2008). Öz yeterlik, kişisel nedensellik gibi farklı kavramlarla ifade edilse de, çevre ve davranışlar üzerinde kontrol sahibi olduğuna ilişkin algıların, davranışların önemli güdüleyicilerinden biri olduğu görüşü pek çok kuram tarafından dile getirilmektedir (Bandura, 1977; DeCharms, 1968).

Ayrıca, kontrol algısının yitirilmesinin önemli bir stres kaynağı olduğu ve psikolojik iyi olma durumu açısından olumsuz sonuçlar doğurabileceği de vurgulanmaktadır (Seligman,1975).

Dehşet Yönetimi Kuramı (Greenberg, Simon, Pyszczynski, Solomon ve Chatel, 1992) kökenli bir kavram olan anlamlı varoluş ihtiyacı, bireylerin varlıklarının bir değer ve anlam taşıdığına inanma isteklerine işaret etmektedir. Dehşet Yönetimi Kuramı'na göre, diğer canlılardan farklı olarak insan ölümlü olduğunun farkındadır ve bu farkındalık insanda bir dehşet duygusu yaratır. Bu dehşet, sosyal davranışların önemli güdüleyicilerinden bir tanesidir (Greenberg, Solomon ve Arndt, 2008). Williams'a (2007a) göre psikolojik dışlanma, ölümlülüğü hatırlatan bir ipucu olarak bireyin anlamlı varoluş ihtiyacını da tehdit etmektedir.

Dışlanmanın ya da dışlanma tehdidine hedef olmanın, bireylerin duygusal, davranışsal ve bilişsel süreçleri üzerinde olumsuz etkileri olduğunu gösteren pek çok araştırma mevcuttur (Baumeister ve DeWall, 2005; Boyes ve French, 2009; Gonsalkorale ve Williams, 2007; Lieberman ve Eisenberger, 2006; Smith ve Williams, 2004; Twenge ve Campbell, 2003; Williams ve Jarvis, 2006; Williams ve Sommer, 1997). Yapılan araştırmalara bakıldığında, psikolojik dışlanma algısının ortaya çıkmasında ve dolayısıyla ihtiyaç tehdidinin derecesini belirlemede rol oynayabilecek düzenleyici değişkenlerin (*moderator*) nedensel yüklemeler ve bireysel farklılıklar olmak üzere iki grupta toplanmakta olduğu görülmektedir. Nedensel yüklemeler açısından bakıldığında, birey psikolojik dışlanma durumundan kendisini ya da diğerlerini sorumlu tutabilir. Bireysel farklılıklar ise bağlanma biçimleri, ait olma, kontrol, benlik değeri ve anlamlı varoluş ihtiyaçlarının gücü ile ilgilidir. Öz değerlendirme ölçümleri kullanılarak, psikolojik dışlanmanın ilk anda dört temel ihtiyaca yönelik bir tehdit duygusu ortaya çıkarıp çıkarmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen araştırmalarda genellikle gerçek ya da olası bir dışlanmanın ilk anda bireyin benlik değerinde, ait olma ihtiyacında ve kontrol algısında azalmaya yol açtığını ve varlığının anlamlı olduğuna yönelik inancını sarstığını işaret eden bulgular elde edilmiştir (Bastian ve Haslam, 2010; Bernstein, Sacco, Young, Hugenberg ve Cook, 2010; Jones, Carter-Sowell ve Kelly,

2011; Sebastian, Viding, Williams ve Blakemore, 2010; Smith ve Williams, 2004; Stillman, Baumeister, Lambert, Crescioni, DeWall ve Fincham, 2009; Williams, Govan, Croker, Tynan, Cruickshank ve Lam, 2002; Williams, Cheung ve Choi, 2000; Zadro, Williams ve Richardson, 2004; Zadro, Boland ve Richardson, 2006).

Aktarılanlardan hareketle; erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtilerin, psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği dört temel ihtiyaç türü ve bu ihtiyaçların düzeyleri ile aralarındaki ilişkilerin incelenmesinin önemli bir çalışma alanı olabileceği düşünülmektedir. Ebeveynlik biçimlerinin aşırı ya da ihmalkâr olmasının, erken dönem uyumsuz şema ve psikolojik belirtilerin; psikolojik dışlanma olgusu tarafından tehdit edilen ihtiyaç türleri ve düzeylerinde artma ya da azalma yönünde bir değişimi yordayabileceği öngörülmektedir.

Bu çalışmada, psikolojik dışlanma olgusu, psikolojik belirtiler ile ilişkili görülen erken dönem uyumsuz şemalar ve ebeveynlik biçimleri gibi gelişimsel arka plan açısından, klinik ve sosyal psikoloji disiplinlerini örtüştüren bir çerçevede ele alınmıştır.

İlerleyen kısımda şema kavramı, şema terapi modeli ve bu model çerçevesinde erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve ardından Psikolojik dışlanma tanıtılmıştır.

1.1 ŞEMA KAVRAMI

Şema kavramının tarihi yolculuğuna bakılacak olursa, şema olumlu ya da olumsuz; uyumlu ya da uyumsuz olabilen, çocuklukta ya da yaşamın daha sonraki aşamalarında şekillenebilen bir yapıdır (Beck, 1967). Beck'in yaklaşımına göre bireyin duygulanımı ve davranışları, onun daha önceki deneyimlerine bağlı olarak gelişen ve dünyayı algılamasına yön veren bilişsel şemalar tarafından belirlenir (Beck, 1997). Genel olarak şema, karmaşık bir içeriğin geçmiş deneyimler ve yeni bilgilerle organizasyonundan çıkarsanan bir soyutlamadır (Thorndyke ve Hayes-Roth, 1979).

Şemalar, bireyin kendiyle ve çevreyle olan bilgiyi nasıl düzenleyeceğini belirleyen, bireyin dış dünya ve kendisiyle ilgili temel varsayımlarını içeren, geçmiş yaşantı ve deneyimler sonucunda oluşmuş bilişsel yapılardır. Yaşamın erken dönemlerindeki kişisel deneyimler ve çevredeki önemli insanlarla yapılan özdeşimlerle oluşan şemalar, yaşamın daha ileri yıllarındaki benzer deneyimler ve öğrenmelerle pekişir. Şemalar bireyin nasıl düşündüğünün, hissettiğinin, davrandığının ve diğerleriyle kurulan ilişkilerin niteliğinin önemli belirleyicilerinden biridir.

Bilişsel gelişim içerisinde bir şema, bireylerin onu açıklamasına yardımcı olan, algıya aracılık ve yanıtlara kılavuzluk eden deneyim ya da gerçekliği dayatan örüntüdür. Şema, bireyin şema ile bağdaşan bilgileri işlemesine öncülük ettiği gibi; yeni bir bilginin de birey tarafından şemaya uyumlu olacak şekilde algılanmasına öncülük etmektedir (Arntz, 1994). Buradan hareketle şemalar, bireyin tekrarlı olarak bu bilişsel yapıları onaylayıcı bir şekilde davranmasına yol açmaktadır (Butler, Brown, Beck ve Grisham, 2002).

Şema kavramının yıllar içindeki değişiminin bilişsel davranışçı terapi yaklaşımından şema terapi yaklaşımına doğru giden gelişimden bağımsız düşünülmesi mümkün değildir. Bu nedenle bir sonraki başlık altında şema terapi modeli ve söz konusu modelin doğurgularına değinilmiştir.

1.2 ŞEMA TERAPİ MODELİ

Şema terapi, geleneksel bilişsel terapiden yola çıkarak temellendirilmiş, kısa süreli bilişsel terapiden yeterli düzeyde fayda sağlanılamayan ve uzun süredir devam eden kişilik bozukluklarını, daha hafif kişilik sorunlarını ve psikolojik sorunları tedavi etmek amacıyla geliştirilmiş, Gestalt Terapi Yaklaşımı'ndan, Bağlanma Kuramı'ndan, Yapısalcı ve Psikodinamik okullardan farklı öğeleri birleştiren bütünlük bir yaklaşımdır (Young ve ark., 2003).

Son on yıldır klasik bilişsel davranışçı terapi değişmekte ve depresyon, kaygı ve kişilik bozuklukları gibi psikolojik sorunun erken dönem çocukluk deneyimleri ile açıklanabileceği üzerinde durmaktadır (Young, 1999; Young, Weinberger ve Beck, 2001; Young ve ark., 2003). Şema Terapi Yaklaşımı'nı temel alarak yürütülen tedaviler son yirmi yılda oldukça gelişmiştir (Kellogg ve Young, 2006). Özellikle İngiltere'de, Hollanda'da ve İskandinav ülkelerinde bulunan bilimsel çevrelerce yoğun dikkat çekmiştir (Nordahl ve Nysæter, 2005).

Klasik bilişsel davranışçı terapilerin bazı sorunlar karşısındaki sınırlılıkları, ikinci kuşak bilişsel davranışçı terapilerin, bilişsel yapıların daha derinine ya da çekirdek şemalar olarak adlandırılan yapılara odaklanmasına olanak sağlamıştır (James, 2001; Perris, 2000; Young, 1999; Young ve ark., 2003). Şema Terapi, akut psikiyatrik belirtilerden ziyade kronik sorunları hedef alan bir yaklaşımdır (Martin ve Young, 2010). Şema Terapi Modeli, çoğu şemanın kişilik bozuklukları, daha hafif kişilik sorunları ve pek çok Eksen-I bozukluğunun temeli olabileceği hipotezini öne sürmüştür (Young, 1990). Şema terapi yaklaşımı, şemaların gelişimsel olarak şekillendiği varsayımına dayanmaktadır. Şemaların kökenlerinde yatan erken dönem yaşantıları göz önüne alınarak Young (1999) tarafından “erken dönem uyumsuz şemalar” kavramı ortaya konmuştur.

Aktarılan şema terapi modelinin en önemli bileşenlerinden olan erken dönem uyumsuz şemalar ilerleyen kısımda ele alınmıştır.

1.2.1 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Young'a göre (1999) erken dönem uyumsuz şemalar; anı, duygu, biliş ve bedensel duyulardan oluşan, bir kişinin kendini ve başkalarıyla olan ilişkilerini dikkate alan, çocukluk ya da ergenlik boyunca gelişen, kişinin yaşamı boyunca karmaşılaşan ve önemli dereceye kadar işlevsiz olan genel yaygın tema ya da örüntülerdir.

Erken dönem uyumsuz şemalar, olumsuz bir bakış açısıyla şema ile çatışan bilgilerin önemsizlenmesine ve şema ile uyumlu bilgiyi teyit edilmesine neden olarak uzun yıllar

boyunca varlıklarını sürdüren ve bireyin daha sonraki olayları nasıl yorumlayacağını etkileyen bilişsel yapılardır (McGinn ve Young, 1996; Schmidt ve ark., 1995).

1.2.2 Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Özellikleri

Young (1990), şemaları birinci kuşak bilişsel kuramın öne sürdüğü bireyin bilişsel yapılanmasının en derininde yatan "temel inançlar"dan ayırır. Beck'in (1967) öne sürdüğü temel inançların aksine, erken dönem uyumsuz şemalar herhangi bir koşula bağlı değildir.

Erken dönem uyumsuz şemalar, gelişimin erken dönemlerinde oluşmaya başlayan ve yaşam boyu tekrar eden, kalıcı, başka bir deyişle değişime dirençli bilişsel yapılardır (Riso, Froman, Raouf, Gable, Maddux, Turini-Santorelli ve ark., 2006; Young ve Lindeman, 1992).

Erken dönem uyumsuz şemalar, yeni bir bilgiyi yorumlamada ve sorunları çözmede rehber görevindedirler. Bu rehberliği kendilerini tekrarlayıcı bir yolla yaptıkları için şemalar sürekli olarak varlıklarını devam ettirirler (Williams, Watts, MacLeod ve Mathews, 1997).

Kronik yaşam zorlukları ile uğraşan bireylerin şemalarını değiştirmek için gerekli olan motivasyondan yoksun oldukları alanyazından elde edinilen bir bilgidir (Hawke, Provencher ve Arntz, 2011). Buradan hareketle erken dönem uyumsuz şemaların bir diğer özelliği olan “egosintotik” olmaları dikkat çekmektedir.

Sağlıklı durumdayken genelde sessiz olan erken dönem uyumsuz şemalar, yaşam olayları ve psikopatolojilerle etkin hale geçerler. Bir kez etkin hale geçtikten sonra ise seçici dikkat yoluyla yeni yaşantıların işlemlendirilmesini; seçici hatırlama yoluyla da geçmiş anıların yeniden yapılandırılmasını etkiler ve böylece varlıklarını sürdürürler (Young, 1999).

Erken dönem uyumsuz şemalar, bireyin dünyayı algılamasına aracılık ve dünyaya verdiği yanıtlara kılavuzluk etmesinin yanı sıra olaylar, durumlar ve ilişkiler tarafından tetiklenir. Yaşam olayları, erken dönem uyumsuz şemaları harekete geçirebilir ve birey olaylara sahip olduğu şemayla uyumlu olacak biçimde tepki verir. “Yeniden sahneleme” olarak da isimlendirilen bu sürecin amacı, çocuklukta deneyimlenenden farklı ve daha sağlıklı bir sonuç elde etmek; kendi kendini iyileştirmektir (Freud, 1914; Levy, Blatt ve Shaver, 1998; Young ve Klosko, 1994).

Şemalar; bilişsel çarpıtmalar, kendini engelleyen örüntüler ve uyumsuz başa çıkma biçimleri sayesinde direkt ya da dolaylı olarak kendilerini sürdürür ve hafif psikolojik sıkıntılardan kişilik bozukluklarına kadar geniş bir yelpazede yayılan psikolojik sorunlara yol açarlar (Young, 1999; Young ve ark., 2003).

Erken dönem uyumsuz şemaların özelliklerine değinildikten sonra devam eden kısımda bu şemaların kökenleri incelenmiştir.

1.2.3 Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Kökenleri

Erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasına zemin hazırlayan etmenleri, erken dönem yaşantılar, karşılanması gereken ihtiyaçlar ve mizaç olmak üzere üç ögenin birleşimi bağlamında ele alabiliriz.

Şema Modeli, şemaların yaşamın erken dönemlerinde geliştiğini ve bu şemaların çocuklukta yaşanan çevre tarafından şekillendirildiğini öne sürmektedir. İhmal, istismar yaşantıları, yüksek duygu dışavurumu gibi özelliklerle tanımlanan olumsuz aile ortamı erken dönem uyumsuz şemaların gelişimde büyük rol oynamaktadır. Şemalar genelde, çocukluk ya da ergenlik dönemleri boyunca gelişmekte ve çocuğun içinde yaşadığı aile ortamını ve yakın çevresini yansıtmaktadır.

Hem Young (1999) hem de Bowlby (1988), ebeveynlerle gerçekleşen erken dönem yaşantıların bilişsel şemaların gelişiminde etkili olduğunu belirtir. Ebeveynler tarafından karşılanmayan stabilite, bakım, güvenlik, ait olma, sevgi gibi duygusal ihtiyaçlar, erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminde önemli bir role sahiptir. Young (1990), bir çocuğun sağlıklı bir gelişim sürdürebilmesi için diğerlerine güvenli bağlanma, özerklik, yetkinlik ve kimlik algısı, duyguların ve ihtiyaçların ifade edilmesi, kendiliğinden olma ve oyun olmak üzere temel duygusal ihtiyaçların karşılanması gerektiği varsayımında bulunmaktadır; bakım verenlerin çocuk için ilkelerden birini ya da daha fazlasını sağlayamamama durumunda erken dönem uyumsuz şemaların gelişeceğini eklemekle beraber ve bu erken dönem uyumsuz şemaların da pek çok psikopatoloji türüne yakınlığı artırıcı bir etki yapabileceğini belirtmektedir.

Alanyazında yer alan araştırma sonuçları, Young'ın (1994) şemaların kökenine ilişkin olumsuz ebeveyn davranışlarının yer aldığına ilişkin görüşlerini destekler niteliktedir. Özellikle soğuk, reddedici ve aşırı kontrolcü ana-baba algılamalarının (Harris ve Curtin 2002, Leung ve ark. 2000, Murris 2006, Shah ve Waller 2000) ihmal ve istismar edici yaşantıların (Hartt ve Waller, 2001; Newman, Leahy ve Beck, 2002; Waller, Meyer ve Ohanian, 2001) erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkili olduğu bulunmuştur. Bir diğer grup araştırmada ise psikolojik belirtiler ile ilgisizlik, sıcaklık göstermeme, reddetme, aşırı koruma, özerkliğe izin vermeme gibi olumsuz ana-babalık algılamaları (Jones, Harris ve Leung, 2005; Jones, Leung ve Harris 2006; Harris ve Curtin 2002, Meyer ve Gilling, 2003, Thimm 2009, Turner, Rose ve Cooper, 2004) ihmal ve istismar yaşantısı (McGinn, Cukor ve Sanderson, 2005; Specht, Chapman ve Celluci, 2009; Wright, Crawford ve Del Castillo; 2009) arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı bir rolü olduğu bulunmuştur. Olumsuz ana-baba tutumları ile ana-babanın olumsuz çocuk yetiştirme uygulamalarının yanı sıra, ailenin işlevsiz olması ya da ailenin işlevlerini sağlıklı olarak yerine getirmemesinin de psikolojik belirtilerle ilişkili olduğu uzun zamandır bilinmektedir (Goodyer ve ark. 1997, Fristad ve Clayton 1991, Lizardi, 1995).

Buradan hareketle, aile işlevleri psikolojik belirtilerle ilişkili ise kökeni çocukluk dönemi olumsuz yaşantılara dayanan erken dönem uyumsuz şemalarla da ilişkili olabileceği öngörülmektedir. Aile ortamı birey tarafından sevgisiz, ilgisiz, desteksiz olarak algılandığında; aile üyeleri arasında iletişim eksikliği ya da sorun çözmede bir güçlük olduğunda bireylerin olumsuz erken dönem uyumsuz şemalar geliştirmeleri mümkün olabilmektedir. Yetişkin örneklem üzerinde ve geriye dönük tarama şeklinde yapılmış pek çok çalışmada, erken dönem uyumsuz şemalarla ebeveynin olumsuz davranışları arasında bir ilişki bulunmuştur (McGinn ve ark., 2005; Messman-Moore ve Coates, 2007; van Hanswijck de Jonge, Waller, Fiennes, Rashid ve Lacey, 2003; Wright ve ark., 2009). Araştırmalar, erken dönem uyumsuz yaşantıların ileride diğerleriyle kurulacak olan ilişkilerdeki zayıflığın ve uyum sağlayamamanın yordayıcısı olduğunu göstermektedir (Kobak ve Sceery, 1988).

Young ve arkadaşlarına göre (2003), çocuğun mizacı şemaların kökeninde yatan önemli etmenlerden biridir; çünkü mizaç bakım veren ve çocuk arasındaki ilişkinin uyumunu etkileyebilmektedir.

Erken dönem uyumsuz şemaların kalıtsal, biyolojik ve çevresel faktörlerin birbirleriyle etkileşimleri sonucunda ortaya çıktığını gösteren çalışmalar vardır (Nordahl, Holthe ve Haugum, 2005). Bu nedenle erken dönem uyumsuz şemaların kökenlerine ilişkin dile getirilen varsayımlar incelenirken bileşenlerin bütünlük etkisinin göz önüne alınmasında fayda olacağı düşünülmektedir.

İzleyen kısımda, gelişimsel kökenleri aktarılmış olan erken dönem uyumsuz şemalara ilişkin olarak, Young ve arkadaşlarının (2003) önerdikleri modele göre şema alanları ve boyutları anlatılmaktadır. Modele göre, erken dönem uyumsuz şemalar beş (5) şema alanı altında yer alan on sekiz (18) yapıyı içermektedir. Aşağıda ilgili boyutlar beş (5) şema alanı başlığı altında aktarılmıştır.

1.2.4 Şema Alanları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Model kapsamında, Kopukluk ve Reddedilmişlik Şema Alanı, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğerleri Yönelimlilik ile Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık olmak üzere beş (5) şema alanı altında toplanan on sekiz (18) tane erken dönem uyumsuz şema tanımlanmıştır (Young ve ark., 2003).

1) Kopukluk ve Reddedilmişlik Şema Alanı

Bu alandaki şemalara sahip olan bireyler istikrar, güvenlik, bakım, sevgi, ait olma, empati, kabul edilme, duyguların aktarılması gibi ihtiyaçlarının diğerleri tarafından karşılanmayacağına veya karşılanamayacağına inanmakta ve diğerleri ile güvenli, tatmin edici bir bağlanma kuramamaktadırlar. Bu kişilerin gelişimsel öykülerine bakıldığında genel olarak tutarsız, kötüye kullanan, soğuk, reddedici, ilgisiz ya da dış dünyadan yalıtılmış ailelerden geldikleri görülmektedir. İleride sözü edilecek dört şema alanına ve bu alanların kapsamındaki diğer erken dönem uyumsuz şemalara kıyasla, bu alana ilişkin erken dönem uyumsuz şemalara sahip olanlar, daha fazla zarar görmüş ve genellikle travmatik bir çocukluk geçirmiş olan kişilerdir. Bu kişiler yetişkin yaşamlarında kendilerine zarar veren ilişkileri sürdürmeye devam edebilir ya da tersine bu tür ilişkilerden kaçınırlar (Young ve ark., 2003). Bu şema alanı ile ilişkili erken dönem uyumsuz şemalar ise Terk Edilme/İstikrarsızlık, Güvensizlik/Suistimal Edilme, Duygusal Yoksunluk, Kusurluluk/Utanç ve Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma şemalarıdır.

i) *Terk Edilme/İstikrarsızlık* şeması önem verilen kişilerle bağlantı kurmada istikrarsızlıkla kendini gösterir. Bu şemaya sahip kişiler önem verdikleri kişilerin duygusal olarak istikrarsız ve belirsiz, güvenilmez ya da düzensizlik gösterdiklerine; yakında öleceklerine ya da daha iyi birisinden yana olup kendilerini terk edeceklerine inandıklarından dolayı onlardan duygusal destek, bağlantılılık, güç ya da pratik korunma sağlamaya devam edemeyecekleri duygusunu taşırlar. Bu şemaya sahip olan kişiler önemli diğerleriyle olan ilişkilerinin kalıcı olmayacağı inancına sahiptirler.

ii) *Güvensizlik/Suistimal Edilme* şemasına sahip bireyler başkaları tarafından kendilerine zarar verileceği, yalan söyleneceği, kendilerinin istismar edileceği, küçük düşürüleceği, aldatılacağı, kullanılacağı ya da herhangi bir zaafından yararlanılacağı beklentisi içindedirler. Genellikle zararın kasıtlı olarak verildiği, haksızlık veya aşırı ihmalkârlığın sonucu olduğu algısını içerir. Bu bireylerin genellikle istismar edici aile içinde yetiştikleri bildirilmektedir.

iii) *Duygusal Yoksunluk* şeması, bireyin normal bir derecedeki duygusal destek arzusunun başkaları tarafından yeteri kadar karşılanmayacağı beklentisidir. Yoksunluk; ilgi (bakım, sıcaklık, sevgi görme), empati (dinlenme ya da anlaşılma, kendini açma) ve korunma yoksunluğu (diğer önemli kişilerin koruması ve/veya yönlendirmesi) olmak üzere üç biçimde olabilir. Bu şemaya sahip bireyler genellikle soğuk bir aile ortamında yetişen bireylerdir.

iv) *Kusurluluk/Utanç* şeması; bireyin kusurlu, kötü, istenmeyen, sevilmeyen, değersiz; önemli konularda yararsız ya da dışa açıldığında itici olabilecek olma duygusunu içerir. Bu kusurlar kişisel (bencillik, öfke patlamaları, kabul edilemez cinsel arzular) ya da genel (itici fiziksel görünüş, sosyal beceriksizlik) olabilirler. Şemanın kökeninde reddedici ebeveyn tarzları bulunmaktadır.

v) *Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma* şeması, dünyanın geri kalanından yalıtılmış ve farklı olma, herhangi bir grubun parçası olamama duygusunu içerir. Bu şemaya sahip bireyler, ailesi dışındaki sosyal dünyaya uymadığı ya da farklı olduğu duygusu içindedir. Bu şemaya sahip bireyler kendini herhangi bir gruba ya da topluluğa ait hissedememektedir.

2) Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma Şema Alanı

Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma Şema Alanı'na sahip bireyler, bağımsız hareket edemeyeceklerine ve aileden ayrı kalamayacaklarına ilişkin düşüncelere sahiptirler. Bu şema alanına sahip bireyler kimliklerini oluşturmakta ve yaşamlarını kurmakta zorlanırlar. Bu alanda şemaları olan bireylerin dünya hakkındaki beklentileri, ebeveyn figürlerinden farklılaşmak ve onlardan bağımsız hareket edebilmek ile ilgili

istekleriyle çatışmaktadır. İlgili şemaları olan kişiler kendilerini aşırı koruyan ve her şeyi onlar adına yapan ailelerden gelebildikleri gibi tersi tutuma sahip olan ailelerden de gelebilmektedirler. Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma Şema Alanı'na sahip bireyler, çocukluklarında genellikle ana-babaları tarafından aşırı korunmuş, ya da tam tersi ana-babalarından yeterli ilgiyi görememişlerdir. Ebeveynlerinin bu tavrı çocuğun yetkin davranışlarının pekişmesini engellemekte ve çocuğun kendine güven duygusunu azaltmaktadır. Bu alanda yer alan şemalar, Bağımlılık/Yetersizlik, Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık, İç İçe Geçme/Gelişmemiş Benlik ve Başarısızlık şemalarıdır.

vi) *Bağımlılık/Yetersizlik* şeması, başkalarından fazla yardım almadan, yetkin bir şekilde kişinin günlük sorumluluklarını yerine getirememeye inancıdır.

vii) *Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık* şeması, herhangi bir anda kesin bir felaket olacağı ve ondan korunamayacak olmaya ilişkin duyulan korkudur. Bu korkular tıbbi felaketlere yönelik olabileceği gibi duygusal ve dışsal felaketlere yönelik de olabilir.

viii) *İç İçe Geçme /Gelişmemiş Benlik* şeması, tamamen bireyleşme ya da olağan sosyal gelişim pahasına biriyle veya önem verilen kişilerle aşırı duygusal ilgi ve yakınlığı içerir. Bu şemaya sahip bireyler, başkalarının sürekli desteği olmadan mutlu olamayacaklarını ya da dayanamayacaklarını düşünürler. Bu kişilerde kendilerine ait bir kimlik algısı bulunmayabilir.

ix) *Başarısızlık* şeması, kişinin kaçınılmaz biçimde başarısız olma ya da okul, kariyer ve spor gibi başarı alanlarında akranlarına göre temelde yetersiz olma inancıdır.

3) Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı

Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı'na sahip bireyler, öz disiplin ya da yeterli içsel sınırlar geliştirememişlerdir. Bu şemaya sahip bireyler dürtülerini dizginleme ve gelecek uğruna

o anda deneyimlenen hazzı erteleme yeteneğinden, başka bir ifadeyle kendilerini disipline etmekten yoksundurlar. Ek olarak bu bireyler, başkalarının haklarına saygı gösterme, işbirliği yapma, sözleri yerine getirmeyle uzun vadeli hedefler oluşturmada zorluk yaşamaktadırlar. Söz konusu bireylerin aile kökenlerine bakıldığında, aşırı izin verici ve hoşgörülü ailelerden geldikleri; çocukluklarında da uyulması gereken kurallara uymaya, kendilerini kontrol etmeye ya da başkalarını dikkate almaya yönlendirilmedikleri görülmektedir. Hak Görme/Büyüklik ve Yetersiz Öz-denetim bu alanda tanımlanan erken dönem uyumsuz şemalardır.

x) *Hak Görme/Büyüklik* şeması, kişinin başka insanlardan üstün ve ayrıcalıklı olduğu, normal bir sosyal etkileşim sağlayacak karşılıklı kuralları tarafından sınırlandırılmadığı inancıdır. Bu şemaya sahip bireyler, güç ya da kontrol elde etmek için, gerçekçi olana, başkalarının makul saydığına ya da başkalarına verilen zarara bakmadan her ne istiyorsa yapabileceği inancına sahiptirler.

xi) *Yetersiz Öz-denetim* şeması, bireyin hedeflerine ulaşmak ya da duygu ve isteklerinin aşırı ifadesini engellemek için öz-denetim uygulamakta yaygın biçimde zorluk çekmeyi içerir.

4) Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı

Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı'na sahip bireyler ise, kendi ihtiyaçlarından çok başkalarının ihtiyaçlarını karşılamaya önem veren; onaylanmak ve duygusal bağı sürdürmek için kendi ihtiyaçlarını göz ardı eden; diğerleriyle olan etkileşimlerinde kendi ihtiyaçlarına oranla diğerlerinin tepkilerine odaklandıklarından kendi öfke ya da tercihlerine ilişkin farkındalıkları düşük olan bireylerdir. Çocukluklarında sevgi ve destek alabilmek için kendiliklerinin bazı yönlerini bastırmak zorunda kaldıkları koşullu kabulün olduğu ailelerden gelen bu kişilerin ebeveynleri çocuğun ihtiyaçlarından çok kendi duygusal ihtiyaçlarını ya da sosyal görünümünü önemsemektedirler. Bu şema alanı Boyun Eğicilik, Kendini Feda ve Onay Arayıcılık erken dönem uyumsuz şemalarını içermektedir.

xii) *Boyun Eğicilik* şeması, kişinin duygularını baskılaması nedeniyle kontrolün başkalarına teslim edilmesidir. Boyun eğme, ihtiyaçların ve duyguların baskı altına alınması ile ortaya çıkar. Genelde kişinin kendi arzularının, duygu ve düşüncelerinin geçersiz olması ya da başkalarına önem verme algısını içerir. Boyun eğicilik şeması olan kişilerde çeşitli pasif- agresif davranışlar, kontrol edilemeyen öfke patlamaları, psikosomatik yakınmalar gibi bir takım işlevsel olmayan belirtiler ortaya çıkabilmektedir.

xiii) *Kendini Feda* şeması, kişinin kendi memnuniyeti pahasına günlük işlerde gönüllü olarak başkalarının ihtiyaçlarını gidermeye aşırı odaklanmasıdır. Bunu muhtaç olduklarını düşündükleri kişilerle duygusal bağlantı kurmak, olumlu bir benlik değerine sahip olmak veya suçluluktan kurtulmak gibi nedenlerle yapabilirler.

xiv) *Onay Arayıcılık* şeması güvenli ve gerçek kendilik duygusunu geliştirme pahasına diğer insanlardan onay almaya, tanınmaya, ilgi görmeye ya da onlara uyum sağlamaya aşırı önem vermeyi içerir. Bu sebepten bu şemaya sahip bireylerin sosyal statüye, dış görünüme, paraya ya da başarıya yönelik aşırı uğraşları bulunabilmektedir.

5) Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanı

Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanı'na sahip bireyler duygu ve dürtülerini baskı altına alırlar. Genelde kendini ifade etme, rahatlama, yakın ilişki ya da sağlıklarından feragat ederek, kendi yaşamlarıyla ilgili katı ve içselleştirilmiş kurallara uymaya çalışırlar. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanı'nın kökeninde ise katı, talepkar, cezalandırıcı ya da duyguların ifade edilmesine izin verilmediği bir aile ortamı yer almaktadır. Çocuklar bu aile ortamında sürekli dikkatli ve tetikte olmaları gerektiğini öğrenirler. Bu şema alanı Karamsarlık, Duyguları Bastırma, Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik ve Cezalandırıcılık erken dönem uyumsuz şemalarını içermektedir.

xv) *Karamsarlık* şeması, hayatın olumlu yönlerini değersizleştirip göz ardı ederken, olumsuz yönlerine yaygın bir şekilde odaklanmayı içerir. Bu şema bireyin genelde “iyi gidiyor” gibi görünen her şeyin er ya da geç yanlış gideceğine dair abartılı beklentisini yansıtır. Bu kişiler olumsuz sonuçlara ilişkin aşırı ve yaygın beklentilerinden dolayı sürekli olarak endişeli, tedirgin, aşırı uyarılmış durumdadırlar.

xvi) *Duyguları Bastırma* şeması, başkaları tarafından reddedilmekten, utanç duygusundan ve dürtüsel kontrolü kaybetmekten kaçınmak için kendiliğinden eylemin, duygu ya da iletişimin genellikle aşırı baskılanmasıdır.

xvii) *Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştircilik* şeması, genelde eleştiriden kaçınmak için temelde içselleştirilmiş eylem ya da davranışların oldukça yüksek standartlarını karşılamaya çabalamayı içerir. Genel anlamda baskı duygusu ya da güçlkle sakinleşme, kendisi ve başkalarına yönelik aşırı eleştirciliği içerir. Yüksek standartlar genelde mükemmeliyetçilik, katı kurallar ya da zaman ve verimlilik ile ilgilidir.

xviii) *Cezalandırıcılık* şeması, bireyin yaptığı hatalar için sert bir şekilde cezalandırılması gerektiği inancıdır. Bu kişiler kendilerine ve diğer insanlara karşı öfkeli ve hoşgörüsüzdürler.

Yukarıda ele alınmış olan on sekiz (18) şema için yapılan bir diğer ayırım da bu şemaların koşullu ve koşulsuz olmalarına yöneliktir. Koşullu erken dönem uyumsuz şemalar, koşulsuz erken dönem uyumsuz şemalara benzer şekilde gelişmektedirler. Ancak koşullu erken dönem uyumsuz şemalar koşulsuz erken dönem uyumsuz şemalara kıyasla daha sonra gelişirler ve değişmeye daha yatkındırlar.

Terk Edilme/İstikrarsızlık, Güvensizlik/Suistimal Edilme, Duygusal Yoksunluk, Kusurluluk/Utanç, Sosyal İzolasyon, Bağımlılık/Yetersizlik, Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık, İç İçelik/Gelişmemiş Benlik, Başarısızlık,

Karamsarlık, Cezalandırıcılık, Hak Görme/Büyüklik ve Yetersiz Öz Denetim şemaları koşullu şemalardır. Bu şemalar daha erken dönemde gelişmişlerdir ve daha uyumsuz ve değişime daha dirençlidirler.

Boyun Eğicilik, Kendini Feda, Onay Arayıcılık, Duyguları Bastırma ve Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik şemaları ise koşullu şemalar olup daha esnektirler; fakat yine de koşullu şemalar da uyumsuzdurlar (Young ve ark., 2003).

Koşullu ve koşulsuz erken dönem uyumsuz şemalar ilgili şema alanları altında Tablo 1.'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Koşullu ve Koşulsuz Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Kopukluk ve Reddedilmişlik Şema Alanı	Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma Şema Alanı	Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı	Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı	Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanı
Terk Edilme/ İstikrarsızlık	Bağımlılık/ Yetersizlik	Hak Görme/ Büyüklik	<i>Boyun Eğicilik*</i>	Karamsarlık*
Güvensizlik/ Suistimal Edilme	Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanaksızlık	Yetersiz Öz-denetim	<i>Kendini Feda*</i>	<i>Duyguları Bastırma*</i>
Duygusal Yoksunluk	İç İç Geçme/ Gelişmemiş Benlik		<i>Onay Arayıcılık*</i>	<i>Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik*</i>
Kusurluluk/Utanç	Başarısızlık			Cezalandırıcılık
Sosyal İzolasyon/ Yabancılaşma				

Not: Koşullu şemalar "*" işareti ile *italik* olarak gösterilmiştir.

1.2.5. Şema Modeli Çerçevesinde Erken Dönem Uyumsuz Şemalara İlişkin Yapılan Araştırmalar

Şema modeli çerçevesinde erken dönem uyumsuz şemaların özellikleri, kökenleri, psikolojik belirtiler ve ebeveynlik biçimleri ile ilişkisi gibi şema modeline ilişkin alan yazına farklı yönlerden katkı sağlayan gerek inceleme gerekse derleme çalışmaları olmak üzere pek çok çalışma yapılmış; bu çalışmalar aşağıda aktarılmıştır.

Young (1999) erken dönem uyumsuz şemaların pek çok klinik durumun belirtilerinin oluşmasına veya sürmesine katkıda bulunduklarını ve gerek kişiler arası alana gerekse kişiliğe ilişkin sorunların altında yatan hazırlayıcılar olduklarını belirtir. Young ve

arkadaşları (2003), kişilikle ilgili patolojileri "erken dönem uyumsuz şemalar" olarak adlandırılan farklı şemaların birleşimleri şeklinde kavramsallaştırmaktadırlar.

Erken dönem uyumsuz şemaların psikolojik belirtilerle birlikte doğuracağı sonuçlar bu tez çalışmasının diğer bir odak noktası olduğundan erken dönem uyumsuz şemalar ve psikopatoloji ile ilgili araştırmalar ilerleyen başlıklarda ayrıca ele alınmış; bu bölümde klinik herhangi bir tanıya sahip olmayan katılımcılardan oluşan örnekleme sahip araştırmalara yer verilmiştir.

Klinik herhangi bir tanı almayan bireylerden oluşan örnekleme yürütülen çalışmalarda Bağımlılık/Yetersizlik ve Kusurluluk/Utanç şemaları (Schmidt ve ark., 1995), Terk Edilme/İstikrarsızlık, Güvensizlik/Suistimal Edilme, Sosyal İzolasyon (Harris ve Curtin, 2002) şemaları depresyon şiddetiyle ilişkili şemalar arasındadır.

Genç kızlarla yapılan bir çalışmada yeme bozukluğu belirtileri ve şema puanları değerlendirilmiş, yüksek yeme tutumu puanına sahip olanların olmayanlara göre Duygusal Yoksunluk, Terk Edilme/İstikrarsızlık, Boyun Eğicilik ve Yetersiz Öz-Denetim şemalarından aldıkları puanın diğer gruptan yüksek olduğu gözlenmiştir (Turner ve ark., 2005).

Psikiyatrik herhangi bir tanısı olmayan kronik ağrı şikâyeti olan bireylerde Bağımlılık/Yetersizlik, Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık ve Karamsarlık şema puanları kontrol grubundan daha yüksek bulunmuştur (Saariaho, Saariaho, Karila ve Joukamaa, 2009).

Alan yazında az da olsa erken dönem uyumsuz şemalar ve kişilik özellikleri ile ilgili olan çalışmalar da vardır. Erken dönem uyumsuz şemalar ve Beş Faktör Kişilik Modeli'ne dair yürütülen bir çalışmada, Muris (2006) klinik herhangi bir tanı sahibi olmayan ergenlerde tüm erken dönem şemaların nörotisizm ile anlamlı korelasyon gösterdiğini rapor etmiştir. Sava (2009), üniversite öğrencilerinin katılımıyla gerçekleştirdiği bir çalışmada, erken dönem uyumsuz şemalar ile Beş Faktör Kişilik Modeli'nin iki bileşeni olan uyumluluk ve nörotisizm arasında bir ilişki olduğunu

belirtmiştir. Yapılan analizlere göre erken dönem uyumsuz şemalarla uyumluluk arasında düşük, nörotisizm arasında yüksek bir korelasyon olduğu görülmüştür. Erken dönem uyumsuz şemalar ile nörotisizm ve dışa dönüklük kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi araştıran bir diğer çalışmada, Terk Edilme/İstikrarsızlık ve Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık şemaları nörotisizmle olumlu yönde; Sosyal İzolasyon, Duyguları Bastırma ve Hak Görme/Büyüklik şemaları ise dışa dönüklük özelliği ile olumsuz yönde korelasyon göstermiştir (Bahramizadeh ve Ehsan, 2011). Ergenler ve yetişkinlerin dâhil olduğu bir çalışmada Güvensizlik/Suistimal Edilme, Hak Görme/Büyüklik ve Yetersiz Öz-Denetim şemaları ile saldırgan kişilik özelliği arasında bir ilişki olduğu bilinmektedir (Tremblay ve Dozois, 2009). Calvete (2008) tarafından ergenlerden oluşan örneklem üzerinde yürütülen bir çalışmada Hak Görme/Büyüklik şemasından alınan toplam puanların 6 ay aradan sonra saldırgan davranışın güçlü bir yordayıcısı olduğu sonucuna varılmıştır.

Üniversite öğrencisi kadınlardan oluşan örneklem üzerinde yürütülen bir çalışma, Young Şema Ölçeği tarafından değerlendirilen neredeyse tüm şemalar ile sınır kişilik bozukluğunu belirtilerinin şiddeti arasında yüksek ilişki olduğunu göstermiştir (Meyer, Leung, Feary ve Mann, 2001). Young Şema Ölçeği ve kişilik bozuklukları arasındaki bağı inceleyen bir araştırmada, cinsiyet ve eşlik eden dramatik küme kişilik bozuklukları kontrol edildiğinde, Terk Edilme/İstikrarsızlık şeması özellikle sınır kişilik bozukluğu belirtileri ile ilişkili bulunmuştur (Reeves ve Taylor, 2007).

Obezite ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışmanın sonuçlarına göre, Duygusal Yoksunluk, Güvensizlik/Suistimal Edilme, İç İç Geçme/Gelişmemiş Benlik, Başarısızlık ve Yetersiz Öz-Denetim şemalarının genel yaşam kalitesini olumsuz yönde yordadığı görülmüştür (Bidadian, Bahramizadeh ve Poursharifi, 2011).

Gardiyanların yaşadığı travmatik yaşantılar ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışmada, travma sonrası stres belirtilerinin gardiyanlarda yüksek oranda olduğu ve belirtileri göstermeyen gardiyanlarla karşılaştırıldığında belirtilere sahip olan gardiyanlarda Güvensizlik/Suistimal Edilme

şemasının diğer şemalara göre daha baskın görülmüştür (Boudoukha, Przygodzki-Lionet ve Hautekeete, 2011).

Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin erken dönem uyumsuz şemaları ile sınav öncesi kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada, öğrencilerin Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi, Diğerleri Yönelimlilik şemaları ile durumluk kaygı düzeyleri; Kopukluk ve Reddedilmişlik ve Diğerleri Yönelimlilik şemaları ile sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (Atlı Özbaş, Sayın ve Coşar, 2012).

Erken dönem uyumsuz şemalar, kariyer seçimi ve iş stresi arasındaki ilişkileri araştırmayı amaçlayan bir çalışma, yapılan korelasyon analizleri herhangi bir psikiyatrik ve fiziksel rahatsızlığı bulunmayan bireylerde, erken dönem uyumsuz şemalar ile duygusal tükenmişlik, depersonalizasyon ve düşük kişisel başarı bileşenlerinden oluşan psikolojik yıpranma arasında anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Ek olarak erken dönem uyumsuz şemalarla iş stresi arasında da anlamlı bir ilişki olduğu çalışmanın bulguları arasındadır. (Bamber ve McMahon, 2008).

1.3 EBEVEYNLİK BİÇİMLERİ

İnsan yavrusu diğer çoğu canlıdan farklı olarak uzun süreli ve yakın bakım verildiği takdirde hayatta kalabilen bir canlıdır. Yakın bakım insan yavrusunun sadece hayatta kalması için değil, aynı zamanda duygu ve davranışlarının şekillenmesi için de büyük öneme sahiptir.

Ebeveynlik, çocuk yetiştirmekte olan aileler ve bu çabanın öznesi olan çocuklar için önemli bir olgudur. Ebeveynlik çocukla etkileşimin kurulması, çocuğun davranışına rehberlik edilmesi ve çocuğa alışkanlıklar kazandırılması gibi pek çok ögeyi kapsar.

Odaklandıkları özellikler değişmekle birlikte, erken dönem çocuk-ebeveyn etkileşimlerinin önemi bağlanma (Ainsworth, 1989; Ainsworth ve Bowlby, 1991), sosyal etkileşim (Fisher, Ellis ve Chamberlain, 1999) ve aile sistemleri kuramı (Hinde, 1989; Parke, 2002; Parke ve Buriel, 2006) gibi pek çok önde gelen kuram tarafından

vurgulanmıştır. Ebeveynlik kavramı incelenirken ebeveynlik tutumları, uygulamaları ve davranışları (örn. Darling ve Steinberg, 1993; Maccoby ve Martin, 1983) araştırmaların baş unsurları olmuştur.

Ebeveynlik biçimlerine dair aktarılan genel bilgileri takiben, bir sonraki bölümde bu tez çalışmasının odağı olan şema modeli bağlamında ebeveynlik biçimleri ve ilgili araştırmalar aktarılmıştır.

1.3.1 Şema Modeli Çerçevesinde Ebeveynlik Biçimleri

Şemalar Bowlby'nin (1973) bağlanma kuramından yola çıkarak temelde bağlanma figürleriyle olan etkileşimlerin temsilleriyle tanımlanmaktadır (Young ve Lindemann, 1992). Bu bağlamda Young ve arkadaşlarına göre (2003), çocuklukta karşılanması gereken evrensel bazı temel duygusal ihtiyaçlar bulunmaktadır. Bunlar; diğerlerine güvenli bağlanma, özerklik, yetkinlik ve kimlik algısı, duyguların ve ihtiyaçların ifade edilmesi, kendiliğinden olma ve oyundur. Çocuğun psikolojik olarak sağlıklı ve uyumlu olarak gelişebilmesi için bu ihtiyaçların karşılanması gerektiği öne sürülmektedir. Buradan hareketle şemaların kökeninde erken dönem yaşantılarının önemi vurgulanmakta ve çoğu uyumsuz şemanın temelinde bazı örseleyici çocukluk yaşantılarının olduğu önerilmektedir (Soygüt ve Çakır, 2009).

Başta Bowlby'nin (1973) bağlanma kuramı olmak üzere pek çok kuramda belirtildiği gibi; çocuğun ailesine ilişkin temsilleri çocuğun tüm dünyaya ilişkin temsillerinin temelini oluşturduğundan çocuğun erken dönemde ebeveynleriyle yaşadığı etkileşimler oldukça önemlidir. Young ve arkadaşlarına (2003) göre, şemaların gelişiminde akranların, okulun ve diğer sosyo-kültürel yapıların etkisinin gözlenmesinin yanı sıra, bu etkenlerin yol açtığı şemalar, ebeveynlerle etkileşim sonucunda gelişen şemalar kadar güçlü ya da yaygın değildir. Kurama göre ebeveynlik biçimleri Kuralcı/Kalıplayıcı, Küçümseyici/Kusur Bulucu, Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı, Sömürücü/İstismar Edici, Aşırı Koruyucu/Evhamlı, Koşullu/Başarı Odaklı, Aşırı İzin

Verici/Sınırsız, Kötümser/Endişeli, Cezalandırıcı, Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran ebeveynlik alt boyutlarında tanımlanmaktadır.

Şema Modeli çerçevesinde ebeveynlik biçimleri yukarıda aktarılmış olup devam eden kısımda bugüne değin yürütölmüş olan çalışmalara değinilmiştir.

1.3.2 Şema Modeli Ebeveynlik Biçimleri Çerçevesinde Yapılan Araştırmalar

Pek çok farklı kuramın erken dönem yaşantılara verdiği önemden dolayı erken dönem anne-çocuk ilişkisinin yanı sıra, hem anne hem babanın ya da bakım verenin çocukla olan ilişkisi ve bu ilişkinin yaşamın devamındaki olaylarla bağlantısı farklı çalışmalar tarafından incelenmiştir (Freud, 1946; Lumney ve Harkness, 2007; Murris, 2006; Stallard, 2007; Wicks-Nelson ve Israel, 2006; Winnicot, 1965).

Algılanan çocuk yetiştirme tutumları, erken dönem uyumsuz şemalar ve kişilik bozuklukları arasındaki bağı araştıran ve klinik örnekleme yürütölen bir çalışmada, beş şema alanı babanın reddedici tutumu ile; Zedelenmiş Sınırlar hariç diğer dört şema alanı da annenin reddedici tutumu ile ilişkili bulunmuştur (Thimm, 2010).

Shah ve Waller (2000) tarafından ayaktan tedavi gören depresyon tanısı alan ve klinik herhangi bir tanı almayan bireylerden oluşan örnekleme yürütölen, algılanan ebeveynlik biçimlerini ve erken dönem uyumsuz şemaları konu edinen bir çalışma, Kusurluluk/Utanç, Yetersiz Öz-Denetim ve Kendini Feda şemalarının depresyon tanısına sahip olanlar ve olmayanlar arasında farklılaştığını göstermektedir. Ayrıca, ebeveynlik biçimi ile kaygı ve depresyon belirtileri arasındaki ilişkide, bilişsel özelliklerin aracı rolüne ilişkin bulgular mevcuttur (McGinn ve ark., 2005).

Aile işlevleri ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada, olumsuz aile işlevlerinin psikolojik belirtileri yordamasının, Duygusal Yoksunluk şemasından kaynaklandığı görölmüştür (Kapçı ve Hamamcı, 2010). Duygusal

Yoksunluk şema alanının aracı rolünü gösteren başka araştırmalar da bulunmaktadır. Örneğin, yeme bozukluğu tanısı alan bireylerle yapılan bir çalışmada, Duygusal Yoksunluk şema alanında değerlendirilen Sosyal İzolasyon şemasının, yeme bozukluğu ile olumsuz ebeveyn tutumu arasındaki ilişkide aracı bir rolü olduğu bulunmuştur (Jones ve ark., 2005). Duygusal Yoksunluk ve Sosyal İzolasyon şemalarının fiziksel ve duygusal istismar yaşantıları ile depresyon arasındaki ilişkide de aracı değişken rolünde olduğu bulunmuştur (Lumley ve Harkness, 2007).

Erken dönem uyumsuz şemaların çocukluktaki ihmal ve istismar yaşantıları ile anlamlı ilişkiler gösterdiğine işaret eden çalışmalar da mevcuttur (Cecero ve ark.,2004). Özellikle soğuk, reddedici ve aşırı kontrolcü ana-baba algılamalarının (Murris 2006, Harris ve Curtin 2002, Leung ve ark. 2000) ve ihmal ve istismar edici yaşantıların (Hartt ve Waller 2001, Waller ve ark. 2001) erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkili olduğu bulunmuştur.

Bireylerin maruz kaldıkları ebeveynlik biçimlerine ilişkin algıları ile psikolojik belirti geliştirmeleri arasındaki ilişkide kişilerarası şemaların aracı rolünü inceleyen bir çalışmada, düşmanlık boyutunun, anneye ilişkin Kuralcı/Kalıplayıcı, Küçümseyici/Kusur Bulucu, Kötümser/Endişeli ebeveynlik algıları; babaya ilişkin, Kuralcı/Kalıplayıcı, Küçümseyici/Kusur Bulucu, Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı, Kötümser/Endişeli, Cezalandırıcı ve Değişime Kapalı/ Duygularını Bastıran ebeveynlik algıları ile psikolojik belirtiler arasında aracı rolünün olduğu gözlenmiştir (Soygüt ve Çakır, 2009).

Bu bulgular daha sonraki başlıklarda tanıtılacak olan psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlarla ebeveynlik biçimlerinin ilişkisinin olası olduğunu düşündürmektedir.

1.4 PSİKOLOJİK BELİRTİLER

Erken dönem uyumsuz şemalarla psikopatoloji arasında kuramsal olarak bir bağ bulunmaktadır. Erken dönem uyumsuz şemaların olumsuz çocukluk yaşantıları ile

yetişkin psikopatolojisi ilişkisine aracı değişken olarak yön verdiği bildirilmiştir (Carr ve Francis, 2010). Bireyin yaşamındaki belirli bir olay, hangi şemanın harekete geçtiğine göre değişmekle beraber, kaygı bozukluğu ya da depresyon görünümü ile kendini belli eden erken dönem uyumsuz şemaları tetikleyebilir. Örneğin Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık şemasına sahip olan bir bireyin kaygı bozukluğu belirtileri gösterme eğilimi depresyon belirtileri gösterme yatkınlığı olasılığından daha fazla olacaktır (Young, 1994).

Young (1990) tarafından geliştirilen Şema Terapi'nin kuramsal temellerine göre her bir psikopatoloji bir ya da daha fazla erken dönem uyum bozucu şemaya sahiptir. Ek olarak, belli şema birleşimleri kimi kişilik bozukluklarının oluşması ve sürdürülmesi ile ilgilidir (Young ve ark., 2003). Bu açıdan ele alınınca erken dönem uyumsuz şemaların da psikolojik belirtilere yatkınlık oluşturabileceği, bu yatkınlığında kişiler arası ilişkileri ve çevreden gelen uyarıcılara verilen cevapları etkileyebileceği öne sürülebilir. Bireyin sahip olduğu psikolojik belirtilerin psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçların türünde ve boyutunda değişikliğe neden olabileceği varsayılmaktadır.

1.4.1 Şema Modeli Çerçevesinde Psikolojik Belirtilere İlişkin Yapılan Araştırmalar

Erken dönem uyumsuz şemalar ve Eksen-I bozuklukları ya da Eksen-I tanı grubu belirtileri ile ilişki olarak yapılan araştırmalar aşağıda aktarılmıştır.

Erken dönem uyumsuz şemalar ve depresyon arasındaki ilişkiyi açıklamaya çalışan bir araştırmada, İç İç Geçme/Gelişmemiş Benlik şeması dışındaki tüm şemalardan alınan puanlar depresyon tanısı alan kadınlarda kontrol grubundan yüksektir. Depresif belirtilerin şiddeti ile en yüksek ilişki gösteren şema alanları ise Kopukluk ve Reddedilmişlik ile Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma şema alanlarıdır (Konukçu, Akkoyunlu ve Türkçapar, 2013).

Klinik örnekleme yürütülen başka bir çalışmada ise Kopukluk ve Reddedilmişlik ve Zedelenmiş Sınırlar şema alanları depresyon belirti şiddetini yordamaktadır (Hoffart, Sexton, Hedley, Wang, Holthe ve ark., 2005; Renner, Lobbestael, Peeters, Arntz ve

Huibers, 2012). Diğer çalışmalarda ise Boyun Eğicilik, Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık (Petrocelli ve ark., 2001), Kendini Feda (Shah ve Waller, 2000; Calvete, Estévez, López de Arroyabe ve Ruiz, 2005), Yetersiz Öz-Denetim (Shah ve Waller, 2000) şemaları depresyon şiddeti ile bağlantılı bulunmuştur. Erken dönem uyumsuz şemaların uzun dönemde kalıcılığını araştıran az sayıda çalışma olsa da, Riso ve arkadaşları (2006) ayaktan tedavi gören depresyon tanısı alan bireyin iki buçuk (2.5) ile beş (5) yıl aralıktan sonra depresyon şiddetlerinin düşmesine rağmen erken dönem uyumsuz şema puanlarında anlamlı derecede bir azalma olmadığını ortaya koymuşlardır. Başka bir çalışmada, Kopukluk ve Reddedilmişlik dışındaki tüm şema alanlarının, depresyon şiddetindeki değişimin önemli bir bölümünden sorumlu olabileceğine işaret edilmektedir (Halvorsen, Wang, Richter, Myrland, Pedersen ve ark., 2009). Bir çalışmada depresif duygu durumunun Duygusal Yoksunluk ve Kusurluluk/Utanç şemalarından alınan puanların artmasında etkili olduğu gösterilmiştir (Stopa ve Waters, 2005). Yapılan diğer çalışmalarda da depresyon tanısı alan bireylerde kontrol grubunda bulunan bireylere göre tüm şema alanlarında yükselen şema puanları kaydedilmiştir (Riso, du Toit, Blandino, Penna, Dacey ve ark., 2003; Lapsekili ve Ak, 2012).

Bipolar ve unipolar depresyon hastalarının bilişsel şemalar açısından değerlendirilerek farklılıkların ortaya konulması amaçlayan bir çalışmada, Terk Edilme/İstikrarsızlık şemalarında unipolar ile kontrol grupları arasında; Güvensizlik/ Suistimal Edilme şemasında unipolar ile bipolar ve unipolar ile kontrol grupları arasında; Hak Görme/Büyüklik alanında ise unipolar ile kontrol grupları arasında farklılık vardır ve diğer tüm şema alanlarında kontrol grubu ile bipolar ve unipolar grupları arasında farklılık varken kontrol grubu dışında kalan diğer iki grubun şema alanları puanları ise benzerdir (Lapsekili ve Ak, 2012). Bipolar duygu durum bozukluğu riski altında olan bireylerin erken dönem uyumsuz şemaları incelendiğinde, çoğu şema puanında yükselme görülmekle birlikte, Hak Görme/Büyüklik ve Yetersiz Öz-Denetim şema puanlarının birlikte yükseldiği ancak Duyguları Bastırma şemasında anlamlı değişim olmadığı rapor edilmiştir (Hawke ve ark., 2011). Klinik örneklemle yürütülen devam çalışması niteliğindeki bir araştırmada, bipolar duygu durum bozukluğu tanısı alan bireylerde kontrol grubuna göre Onay Arayıcılık ile birlikte Hak Görme/Büyüklik ve Yetersiz Öz-

Denetim şemaları yüksek bulunurken, Duyguları Bastırma şemasından alınan puanların yine düşük olduğu sonucu ortaya koyulmuştur (Hawke ve Provencher, 2012). Hak Görme/Büyüklik şemasının bipolar duygu durum bozuklukları tanısı alan bireylerde yüksek olması akla yatkın bir sonuç olsa da, bu sonuç yapılan bilimsel araştırmalarla daha güvenilir hale gelmiştir (Johnson ve Jones, 2009; Johnson, Ruggero ve Carver, 2005).

Madde kötüye kullanımı tanısı alan bireyler herhangi bir klinik tanıya sahip olmayan bireylere göre dokuz şemadan (Yetersiz Öz-Denetim, Kusurluluk/Utanç, Başarısızlık, Hastalıklar ve Tehditler Karşısında Zarar Görme, Karamsarlık, Terk Edilme/İstikrarsızlık, Güvensizlik/Suistimal Edilme, Bağımlılık/Yetersizlik, İç İç Geçme) daha yüksek puanlar almışlardır (Shorey, Stuart ve Anderson, 2013). Madde kötüye kullanım davranışına sahip yetişkinlerin herhangi bir klinik tanıya sahip olmayan bireylere göre erken dönem uyumsuz şemaların büyük çoğunluğundan yüksek puan aldıkları başka çalışmalarda da görülmüştür (Brotchie, Meyer, Copello, Kidney ve Waller, 2004; Roper, Dickson, Tinwell, Booth ve McGuire, 2010).

Şizofreni ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi inceleyen enlemesine kesitsel bir çalışmada, depresyon kontrol altına alındıktan sonra, şizofreni tanısı alan bireylerin, kontrol grubundaki bireylere kıyasla beş şemadan (Duygusal Yoksunluk, Sosyal İzolasyon, Kusurluluk/Utanç, Başarısızlık ve Boyun Eğicilik) daha yüksek puanlar aldıkları ve erken dönem uyumsuz şemaların pozitif belirtilerle ilişkili olduğu belirtilmektedir (Bortolon, Capdevielle, Boulenger, Gely-Nargeot ve Raffard, 2013).

Erken dönem uyumsuz şemalar ve obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişkiyi değerlendiren bir araştırmada, obsesif kompulsif bozukluk tanısı alan bireylerin kontrol grubuna oranla erken dönem uyumsuz şemaları harekete geçirmelerinin daha olası olduğu, özellikle de Sosyal İzolasyon, Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık ile Karamsarlık şemalarının bu bireylerde harekete geçtiği bildirilmiştir (Atalay ve ark., 2008). Trikotillomani ve eşlik eden obsesif kompulsif bozukluk tanısı

alan bireylerde erken dönem uyumsuz şemaları araştıran bir araştırmada, obsesif kompulsif bozukluk tanısı alan bireylerin diğer gruba göre Güvensizlik/Suistimal Edilme, Sosyal İzolasyon, Kusurluluk/Utanç, Boyun Eğicilik ve Duyguları Bastırma şemalarında anlamlı bir yükselme olduğu sonucuna varılmıştır (Lochner, Seedat, du Toit, Nel, Niehaus ve ark., 2005).

Erken dönem uyumsuz şemaların Eksen-II bozuklukları ya da Eksen-II tanı grubu belirtileri ile ilişkisini incelemeyi amaçlayan çalışmalar da vardır. Yetişkinlerle yürütülen çalışmalarda erken dönem uyumsuz şemaların kişilik bozuklukları ile ilişkili olduğu bulunmuştur (örn., Ball ve Cecero, 2001; Petrocelli ve ark., 2001). Young (1999, 2003) erken dönem uyumsuz şemalardan Güvensizlik/Suistimal Edilme, Duygusal Yoksunluk, Terk Edilme/İstikrarsızlık, Yetersiz Öz-Denetim ve Boyun Eğicilik şemalarını sınır kişilik bozukluğu ile bağlantılı olan şemalar olarak tanımlamıştır.

Sınır kişilik bozukluğu, bipolar duygu durum bozukluğu tanısı alan bireyler ve herhangi bir klinik tanı almayan bireylerde erken dönem uyumsuz şemaları karşılaştırmayı amaçlayan bir çalışmada, kontrol grubu ile karşılaştırıldığında sınır kişilik bozukluğu tanısı alan bireylerin çoğu şemadan; bipolar duygu durum bozukluğu tanısı alan bireylerin ise Yetersiz Öz-Denetim şemasından yüksek puan aldıkları görülmüştür (Nilsson, Jørgensen, Straarup ve Licht, 2010). Sınır kişilik bozukluğu ile bipolar duygu durum bozukluğunun erken dönem uyumsuz şemalar açısından ne derece farklılaştığını inceleyen bir araştırmada, sınır kişilik bozukluğu tanısı alan bireylerin diğer iki gruba karşılaştırıldığında Başarısızlık, İç İç Geçme ve Hak Görme/Büyüklik şemaları hariç Young Şema Ölçeği ile değerlendirilen şemaların her birinden daha yüksek puanlar aldıkları görülmüştür (Nilsson ve ark., 2010). Erken çocukluk dönemi yaşantıları, uyumsuz şemalar ve sınır kişilik bozukluğu arasındaki bağı incelemeyi amaçlayan ve kadın mahkumlardan oluşan bir örnekleme yürütülen bir çalışmada Kopukluk ve Reddedilmişlik ve Zedelenmiş Sınırlar şema alanlarının olumsuz çocukluk yaşantıları ve sınır kişilik bozukluğu değişkenleri arasında aracı rolü olduğu öne sürülmüştür (Specht ve ark., 2009). Ayrıca Bağımlılık/Yetersizlik, Kusurluluk/Utanç ve Terk Edilme/İstikrarsızlık şemaları ile sınır kişilik bozukluğu arasında bir ilişki olduğu elde edilen bulgular arasındadır (Jovev ve Jackson, 2004).

Narsizmin altında yatan temel erken dönem uyumsuz şemalar olarak ise Hak Görme/Büyüklik, Duygusal Yoksunluk ve Kusurluluk/Utanç şemaları öne sürülmektedir (Young ve Flanagan, 1998; Young ve ark., 2003). Narsizm ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki bağı incelemeyi amaçlayan bir çalışmada, gerek klinik tanı almış gerekse klinik tanımı tam olarak karşılamayan narsizm örüntüleri ile Hak Görme/Büyüklik şeması olumlu yönde korelasyon göstermektedir (Zeigler-Hill, Green, Arnau, Sisemore ve Myers, 2011). Erken dönem uyumsuz şemalar ve Beş Faktör Kişilik Modeli'nin kişilik bozukluklarını yordayıp yordamadığını inceleyen, psikiyatrik tanı almış ayaktan tedavi gören bireylerden oluşan örneklemde yürütülen bir çalışmada, sonuçlar erken dönem uyumsuz şemalar ile Beş Faktör Kişilik Modeli özelliklerinin oldukça yüksek oranda örtüştüklerini ve erken dönem uyumsuz şemaların kişilik bozuklukları belirtilerini yordamada Beş Faktör Kişilik Modeli'nden daha güçlü olduğunu göstermiştir. Hak Görme/Büyüklik şeması narsistik, Güvensizlik/Suistimal Edilme şeması paranoid, şizotipal ve sınır, Başarısızlık şeması çekingen, Boyun Eğicilik ve Bağımlılık/Yetersizlik şemaları bağımlı ve Yüksek Standartlar şeması obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu belirtileri için anlamlı yordayıcılar olarak bulunmuştur (Thimm, 2011).

Kişilik bozuklukları bağlamında yürütülen deneysel çalışmalar ise Eksen-II tanısına sahip bireylerin Eksen-I tanısına sahip bireylerden daha yüksek erken dönem uyumsuz şema puanlarına sahip olduklarını göstermektedir (Lee, Taylor ve Dunn, 1999; Nordahl ve ark., 2005)

Şema Modeli çerçevesi göz önüne alınarak psikolojik belirtilere ilişkin yapılan araştırmalar yukarıda aktarılmış olup bir sonraki bölümde bu tez çalışmasının amacı doğrultusunda dışlanma türleri ve özel olarak psikolojik dışlanma kavramı aktarılmıştır.

1.5 DIŞLAMA TÜRLERİ ve PSİKOLOJİK DIŞLANMA

İlkel topluluklardan günümüze dek pek çok toplulukta normlara uymayan üyelerin dışlanması; açık ya da örtük olarak dışlanmayla tehdit edilmesi yaygın olarak görülen

bir uygulamadır (Williams, 2001; Zadro ve ark., 2004; Wright, Giammarino ve Parad, 1986).

Dışlanma alanyazınında pek çok farklı kavram olsa da sosyal dışlama (*social exclusion*), sosyal reddetme (*social rejection*) ve psikolojik dışlanma (*ostracism*) kavramları daha sık ve yaygın olarak kullanılmaktadır (Williams, 2007). Reddetme süreci genellikle bireye sözel ya da fiziksel olarak bir ilişki partneri ya da grup üyesi olarak istenmediğinin belirtilmesini içeren bir süreçtir. Reddetmede reddedilen bireye olumsuz fakat açık ve net bir tepki verilir. Sosyal dışlamada dışlayan kişi ya da grup ile dışlanan kişi arasında süregelen bir ilişki vardır. Sosyal dışlama, dışlayan kişinin dışlanan kişiyle ilişkisini bitirmesini ya da dışlanan kişinin gruptan çıkarılmasını içerir (Williams, Forgas, ve van Hippiel, 2005).

Psikolojik dışlanma ise diğer dışlama türlerinden farklı olarak, bireyin gelişiminin temeli olan temel sosyal ilişkileri engelleyici bir biçimde diğerleri tarafından ihmal edilmek ya da dışlanmak olarak tanımlanmaktadır (Baumeister ve Leary, 1995; Blackhart, Nelson, Knowles ve Baumeister, 2009; Lau, Moulds ve Richardson, 2009; Williams, 2009). Psikolojik dışlanma bireyin başka bir birey veya grup tarafından yok sayılmasını, görmezden gelinmesini, bireye olumsuz dahi olsa herhangi bir şekilde tepki verilmemesini, birey yokmuş gibi davranılmasını içeren bir süreçtir (Williams, 2007a; Williams, 2007b).

Psikolojik dışlanma olgusu insanlara nasıl hissettirir? Williams'ın Psikolojik Dışlanma Modeli çerçevesinde bu sorunun cevabı ve bu cevabın çalışmanın diğer değişkenleri olan erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtilerle olan ilişkisi doğrultusunda psikolojik dışlanma olgusu ve psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlar bir sonraki kısımda aktarılmıştır.

1.5.1 Psikolojik Dışlanma

İnsanlar hayatta kalmak ve iyilik hallerini sürdürebilmek için diğer insanlara ihtiyaç duyarlar. Ama diğerleriyle iletişim kurma, diğerlerinden yardım isteme ve kabul görme çabaları dışlanma ihtimalini gündeme getirir. Psikolojik dışlanma bireyin başka bir birey veya grup tarafından yok sayılması, görmezden gelinmesi olarak tanımlanmaktadır (Williams, 2007a). Psikolojik dışlanma sürecinde bireye olumsuz dahi olsa herhangi bir şekilde tepki verilmemekte, birey yokmuş gibi davranılmakta ve bireyin adeta sosyal ölümü gerçekleşmektedir (Williams, 2007b). Psikolojik dışlanma bireyin gelişiminin temeli olan sosyal ilişkileri engelleyici bir biçimde diğerleri tarafından ihmal edilmek ya da dışlanmak olarak da tanımlanmaktadır (Baumeister & Leary, 1995; Blackhart ve ark., 2009; Lau ve ark., 2009; Williams, 2009). Williams tarafından (2009) önerildiği gibi, psikolojik dışlanma bütün sosyal hayvanlarda görülen ve deneyimlenen birey için güçlü ve acı verici bir deneyimdir. Antropologlar ve etiyologlar grup için yük olan bireylerin psikolojik açıdan dışlanmasının diğerlerinin hayatta kalma şansını artırması bakımından evrimsel olarak bir avantaj olduğunu savunurlar (Fry, 2007; Goodall, 1986; Lancaster, 1986). Benzer biçimde, psikolojik dışlanmanın erken tespiti bireylerin gruptan tamamen kovulmadan önceki istenmeyen davranışlarını düzeltmeleri avantajını sağlar. (Kerr ve Levine, 2008; Spoor ve Williams, 2007).

Psikolojik dışlanma sonucunda dışlanmaya maruz kalan bireyin ortaya koyduğu tepkiler; anlık (refleksif) tepkiler, kısa vadede oluşan tepkiler ve uzun vadede oluşan tepkiler olarak üç başlık altında ele alınabilir. Refleksif tepkiler, bir dışlanma tehdidi algılandığı ya da dışlanmanın gerçekleştiği ilk anda ortaya çıkan tepkilerdir. Söz konusu tepkiler arasında fiziksel bir acıya benzer bir acı duygusu, uyarılmışlık durumu, üzüntü ve öfke gibi olumsuz duygular ile başta ait olma ihtiyacı olmak üzere benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçlarının tehdit altına girdiği duygusu yer almaktadır. Psikolojik dışlanmanın yol açtığı kısa vadede ortaya çıkan tepkiler ise refleksif tepkilerin ardından görünmeye başlar. Kısa vadede ortaya çıkan tepkilerin bir bölümünü bireyin istemi doğrultusunda ortaya çıkan tepkiler, diğer bölümünü ise bilişsel düzeyde oluşan tepkiler oluşturur. Psikolojik dışlanma modeline göre, refleksif tepkilerin aksine,

kısa vadede ortaya çıkan tepkiler bireysel, ortamsal ve durumsal değişkenler tarafından düzenlenebilmektedir. Uzun vadede verilen tepkiler, psikolojik dışlanmanın süregelen bir şekilde devam ettiği ve ihtiyaçların sürekli olarak tehdit edildiği durumlara karşı verilen tepkilerdir.

Bu çalışmada psikolojik dışlanmaya maruz kalma sonucu tehdit edildiği bilinen dört temel ihtiyaç üzerinde durulacaktır. Temel ihtiyaçların tehdit edildiği duygusunun hem anlık bir refleksif tepki; hem de dışlanma tehdidinin algılandığı anın ötesine taşan kısa ya da uzun vadeli bir tepki olarak düşünmek mümkündür (Abayhan, 2013). Bu bağlamda psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlar devam eden kısımda aktarılmıştır.

1.5.2 Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar

Psikolojik dışlanma sonucunda dışlanmaya maruz kalan bireyin ortaya koyduğu tepkiler anlık (refleksif) tepkiler, kısa vadede oluşan tepkiler ve uzun vadede oluşan tepkilerdir. Williams'ın Psikolojik Dışlanma Modeli (2007) çerçevesinde psikolojik dışlanma, bireyde başta ait olma ihtiyacı olmak üzere benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçlarının tehdit altına girdiği hissini uyandırır. Aşağıda bu dört ihtiyaç tanıtılmaktadır.

1.5.2.1 Ait Olma İhtiyacı

Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlardan biri olan ait olma ihtiyacı bireylerin sosyal ilişkiler kurma ve var olan sosyal ilişkilerini koruma çabalarıyla tanımlanır (Baumeister ve Leary, 1995). Ait olma ihtiyacının temel insan ihtiyaçlarından biri olduğu görüşü birçok kuramcı ve araştırmacı tarafından dile getirilmiştir. Maslow'un (1954) önerdiği İhtiyaçlar Hiyerarşisi'ne bakıldığında ait olma ihtiyacının fizyolojik ve güvenlik ihtiyaçlarından sonra gelen en önemli ihtiyaç olduğu görülmektedir. Olumlu ve düzenli sosyal bağlar kurulamadığı yolundaki inançlar, kurulan sosyal bağların karşılıklılık esasına göre yürütülmediği yolundaki algılar ya da bu bağların gelecekte de

devam edeceği konusundaki güvensizlik ait olma ihtiyacının tehdit edilmesine neden olabilmektedir.

1.5.2.2 Benlik Değeri

Olumlu benlik değerine sahip olmanın temel bir insan ihtiyacı olduğu ve bu ihtiyacın insanları benlik değerlerini korumak ve desteklemek için güdülediği görüşü, benlik konusunda çalışan psikologların büyük çoğunluğu tarafından kabul edilmektedir (Gecas, 1982; Leary ve Downs, 1995). Geliştirilen başlıca ihtiyaç kuramlarını gözden geçiren Sheldon, Elliot, Kim ve Kasser (2001), benlik değerinin en sık sözü edilen on (10) ihtiyaç arasında yer aldığını ve bu ihtiyacın ait olma ve otonomi ihtiyaçları ile birlikte ilk üç sırayı paylaştığını belirtmişlerdir. Dışlanmanın olumlu benlik değeri ihtiyacı için bir tehdit doğuracağı görüşü hakkında, Leary ve Baumeister (2000) bireyin özellikle diğerlerinin gözünde ne kadar olumlu/olumsuz değerlendirildiğine dair algısının (sosyal benlik değeri) dışlanmaya bağlı olarak azalacağını vurgulamaktadırlar.

1.5.2.3 Kontrol İhtiyacı

Kontrol kavramı birçok psikolojik kuramda merkezi bir yer tutmaktadır (Thompson ve Schlehofer, 2008). Bu kuramlarda kontrol ihtiyacına işaret etmek için öz-yeterlik (Bandura, 1977), kişisel nedensellik (DeCharms, 1968) ve benzeri gibi değişik kavramlar kullanılsa da, temel olarak davranışların önemli güdüleyicilerinden biri olarak çevre ve davranışlar üzerinde kontrol sahibi olduğuna ilişkin algılar üzerinde durulmaktadır. Bunun yanı sıra, kontrol algısının yitirilmesinin önemli bir stres kaynağı olduğu ve psikolojik iyi olma durumu açısından olumsuz sonuçlar doğurabileceği de vurgulanmaktadır (Seligman, 1975).

Williams (Williams, 2001; Williams ve Zadro, 2005) psikolojik dışlanmanın hedefin, kendisini dışlayan kişi ya da kişilerle olan etkileşimi üzerindeki kontrol algısını kaybetmesine yol açma olasılığının oldukça yüksek olduğu dile getirmektedir. Çünkü hedef yok sayıldığı ve söyledikleri ya da yaptıkları karşısında kendisine hiçbir şekilde

tepki verilmediği için, başka bir deyişle hedef dışlanmasına neden olarak düşünebileceği bir nedene sahip olmadığı için, hedefin kendisini dışlayan kaynakla olan etkileşimi kontrol etme şansına sahip olmamaktadır.

1.5.2.4 Anlamlı Varoluş İhtiyacı

Dehşet Yönetimi Kuramı (Greenberg ve ark., 1992) kökenli bir kavram olan anlamlı varoluş ihtiyacı bireylerin varlıklarının bir değer ve anlam taşıdığına inanma isteklerine işaret etmektedir. Dehşet Yönetimi Kuramı'na göre, diğer canlılardan farklı olarak insan ölümlü olduğunun farkındadır ve bu farkındalık insanda bir dehşet duygusu yaratır. Bu dehşet sosyal davranışların önemli güdüleyicilerinden biridir (Greenberg ve ark., 2008). Kültürel dünya görüşü ve benlik değeri olmak üzere söz konusu iki yapı, ölümlülüğün farkında olmanın yarattığı dehşetin üstesinden gelmeye olanak tanır. Olumlu bir benlik değeri bireylerin ölümlü olmanın yarattığı dehşetin üstesinden gelmelerine yardımcı olan bir tampon görevi görür. Çünkü, olumlu bir benlik değeri bireyin içinde yaşadığı dünyanın değerli ve varlığı bir anlam taşıyan bir üyesi olduğuna inanmasını kolaylaştırır. Ayrıca, ölümlülüğü hatırlatan herhangi bir ipucu bireyi, benlik değerini ve kültürel dünya görüşünü desteklemek üzere güdüleyecektir (Pyszczynski, Greenberg, Solomon, Amdt ve Schimel, 2004). Williams'a (Williams, 2001, 2007a) göre, psikolojik dışlanma ölümlülüğü hatırlatan bir ipucu olarak bireyin anlamlı varoluş ihtiyacını tehdit etmektedir.

Psikolojik dışlanmanın zemin hazırladığı dört temel ihtiyacın tehdit edilmesinden psikolojik belirtilere kadar uzanan olası sonuçları göz önüne alındığında, psikolojik dışlanmanın etkilerini azaltmaya veya psikolojik dışlanma sonrasında bireyin iyilik halinin dışlanmadan önceki haline dönmesine yardımcı olabilecek değişkenlerin keşfinin oldukça önemli olduğu görülmektedir. Devam eden kısımda aktarılan bilgiler doğrultusunda psikolojik dışlanma olgusuna yönelik olarak yapılan araştırmalar ele alınmıştır.

1.5.3 Psikolojik Dışlanma Çerçevesinde Yapılan Araştırmalar

1990'ların ortasından beri, toplumsal dışlanma, reddedilme ve psikolojik dışlanmanın sonuçlarına olan ilgi oldukça artmıştır. Reddedilme, sosyal dışlama ve psikolojik dışlanma kavramları dışlanma alan yazınında kullanılan kavramlardır. Bu başlık altında reddedilme, sosyal dışlama ve özellikle de psikolojik dışlanmaya dair araştırmalar ele alınmıştır.

Psikolojik dışlanma ilk zamanlarda bireylerin dışlanmalarının altında yatan motivasyonun belirsiz ve dışlayanların yabancı olduğu laboratuvarlarda çalışılırken, son yıllarda günlük yaşamdaki gerçek olaylar üzerinden de çalışılmaktadır (Nezlek, Wesselman, Wheeler ve Williams; 2012). Yapılan araştırmalara bakıldığında psikolojik dışlanma algısının ortaya çıkmasında ve dolayısıyla ihtiyaç tehdidinin derecesini belirlemede rol oynayabilecek düzenleyici değişkenlerin nedensel yüklemeler ve bireysel farklılıklar olmak üzere iki grupta toplanmakta olduğu görülmektedir. Nedensel yüklemeler açısından bakıldığında, birey psikolojik dışlanma durumundan kendisini ya da diğerlerini sorumlu tutabilir. Bireysel farklılıklar ise bağlanma biçimleri, ait olma, kontrol, benlik değeri ve anlamlı varoluş ihtiyaçlarının gücü ile ilgilidir (Williams, 2001). Refleksif tepkilerin bireysel farklılıklardan etkilenmediği ancak kısa vadede ortaya çıkan tepkilerin bir dizi bireysel özellikten etkilendiği yapılan araştırmaların sonuçlarından edindiğimiz bir bilgidir (örn., Zadro ve ark., 2006; Oaten, Williams, Jones ve Zadro, 2008)

Şimdiye kadar, psikolojik dışlanmayla bağlantılı anlık tepkilerin cinsiyet, içe dönüklük, dışa dönüklük, toplulukçuluk/bireycilik, yalnızlık, ait olma ihtiyacı ve sosyal kaygı gibi bireysel farklılıklar tarafından düzenlendiğini gösteren çok az çalışma yapılmıştır (Williams, 2007). Williams, (2009) psikolojik dışlanmaya karşı verilen tepkilerin, psikolojik dışlanma ile aradan geçen zaman göz önüne alınarak ayrıştığı üzerinde durmaktadır. Benlik değeri (Williams ve ark., 2000), toplulukçuluk-bireycilik (Smith ve Williams, 2004), dışa dönüklük (Nadası, 1995) ya da sosyal kaygı (Boland, Richardson ve Zadro, 2003; Oaten ve ark., 2008) gibi bireysel farklılıkların (Wirth, Lynam ve Williams, 2010) refleksif tepkiler üzerinde düzenleyici etkisi olmamasına rağmen kısa

vadede ortaya çıkan tepkiler üzerinde sosyal kaygı (Oaten ve ark., 2008; Zadro ve ark., 2006) gibi bireysel farklılıkların etkisi olduğu elde edilen bulgular arasındadır. Sosyal açıdan kaygılı katılımcıların tehdit edilen ihtiyaçlarının eski haline dönmesi ve başarılı bir kendini düzenleme gerçekleştirebilmelerinin, sosyal kaygısı düşük olan bireylerden daha uzun zaman aldığı ortaya konulmuştur (Zadro ve ark., 2006; Oaten ve ark., 2008). Bugüne kadar birçok araştırma psikolojik dışlanmanın anlık etkilerine odaklanmış ve bağlantılı az sayıda çalışma kısa vadede ortaya çıkan etkileri incelemiştir. Kısa vadeli tepkilere örnek olarak, Zadro ve arkadaşları (2006) tarafından yüksek ve düşük sosyal kaygılı katılımcıların sanal top oyununda kabul görme ya da reddedilme durumuna atandıkları araştırma verilebilir. Sözü edilen çalışmada, katılımcıların, sanal top oyunundan sonra 45 dakikalık bir gecikmenin ardından temel ihtiyaç düzeyleri baştaki seviyeye dönmüştür. Çalışmadan hemen sonra yapılan testlerde, dışlanmış durumdaki katılımcılar, kaygı seviyesi fark etmeksizin, temel ihtiyaçlarının tatmin düzeyinin azalmasından anlaşılabileceği üzere psikolojik dışlanmadan olumsuz olarak etkilenmişlerdir. Buna rağmen, dışlanmış olan yüksek derece sosyal kaygılı katılımcıların, aynı koşuldaki daha az sosyal kaygılı katılımcılara göre temel ihtiyaçlarının daha yavaş eski haline döndüğü görülmüştür. Bu sonuçlar bireyin sosyal kaygı düzeyinin psikolojik dışlanma karşısında gösterdiği anlık tepkileri etkilemediğini, fakat kısa vadede ortaya çıkan tepkileri etkilediğini göstermektedir (Oaten ve ark., 2008). Dahası A kümesi kişilik bozukluklarıyla tutarlı olan özelliklere sahip olan insanların tepki aşamasında psikolojik dışlanmanın olumsuz sonuçlarından daha az etkilendikleri bulunmuştur (Wirth ve ark., 2010). İkinci çalışmanın sonuçlarıyla birlikte ele alındığında, bu bulgular bazı bireysel farklılıkların psikolojik dışlanmaya verilen ilk tepkileri düzenlediğini göstermiştir. Ek olarak Beş Faktör Kişilik Modeli'nin uyumluluk özelliğinin psikolojik dışlanmaya verilen tepkilerin ortaya çıkmasında etkili olup olmadığı tartışılmaktadır. Benzer bir anlayışla, Onoda, Okamoto, Nakashima, Nittono, Yoshimura ve ark., (2010), düşük benlik değerine sahip -sosyal dışlamaya daha uyumlu tepki verme eğiliminde olan- bireyler yüksek benlik değerine sahip olanlara göre psikolojik dışlanmayı takiben daha fazla sosyal acı hissettiklerini bildirmişlerdir. Klasik sanal top paradigması kullanılarak psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar üzerinde, kişilikle ilgili bir dizi düzenleyici değişkenin etkisini değerlendirmek üzere geniş bir örnekleme (n=270) yürütülen çalışma, sonuçlar kontrol koşulunda gözlenen

kişilik değişkenlerinin dışlanma koşulunda azalma eğiliminde olduğunu göstermiştir. Açıklık boyutunda yüksek puan alan bireyler hem kontrol hem de kabul koşulunda daha fazla ihtiyaç tatmini yaşamışken; obsesif kompulsif kişilik bozukluğu özelliklerine sahip bireyler her iki koşulda da daha az ihtiyaç tatmini yaşadıklarını bildirmişlerdir. Yapılan çalışmalar göz önüne alındığında, psikolojik dışlanmaya karşı verilen olumsuz tepkilerin kişilikle ilgili bireysel farklılıklardan etkilendiğine dair kanıtlar sınırlıdır (McDonald ve Donnellan, 2012).

Dışlanma konusunda çalışan araştırmacılar arasında dışlanmanın ait olma ve olumlu benlik değeri ihtiyaçları için bir tehdit oluşturacağı konusunda görüş birliğinin olduğunu söylemek mümkündür. Öz değerlendirme ölçümleri kullanılarak psikolojik dışlanmanın ilk anda dört temel ihtiyaca yönelik bir tehdit duygusu ortaya çıkarıp çıkarmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen araştırmalarda, genellikle gerçek ya da olası bir dışlanmanın ilk anda bireyin benlik değerinde, ait olma ihtiyacında ve kontrol algısında azalmaya yol açtığı ve varlığının anlamlı olduğuna yönelik inancını sarstığı bildirilmiştir (Bastian ve Haslam, 2010; Bernstein ve ark., 2010; Jones ve ark., 2011; Sebastian ve ark., 2010; Smith ve Williams, 2004; Stillman ve ark., 2009; Williams ve ark., 2002; Williams ve ark., 2000; Zadro ve ark., 2004).

Bireylerin günlük yaşamda deneyimledikleri psikolojik dışlanmanın doğasına ve psikolojik dışlanmaya verdikleri tepkilere odaklanan bir çalışmada, 40 yetişkin iki hafta boyunca günlük yazma metodunu kullanarak psikolojik dışlanmaya maruz kaldıkları anlarda neler olduğunu Rochester Etkileşim Kaydı'nı takiben betimlemişlerdir (RIR; Wheeler ve Nezlek, 1977). Günlükteki sorular Williams'ın (2007) psikolojik dışlanmanın ihtiyaç tehdidi modeline bağlı olarak oluşturulmuştur. Çoğu psikolojik dışlanma evresi, eşit statüden insanlarla yaşanmıştır ve katılımcılar, psikolojik dışlanmaya maruz kaldıktan sonra ait olma, kontrol, benlik değeri ve anlamı varoluş ihtiyaçlarında azalma olduğunu bildirmişlerdir. Bireyler yakınları tarafından psikolojik dışlanmaya maruz bırakıldıklarında yabancılar tarafından psikolojik dışlanmaya maruz bırakılmalarına oranla temel ihtiyaçlara yönelik daha fazla tehdit hissetmekte, daha fazla üzüntü ve öfke yaşadıklarını bildirmektedir (Nezlek ve ark., 2012). Bu bulgu çok şaşırtıcı olmamasına rağmen, laboratuvar araştırmalarının sonuçları, psikolojik

dışlanmanın ortaya çıkardığı refleksif tepkilerden biri olan acı hissinin psikolojik dışlanmanın kaynağına bağlı olarak farklılaşmadığını göstermiştir. Psikolojik dışlanmanın kaynağı, uzak birinden ziyade yakın biriyse ve psikolojik dışlanma cezalandırıcı olduğunda psikolojik dışlanmanın doğurduğu kısa vadeli tepkiler daha şiddetli olmaktadır. Bu sonuçlar insanların bireysel farklılıklarının, psikolojik dışlanmaya verdikleri tepkilerde önemli bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Buna rağmen psikolojik dışlanmanın laboratuvar çalışmaları, aslında (refleksif tepkilere odaklanmış olan) bireysel farklılıklar ve psikolojik dışlanma arasındaki ilgiyi ortaya çıkartmakta yeterli bilgiyi sağlayamamaktadır. Bu veriler bize, psikolojik dışlanmanın oluşumunda, hayatın içinde ve psikolojik dışlanma yaşayan insanların farklı tepkilerinde, kim tarafından ve nasıl dışlandıklarını gösterdiği için, daha fazla bilgi vermiştir (Nezlek ve ark., 2012)..

Amacı, hedefin diğerleriyle kurduğu etkileşimlerin doğasının değişmesinin stresi azaltıp azaltmayacağını açıklamak ve daha özel olarak kabul koşulunun psikolojik dışlanmanın yıkıcı etkilerine karşı tampon işlevi görüp görmeyeceğini araştırmak olan bir çalışmada, katılımcılar kabul edildikleri ve dışlandıkları bilgisayar temelli top fırlatma oyununa dâhil edilmişlerdir. Katılımcılara aynı katılımcıyla iki oyun, iki farklı katılımcıyla iki oyun ya da bir katılımcı ve ardından bilgisayar kontrollü katılımcıyla iki oyun oynayacakları söylendikten sonra, dışlanma ve kabul edilmenin ait olma, kontrol, benlik değeri, anlamlı varoluş, acı hisleri, öfke ve duygu üzerindeki etkisi ölçülmüştür. Üç deney boyunca dışlanma olduktan sonra kabul görme olmasının iyileştirici etkileri olduğu bulunmuştur. Buna rağmen, eğer dışlanmadan önce kabul görme olursa bunun herhangi bir koruyucu etkisi yoktur. Birlikte ele alındıklarında sonuçlar, kabul görmenin sadece dışlanmadan sonra meydana geldiğinde dışlanmanın etkisini azalttığına işaret etmektedir. Dahası kabul görmenin farklı bir grup ya da bilgisayar programı tarafından yapılsa bile iyileştirici olduğu görülmüştür (Tang ve Richardson, 2013).

Eğer dışlanma deneyimleri düzensiz aralıklarla ve nadir ise, hedefin başa çıkma stratejileri duygusal streslerinden kurtulmalarına, tehdit edilen psikolojik ihtiyaçların güçlenmesine ve duygu durumlarının gelişmesine olanak tanıyacaktır. Buna rağmen,

tekrarlı dışlanma deneyimleri, hedefin başa çıkma becerisini etkisiz hale getirmekte ve hedefin iyileşmesini olanaksız kılmaktadır. Dolayısıyla dışlanmanın katılımcıda kalıcı olarak duygusal hissizleşmeye sebep olduğu da varsayılmaktadır (Baumeister, 2005; DeWall ve Baumeister, 2006). Bu bakış açısına göre, dışlanma duygusal sistemin çökmesine ön ayak olur, bu da kısa vadede bireyin dışlanmanın ortaya çıkarttığı olumsuz sonuçlardan korunması ve kaçınması için uyguladığı işlevsel bir stratejidir. Buna rağmen, bu hissizlik psikopatolojinin özelliği olabileceği ya da bireyin üzerinde durduğu duygusal sıkıntı deneyimlerini ipuçlandırabileceği gibi, uzun vadede işlevsel değildir. Sethi, Moulds ve Richardson'un (2013) yürüttüğü bir çalışmada, psikolojik dışlanmanın başlangıçta herkesi olumsuz etkilediği; fakat bazı insanlarda bu etkilerin daha uzun sürdüğü ortaya konulmuştur.

Bu çalışmanın örneklemini üniversite öğrencilerinden oluştuğu için yetişkinlerle yürütülen psikolojik dışlanma çalışmaları kadar, ergenliğin farklı dönemlerindeki bireylerle yürütülen araştırmaların da aydınlatıcı bilgiler sağlayacağı düşünülmektedir.

Başkalarıyla yeterli ilişkiler kurduğunu bildiren ergenlerle karşılaştırıldıklarında psikolojik dışlanmaya maruz kalan ergenler, depresyon, yalnızlık ve yetersizlikle anlamlı ve olumlu yönde ilişki bildirmişlerdir (Witvliet, Brendgen, Van Lier, Koot ve Vitaro, 2010). Ek olarak kaynağı uzak bile olsa psikolojik dışlanma, akran zorbalığı gibi diğer olumsuz akran deneyimleriyle anlamlı ilişki göstermektedir (Buhs, Ladd ve Herald-Brown, 2006; Dixon, 2007). Diğer çalışmalar psikolojik dışlanmanın saldırganlık (Warburton, Williams ve Cairns, 2006), zayıf duygu düzenleme (Sebastian ve ark., 2010), gibi pek çok işlevsel olmayan sonuçlara sebep olduğunu göstermektedir. Son yapılan çalışmalar psikolojik ve sosyal işlevsellik üzerinde psikolojik dışlanmanın yıkıcı etkilerinin, ergenliklerinin son zamanlarında olan bireylerde daha yoğun olarak görüldüğünü bildirmektedir (örn., Pharo, Gross, Richardson ve Hayne, 2011). Akran reddi gibi sosyal stres yaratan durumların altında bağlanma örüntülerinin yattığı varsayımını test etmeye yönelik yapılan bir çalışmada, ergenliğin ilk zamanlarında akranları tarafından reddedilme ile nöral tepkiler arasında bir bağlantı olduğu tespit edilmiştir (White, Wu, Borelli, Rutherford, David ve ark., 2012). Ayrıca sosyal dışlama; yalnızlık, depresyon ve zayıf akademik başarı gibi çeşitli olumsuz sonuçlarla ilişkilidir.

(Juvonen, Nishina ve Graham, 2000; Rigby, 2000). Psikolojik dışlanmanın iki öğrencinin okuldaki topluluğa ateş açtığı üzücü Columbine Lisesi katliamındaki gibi okul şiddeti vakalarında rol oynadığı bulunmuştur (Leary, Kowalski, Smith ve Philips, 2003). Aslında, sosyal dışlanma sırasında, “sosyal acıya” duyarlı beyin bölgelerindeki aktivasyonun gözlemi, hem yetişkinlerde (Masten, Morelli ve Eisenberger, 2011) hem de ergenlerde (Masten, Eisenberger, Pfeifer ve Dapretto, 2010) mağdura yönelik olumlu sosyal davranış ile özdeşleştirilmiştir. Başka bir insanın dışlanmasını gözlemlemek de bireyin kendi deneyimlediği dışlanmanın yarattığı olumsuz duyguları ortaya çıkartmaktadır (Masten ve ark., 2011; Wesselmann, Bagg ve Williams, 2009). Hatta akran zorbalığına görgü tanıklığı etmek, sosyal dışlanmayı da içeren, psikolojik iyilik halinin olumsuz sonuçlarıyla bağlantılıdır (Nishina ve Juvonen, 2005). Bu bilgiler göz önüne alındığında psikolojik dışlanmanın sadece deneyimleyen birey için değil gözlemleyenler için de olumsuz sonuçları olduğu söylenebilir.

Sanal top paradigmasının kullanıldığı araştırmalar incelenecek olursa, Gross (2009), 51 ergen (ortalama yaş =12,5) ve 72 genç yetişkin (ortalama yaş=18,4) ile yürüttüğü çalışmada, kabul koşulundaki katılımcılarla karşılaştırıldığında cinsiyet ve yaş grubu değişkeninden bağımsız olarak, dışlanma koşulundaki katılımcıların daha düşük benlik değerinin yanı sıra daha yüksek seviyede hoşnutsuzluk, utanç ve öfke bildirdikleri bulunmuştur. İlerleyen yıllarda, Sebastian ve arkadaşları (2010), sanal top paradigmasını, ergenliğin ilk yıllarındaki (ortalama yaş=12,8), ergenliğin ortalarındaki (ortalama yaş=15,0) ve yetişkin katılımcılardan (ortalama yaş=27,4) oluşan 77 kadın katılımcı üzerinde dışlanmanın duygusal sonuçlarını karşılaştırmak için kullanmıştır. İhtiyaç Tehdidi Ölçeği kullanılarak, dört ihtiyaçta da azalma olduğu bildirilmiştir. Benlik değeri üzerinde yaşın ana etkisi incelendiğinde orta yaşlı ergenlerin ihtiyaç tatmini yetişkinlerden daha düşük bulunmuştur. Ek olarak, İhtiyaç Tehdidi Ölçeği kullanılarak, 8-9 (n=41), 13-14 (n=79) yaş arasındaki ve 20 yaşındaki (n=79) bireylerden oluşan örneklemelerin karşılaştırıldığı bir çalışmada, katılımcıların ait olma, benlik değeri, anlamlı varoluş ve kontrol ihtiyaçlarının tüm yaş gruplarında psikolojik dışlanma sonrası tehdit edilen ihtiyaçlar olduğu bulunmuştur (Abrams, Weick, Thomas, Colbe ve Franklin; 2011). Erkek katılımcılardansa kadın katılımcılar benlik değerine yönelik tehditte güçlü bir artış bildirmişlerdir. Bir başka çalışmada, psikolojik olarak

dışlanmamış öğrencilerle kıyaslandığında, psikolojik dışlanmanın hedefi olan ergenlerin sanal top oyununu oynadıktan sonra olumlu duygudurum seviyesinin azaldığı rapor edilmiştir. Ayrıca ait olma ihtiyacında, benlik değerinde, anlamlı varoluş ve kontrol ihtiyacında azalma olduğu bildirilmiştir (Ruggieri, Bendixen, Gabriel ve Alsaker, 2013). Bir başka çalışmada psikolojik dışlanmaya karşı verilen tepkilerde cinsiyetin etkisi oldukça küçüktür ve tehdit edilen ihtiyaçlara ilişkin olarak verilen güçlü negatif tepkiler tüm yaşlarda gözlenmiştir. Sebastian ve arkadaşlarının (2010) çalışmasında genç ergenlerde daha yaşlı bireylere göre daha güçlü etkiler gözlemlendiğini elde edilen bulgular arasındadır.

Akranlar tarafından reddedilmek depresyon (Gazelle ve Ladd, 2003), düşük benlik değeri (Leary, Tambor, Terdal ve Downs, 1995), düşük akademik başarı ve okuldan ayrılma (Graham ve Juvonen, 1998) gibi olumsuz sonuçlarla ilişkilidir. Dahası süreklilik gösteren akran reddi, intiharla (Williams ve ark.; 2005) ilişkilidir ve silahlı okul saldırılarının yaygın bir tetikleyicisi olarak tanımlanmıştır.(Leary ve ark., 2003). Ayrıca akran reddi incinebilir çocuklarda depresyon, kaygı, yalnızlık gibi belirtilerin oluşmasına zemin hazırlar (Nishina, Juvonen ve Witkow, 2005). Ek olarak, akran reddinin, akran zorbalığı deneyimleri, saldırganlığın yüksek seviyeleri ve sosyal ilişkilerden uzaklaşmayla ilişkisi bulunmuştur. Yüksek reddedilme duyarlılığı olan ergenlerin reddedilme ve psikolojik dışlanmaya karşı daha hassas olabilecekleri ve kişiler arası ipuçlarını bilişsel duygusal bilgi işlemeye dayalı olarak taraflı yorumlayacakları varsayılmaktadır (Downey ve Feldman, 1996). Bu durum gençlerin, diğer insanların kendileri hakkındaki yargı ve davranışlarına diğer yaş gruplarından daha duyarlı olmasıyla açıklanabilir.

Dışlanma çalışmaları, psikolojik dışlanmaya verilen tepkilerin nöropsikolojisiyle de ilgilenir. Psikolojik dışlanma fiziksel acı deneyimiyle bağlantılı olan beyin bölgelerindeki aktivasyonun (Eisenberger, Lieberman ve Williams, 2003) yanı sıra stres hormonu kortizol salgısındaki artışla da ilişkilidir (Gunnar, Seban, Tout, Donzella ve van Dulmen, 2003). Reddedilen insanlar acı hissi yaşadıklarını (Leary ve Springer, 2001), daha fazla saldırgan (Twenge, Baumeister, Tice ve Stucke, 2001) ve daha az sosyal olduklarını (Twenge, Baumeister, DeWall, Ciarocco ve Bartels, 2007)

bildirmişlerdir. Kabul edilen bireylerle karşılaştırıldıklarında psikolojik dışlanmaya maruz kalan bireyler ait olma, kontrol, benlik değeri ve anlamlı varoluş ihtiyaçlarında düşük puanlar almışlardır. Bu bulgu, 3 kişiden oluşan bir top fırlatma oyununda top atılmayarak psikolojik dışlanmaya maruz bırakılan (Williams & Sommer, 1997) ve sohbet odalarındaki konuşmalara dahil edilmeyen bireylerde (Williams ve ark., 2002) de gözlenmiştir. Bu olumsuz sonuçlar psikolojik dışlanmayı uygulayan taraf hor görüldüğünde (örn., Klu Klux Klan; Gonsalkorale ve Williams, 2007) ya da psikolojik dışlanmanın hedefi olmak finansal açıdan yararlı olduğunda da (van Beest & Williams, 2006) ortaya çıkmaktadır.

Dışlanmanın ya da dışlanma tehdidine hedef olmanın bireylerin duygusal, davranışsal ve bilişsel süreçleri üzerinde olumsuz etkileri olduğunu gösteren pek çok araştırma mevcuttur. Bu çalışma çerçevesinde gerekli araştırmalar aktarılmış olup bir sonraki bölümde araştırmanın amacına ve söz konusu amaç doğrultusunda cevabı bulunması beklenen sorulara yer verilmiştir.

1.6 ARAŞTIRMANIN AMACI

Şema Terapi Modeli'nin önerdiği üzere çocuklukta karşılanması gereken bazı evrensel temel duygusal ihtiyaçlar bulunmaktadır (Young ve ark., 2003). Çocuğun sağlıklı ve uyumlu olarak gelişebilmesi bu ihtiyaçların karşılanmasıyla mümkündür. Bu temel ihtiyaçların karşılanmaması ve erken dönem örseleyici yaşantılara maruz kalınması, erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasında ağırlıklı rol oynamaktadır. Ebeveynlik biçimlerinin aşırı ya da ihmalkâr olmasının, erken dönem uyumsuz şema ve psikolojik belirtilerin; psikolojik dışlanma olgusu tarafından tehdit edilen ihtiyaç türleri ve düzeylerinde artma ya da azalma yönünde bir değişimi yordayabileceği düşünülmektedir.

Aktarılanlardan hareketle, erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtilerin, psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği dört temel ihtiyaç türü ve bu ihtiyaçların düzeyleri ile aralarındaki ilişkilerin incelenmesinin anlamlı bir çalışma alanı

olabileceği ön gör÷lmektedir. Bu çalışmada, erken dñnem uyumsuz şemaların, ebeveynlik biçimlerinin ve psikolojik belirtilerin, psikolojik dışlanmaya verilen tepki boyutlarından ait olma, benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluşu yordama g÷leri açısından incelenmesi amaçlanmaktadır. Başka bir deyişle, klinik ve sosyal psikoloji disiplinlerini rt÷řt÷ren bir çerçevede, psikolojik dışlanma s÷reci, psikolojik belirtiler ve ilişkili gr÷len erken dñnem uyumsuz şemalar ve ebeveynlik biçimleri gibi gelişimsel arka plan açısından ele alınacaktır. Çalışmada daha zg÷l olarak aşağıdaki sorunun yanıtlanması amaçlanmaktadır:

Erken dñnem uyumsuz şemalar; ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ait olma, benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçlarını yordamakta mıdır?

BÖLÜM II

YÖNTEM

2.1 ÖRNEKLEM

Araştırmanın örneklemini Hacettepe Üniversitesi'nin değişik bölümlerinde lisans düzeyinde öğrenimine devam etmekte olan öğrenciler oluşturmuştur. Uygulanacak ölçekler 500 kişiye verilmiştir. Ölçeklerin tamamını dolduran 373 kişiden 147'si deneye katılmayı kabul etmiştir. Deneye katılmayı kabul eden 147 kişiden 14'ü deney sırasında gerçekleşen teknik aksaklıklara maruz kaldıkları ya da deneyin gerçek amacını anladıkları için örnekleme dâhil edilmemiştir. Gerçekleştirilmesi planlanan regresyon analizinin temel sayıltısının öngördüğü şekilde yordayıcı değişken sayısından hareketle minimum 84 kişinin araştırmada yer alması gerekmektedir (Tabachnik ve Fidell, 2007). Sonuç olarak verilerin analizi 133 kişi ile yürütülmüştür. Örneklem 96'ı kadın (%72,2) ve 37'i erkek (%27,8) olmak üzere yaşları 18-33 arasında değişen katılımcılardan oluşmuştur ($Ort = 20.89$, $ss = 2.49$).

Katılımcılar, Hacettepe Üniversitesi'nin Diş Hekimliği, Edebiyat, Eğitim, Fen Bilimleri, Güzel Sanatlar, Hukuk, İktisadi ve İdari Bilimler, Mühendislik, Sağlık Bilimleri ve Spor Bilimleri Fakültesi olmak üzere on (10) farklı fakültenin çeşitli bölümlerine devam etmektedirler. Katılımcıların %1,5'i hazırlık sınıfında, %47,4'i birinci sınıf, %23,3'u ikinci sınıf, %15,0 'i üçüncü sınıf, %12,8'i dördüncü sınıfta okumaktadır. Katılımcılar çalışmadan önce bilgilendirilmiş ve onam formlarını imzalayarak gönüllülük esasına dayalı olarak çalışmaya katılmışlardır. Örnekleme tanıtmak amacı ile yukarıda aktarılan bilgiler Tablo 2' de sıklık (N) ve yüzdelik (%) değerler olarak verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcılara Ait Sosyo-Demografik Değişkenlere İlişkin Sıklık ve Yüzdelik Değerleri

Değişken	Sıklık (N)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	96	72.2
Erkek	37	27.8
Fakülte		
Diş Hekimliği	1	0.8
Edebiyat	38	28.6
Eğitim	50	37.6
Fen	5	3.8
Güzel Sanatlar	1	0.8
Hukuk	1	0.8
İktisadi ve İdari Bilimler	13	9.8
Mühendislik	14	10.5
Sağlık Bilimleri	1	0.8
Spor Bilimler	8	6.8
Sınıf		
Hazırlık	2	1.5
1. sınıf	63	47.4
2.sınıf	31	23.3
3.sınıf	20	15.0
4.sınıf	17	12.8
Toplam	133	%100

2.2 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

2.2.1 Demografik Bilgi Formu

Katılımcılara ait çeşitli sosyo-demografik bilgilere ulaşılması amacıyla araştırmada kullanılan ölçeklere ek olarak araştırmacı tarafından demografik bilgi formu hazırlanmıştır. Formda katılımcıların yaşı, cinsiyeti, öğrenimine devam ettiği fakülte ve bölüm bilgileri yer almaktadır (Ek 2).

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

Young (2003) tarafından geliştirilen ölçeğin özgün formunda beş (5) şema alanı altında yer alan on sekiz (18) alt boyut önerilmektedir. Bu şema alanları: Ayrılma ve Reddedilme, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğer Yönelimlilik, Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık şema alanlarıdır. Alt boyutlar sırasıyla, Terk Edilme/İstikrarsızlık, Güvensizlik/Suistimal Edilme, Duygusal Yoksunluk, Kusurluluk/Utanç, Sosyal İzolasyon/ Yabancılaşma, Bağımlılık/Yetersizlik, Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık, İç İç Geçme/Gelişmemiş Benlik, Başarısızlık, Hak Görme/Büyüklik, Yetersiz Özdenetim, Boyun Eğicilik, Kendini Feda, Onay Arayıcılık, Karamsarlık, Duyguları Bastırma, Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik ve Cezalandırıcılık olarak adlandırılmaktadır. Doksan (90) maddeden oluşan ölçekte katılımcılar, her bir maddeyi 6'lı derecelendirme üzerinde (1=Benim için tamamıyla yanlış, 6= Beni mükemmel şekilde tanımlıyor) derecelendirmektedir. Ölçeğin özgün formunda her alt ölçek 5 maddeden oluşmakta, buna göre alt ölçeklerden alınan puanlar 5 ile 30 arasında değişebilmektedir. Ölçekten şema bazında alınan yüksek puanlar, ilgili şemanın bireyin işlevsellik düzeyini ne kadar etkilediğine işaret etmektedir.

Ölçeğin ülkemizdeki geçerlik-güvenirlik çalışması Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır (2009) tarafından yapılmıştır. Yapı geçerliğine ilişkin temel bileşenler analizi sonucu 14 faktörlü yapıya işaret etmektedir. Bu faktörler sırasıyla Duygusal Yoksunluk, Başarısızlık, Karamsarlık, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Duyguları Bastırma, Onay

Arayıcılık, İç İçe Geçme/Bağımlılık, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Kendini Feda, Terk Edilme, Cezalandırılma, Kusurluluk, Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık ve Yüksek Standartlardır. Temel bileşenler analizinin ardından yapılan üst-sıra faktör analizi sonucu ise beş şema alanına ulaşılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı oldukça yüksek bulunmuştur ($\alpha=.95$). Ölçeğin alt ölçeklerinin iç tutarlılık katsayıları ise .54 ile .85 arasında değişmektedir. Gerek şema boyutları ve şema alanlarının birleşen ve ayırt edici geçerliğine ilişkin analizler, gerekse güvenirliğine ilişkin test-tekrar test güvenirliği ve iç tutarlılık analizleri ölçeğin kabul edilebilir düzeylerde geçerli ve güvenilir olduğunu ortaya koymuştur (Ek 3).

2.2.3 Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ)

Young Ebeveynlik Ölçeği, Young (1994) tarafından geliştirilen, yetmiş iki (72) maddeden oluşan ve anne-babanın erken dönem uyumsuz şemaların temelini oluşturduğu düşünülen çeşitli davranışlarını içeren ve özgün formda yer alan şemalara karşılık gelen on yedi (17) alt boyut öneren bir ölçektir. Yönergede, katılımcıdan anne babasını tarif eden davranışları, hem anne hem de babasını çocukluğu sırasında en iyi tanımlayan şekliyle 1 (tamamı ile yanlış) ile 6 (ona tamamı ile uyuyor) arasında derecelendirmesi istenmektedir. Yüksek puan alınan maddeler erken dönem uyumsuz şemaların oluşumuna zemin hazırlayan ebeveynlik tutumlarına işaret etmektedir.

Özgün forma ilişkin Sheffield, Waller, Emmanuelli, Murray ve Meyer (2005) tarafından üniversite örneklemiyle yürütülen bir çalışmada anne için 11, baba için 14 alt boyut bulunmuştur. Aktarılan boyutların iç tutarlıklarının .67 ile .92 arasında; test-tekrar test güvenirliğinin ise alt boyutlar için .53 - .85 arasında değiştiği belirtilmiştir.

Ölçeğin Türkçe formunun, Soygüt ve arkadaşları (2008) tarafından 994 kişilik örneklemeyle yürütülen ve temel birleşenler analizi yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmasında da ölçeğin kabul edilebilir düzeylerde geçerli ve güvenilir olduğu belirtilmektedir. Türkçe uyarlamasında, hem anne (YEBÖ-A) hem de baba (YEBÖ-B) formları için 10 faktörlü ortak bir yapıya ulaşılmıştır. Buna göre oluşan boyutlar şu

şekildedir: Kuralcı/Kalıplayıcı, Küçümseyici/Kusur Bulucu, Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı, Sömürücü/İstismar Edici, Aşırı Koruyucu/Evhamlı, Koşullu/Başarı Odaklı, Aşırı İzin Verici/Sınırsız, Kötümser/Endişeli, Cezalandırıcı Ve Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran Ebeveynlik. Ölçeğin güvenirlik çalışması çerçevesinde yapılan test-tekrar test ve iç tutarlılık analizleri sonucu kabul edilebilir düzeylerde anlamlı katsayılara ulaşılmıştır. İç tutarlılık katsayıları hem anne hem baba formunda genel toplamda $\alpha=.90$ iken, alt boyutlar incelendiğinde iç tutarlılık katsayıları anne formunda $\alpha=.53-.86$, baba formunda ise $\alpha=.61-.89$ arasında değişmektedir. Ek olarak Spearman-Brown yöntemiyle hesaplanan yarıya bölme güvenirliği anne formu için .82, baba formu için .83 olarak bulunmuştur. Anne formu ile baba formu arasındaki korelasyon .68 olarak bulunmuş ve her iki form için birleşen geçerliği incelenmiştir. Birleşen geçerliği analizleri sonucunda anne formunun YŞÖ-KF3 ile .51, YR-KÖ ile .27, YTÖ ile .29, SCL-90-R ile .51; baba formunun ise, YŞÖ-KF3 ile .47, YR-KÖ ile .23, YTÖ ile .29, SCL-90-R ile .43 düzeyinde anlamlı korelasyonlar elde edilmiştir ($p<.01$).

Ölçek aracılığı ile ebeveynlerin erken dönem uyumsuz şemaların temelini oluşturduğu düşünülen çeşitli tutum ve davranışlarının değerlendirilmesi amaçlanmaktadır (Ek 4).

2.2.4 Semptom Değerlendirme Ölçeği (SA-45)

SA-45, dokuz (9) psikiyatrik küme altında toplanan kırk beş (45) maddeden oluşan bir kendini bildirim ölçeğidir. SA-45'in kaygı, depresyon, düşmanlık, kişilerarası duyarlılık, obsesif-kompulsif, paranoid düşünce, fobik kaygı, psikotizm ve somatizasyon alt boyutlarının yanı sıra genel belirti düzeyi ve pozitif belirti toplamı olmak üzere iki endeks puanı da bulunmaktadır. 5'li Likert tipi puanlamaya sahip ölçekte, her alt boyut 5 maddeden oluşmaktadır (Maurish, 2004; SAI, 2000).

SA-45, özel bir psikiyatri hastanesinde yatan 690 kadın ve 829 erkek yetişkin hasta ve 466 kız ve 400 erkek ergen hastadan toplanan SCL-90 verileri kullanılarak, kümeleme analizi ile psikometrik açıdan en güçlü maddeler seçilerek oluşturulmuştur (Davison, Bershadsky, Bieber, Silversmith ve Maruish, 1997). Norm çalışması için, herhangi bir

psikolojik rahatsızlık teşhisi konulmamış örneklemden seçilen 748 kadın ve 328 erkek yetişkin ile 321 kız ve 293 erkek ergenden oluşan örnekleme SA-45'in her bir alt ölçeği ve genel indeks puanı için ayrı ayrı ortalama ve standart puanlar hesaplanmıştır. SA-45'in geçerlik ve güvenirlik analizleri hem yetişkin hem ergen olmak üzere yatan hasta ve herhangi bir klinik teşhisi olmayan örneklemden oluşan toplam 4 farklı örneklem üzerinde yürütülmüştür. SA-45'in güvenirlik analizleri kapsamında iç tutarlılık katsayıları ve test-tekrar test korelasyonları hesaplanmıştır. Buna göre ölçeğin 9 alt boyutu için Cronbach Alfa katsayıları .71 ile .91 arasında değişmektedir. 1, 2 ve 3 hafta arayla hesaplan test-tekrar test korelasyonlarının sırasıyla herhangi bir klinik teşhisi bulunmayan yetişkinlerde .42 ile .88, ergenlerde .58 ile .85; yatan hasta örnekleminde yetişkinlerde .42 ile .59, ergenlerde .46 ile .53 arasında değiştiği belirtilmektedir.

SA-45'in geçerlik çalışmaları kapsamında ise yapı, ölçüt ve kapsam geçerliği sınanmıştır. Yapı geçerliği için alt ölçekler arası korelasyonlar yetişkin örnekleminde .38 ile .75, ergenlerde ise .42 ile .79 arasında bulunmuştur. Ölçüt geçerliliği için SA - 45 ile SCL - 90 (Derogatis, Lipman ve Covi, 1973), KSE (Derogatis, 1975) arasındaki korelasyonlar hesaplanmış ve istatistiksel açıdan anlamlı sonuçlar rapor edilmiştir. Son olarak kapsam geçerliği için madde-toplam bağıntısı incelenmiş ve tüm maddeler ile alt ölçekler arası korelasyonların .30 ile .50 arasında değiştiği görülmüştür (Maurish, 2000; SAI, 2000).

Ölçeğin Türk Kültürü'ne uyarlanması Epözdemir (2009) tarafından, “klinik” ve “klinik olmayan” olmak üzere iki farklı örneklem grubu kullanılarak yapılmıştır. SA - 45'in güvenirlik analizleri kapsamında iç tutarlılık katsayıları ve test-tekrar test katsayıları; geçerlik analizleri kapsamında ise yapı, ölçüt ve kapsam geçerliği incelenmiştir. Her iki örnekleme de iç tutarlılık katsayıları Psikotizm (PSİ) alt ölçeği haricinde tüm alt ölçekler için .70'in üzerinde ve test-tekrar test korelasyonları ise .44 ile .92 arasında bulunmuştur. Yapı geçerliği için ilk olarak, normal ve klinik örneklem arasında alt ölçek puanları karşılaştırılmış ölçeğin normal ve klinik örneklemini ayırt edebildiği gösterilmiştir. İkinci olarak ise alt ölçekler arası korelasyonlar incelenmiş ve ölçekler arası anlamlı korelasyonlar kaydedilmiştir. Ölçüt geçerliği için ise SA - 45 ile BDE -

Beck Depresyon Envanteri (Beck,1961) ve DSKE - Durumluluk - Sürekli Kaygı Envanteri (Spielberger, Gorsuch ve Lushene, 1970) alt ölçek ve toplam puanlar arası korelasyonlar incelenmiş ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler kaydedilmiştir. Son olarak özgün çalışmadaki gibi kapsam geçerliği incelenmiş ve madde-toplam bağıntısının .43 ile .87 arasında anlamlı bir ilişki sergilediği gösterilmiştir (Epözdemir, 2009). Tanıtılan ölçek Ek 5'te yer almaktadır.

2.2.5 İhtiyaç Tehdidi Ölçeği

İhtiyaç Tehdidi Ölçeği, van Beest ve Williams (2006) tarafından psikolojik dışlanmanın katılımcıların temel ihtiyaçları üzerindeki etkilerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. İç tutarlık katsayısı .92 olarak bildirilen ölçek psikolojik dışlanma sırasında katılımcıların ait olma, benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçlarının düzeylerinde meydana gelmesi beklenen düşüşün belirlenmesi amacıyla kullanılmaktadır. Dört temel ihtiyaçla bağlantılı olarak ölçeğin 4 alt boyutu vardır. Her bir alt boyutta beş madde yer almaktadır. Toplam 20 maddeden oluşan ölçek 7 basamaklı Likert tipi bir ölçektir. Alt ölçeklerden alınan puanın yüksek olması ilgili ihtiyacın tatmin düzeyinin de yüksek olduğu ve dolayısıyla bu ihtiyaca yönelik daha az tehdit algılandığı anlamına gelmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması Hacettepe Üniversitesi Sosyal Psikoloji Laboratuvarı Araştırma Grubu tarafından 109K094 numaralı “Psikolojik Dışlanmaya Maruz Kalmanın Bilişsel, Duygusal ve Davranışsal Sonuçları” başlıklı TÜBİTAK Projesi çerçevesinde gerçekleştirilmiştir (Aydın ve Şahin, 2011) ölçeğin iç tutarlık katsayıları ait olma, benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçları alt boyutları için sırasıyla. 91, .86, .84 ve. 88'dir (bkz. Ek 6).

2.3 İŞLEM

Araştırmanın ilk basamağında katılımcılardan öncelikle Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (bkz.Ek 3), Young Ebeveynlik Ölçeği (bkz. Ek 4) ve Semptom Değerlendirme-45 Ölçeği'nden (bkz. Ek 5) oluşan bir ölçek bataryasını doldurmaları istenmiştir daha sonra katılımcılar sanal top paradigması ile psikolojik dışlanma oturumuna alınmışlar

ardından İhtiyaç Tehdidi Ölçeği'ni (bkz. Ek 6) tamamlamışlardır. Sürecin tamamında katılımcılar gönüllülük esasına dayalı olarak çalışmalara katılmışlardır (bkz.Ek 1).

Ölçeklerin doldurulması gruplar halinde sınıflarda ve araştırmacı tarafından ortalama 30 dakika süre içinde yapılmıştır. Katılımcılara daha sonra ulaşabilmek ve katılımcıların anonimliğini sağlamak amacıyla ölçek bataryasındaki Demografik Bilgi Formu'nun (bkz.Ek 2) sonunda her katılımcıdan öğrenci numarası istenmiştir. Ölçek bataryasını tamamlayan ve başka çalışmalara katılmak isteyen katılımcılar ad-soyad, öğrenci numarası, telefon numarası ve çalışmaya katılabileceği boş günleri içeren bir bilgi formunu doldurmuşlardır. Katılımcılara bir başka çalışmaya katılacaklarının söylenmesi, araştırmanın ölçek bataryası doldurmayı içeren birinci basamağı ve sanal top paradigmasıyla dışlanma oturumunu içeren ikinci basamağı arasında bağ kurulmasını ve kurulan bu bağ sebebi ile yanıtların taraflı olmasını önlemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların ölçek bataryasını doldurmalarının üzerinden belli bir süre (gün) geçtikten sonra ($Ort=32.14$, $ss=17.18$) katılımcılar telefonla aranarak ikinci bir araştırmaya çağırılmışlardır. Sanal top paradigmasını içeren psikolojik dışlanma oturumları ise her katılımcıyla bire bir olarak bilgisayar aracılığı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar Hacettepe Üniversitesi Sosyal Psikoloji Laboratuvarı'nda psikolojik dışlanma oturumuna alınmışlardır. Uygulamanın başında her katılımcıya araştırma ile ilgili bilgi verilmiş ve katılımcıların izni alınmıştır. İlk onam formu sanal top paradigmasıyla tutarlı olarak paravan öykü içermektedir (bkz.Ek 8). Katılımcılara bilgilendirilmiş onam formundaki açıklamalar araştırmacı tarafından sözel olarak da verilmiştir. Bilgilendirmeden sonra katılımcılar içinde çalışma masası, çalışma koltuğu ve bilgisayar olan 3m² alana sahip odalarda tek başlarına sanal top oyununu oynamışlardır. Oyun bittikten sonra katılımcılar araştırmacı tarafından odaya getirilen İhtiyaç Tehdidi Ölçeği'ni doldurmuşlardır. Ölçekleri yanıtladıktan sonra katılımcılar araştırmacının soruları doğrultusunda sürecin nasıl geçtiğini değerlendirdikleri bir soru formunu yanıtlamışlardır (bkz. Ek 7). Bu değerlendirme katılımcıların deneyin gerçek amacını fark edip etmediklerine ilişkin bilgi elde etmek için kullanılmıştır. Deneyin dışlanma ile ilgili olduğunu bildiren katılımcıların cevaplarında oluşabilecek yanlılıktan dolayı bu ölçümler iptal edilerek veriden çıkarılmıştır. Son olarak her bir katılımcı

oturumun sonunda araştırmının gerçek amacı hakkında bilgilendirilmiş ve çalışmaya dair açıklamaları içeren onam formunu imzalamışlardır (bkz. Ek 9).

Sanal Top Paradigması: Sanal top paradigması, katılımcıların top atma oyununu internet aracılığıyla birbirlerine bağlı olduğu söylenen bilgisayarlar üzerinden oynamalarını içermektedir. Katılımcılara, zihinde görselleştirmenin bireyin performansı üzerinde ne kadar etkili olduğunu incelemenin amaçlandığı bir araştırmada yer aldıkları ve tek yapmaları gerekenin kendilerine top geldiği zaman diğer 2 (bazı araştırmalarda 3) oyuncudan birine atmaları olduğu söylenmektedir. Paravan öykünün sahiciliğini sağlayabilmek amacıyla, oyun bittikten sonra katılımcılardan oyun süresince zihinlerinde canlandırdıkları ortamı betimlemeleri istenmektedir. Paravan öykü bireylerin tepkilerinin olumlu ya da olumsuz yönde değişmesine engel olmak için kullanılmakta ve işlem yolu sonunda katılımcılara deneyin asıl amacı açıklanmaktadır. Bu paradigmanda deney grubunda bulunan katılımcılara oyunun başında top gelmekte, ancak birkaç turdan sonra katılımcılar oyuna dâhil edilmemektedir. Sanal top paradigması kullanılarak yürütülen araştırmalar bu paradigmanın psikolojik dışlanma durumunun değişimlenmesinde oldukça etkili olduğunu göstermiştir (Abayhan, Yavuz, Ceylan, Kaya, Şahin ve Aydın, 2009; Boyes ve French, 2009; van Beest ve Williams, 2006; Williams ve Jarvis, 2006).

2.4 VERİLERİN ANALİZİ

Araştırmada yer alan erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi için kullanılan ölçüm araçlarından Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ten 14 şema alt boyutu ve 5 şema alanı alt boyutu puanı elde edilmektedir. Ebeveynlik biçimlerini değerlendirmek için geliştirilen Young Ebeveynlik Ölçeği ise anne ve baba olmak üzere her iki ebeveyn için 10 alt boyut puanına sahiptir. Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlarla ilişkisinin olup olmadığı incelenecek olan diğer bir değişken olan psikolojik belirtileri değerlendirmek için geliştirilmiş olan Semptom Değerlendirme Ölçeği ise 9 alt boyut ve genel belirti düzeyi toplam puanını göstermektedir. Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçları ve onların düzeylerini ortaya koymayı amaçlayan İhtiyaç Tehdidi

Ölçeği'nden ise 4 alt boyut puanı elde edilmektedir. İlerleyen bütün bölümlerde bütün analizler ilgili ölçeklerin alt boyutları veya toplam puanı için ayrı ayrı yapılmıştır.

Çalışmada erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ile psikolojik belirtilerin psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlar ile ilişkilerinin incelenmesi amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır.

BÖLÜM III

BULGULAR

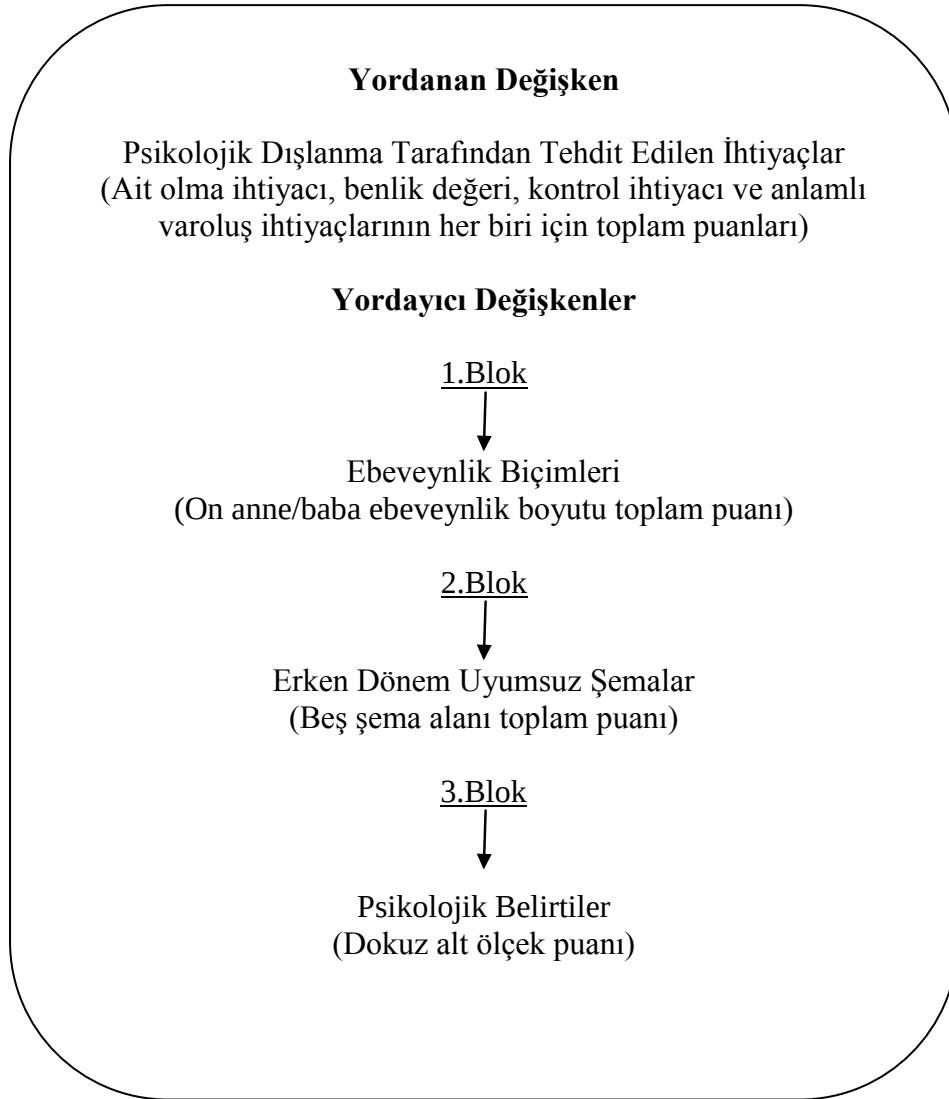
Bulgular bölümü üç (3) ana başlıktan oluşmaktadır. İlk kısımda, erken dönem uyumsuz şemalar ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişki incelenmiştir. İkinci kısımda ebeveynlik biçimleri ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişki incelenmiştir. Üçüncü kısımda ise psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişki incelenmiş ve her bir bölüm ilgili değişkenin alt boyutları göz önüne alınarak dört (4) başlıkta (ait olma ihtiyacı, benlik değeri, kontrol ihtiyacı ve anlamlı varoluş ihtiyacı) aktarılmıştır. İncelenen değişkenler arasındaki ilişkilere ait değerlendirmeler Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları ile aktarılmıştır.

Analizlere geçmeden önce SPSS' in alt menüleri kullanılarak veri girişi kontrol edilmiş, ardından kayıp değerler belirlenmiştir. İlk önce, veri tabanına yanlış girilen değerler belirlenmiş ve düzeltilmiştir. Bu işlem için öncelikle girilen tüm verilerin sıklıklarına frekans tablolarından bakılmıştır. Daha sonra olması gereken küçük ve büyük değerler belirlenerek orijinal veri setine geri dönülüp gerekli düzeltmeler yapılmıştır.

Tüm değişkenlere ilişkin kayıp değer analizi yapılmıştır. Analize dahil edilen katılımcıların boş bıraktıkları maddeler için; o kişilerin, ilgili ölçeğin alt boyutundaki diğer maddelerinin ortalaması atanmıştır. Tüm değişkenlere ilişkin kayıp değer analizi

ve dağılım özellikleri gözden geçirilerek elde edilen verilerin analizlere uygunlukları sınanmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2007).

Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi kapsamında ilk aşamada, ebeveynlik biçimleri (Kuralcı/Kalıplayıcı, Küçümseyici/Kusur Bulucu, Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı, Sömürücü/İstismar Edici, Aşırı Koruyucu/Evhamlı, Koşullu/Başarı Odaklı, Aşırı İzin Verici/Sınırsız, Kötümser/Endişeli, Cezalandırıcı, Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran Ebeveynlik biçimleri olmak üzere on anne ya da baba formu için alt boyut toplam puanları) ikinci aşamada erken dönem uyumsuz şemalar (Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğerleri Yönelimlilik ve Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık olmak üzere beş şema alanı toplam puanı), üçüncü aşamada psikolojik belirtiler (kaygı, depresyon, düşmanlık, kişilerarası duyarlılık, obsesif-kompulsif, paranoid düşünce, fobik kaygı, psikotizm ve somatizasyon olmak üzere dokuz alt boyut puanı) denkleme alınmıştır. Hiyerarşik Regresyon Analizi'nin yukarıda bahsedilen aşamaları Şekil 1'de gösterilmektedir.



Şekil 1. Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçları Yordayan Değişkenlere İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Aşamaları

3.1 ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Araştırmanın bu aşamasında erken dönem uyumsuz şemalar ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişki incelenmiştir. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ten 14 alt boyut ve bu alt boyutları kapsayan 5 şema alanı puanı elde edilmektedir.

İlk olarak, psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar ile şema alanları arasındaki ilişkileri gösteren korelasyon katsayıları Tablo 3.'te verilmiştir. Analiz sonuçları ise ilgili başlıklar altında sıralanmıştır.

Elde edilen bulgulara ilişkin için şema alanları puanlarının ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri (Bkz. Ek 10), ve her bir şema alanı için ortalamanın bir standart sapma aşağısında ve yukarısında kalan bireylerin dört temel ihtiyaca ilişkin puanlarında bir farklılaşma olup olmadığını gösteren MANOVA sonuçları aktarılmıştır (Bkz, Ek 11, Ek 12, Ek 13, Ek 14, Ek 15).

Şema alanlarından yüksek ve düşük puan alan katılımcıların Young Şema Ölçeği ile ölçümlenen şema boyutları açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla tek yönlü MANOVA gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları sadece Yüksek Standartlar şema alanına ilişkin olarak gruplar arası istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğuna işaret etmiştir, $\lambda=3.08$, $F(1,36)=4.299, p<.05, \eta^2_p=0.52$. Sonuçlara göre Yüksek Standartlar şema alanından yüksek puan alanların ($X_{ort}=2.69$, $SS=1.19$) kontrol ihtiyaçlarına yönelik, düşük puan alanlara ($X_{ort}=2.07$, $SS=.53$) göre daha fazla zedelenme bildirdikleri gözlenmiştir.

Tablo 3: Şema Alanları İle Psikolojik Dışlanmanın tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	Kopukluk ve Reddedilmişlik	Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma	Zedelenmiş Sınırlar	Diğerleri Yönelimlilik	Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık
Ait Olma İhtiyacı	.041	.052	.067	-.030	.077
Benlik Değeri	.084	.020	-.019	-.077	-.054
Kontrol İhtiyacı	.142	.167	.079	.015	.239**
Anlamlı Varoluş İhtiyacı	.012	.025	.080	-.021	.075

** $p < .01$

3.1.1 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Ait Olma İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçlarına göre beş şema alanı ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaç boyutlarından ilki olan ait olma ihtiyacı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür ($R=.129$, $R^2=.017$, $F(5, 127)=.427$, $p>.05$). Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğerleri Yönelimlilik ve Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık şema alanlarının ait olma ihtiyacını yordamadığı elde edilen bulgular arasındadır.

3.1.2 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Benlik Değeri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçlarına göre 5 şema alanı ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaç boyutlarından bir diğeri olan benlik değeri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür ($R=.156$, $R^2=.024$, $F(5, 127)=.634$, $p>.05$). Analiz sonucuna göre, Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğerleri Yönelimlilik ve Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık şema alanlarının benlik değeri ihtiyacını yordamadığı görülmüştür.

3.1.3 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Kontrol İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçlarına göre 5 şema alanı ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaç boyutlarından biri olan kontrol İhtiyacı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür ($R=.279$, $R^2=.078$, $F(5, 127)=2.144$, $p>.05$). Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğerleri Yönelimlilik ve Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık şema alanlarının kontrol ihtiyacını yordamadığı elde edilen bulgular arasındadır.

3.1.4 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Anlamlı Varoluş İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçlarına göre 5 şema alanı ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaç boyutlarından sonuncusu olan anlamlı varoluş ihtiyacı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür ($R=.124$, $R^2=.015$, $F(5, 127)=.394$, $p>.05$). Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğerleri Yönelimlilik ve Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık şema alanlarının anlamlı varoluş ihtiyacını yordamadığı görülmüştür.

3.2 EBEVEYNLİK BİÇİMLERİ İLE PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Bu bölümde ebeveynlik biçimleri ile psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlar arasındaki ilişki Hiyerarşik Regresyon Analizi ile incelenmiştir. Young Ebeveynlik Ölçeği hem anne hem baba olmak üzere her iki ebeveynin ebeveynlik biçimlerine yönelik on (10) alt boyut puanına sahiptir. Yapılan analiz sonuçları sırasıyla anne ve babanın sergilediği ebeveynlik biçimleri göz önüne alınarak aşağıda aktarılmıştır. Analiz sonuçlarından önce psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlarla ebeveynlik biçimleri arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 4.'te verilmiştir.

Tablo 4: Ebeveynlik Biçimleri İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki Korelasyon Katsayıları

Psikolojik Belirtilerin Tehdit Ettiği İhtiyaçlar	Ait Olma İhtiyacı	Benlik Değeri	Kontrol İhtiyacı	Anlamalı Varoluş İhtiyacı
YEBO Alt Boyutları				
Anne Kuralcı/Kalıplayıcı	.002	-.012	.144	-.031
Anne Küçümseyici/Kusur Bulucu	.109	-.045	.186	.047
Anne Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı	-.016	.024	.028	-.045
Anne Sömürücü/İstismar Edici	.004	.025	.153	.123
Anne Aşırı Koruyucu/Evhamlı	.021	-.021	.174	.015
Anne Koşullu/Başarı Odaklı	-.082	-.113	.093	-.143
Anne Aşırı İzin Verici/Sınırsız	.100	.063	.241	.206
Anne Kötümser/Endişeli	.001	.108	.204	.076
Anne Cezalandırıcı	.034	.067	.071	.015
Anne Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran	-.019	-.010	.050	-.040
Baba Kuralcı/Kalıplayıcı	.007	.079	.103	.084
Baba Küçümseyici/Kusur Bulucu	.070	-.003	.136	.102
Baba Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı	-.035	-.044	.024	.048
Baba Sömürücü/İstismar Edici	.037	.131	.069	.147
Baba Aşırı Koruyucu/Evhamlı	.061	.038	.175*	.037
Baba Koşullu/Başarı Odaklı	-.133	-.161	-.014	-.056
Baba Aşırı İzin Verici/Sınırsız	.051	.086	.210*	.160
Baba Kötümser/Endişeli	.142	.241*	.289**	.267**
Baba Cezalandırıcı	.046	.024	.012	-.014
Baba Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran	.102	.079	.170	.072

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

3.2.1 Ebeveynlik Biçimleri İle Ait Olma İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlardan biri olan ait olma ihtiyacı ile ebeveynlik biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır.

Anne ebeveynlik biçimleri ile ait olma ihtiyacı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır, $R=.275$, $R^2=.050$, $F(10,122)=.648$, $p>.05$. Aynı şekilde ait olma ihtiyacı ile baba ebeveynlik biçimleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanamamıştır, $R=.278$, $R^2=.077$, $F(10,122)=1.023$, $p>.05$. Yapılan analiz sonuçlarından hareketle ait olma ihtiyacının ebeveynlik biçimleri tarafından yordanmadığı görülmüştür.

3.2.2 Ebeveynlik Biçimleri İle Benlik Değeri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlardan bir diğeri olan benlik değeri ile ebeveynlik biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır.

Anne ebeveynlik biçimleri ile benlik değeri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır, $R=.278$, $R^2=.052$, $F(10,122)=.668$, $p>.05$. Annenin sergilediği ebeveynlik biçimlerinin benlik değerindeki değişimi yordamadığı görülmüştür. Ancak; benlik değeri ile baba ebeveynlik biçimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre oluşturulan model anlamlıdır, $R=.416$, $R^2=.173$, $F(10,122)=2.546$, $p<.01$. Modele göre baba ebeveynlik biçimleri varyansın %17,3'ünü açıklamaktadır. Modelin anlamlılığının sağlanmasında babanın sergilediği hangi ebeveynlik biçiminin açıklayıcı rolü olduğu incelendiğinde şu sonuçlar göze çarpmaktadır. Koşullu/Başarı Odaklı ebeveynlik biçimi benlik değerini yordamaktadır, $\beta=-.292$, $t(122)=-2.806$, $p<.01$. Ek olarak Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçiminin de benlik değerini yordadığı görülmüştür, $\beta=.290$, $t(122)=2.678$, $p<.01$. Elde edilen bulgulara göre Koşullu/Başarı Odaklı ebeveynlik biçimindeki artış benlik değerindeki

düşüşü; Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimindeki artış benlik değerindeki artışı yordamaktadır. Analiz sonuçları aşağıda verilmiştir (Tablo 5).

Tablo 5. Ebeveynlik Biçimleri (Baba) İle Benlik Değeri Arasındaki İlişkiye Ait Hiyerarşik Regresyon Sonuçları

	Etki büyüklüğü (R2 değeri)	F değeri	p değeri	
Model	.173	2.546**	.008	
Yordayıcı Değişken	Standartlaştırılmamış regresyon katsayısı	β değeri	t değeri	p değeri
Kötümser/Endişeli	.250	.290	-2.806**	.006
Koşullu/Başarı Odaklı	-.232	-.292	-2.678**	.008

**p<.01

Not: Baba Ebeveynlik Biçimleri: Kuralcı/Kalıplıyıcı, Küçümseyici/Kusur Bulucu, Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı, Sömürücü/İstismar Edici, Aşırı Koruyucu/Evhamlı, Koşullu/Başarı Odaklı, Aşırı İzin Verici/Sınırsız, Kötümser/Endişeli, Cezalandırıcı, Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran Ebeveynlik.

3.2.3 Ebeveynlik Biçimleri İle Kontrol İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlardan kontrol ihtiyacı ile ebeveynlik biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır.

Anne ebeveynlik biçimleri ile kontrol ihtiyacı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır, $R=.325$, $R^2=.106$, $F(10,122)=1.441$, $p>.05$. Öte yandan kontrol ihtiyacı ile baba ebeveynlik biçimleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır, $R=.412$, $R^2=.170$, $F(10,122)=2.501$, $p<.01$. Modele göre baba ebeveynlik biçimleri kontrol ihtiyacını % 17 oranında açıklamaktadır. Açıklanan bu varyansta hangi ebeveynlik biçimlerinin katkısı olduğu incelendiğinde Aşırı İzin Verici/Sınırsız ebeveynlik biçiminin kontrol ihtiyacındaki değişimi yordadığı görülmüştür, $\beta=.262$, $t(122)=2.309$, $p<.05$. Ek olarak Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçiminin de kontrol ihtiyacını yordadığı görülmüştür, $\beta=.275$, $t(122)=2.553$, $p<.05$. Cezalandırıcı ebeveynlik biçimi de kontrol ihtiyacını yordayan değişkenler arasındadır, $\beta=-.189$, $t(122)=-1.981$, $p<.05$.

Elde edilen bulgulara göre, Aşırı İzin Verici/Sınırsız ebeveynlik biçimindeki artış kontrol ihtiyacındaki artışı yordamaktadır. Elde edilen bir diğer bulgu ise Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimindeki artışın kontrol ihtiyacındaki artışı yordadığıdır. Kontrol ihtiyacındaki artışı yordayan bir diğer değişken ise Cezalandırıcı ebeveynlik biçimi olup, bu ebeveynlik biçimindeki artış kontrol ihtiyacındaki düşüşü yordamaktadır. Analiz sonuçları Tablo 6.'da aktarılmıştır.

Tablo 6. Ebeveynlik Biçimleri (Baba) İle Kontrol İhtiyacı Arasındaki İlişkiye Ait Hiyerarşik Regresyon Sonuçları

	Etki büyüklüğü (R2 değeri)	F değeri	p değeri	
Model	.170	2.501**	.009	
Yordayıcı Değişken	Standartlaştırılmamış regresyon katsayısı	β değeri	t değeri	p değeri
Aşırı İzin Verici/Sınırsız	.239	.262	2.309*	.023
Kötümser/Endişeli	.202	.275	2.533**	.013
Cezalandırıcı	-.189	-.189	-1.989*	.050

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

Not: Baba Ebeveynlik Biçimleri: Kuralcı/Kalıplayıcı, Kötümseyici/Kusur Bulucu, Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı, Sömürücü/İstismar Edici, Aşırı Koruyucu/Evhamlı, Koşullu/Başarı Odaklı, Aşırı İzin Verici/Sınırsız, Kötümser/Endişeli, Cezalandırıcı, Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran Ebeveynlik.

3.2.4 Ebeveynlik Biçimleri İle Anlamli Varoluş İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlardan sonuncusu olan anlamlı varoluş ihtiyacı ile ebeveynlik biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır.

Ebeveynlik biçimlerinin yordayıcı; anlamlı varoluş ihtiyacının yordanan değişken olarak atanarak yürütülen analizde oluşturulan model anlamlı değildir. Anne ebeveynlik biçimleri ile anlamlı varoluş ihtiyacı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır, $R=.319$, $R^2=.102$, $F(10,122)=1.382$, $p>.05$.

Aynı şekilde anlamlı varoluş ihtiyacı ile baba ebeveynlik biçimleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanamamıştır, $R=.356$, $R^2=.127$, $F(10,122)=1.769$, $p>.05$. Yapılan analiz sonuçlarına göre ebeveynlik biçimleri, anlamlı varoluş ihtiyacını yordamamaktadır.

3.3 PSİKOLOJİK BELİRTİLER İLE PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Araştırmanın bu aşamasında psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişki incelenmiştir. İncelenmek istenen yordayıcı değişkeni ölçmek için geliştirilmiş olan Semptom Değerlendirme Ölçeği (SA-45)'nden dokuz (9) alt boyut ile genel belirti düzeyi ve pozitif belirti düzeyi puanı olmak üzere on bir (11) farklı toplam puan elde edilmektedir.

Değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bulunan ilişkilerin ise hangi psikolojik belirti puanı tarafından daha iyi açıklandığını göstermek amacıyla ölçekten elde edilen kaygı, depresyon, düşmanlık, kişilerarası duyarlılık, obsesif-kompulsif, paranoid düşünce, fobik kaygı, psikotizm ve somatizasyon olmak üzere dokuz (9) alt boyut puanı yordayıcı değişken olarak analize dahil edilmiştir. Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki Hiyerarşik Regresyon Analizi ile incelenmiş ilgili korelasyon katsayıları aşağıda verilmiştir (bkz. Tablo 7).

Tablo 7. Psikolojik Belirtiler İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	Kaygı	Depresyon	Düşmanlık	Kişilerarası Duyarlılık	Obsesif- Kompulsif	Paranoid Düşünce	Fobik Kaygı	Psikotizm	Somatizasyon
Ait Olma									
İhtiyacı	.142	.060	.024	-.126	-.027	-.041	.026	-.044	.077
Benlik									
Değeri	.050	.048	-.010	-.219*	-.013	-.081	-.179*	-.140	.072
Kontrol									
İhtiyacı	.153	.132	.076	-.026	.002	.095	.019	.053	.137
Anlamlı									
Varoluş	.050	.014	.045	-.151	-.086	-.009	-.170	-.138	.045
İhtiyacı									

* $p < .05$

3.3.1 Psikolojik Belirtiler İle Ait Olma İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçlarına göre 9 psikolojik belirti alt boyutu ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaç boyutlarından biri olan ait olma ihtiyacı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür ($R=.317$, $R^2=.100$, $F(9,123)=1.523$, $p>.05$). Elde edilen bulguya göre, psikolojik belirtilerin ait olma ihtiyacını yordamadığı görülmektedir.

3.3.2 Psikolojik Belirtiler İle Benlik Değeri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçlarına göre psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaç boyutlarından bir diğeri olan benlik değeri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($R=.447$, $R^2=.200$, $F(9, 123) = 3.416$, $p<.01$).

Elde edilen bulguya göre, psikolojik belirtilerin benlik değeri üzerinde yordayıcı bir rolü olduğu ve psikolojik belirtilerin varyansın %20'sini açıkladığı görülmüştür. Psikolojik belirtiler ile benlik değeri arasındaki ilişkiyi açıklama gücü bakımından modelin istatistiksel olarak anlamlılığının hangi psikolojik belirtilerden kaynaklandığı incelendiğinde, kaygı, kişilerarası duyarlılık ve fobik kaygı alt boyutlarının modeli açıkladığı görülmüştür.

Semptom Değerlendirme Ölçeği (SA-45)'nin kaygı alt ölçeğinden alınan puanın benlik değerini yordadığı elde edilen bulgular arasındadır, $\beta=.293$, $t(123)=2.112$, $p<.05$. Bir diğer bulgu ise, fobik kaygı alt boyutunun da benlik değerini yordadığıdır, $\beta=-.300$, $t(123)=-2.581$, $p=.01$. Buna ek olarak kişilerarası duyarlılık alt boyutundan alınan puan ile benlik değeri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu; bir diğer deyişle kişilerarası duyarlılığın benlik değerini yordama gücüne sahip olduğu görülmüştür, $\beta = -.501$, $t(123)=-3.689$, $p<.001$.

Yapılan analiz sonuçlarına göre, kişilerin kaygı puanındaki artış benlik değeriindeki artışı; fobik kaygı puanındaki artış benlik değeriindeki düşüşü yordamaktadır. Ek olarak kişiler arası duyarlılık puanındaki artış ise benlik değeriindeki düşüşü yordamaktadır. Analiz sonuçları Tablo 8.'de aktarılmıştır.

Tablo 8. Psikolojik Belirtiler İle Benlik Değeri Arasındaki İlişkiye Ait Hiyerarşik Regresyon Sonuçları

	Etki büyüklüğü (R ² değeri)	F değeri	p değeri	
Model	.200	3.416**	.001	
Yordayıcı Değişken	Standartlaştırılmamış regresyon katsayısı	β değeri	t değeri	p değeri
Kaygı	.377	.293	2.112*	.037
Fobik Kaygı	-.564	-.300	-2.581**	.011
Kişilerarası Duyarlılık	-.668	-.501	-3.689***	.000

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Not: Psikolojik Belirtiler: Kaygı, Depresyon, Düşmanlık, Kişilerarası Duyarlılık, Obsesif-Kompulsif, Paranoid Düşünce, Fobik Kaygı, Psikotizm ve Somatizasyon.

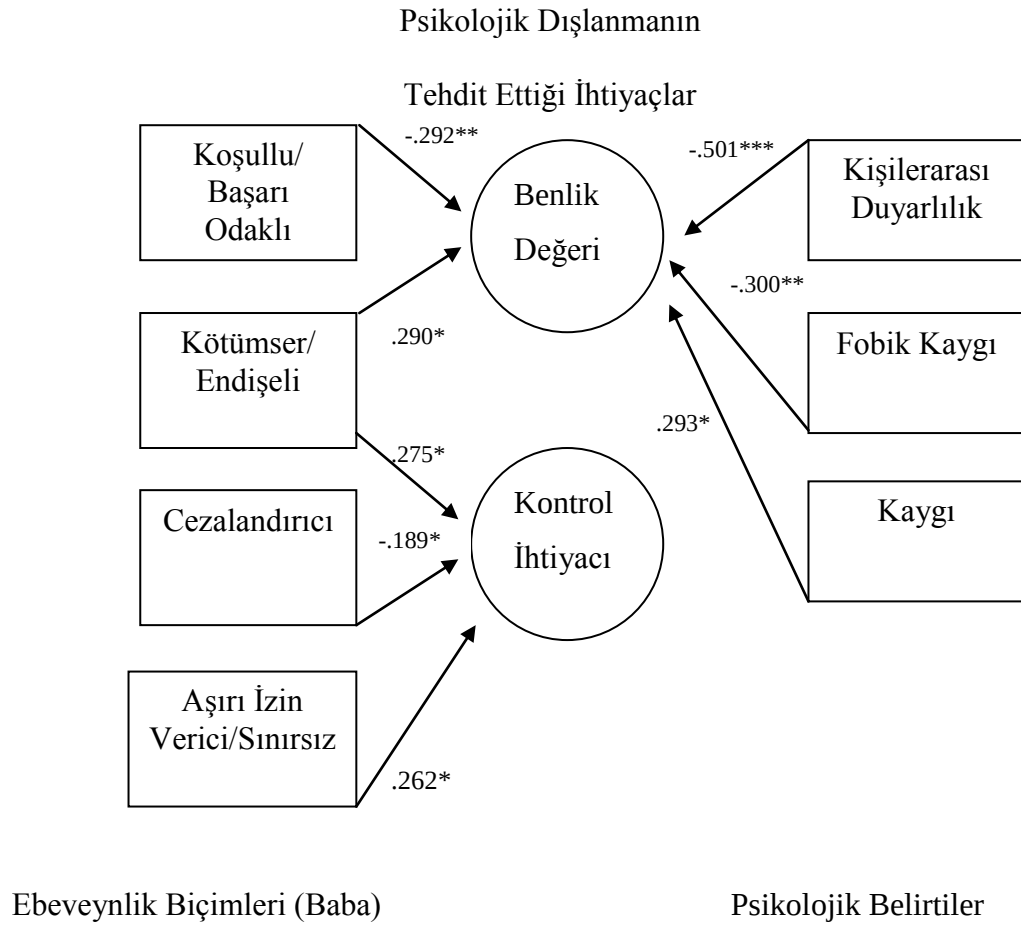
3.3.3 Psikolojik Belirtiler İle Kontrol İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Kontrol ihtiyacı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki Hiyerarşik Regresyon Analizi ile incelenmiş yapılan analiz sonuçlarına göre kontrol ihtiyacı ile psikolojik belirtiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanamamıştır, ($R=.275$, $R^2=.075$, $F(9, 123)=1.114$, $p>.05$).

3.3.4 Psikolojik Belirtiler İle Anlamlı Varoluş İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği bir başka ihtiyaç olan anlamlı varoluş ihtiyacı ile psikolojik belirtiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki elde edilememiştir. Anlamlı varoluş ihtiyacındaki değişim psikolojik belirtiler tarafından yordanmamaktadır, ($R=.331$, $R^2=.109$, $F(9, 123)=1.678$, $p>.05$).

Çalışmadan elde edilen bulgular bütüncül olarak ele alınınca istatistiksel olarak anlamlı bulunan ilişkiler şu şekilde özetlenmektedir (Şekil 2).



Şekil 2. Ebeveynlik Biçimleri ve Psikolojik Belirtilerin Psikolojik Dışlanma Tarafından Tehdit Edilen İhtiyaçlarla İlişkisi

BÖLÜM IV

TARTIŞMA

Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yürütülen çalışmanın bulguları alanyazın ışığında tartışılmıştır. Araştırma sorularına uygun olarak gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen bulgular alanyazındaki ilgili çalışmalarla tartışıldıktan sonra araştırmanın sınırlılıkları, ileriki çalışmalar için öneriler ve çalışma bulgularının klinik önemi aktarılmıştır.

4.1 ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ İLİŞKİYE YÖNELİK BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar ve söz konusu ihtiyaçlarda meydana gelen tehdit düzeyleri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan çalışmanın sonuçlarına göre, Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğerleri Yönelimlilik ve Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık olmak üzere şema alanlarının psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçları yordamamaktadır.

Elde edilen bulgunun dört temel ihtiyacı kapsayan olası nedenlerinden ilki araştırmada kullanılan deney düzeneği ile ilgili olabilir. Deney süresinin ve yönergenin yeterli olmaması ve deneydeki uyarımın bireyin şemalarını harekete geçirecek kadar yoğun bir içeriğe sahip olmaması incelenen ilişkinin kurulmamasına neden olmuş olabilir. Dışlanma deneyimlerinin düzensiz aralıklarla ve nadir olduğu durumlarda, hedefin başa çıkma stratejilerinin duygusal streslerinden kurtulmalarına, tehdit edilen psikolojik durumların güçlenmesine ve duygu durumlarının gelişmesine olanak tanıdığı alanyazından elde ettiğimiz bir bilgidir (Baumeister, 2005; DeWall ve Baumeister,

2006). Deney süresi, içeriği ve sıklığı göz önüne alındığında, elde edilen bulguların sözü edilen araştırmanın bulguları ile tutarlı olduğu söylenebilir.

Ek olarak giriş kısmında da belirtildiği gibi bireyler yakınları tarafından psikolojik dışlanmaya maruz bırakıldıklarında yabancılar tarafından psikolojik dışlanmaya maruz bırakılmalarına oranla temel ihtiyaçlara yönelik daha fazla tehdit, bunun yanı sıra üzüntü ve öfke ortaya hissettiklerini bildirmişlerdir (Nezlek ve ark., 2012). Bu bulguya dayanarak erken dönem uyumsuz şemalar ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki değişimi açıklayabilmek için diğer katılımcıların başka laboratuvarlardan eş zamanlı olarak çalışmaya katılan öğrenciler açıklaması yerine katılımcıların sınıf arkadaşları, aile fertleri gibi yakınlarından oluşan bir grupta çalışmaya alındıklarının söylenmesinin katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Erken dönem uyumsuz şemalarla psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlar arasında bir ilişki kurulamamasının bir açıklaması bireylerin görece kendilerine yakın olmayan kişilerle çalışmaya katılmaları olabilir. Erken dönem uyumsuz şemaların çoğunlukla bireyin süregelen bir şekilde ilişkide olduğu önemli diğer kişiler tarafından tetiklendiği, çalışmada ise bireylerin tanımadıkları ve bir daha görmeyeceklerini düşündükleri kişilerle psikolojik dışlanma oturumuna katıldıkları göz önüne alınacak olursa elde edilen bulgu netlik kazanmaktadır.

Şema Modeli ve psikolojik dışlanma alan yazını incelendiğinde elde edilen bulgunun olası açıklamalarından bir diğeri, örneklemin sınırlı sayıda olması ve şema alanları puan dağılımı bakımından uçlarda yer alan katılımcı sayısının azlığı; başka bir deyişle örneklemin heterojen olmaması sebebiyle erken dönem uyumsuz şemaların araştırmanın yürütüldüğü örnekleme gözlenememiş olması olabilir.

Bir diğer açıklama, psikolojik dışlanma sonucunda katılımcının duygu durumunda oluşan hissizliğin bireyin bilişsel süreçlerini de kısmen sekteye uğratması ve bu durumun da tehdit edilen ihtiyaç tür ve düzeylerinde bir değişme yaratmaması; daha açık bir ifadeyle katılımcının "nötr" bir tepki vermesidir. Bu bulgu, psikolojik dışlanma

karşısında bireylerin ilk olarak verdikleri tepkinin hissizlik olduğunu öne süren araştırma bulgularıyla (Baumeister, Brewer, Tice ve Twenge, 2007; Gerber ve Wheeler, 2009) tutarlıdır.

Diğer taraftan, bireyin dünyayı algılamasına aracılık ve dünyaya verdiği yanıtlara kılavuzluk eden erken dönem uyumsuz şemaların, sağlıklı durumdayken genelde sessiz oldukları ve olumsuz yaşam olayları ya da psikopatolojilerle etkin hale geçtikleri bilgisi elde edilen bulguyu netleştirebilir. Bu bilgiyle ve katılımcıların şema alanları puanlarıyla tutarlı olarak, erken dönem uyumsuz şemaların sağlıklı durumdayken genelde sessiz olması psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçların tür ve düzeyleri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasında bir ilişki kurulamamasını açıklayabilir.

Erken dönem uyumsuz şemaların psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçları yordamamasının Şema Modeli açısından bir diğer açıklaması da şema modları ile yapılabilir. Şema modları bireyin hassas olduğu yaşam olayları tarafından tetiklenen anlık duygusal değişimler ve uyumlu ya da uyumsuz olabilen başa çıkma tepkileri ile tanımlanan farklı şemaların aynı anda aktive olduğu kümeler olarak açıklanabilir (Young, 2003). Psikolojik dışlanma karşısında bireyler yaşadığı stresle başa çıkabilmek için "Kopuk Korungan" şema moduna giriyor ve bu nedenle dışlanma gerçekliğini yadsıyor olabilirler.

Erken dönem uyumsuz şemaların psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği dört temel ihtiyaç ile ilişkisine yönelik genel açıklamalara ek olarak, ait olma ihtiyacına özgü bir diğer açıklama psikolojik dışlanma oturumlarında katılımcıların daha fazla kişi tarafından dışlanmış olsalardı ait olma ihtiyacının tehdidine ilişkin daha açık bir ilişki kurulabileceği yönündedir. Psikolojik dışlanma alan yazını incelendiğinde grubun çoğunluğu tarafından dışlanmanın ait olma ihtiyacı üzerinde ciddi bir tehdit oluşturduğu bulgusu dikkat çekmektedir (Chernyak ve Zayas, 2010). Bu nedenle dışlanma oturumlarında yer alan kişi sayısı ve psikolojik dışlanmanın kaynağı göz önüne

alındığında elde edilen bulgunun netlik kazanması için daha fazla dışlayan kişini olduğu deney düzeneği ile çalışmanın yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Ait olma ihtiyacına ilişkin bulguların bir diğer açıklaması ise, yeniden bağ kurma hipotezi ışığında yapılabilir (Maner, Dewart, Baumeister ve Schaller, 2007). Bu hipoteze göre dışlanma bazen bireyin gruba yeniden kabul edilmeye yönelik tepki vermesine ve davranışlar sergilemesine neden olmaktadır. Bireyin gruba tekrar kabul edilmeye yönelik davranışlarda bulunmasının öncüllerinden bir tanesi de kendisi dışlayan grubun bir parçası olarak görmesidir. Bu kişilerin kendilerini hala grubun üyesi olarak görmeye ve grupla olan psikolojik bağlarının devam ettirmeye çalışmalarının bir sonucu olarak, ait olma ihtiyaçlarında bir değişme olmaması beklenen bir sonuç olabilir.

Benlik değerine özgü bir diğer açıklama ise, benlik değerinin tehdit altına girdiği durumlarda bir savunma mekanizması olarak benlik değerine hizmet eden yanlılık ile yapılabilir. Benlik değerine hizmet eden yanlılığın devreye girmesi, bireyin var olan durumu gerçekte olduğundan farklı bir biçimde algılamasını ya da yorumlamasını sağlayarak benlik değerinin zedelenmesi engeller (Greenberg, Pyszczynski, Burling ve Tibbs, 1992; Miller ve Ross, 1975; Shepperd, Malone ve Sweeny, 2008). Gerçekte olan bir dışlanmanın yokmuş gibi algılanması halinde, benlik değeri puanında bir düşüş olmaması ya da benlik değerine yönelik bir tehdit algılanmaması alan yazınla tutarlı bir sonuçtur.

Kontrol ihtiyacına yönelik dikkat çekici bir diğer gözlem ise, bazı katılımcıların dışlanma sonrasında değerlendirme formundaki sorulara verdikleri yanıtlarda göze çarpmaktadır. Bazı katılımcılar deneyde ilk başta kontrolün kendilerinde olduğunu; fakat daha sonra oyunun işleyişinde herhangi bir etkileri olmadığını düşündüklerini bildirmişlerdir. Katılımcıların dile getirdikleri ile kontrol ihtiyacında bir değişme meydana gelmemesinin sebebi daha önce de ele alındığı gibi benlik değeri savunması ile açıklanabilir. Kontrol algısının yitirilmesinin bireyin benlik değeri için bir tehdit olduğu ya da benlik değerindeki düşüşe neden olabileceği bilinmektedir (Seligman,

1975). Kontrol algısına yönelik bir tehdidin dolaylı olarak benlik değeri ile ilişkili olduğu öne sürülürse, benlik değerine hizmet eden yanlılığın burada da devreye girdiği ve var olan durumun olduğundan farklı algılanmasını sağladığı söylenebilir.

Son olarak İhtiyaç Tehdidi Ölçeği'nin maddeleri incelendiğinde maddelerin bireyin tüm yaşamını kapsayan bir anlamlı varoluşu temsil etmediği görülmüştür. Erken dönem uyumsuz şemaların anlamlı varoluş ihtiyacı ile anlamlı bir ilişki kurulamaması Stillman ve arkadaşlarının (2009) ilgili araştırmada ortaya koyduğu gibi anlamlı varoluş için daha yaygın bir "anamlılığ" temsil eden bir ölçüme ihtiyaç duyulmasından kaynaklanıyor olabilir.

Erken dönem uyumsuz şemalara ilişkin elde edilen bulgulara yönelik olarak, psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği kısa vadede ortaya çıkan tepkilerden ait olma ihtiyacının, benlik değerinin, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyacının, erken dönem uyumsuz şemalar gibi bireysel fark değişkenlerinden ya da psikopatolojiden bağımsız olarak zedelendiği düşünülebilir. Bu savı açıklamak için, şema alanları puanlarının ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri (Bkz. Ek 10), ve her bir şema alanı için ortalamanın bir standart sapma aşağısında ve yukarısında kalan bireylerin dört temel ihtiyaca ilişkin puanlarında bir farklılaşma olup olmadığına ilişkin ek analizler yürütülmüştür (Bkz. Ek 11, Ek 12, Ek 13, Ek 14 ve Ek 15). Buna göre, sadece Yüksek Standartlar şema alanına ilişkin olarak gruplar arası istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğuna işaret etmiştir. Yüksek Standartlar şema alanından yüksek puan alanların kontrol ihtiyaçlarına yönelik, düşük puan alanlara göre daha fazla zedelenme bildirdikleri gözlenmiştir. Geri kalan şema alanlarına ilişkin olarak gruplar arası fark gözlenmemiştir. Yüksek Standartlar şema alanında gözlenen farklılığa bağlı olarak, psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçların "normal" - "anormal" süreğenliğinden etkilenmeyen, evrensel sonuçları olan bir süreç olduğu konusunda bir yargıya varabilmek için yapılacak yeni çalışmalara ihtiyaç olduğu görülmektedir.

4.2 EBEVEYNLIK BİÇİMLERİ İLE PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ İLİŞKİYE YÖNELİK BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Ebeveynlik biçimleri ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiye ait bulguların değerlendirildiği bu bölümde, alanyazın doğrultusunda sonuçlar tartışılmıştır. İzleme kolaylığı açısından verimli olması nedeniyle sırasıyla anne ve baba ebeveynlik biçimleri ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği dört ihtiyaç türü arasındaki ilişkiye ait değerlendirilmeler aktarılmıştır.

Psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlardan ait olma ve anlamlı varoluş ihtiyacı, ebeveynlik biçimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmazken; benlik değeri ve kontrol ihtiyacı ile baba ebeveynlik biçimleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlardan biri olan ait olma ihtiyacı ile anne ebeveynlik biçimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır, aynı şekilde ait olma ihtiyacı ile baba ebeveynlik biçimleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Sonuçlara göre ait olma ihtiyacının ebeveynlik biçimleri tarafından yordanmadığı görülmüştür.

Çalışmada yer alan katılımcıların herhangi bir ebeveynlik biçimine güçlü bir şekilde maruz kalmamaları ya da psikolojik dışlanma deneyine katılma ile ölçek bataryasını doldurma arasında geçen sürede ebeveynlik biçimiyle bağ kurmakta zorlanmaları, ait olma ihtiyacı ile ebeveynlik biçimleri arasında bir ilişki kurulamamasını açıklayabilir.

Psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlardan bir diğeri olan benlik değeri ile ebeveynlik biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, annenin sergilediği ebeveynlik biçimlerinin benlik değerindeki değişimi yordamadığı görülmüştür. Anne ebeveynlik biçimleri ile benlik değeri arasında anlamlı bir ilişki olmamasının bir nedeni de, çalışmaya katılan bireylerin olumsuz ebeveynlik biçimlerine karşı koruyucu başka özelliklere sahip olmaları olabilir. Ebeveynlik

biçimleri ile benlik değeri arasında hangi etmenlerin koruyucu bir etkiye sahip olduğu konusunda yapılacak yeni çalışmalara ihtiyaç olduğu görülmektedir. Buna karşın benlik değeri ile baba ebeveynlik biçimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Koşullu/Başarı Odaklı ile Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimleri benlik değerini yordamaktadır. Koşullu/Başarı Odaklı ebeveynlik biçimindeki artış benlik değerindeki düşüşle ilişkilidir. Yapılan çalışmalar, ergenin bir taraftan ailesiyle olan bağını devam ettirme bir taraftan da bireyselliğini ve özerkliğini gösterme çabaları sırasında, destekleyici ana-baba çocuk yetiştirme biçiminin, ergenin yeterliğini ortaya çıkarmada etkili olduğunu göstermektedir (Hines, 1997). Sağlıklı ebeveynlikten mahrum olan katılımcıların benlik değerlerindeki düşme bu açıdan ele alınabilir.

Babanın Koşullu/Başarı Odaklı ebeveynlik biçimi arttıkça bireyin benlik değeri düşmektedir. Benlik değeri ile anne ebeveynlik biçimleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamazken baba ebeveynlik biçimleri arasında bulunması anne ve babaların ebeveynlik biçimleri farkından olabileceği gibi kültürel bir taraflılıktan da olabilir. Türkiye'de ataerkil bir aile yapısının olması bu ilişkiye katkı sağlayan bir etmen olabilir. Benlik değerine ilişkin bir diğer sonuca göre, babanın sergilediği Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimindeki artış benlik değerindeki artış ile ilişkilidir. Bu bulgu dikkat çekici olsa da, benlik değerine hizmet eden yanlılığın burada da devreye girerek katılımcıyı dünyaya karşı Kötümser/Endişeli bir açıyla bakan ebeveynin tehdidinden koruduğu söylenebilir.

Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlardan kontrol ihtiyacı ile ebeveynlik biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yürütülen analizlerin sonuçlarına göre anne ebeveynlik biçimleri kontrol ihtiyacını yordamamaktadır. Öte yandan kontrol ihtiyacı ile baba ebeveynlik biçimleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Elde edilen bulgulara göre, Aşırı İzin Verici/Sınırsız baba ebeveynlik biçimindeki artış kontrol ihtiyacındaki artışı yordamaktadır. İzin verici ebeveynlik genellikle kabulün ve sıcaklığın yüksek olduğu; ancak denetimin ve çocuktan beklentilerin düşük olduğu ebeveynlik biçimidir. Bu ebeveynlik biçimi ile yetişen çocukların kendini düzenleme ya

da kontrol etme, duygularını kontrol etme ve sorumluluk alma gibi konularda sorular yaşadığı bulunmuştur (Spera, 2005). Spera tarafından yapılan sınıflamada izin verici ebeveynlik olarak tanımlanan ebeveynlik ile şema modelinin önerdiği Aşırı İzin Verici/Sınırsız ebeveynlik biçiminin bir ölçüde örtüştüğü kabul edilirse Aşırı İzin Verici/Sınırsız ebeveynlik biçimi ile yetişen bireyin kendi kontrolü üzerinde daha fazla çaba sarfetmesinin, bir başka ifadeyle kontrol ihtiyacındaki artışın alan yazın ile tutarlı olduğu söylenebilir.

Kontrol ihtiyacına yönelik olarak, dikkat çekici bir diğer bulgu ise, Kötümser/Endişeli baba ebeveynlik biçimindeki artışın kontrol ihtiyacındaki artışı yordadığıdır. Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimine sahip bir babayla yaşayan katılımcıların rol model alma yolu ile olumsuz sonuçlardan kaçınmak için eylemlerinin kontrol altında olmasına fazla önem verdikleri ve bu nedenle psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlardan biri olan kontrol boyutunda daha yüksek puan almaları beklenen bir sonuç olabilir. Benzer bir şekilde, Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçiminin çocuğun davranışlarına kaygı ile yaklaşılmasını içerdiği düşünülürse, bireyin kontrol ihtiyacının artması anlaşılır bir sonuç olmaktadır.

Kontrol ihtiyacını yordayan bir diğer değişken ise, Cezalandırıcı baba ebeveynlik biçimi olup, bu ebeveynlik biçimindeki artış kontrol ihtiyacındaki düşüşü yordamaktadır. Babanın çocuğu yaptıkları ya da yapmadıkları nedeniyle davranışsal ya da duygusal olarak cezalandırması çocuğun hiçbir şekilde kendine edilen kötü muamelenin kontrolünün kendi elinde olmadığı inancını pekiştirebilir. Bu nedenle Cezalandırıcı baba ebeveynlik biçimi ile katılımcının kontrol puanındaki düşme arasındaki ilişki akla yakın görünmektedir. Katı bir disiplin altında, yeterli duygusal destekten yoksun, kurallara mutlak itaat edilmesi beklenen yetkeci ebeveynlik biçimi ile büyütülen çocukların yüksek kaygı gibi sorunlar yaşadıkları ve genellikle saldırganlık gibi olumsuz davranışlar gösterdikleri bulunmuştur (Mandara, 2003; Coplan, Hasting, Lagace-Seguin ve Moulton, 2002). Cezalandırıcı ebeveynlik biçiminin de kurallara uyulmadığı zaman sergilenmiş olabileceği düşünüldüğünde çocuğun yaşadığı stres ve stresi takiben ortaya çıkan kaygı nedeniyle kontrol ihtiyacının tehdidinde artış olması;

daha açık bir ifadeyle bireyin kontrol ihtiyacının tehdit altın girmesi biraz daha netlik kazanmaktadır.

Psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlardan sonuncusu olan anlamlı varoluş ihtiyacı ile ebeveynlik biçimleri arasındaki ilişkiye ait sonuçlar değerlendirildiğinde hem anne hem de baba ebeveynlik biçimlerinin anlamlı varoluş ihtiyacı üzerinde yordayıcı bir rolü olmadığı görülmüştür. Bu noktada yapılabilecek açıklama kişilerin, ebeveynlerinin sahip olduğu olumsuz özellikler yerine, eleştirmeyen, genel olarak daha edilgen yani bir bakıma şemalarına iyi gelebilecek, “şema iyileştirici” (*schema healer*) olarak tanımlanan (Young ve ark., 2003) kişilerle iyileştirici ilişkiler kurdukları yönündedir.

Şema Modeli ebeveynlik biçimlerinin de ötesinde ebeveynlik biçiminin davranış, tutum, sıcaklık, çocuğa olan yaklaşım gibi pek çok öğeden etkilendiğini; ebeveynlik biçiminin tek başına değil çevre ve çocuğun mizacı ile etkileşim içinde bir takım doğurguları olduğunu göz ardı etmemek gerektiği; dolayısıyla ebeveynlik biçimleri, uygulamaları ve ayrımlarını ve bunların etkileri ele alınırken araştırmaların ailenin içinde bulunduğu alt kültürel gruplar, sosyal sınıflar gibi etmenlere de gereken önem verilerek yürütülmesi gerektiği düşünülmektedir.

4.3 PSİKOLOJİK BELİRTİLER İLE PSİKOLOJİK DIŞLANMANIN TEHDİT ETTİĞİ İHTİYAÇLAR ARASINDAKİ İLİŞKİYE YÖNELİK BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Erken dönem uyumsuz şemalarla psikopatoloji arasında kuramsal olarak bir bağ bulunduğu daha önce de belirtilmişti. Bu kuramsal bağdan hareketle bu başlık altında psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlar arasındaki ilişkileri açıklamak amacıyla yapılan analizlerin sonuçları aktarılmış bu bulguların olası nedenleri tartışılmıştır.

Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ait olma, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçlarının psikolojik belirtiler tarafından yordanmadığı yapılan analizler sonucu elde edilen bir bulgudur. Buna karşın, psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaç boyutlarından bir diğeri olan benlik değeri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu ilişkinin hangi psikolojik belirti tarafından açıklandığı incelendiğinde kaygı, kişilerarası duyarlılık ve fobik kaygı alt boyutlarının benlik değerini yordadığı görülmüştür.

Psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği üç temel ihtiyaç arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmamasının bir açıklaması daha önce de belirtildiği gibi çalışmaya katılan bireylerin psikolojik belirtiler açısından heterojen bir dağılıma sahip olmayan üniversite öğrencileri olması olabilir. Bir diğer açıklama ise psikolojik dışlanmanın ve bireylerin sahip olduğu psikolojik belirti tür ve düzeylerinin erken dönem uyumsuz şemaları harekete geçirmemesi, bunun ötesinde psikolojik belirtilerin de söz konusu ihtiyaçlar üzerinde yordayıcı bir rolü olmamasıdır.

Elde edilen bulgunun bir başka açıklaması katılımcıların psikolojik dışlanma oturumunda oynadıkları oyunun gerçekliğine inanmamış olmaları olabilir. Psikolojik dışlanma işlem yolunun internet temelli bir oyun yerine katılımcılarla beraber aynı ortamda fiili olarak bulunan anlaşmalı katılımcılardan oluşan başka bir paradigmayla (örn. tanışma paradigması) çalışılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir. Psikolojik dışlanmanın başka bir paradigma ile çalışılmasının bir başka dayanağı ise sanal top paradigmasını değerli kılan kolay olması, bir defada birden fazla oyuncu ile oynamaya imkan tanınması ve güçlü manipülasyon etkilerini tekrar etmek ve sınırlılıklarını açıklamak amacıyla oyuncuların sözcük çağrışımli öğeleri sırayla tamamladığı internet temelli grup tabanlı bir oyun olan "Atimia" oyunun geliştirilmesidir. Yapılan çalışmada psikolojik dışlanmaya maruz kalan bireylerin kabul edilenlere ve sıkıcı koşula atanmaların sıkıcı olmayan koşula atanarlara kıyasla kendilerini daha kötü hissettikleri, daha çok acı yaşadıkları ve dört temel ihtiyaç boyutunda daha az tatmin hissettikleri

bulunmuştur (Wirth, Turchan, Zimmerman ve Bernstein, 2014). Buradan hareketle, deneyde kullanılan paradigma değişiminin yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Ait olma ihtiyacı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye özgü bir diğer açıklama, katılımcıların kendilerini ait hissettikleri iç grup üyeleri tarafından psikolojik dışlanmaya maruz bırakılmasının sonuçlara katkısı olabileceği yönünde yapılabilir. Psikolojik dışlanmanın iç grup üyeleri tarafından uygulandığında daha çok acı verdiği alan yazından edindiğimiz bir bilgidir (Bernstein ve ark., 2010; Sacco, Bernstein, Young, Hugenberg, 2014). Bu bilgiyle tutarlı olarak, çalışmada, bireylerin tanımadıkları kişilerle psikolojik dışlanma oturumuna katılmalarının elde edilen sonuçları açıklayabilir.

Psikolojik belirtiler ile benlik değeri arasındaki ilişkiye ait bulgulara göre, kişilerin kaygı puanındaki artış benlik değerindeki artışı; fobik kaygı puanındaki artış benlik değerindeki düşüşü yordamaktadır. Ek olarak kişiler arası duyarlılık puanındaki artış ise benlik değerindeki düşüşü yordamaktadır.

Fobik kaygı puanı ile benlik değeri arasındaki ilişkiyi açıklamaya yönelik psikolojik dışlanma alan yazını incelendiğinde sosyal açıdan kaygılı (Zadro ve ark., 2006) katılımcıların tehdit edilen ihtiyaçlarının eski haline dönmesi ve başarılı bir kendini düzenleme gerçekleştirebilmelerinin, (Oaten ve ark., 2008) sosyal kaygısı düşük olan bireylerden daha uzun zaman aldığı ortaya koyulmuştur. Bu bağlamda düşünüldüğünde sosyal kaygı puanı yüksek bireylerin psikolojik dışlanmadan farklı şekilde etkilenmeleri daha anlaşılır olabilir. Ek olarak Eysenck'in Kişilik Modeli'ne göre daha nevrotik insanların daha az nevrotik olan insanlara göre olumsuz olaylara daha güçlü tepki verdikleri bilinmektedir (Eysenck ve Eysenck, 1985). Alanyazından elde edilen bu bilgilere göre fobik kaygı puanı arttıkça benlik değerinin düşmesi anlaşılır bir sonuç olmaktadır.

Bunun yanı sıra, Semptom Değerlendirme Ölçeği'ndeki maddeler incelendiğinde fobik kaygı alt boyutundaki maddelerin (madde no: 1, 7, 12, 22, 24, 37) içerik olarak psikolojik belirtilerle daha fazla örtüştüğü ve bu nedenle de katılımcıların günlük hayattaki işlevselliğinin zedelenmiş olabileceği düşünülürse benlik değerindeki düşüşün beklenen bir sonuç olması güçlenebilir. Ancak kaygı alt boyutunun benlik değerini pozitif yönde yordaması beklenen bir sonuç değildir. Burada da maddeler incelendiğinde (madde no: 4, 10, 30, 38, 41) genel olarak korku ve tedirginlikle bağlantılı maddeler oldukları görülmüştür. Katılımcıların fobik kaygı alt boyutundaki maddelerle kaygı boyutundaki maddeleri bir arada görmeleri sonucu kaygı boyutundaki maddelerin ağırlık olarak daha az puanlamış olabilecekleri elde edilen bulgunun bir açıklaması olabilir. Ek olarak katılımcıların ölçek doldurma ve deneye katılma tarihleri bazen sınav dönemlerine denk gelmiştir. Bu nedenle katılımcıların bireysel bir fark değişkeni olarak değil zamana bağlı olarak geçici bir kaygı hissettikleri için kaygı alt boyutundan yüksek puanlar almış olabilecekleri fakat bunun da benlik değerinde bir düşmeyle ilişkili olmadığı gibi benlik değerine hizmet eden yanlılık nedeniyle benlik değerindeki artışla açıklanabilir.

Çalışmanın bir diğer bulgusu ise kişilerarası duyarlılık puanındaki artışın benlik değerindeki düşüşü yordadığıdır. Kişiler arası duyarlılık boyutu, bireyin diğerleriyle ilişkileri hakkında nasıl hissettiği, kendine ilişkin değersizleştirilmesi, diğer insanların arkadaşçıl olmadığı bunun yanı sıra diğerleri ile konuşurken ya da diğerleri tarafından izlenirken stres hissetmesi hakkında soruları içermektedir. Bu alt ölçekten alınan puanlardaki yükselmenin ve katılımcıların dışlanma oturumu sonrası benlik değerlerindeki düşmenin, soruların içeriğine bağlı olarak diğerleriyle kurulan ilişkilerdeki yetersizlik ve kendilerine yönelik değersizleşme algısı ile örtüştüğü söylenebilir.

Psikolojik belirtilerle benlik değeri arasındaki ilişkiye yönelik sonuncu açıklama şu yöndedir. Daha önce de aktarıldığı gibi daha hafif sorunlardan daha ağır psikopatolojilere uzanan psikolojik belirtilerin erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkisini gösteren pek çok çalışma yapılmıştır (örn., Atalay ve ark., 2008; Ball ve Cecero, 2001; Jovev ve Jackson, 2004; Lochner ve ark., 2005; Petrocelli ve ark., 2001;

Specht ve ark., 2009). Benzer şekilde, erken dönem uyumsuz şemaların olumsuz çocukluk yaşantıları ile yetişkin psikopatolojisi ilişkisine aracı değişken olarak yön verdiği bilinmektedir (Carr ve Francis, 2010). Buradan hareketle psikolojik belirtilerden fobik kaygı ve kişilerarası duyarlılık boyutlarındaki artış ile benlik değeri arasındaki düşüş arasındaki ilişki akla yakın hale gelmektedir. Psikolojik sorunlar yaşayan bireylerin genel anlamda kişilerarası alanda önemli sorunlar yaşadıkları düşünülürse, kişilerarası duyarlılık ile benlik değeri arasındaki ilişki bu açıdan daha anlaşılır olmaktadır. Ancak kuramsal bakımdan makul olan dolaylı bir ilişkiyi dile getirmek için klinik örnekleme yürütülecek çalışmalara ihtiyaç olduğu görülmektedir.

Kontrol ihtiyacına yönelik bulgulara ilişkin değinilecek ilk nokta, deney sırasında topun katılımcılara en başta bir kaç kere olmak üzere gelmesi, oyunun devamında bir daha hiç gelmemesidir. Buna rağmen deney sonrasında araştırmacı, katılımcılardan oyunun nasıl geçtiğini değerlendirmelerini istediğinde bazı katılımcıların topun kendilerine daha fazla geldiğini belirttikleri gözlenlemiştir. Bu bildirim göre, katılımcıların yaşadıkları dışlanma deneyimini görmezden geliyor ya da azımsıyor olabilecekleri bu nedenle de arada bir ilişki bulunamadığı düşünülebilir. Katılımcıların psikolojik belirtilere olan yatkınlığı ile oyun sırasındaki veya yaşamın geneline yönelik kontrol algılarında bir ilişki bulunamamasının bir başka açıklaması İhtiyaç Tehdidi Ölçeği'ni benlik değerlerini korumak adına tepkisel olarak yanıtlamış olmaları olabilir.

Psikolojik belirtilerle ilişkisi incelenen son ihtiyaç anlamlı varoluş ihtiyacıdır. Benzer şekilde, daha önce de belirtildiği gibi katılımcılar oyunun "gerçekliği" ile ilgili şüphe duyuyor ve bu nedenle psikolojik belirtilerle genel olarak varlıklarının anlamlı olup olmaması arasında bir ilişki kurmuyor olabilirler.

4.4 ÇALIŞMANIN SINIRLILIKLARI

Araştırmanın sınırlılıklarından ilki, örnekleme ilişkin sorunlardır. Örneklemin hem sayıca sınırlılığı hem de Hacettepe Üniversitesi'nde öğrenimine devam eden katılımcılardan oluşması ve ölçeklerden yüksek puan alanların azlığı nedeniyle

örneklemin gerçekleştirilen analizler için uygun olmakla birlikte elde edilen sonuçların genellenebilmesi için yetersiz olduğu düşünülmektedir (n=133). Ayrıca, çalışmada klinik örneklemin kullanılmamış olması yine araştırma bulgularının klinik örnekleme genellenebilmesini mümkün kılmamaktadır. Şüphesiz, klinik grupların dâhil olduğu çalışmalarda daha farklı sonuçlar elde edileceği ve derinlemesine bilgi sağlanacağı ön görülmektedir.

Örnekleme ilişkin bir başka sınırlılık ise deneye katılım gönüllülük esasına dayandığı için ölçek bataryasını dolduran her katılımcının araştırmanın deney kısmına katılmaması, dolayısıyla erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler değişkenlerinden yüksek puan alanların baştan örnekleme dâhil olmayarak kaybedilmiş olabilecekleridir.

Sınırlılıklardan ikincisi, verilerin toplanma zamanı ve şekli ile ilgilidir. İlk olarak geniş bir katılımcı kitlesine ulaşılmış ancak katılımcıların deneye katılmak istememeleri sonucu 2013-2014 Bahar Dönemi içinde tekrar veri toplanmıştır. Veri toplama aşamasına ilişkin bir diğer sınırlılık ise, ölçek bataryasının uzun olması nedeniyle ders saatlerinde sınıflarda ve toplu olarak gerçekleştirilmesi sayılabilir. Fakat ölçek bataryasındaki madde sayısının fazla olmasından dolayı uzun sürdüğü için bazı durumlarda sınıf uygulaması yapılamamış, katılımcılardan ölçekleri evde doldurup geri getirmeleri istenmiştir.

Araştırmanın bir diğer sınırlılığı ölçeklerin öz-bildirime dayalı olmasıdır. Ölçeklerde katılımcıların geçmiş yaşantılarına ve bugünkü duruma ilişkin öznel bilgilere ulaşmayı amaçlayan maddelerin olduğu düşünüldüğünde bu durum dikkate alınmalıdır. Şemalar örtük yapılar olduklarından değerlendirmelerine ilişkin bazı güçlükler bulunmaktadır. Özellikle bu tür kendini bildirim araçları açısından bu güçlüğün devam ettiği bilinmektedir. Katılımcıların kendilerini iyi sunma nedeniyle maddeleri samimiyetle cevaplayamamış olmaları düşünülebilir. Ayrıca, çalışmada yararlanılan başlıca ölçüm araçlarının (Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 ve Young Ebeveynlik Ölçeği) psikometrik özelliklerine ilişkin çalışmaların Batı'da ve Türkiye'de başlangıç aşamasında olduğu unutulmamalıdır. Dolayısıyla, bulgular bu sınırlılıklar çerçevesinde

değerlendirilmelidir. Ölçeklerle ilgili bir diğer sınırlılık ise klinik psikoloji ve sosyal psikoloji disiplinlerinin inceledikleri yapıları kavramsal olarak farklı şekilde açıklıyor olabilecekleri, bu nedenle incelenen değişkenler arasındaki ilişkilerin sonuçları ve genellenebilmesinde güçlükler doğurmasıdır.

Araştırmanın sınırlılıkları arasında değinilmesi gereken bir diğer nokta istatistiksel analizlerle ilgilidir. Gerçekleştirilen analizlerde çok fazla değişken olması nedeniyle araştırma sorularına uygun olarak hata payını en aza indiren teknikler kullanılsa da bu durum bulguların güvenilirliğine gölge düşürmektedir.

Ek olarak, araştırmada Hiyerarşik Regresyon Analizi kullanılması sebebiyle nedenselliğe ilişkin çıkarımların yapılamaması ve araştırma bulgularının yalnızca ilişkisellik sınırları içinde değerlendirilebilmesi bir diğer sınırlılık olarak görülebilir.

Son olarak, araştırmanın özgünlüğünü sağlayan bir nokta olsa da, alan yazından edindiğimiz bilgilere göre erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiyi açıklayan bir çalışma olmadığı göz önüne alınmalıdır. Bu nedenle, benzer çalışmalarla karşılaştırıldığında çalışmanın kavramsal ya da yöntemsel olarak sınırlılıkları yeterince ele alınamamış olabilir. Yapılan öneriler doğrultusunda tekrar çalışmalarının yapılmasının, alan yazına sağlayacağı katkılar nedeniyle önemli olacağı düşünülmektedir.

4.5 ÇALIŞMANIN KLİNİK DOĞURGULARI

Araştırma, erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtilerle psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlarla ilişkisini gelişimsel bir arka plan ile ele alması bunun yanı sıra klinik psikoloji ve sosyal psikoloji disiplinlerini bütünleştirmesi ve alanyazında yapılan ilk çalışma olması bakımından önemlidir.

Hem Şema Terapi Modeli açısından hem de psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar ile ilişki içinde olan bireysel fark değişkenleri açısından Türkiye'de yapılan

alışmalar sınırlı olduğundan bu çalışmanın en azından Türkiye'de yapılacak ilgili diğerk çalışmalar için yol gösterici olacağı söylenebilir.

Diğerk taraftan, psikolojik dışlanmanın kalıcı olumsuz etkilerini deneyimlemenin bazı katılımcıları diğerklerinden daha hassas hale getirdiğı tespit edilebilirse, daha sonrasında katılımcılara başa çıkmak için stratejiler ve bazı etkileri tedavi etmek için gereken müdahaleler öğretmek mümkün olabilir. Psikolojik dışlanmanın kalıcı olumsuz etkilerini azaltmak, sadece hedef için değil aynı zamanda hedefle gelecekte iletişim kuracak diğerk insanlar için de yararlı olabileceğı çalışmanın bir diğerk klinik doğurgusudur. Klinik müdahaleler açısından önemli olan bu doğurgu, psikolojik dışlanmanın başlangıçta herkesi olumsuz etkilediğı; ancak bazı insanlarda bu etkilerin daha uzun sürdüğü bilgisiyle de örtüşmektedir (Sethi ve ark., 2013).

Ek olarak, psikolojik dışlanmanın bireylerin erken dönem uyumsuz şemaları, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtilerle ilişkisi açıklandıkça bu alanlarda koruyucu önlemler alınabileceğı ya da psikolojik dışlanmaya maruz kalan bireylerle iletişime geçilebilirse psikolojik dışlanmanın doğurduğu olumsuz sonuçları en aza indirmeye veya ortadan kaldırmaya yönelik adımlar atılabileceğı düşünülmektedir.

Alanyazından edinilen sonuçlara göre, ergenlik boyunca gözlenen düşük benlik değerkinin depresyon, ruh sağlığı ve fiziksel sağlıkta sorunlar, düşük ekonomik hal ve suç işleme oranında artış gibi pek çok olumsuz sonuçla bağlantılı olduğu gösteren çalışma vardır (Orth, Robins ve Roberts, 2008; Orth, Robins ve Widaman, 2012; Steiger, Allemand, Robins ve Fend, 2014; Trzesniewski, Donellan, Moffitt, Robins, Poulton ve Caspi, 2006; Zimmerman, Copeland, Shope ve Dielman, 1997). Çalışmamızın sonuçları bazı baba ebeveynlik biçimlerinin ve psikolojik belirtilerin benlik değerkinde düşmelerle ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu açıdan, benlik değerkindeki düşmelere neden olan etmenlerden ebeveynlik biçimlerine yönelik çalışmalar yapılabilirse ve benlik değerkindeki düşmelerin önüne geçilebilirse yaşamın geneline yayılan ve psikolojik açıdan olumsuz olan pek çok olasılığının önüne geçilebileceğı düşünülmektedir.

Çalışmanın, ebeveynlik biçimleri ile benlik değeri ve kontrol ihtiyacı arasındaki ilişkiye ait bulguları ve olumlu bir ebeveynlik biçimi ile yetişen çocukların ebeveynlerinin değerler sistemini içselleştirdikleri, yüksek psikolojik uyuma ve farklı alanlarda başarıya sahip oldukları bilgisi bir arada göz önüne alınacak olursa, ebeveynlik biçimlerine yönelik erken ve iyileştirici müdahalelerin hem bireyler üzerindeki yıkıcı etkilerinin önlenmesi hem de psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçların tatmini açısından katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Ek olarak, psikolojik dışlanmaya maruz kalan bireylerin erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler temelinde değerlendirilmeleri Şema Terapi Modeli'nin doğrudan ilişkili olduğu psikoterapötik müdahale olanakları ile çalışabileceğine ilişkin fikir vermesi bakımından önemlidir.

Son olarak, araştırmanın psikoterapi alanında kullanılabilecek sonuçlarından bir diğeri ise, psikolojik dışlanmadan etkilenen bireylerin psikoterapi sürecinde kişilerarası ilişki becerilerinin geliştirilmesi, tehdit edilen ihtiyaçlarının tatmin edilmesi ve klinisyenler için şema terapi temelli bir kavram olan "sınırlı yeniden ebeveynlik" kavramının uygulanabilmesi; bireyin şemalarının işlevsel olmayan örüntülerine teslim olması ya da onlardan kaçınması yerine "sağlıklı yetişkin" tarafının güçlenmesi bakımından önemli olmasıdır.

4.6 YENİ ÇALIŞMALAR İÇİN ÖNERİLER

Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği dört temel ihtiyacın, erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler tarafından yordanmasını ve bu ilişkinin büyüklüğünü incelemek üzere yürütülen bu çalışmanın sınırlılıklarının giderilerek daha derinlemesine bilgiler elde edilebilmesi aşağıda sıralanan önerilerle mümkündür.

İlk olarak önceki başlıklarda da belirtildiği gibi bireyler yakınları tarafından psikolojik dışlanmaya maruz bırakıldıklarında yabancılar tarafından psikolojik dışlanmaya maruz bırakılmalarına oranla daha fazla rahatsızlık bildirmişlerdir (Nezlek ve ark., 2012). Bu

bulguya dayanarak erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki değişimi açıklayabilmek için katılımcıların tanımadıkları ve bir daha görmeyeceklerini düşündükleri katılımcılar yerine yakınlarından oluşan bir grupla çalışmaya alındıklarının söylenmesinin katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

İkinci öneri ise, deney paradigmasının değişimlenmesi ile ilgilidir. Deneyin internet temelli bir oyun üzerinden gerçekleştirilmesi yerine aynı ortamda bulunan "gerçek" anlaşmalı katılımcılarla ve daha uzun süre yürütülmesinin elde edilen bulguların anlamlılığına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Ek olarak, çalışmanın neden-sonuç ilişkileri çıkarımına izin vermesi ve sonuçlarının daha geniş bir örnekleme genellenebilmesi için klinik örneklem ve herhangi bir klinik tanı almamış bireylerden oluşan eşlenmiş iki grubun katılımıyla bir karşılaştırma çalışması yapılması ile bu konuda daha kapsamlı bilgilere ulaşılabileceği düşünülmektedir.

Benlik değeri gelişimi üzerine yapılan bazı çalışmalar ergenlik döneminde benlik değerinde artış meydana geldiğine işaret etmekteyken (Cairns, McWhirter, Duffy ve Barry, 1990; Huang, 2010; Labouvie, Pandina, White ve Johnson, 1990; McCarthy ve Hoge, 1982; Mullis, Mullis ve Normandin, 1992; O'Malley ve Bachman, 1983; Prawat, Jones ve Hampton, 1979; Pullmann, Allik ve Realo, 2009; Roeser ve Eccles, 1998), başka çalışmalar benlik değerinin değişmediğine (Chubb, Fertman ve Ross, 1997; Young ve Mroczek, 2003) hatta düştüğüne (McMullin ve Cairney, 2004; Robins, Trzesniewski, Tracy, Gosling ve Potter, 2002; Zimmerman ve ark., 1997) işaret etmektedir. Buradan hareketle çalışmada benlik değerine ilişkin elde edilen bulguların incelenen değişkenlerle ilişkisi ele alınırken sonuçların yaşa bağlı olarak değişip değişmediği hakkında daha geniş bir bilgiye sahip olmak için farklı yaş grupları da çalışmaya dâhil edilebilir. Sonuçların genellenebilirliği ve daha güvenilir olabilmesi ise, tekrar çalışmalarıyla mümkün olacaktır.

Çalışmanın klinik herhangi bir tanıya sahip olmayan üniversite öğrencileri ile yürütülmesi gerek erken dönem şemaların gerekse ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtilerin daha az şiddetli olması nedeniyle psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlarla anlamlı ilişkilerin kurulamamasının bir açıklaması olabilir. Dolayısıyla klinik örneklemele çalışmak bir kez daha önemli bir hal almaktadır.

Bir diğer öneri yapılan analizlere yöneliktir. Analizlerde her şema boyutunda yeterli sayıda katılımcı olmaması nedeniyle şema boyutları tek tek ele alınmak yerine on dört (14) şema boyutunu kapsayan beş (5) şema alanı değerlendirilmiştir. Buradan hareketle, ileride yapılacak araştırmalarda psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar açısından ayırt edici olabilecek şemaların ayrıştırılmasının bulguların değerlendirilmesi ve açıklanması bakımından daha aydınlatıcı olacağı ve derinlemesine bilgi sağlayacağı düşünülmektedir.

Klinik gözlemlere dayanarak, şemaların örtük ve psikoterapi sürecinde dahi konuşulması güç ve direnç gösterilen, kaçınılan ya da aşırı telafi edilen yapılar olduğu unutulmamalıdır. Bu güçlük göz önüne alınarak ileride yapılacak olan çalışmalarda Young Telafi Ölçeği (YTÖ) ve Young- Rygh Kaçınma Ölçeği (YR-KÖ)'nin de veri toplama araçlarına dâhil edilmesinin yararlı olacağı öngörülmektedir. Bu sayede erken dönem uyumsuz şemaları ile dört temel ihtiyaç arasındaki bağ daha iyi anlaşılabilir hale gelecektir.

Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlara yönelik bir başka öneri ise, yüksek reddedilme duyarlılığı olan ergenlerin reddedilme ve psikolojik dışlanmaya karşı daha hassas olabilecekleri ve kişiler arası ipuçlarını bilişsel duygusal bilgi işlemeye dayalı olarak taraflı yorumlayacakları varsayımından yola çıkarak dile getirilmektedir (Downey & Feldman, 1996). Bu durum gençlerin, diğer insanların kendileri hakkındaki yargı ve davranışlarına diğer yaş gruplarından daha duyarlı olmasıyla açıklanabilir.

Buradan hareketle ileride yapılacak çalışmalarda bireylerin reddedilme duyarlılığı seviyelerinin incelenmesinin önemli olabileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlarının başlangıçtaki seviyeleri hakkında bilgi edinerek sonuçları netleştirmek adına dört temel ihtiyaca yönelik ön ve son ölçümlü bir araştırma deseni tasarlanabileceği gelecekte yapılacak çalışmalar için bir başka öneridir.

Ayrıca alan yazın incelendiğinde çalışmanın incelemeyi hedeflediği bireysel fark değişkenleriyle (erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler) psikolojik dışlanma arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma olmadığı görülmüştür. İncelenen değişkenler arası anlamlı bir ilişki kurulamamasını netleştirmek için tekrar çalışmaları önerilmektedir.

BÖLÜM V

GENEL TARTIŞMA

Yapılan araştırmanın amacı birey için yıkıcı sonuçları olduğu bilinen psikolojik dışlanmanın erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler olmak üzere bireysel fark değişkenleri ile arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışmanın bulguları her değişken için ayrı ayrı ilgili başlık altında tartışılmıştı. Bu bölümde ise hem Şema Modeli hem de psikolojik dışlanma temelinde bütüncül bir bakış açısıyla çalışmanın genel bir değerlendirilmesi sunulacaktır. Araştırma sonuçlarına göre:

- i) Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar üzerinde ebeveynlik biçimlerinin katkısı incelendiğinde, babanın sergilediği Koşullu/Başarı Odaklı ebeveynlik biçimindeki artışın benlik değerindeki düşüşü; Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimindeki artışın ise benlik değerindeki artışı yordamaktadır.
- ii) Babanın sergilediği Kötümser/Endişeli ve Aşırı İzin Verici/Sınırsız ebeveynlik biçiminin, kontrol ihtiyacındaki artışı yordadığı elde dilen bir diğer bulgudur. Algılanan kontrol ihtiyacındaki düşüşün ise babanın sergilediği Cezalandırıcı ebeveynlik biçimindeki artış tarafından yordandığı dikkat çekmiştir.
- iii) Psikolojik belirtilerle benlik değeri arasındaki ilişkide, benlik değerindeki düşme kişilerin fobik kaygı ve kişiler arası duyarlılık puanındaki artış tarafından yordanmaktadır. Kaygı puanındaki artış ise benlik değerindeki artışı yordamaktadır.
- iv) Ebeveynlik biçimlerinin ve psikolojik belirtilerin ötesinde erken dönem uyumsuz şemaların dört temel ihtiyaç üzerinde bir katkısı olmadığı dikkat çekmiştir.

KAYNAKLAR

- Abayhan, Y. (2013). *Sosyal Etki Kuramı Bağlamında Psikolojik Dışlanma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Abayhan, Y., Yavuz, H., Ceylan, S., Kaya, A. G., Şahin, D.,& Aydın, O. “Brainstorming as a paradigm for studying ostracism: Experiments with brainstorming and cyberball paradigms”. The 11th Congress of Psychology, Oslo, 7-10 Temmuz 2009. (Poster Bildiri)
- Abrams, D., Weick, M., Thomas, D., Colbe, H. ve Franklin, K.M. (2011). On-line ostracism affects children differently from adolescent and adults. *British Journal of Developmental Psychology*, 29, 110–123.
- Ainsworth, M.S. ve Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46(4), 333-341.
- Arntz, A. (1994). Treatment of borderline personality disorder, a challenge for cognitive-behavioural therapy. *Behavioural Research Therapy*, 32(4), 419–430.
- Atalay, H., Atalay, F., Karahan, D.,ve Çalışkan, M., (2008). Early maladaptive schemas activated in patients with obsessive compulsive disorder: A cross-sectional study. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 12, 268–279.
- Aydın, O. ve Şahin, D.N. (2011). Psikolojik Dışlanmaya Maruz Kalmanın Bilişsel, Duygusal ve Davranışsal Sonuçları. TÜBİTAK Projesi, No: 109K904.
- Bahramizadeh H. ve Ehsan H.B. (2011). The evaluation of prediction potential neuroticism and extraversion according to early maladaptive schemas. *Social and Behavioral Sciences* 30, 524-529.

- Ball, S. A. ve Cecero, J. J. (2001). Addicted patients with personality disorders: Traits, schemas, and presenting problems. *Journal of Personality Disorders*, 15, 72–83.
- Bamber, M. ve McMahon, R. (2008). Danger-early maladaptive schemas at work!: The role of early maladaptive schemas in career choice and the development of occupational stress in health workers. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 15, 96–112.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Towards unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bastian, B. ve Haslam, N. (2010). Excluded from humanity: The dehumanizing effects of social ostracism. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46, 107-113.
- Baumeister, R. F. (2005). Rejected and alone. *The Psychologist*, 18, 732-735.
- Baumeister, R. F., Brewer, L. E., Tice, D. M. ve Twenge, J. M. (2007). Thwarting the need to belong: Understanding the interpersonal and inner effects of social exclusion. *Social and Personality Psychology Compass*, 1, 506-520.
- Baumeister, R. F. ve Leary, M.R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Baumeister, R.F. ve DeWall, C.N. (2005). The inner dimension of social exclusion: Intelligent thought and self-regulation among rejected persons. K.D. Williams, J.P. Forgas ve W.V. Hoppel (Eds). *The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying içinde* (s. 53-77). New York: Psychology Press.
- Baumeister, R.F., DeWall, C.N., Ciarocco, N.J. ve Twenge, J.M. (2005). Social exclusion impairs self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(4), 589-604.

- Baumeister, R.F., Twenge, J.M. ve Nuss, C.K. (2002). Effects of social exclusion on cognitive processes: Anticipated aloneness reduces intelligent thought. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83 (4), 817-827.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11, 56-95.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. London: Staples Press.
- Beck, A.T. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychology*, 4, 561-571.
- Beck, A.T. (1997). *Cognitive therapy of depression*, New York: Guilford Pres, s. 265-284.
- Bernstein, M.J., Sacco, D.F., Young, S.G., Hugenberg, K. ve Cook, E. (2010). Being “In” With the In-Crowd: The Effects of Social Exclusion and Inclusion Are Enhanced by the Perceived Essentialism of Ingroups and Outgroups. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(8), 999-1009.
- Bidadian M., Bahramizadeha H. ve Poursharifi H. (2011). Obesity and quality of life: The role of early maladaptive schemas. *Social and Behavioral Sciences*, 30, 993-998.
- Blackhart, G. C., Nelson, B. C., Knowles, M. L., ve Baumeister, R. F. (2009). Rejection elicits emotional reactions but neither causes immediate distress nor lowers self-esteem: A meta-analytic review of 192 studies on social exclusion. *Personality and Social Psychology Review*, 13, 269–309.
- Boland, C., Richardson, R.ve Zadro, L. (2003). *Immediate and delayed effects of ostracism on normals and social phobes*. Unpublished manuscript.

- Bortolon, C., Capdevielle, D., Boulenger, J.P., Gely-Nargeot, M.C. ve Raffard, C.(2013). Early maladaptive schemas predict positive symptomatology in schizophrenia: A cross-sectional study. *Psychiatry Research*.
- Boudoukha, A.H., Przygodzki-Lionet, N. ve Hautekeete M. (2011). Traumatic events and early maladaptive schemas (EMS): Prison guard psychological vulnerability. *European Review of Applied Psychology*.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, (1). Attachment*. Australia: Pimlico.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base*. New York: Basic Books.
- Boyes, M.E. ve French, D.J. (2009). Having a cyberball: Using a ball-throwing game as an experimental social stressor to examine the relationship between neuroticism and coping. *Personality and Individual Differences*, 47(5), 396-401.
- Brotchie, J., Meyer, C., Copello, A., Kidney, R. ve Waller, G. (2004). Cognitive representations in alcohol and opiate abuse: The role of core beliefs. *The British Journal of Clinical Psychology*, 43, 337–342.
- Buhs, E. S., Ladd, G. W. ve Herald-Brown, S. L. (2010). Victimization and exclusion: Links to peer rejection, classroom engagement, and achievement. S. R. Jimerson, S. M. Swearer, ve D. L. Espelage (Eds.), *Handbook of bullying in schools: An international perspective içinde* (s. 163–172). New York, NY: Routledge/Taylor ve Francis Group.
- Butler, A. C., Brown, G. K., Beck, A. T. ve Grisham, J. R. (2002). Assessment of dysfunctional beliefs in borderline personality disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 40(10), 1231–1240.
- Cairns, E., McWhirter, L., Duffy, U. ve Barry, R. (1990). The stability of self-concept in late adolescence: Gender and situational effects. *Personality and Individual Differences*, 11, 937–944.

- Calvete, E. (2008). Justification of violence and grandiosity schemas as predictors of antisocial behaviour in adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36, 1083-1095.
- Calvete, E., Estévez, A., López de Arroyabe, E. ve Ruiz, P. (2005). The Schema Questionnaire-short form: Structure and relationship with automatic thoughts and symptoms of affective disorders. *European Journal of Psychological Assessment*, 21(2), 90-99.
- Carr, S. N. ve Francis, A. J. P. (2010). Early maladaptive schemas and personality disorder symptoms: An examination in a non-clinical sample. A preliminary investigation in a non-clinical sample. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 83, 333-349.
- Cecero, J.J., Nelson, J.D. ve Gillie, J.M. (2004). Tools and tenets of schema therapy: Toward the construct validity of the early maladaptive schema questionnaire – research version (EMSQ-R). *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11, 344-357.
- Chernyak, N. ve Zayas, V. (2010). Being excluded by one means being excluded by all: Perceiving exclusion from inclusive others during one-person social exclusion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46, 582-585.
- Chubb, N. H., Fertman, C. I. ve Ross, J. L. (1997). Adolescent self-esteem and locus of control: A longitudinal study of gender and age differences. *Adolescence*, 32, 113-129.
- Coplan, R. J., Hastings, P. D., Lagace-Seguin, D. G. ve Moulton, C. E. (2002). Authoritative and authoritarian mother's parenting goals, attributions, and emotions across different childrearing contexts. *Parenting: Science and Practice*, 2, 1-26.
- Darling, N. ve Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496.

- Davison, M. L., Bershadsky, B., Bieber, J., Silversmith, D., Maruish, M. E. ve Kane, R. L. (1997). Development of a brief, multidimensional, self-report instrument for treatment outcomes assessment in psychiatric settings: Preliminary findings. *Assessment*, 4, 259-276.
- DeCharms, R. (1968). *Personal causation: The internal affective determinants of behavior*. New York: Academic Press.
- DeCharms, R. (1968). *Personal causation: The internal affective determinants of behavior*. New York. Academic Press.
- Derogatis, L.R. (1975). Brief Symptom Inventory (BSI). Baltimore, MD: Clinical Psychometric Research.
- Derogatis, L. R., Lipman, R. S., ve Covi, L. (1973). SCL-90: An outpatient psychiatric rating scale: Preliminary report. *Psychopharmacology Bulletin*, 9, 13-27.
- DeWall, C. N. ve Baumeister, R. F. (2006). Alone but feeling no pain: Effects of social exclusion on physical pain tolerance and pain threshold, affective forecasting, and interpersonal empathy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 1-15.
- Dixon, R. (2007). Ostracism: One of the many causes of bullying in groups. *Journal of School Violence*, 6, 3-26.
- Donnellan, M. B., Trzesniewski, K. H., Robins, R. W., Moffitt, T. E., ve Caspi, A. (2005). Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior, and delinquency. *Psychological Science*, 16, 328-335.
- Downey, G. ve Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1327–1343.
- Eisenberger, N. I., Lieberman, M. D. ve Williams, K. D. (2003). Does rejection hurt? An fMRI study of social exclusion. *Science*, 302, 290-292.

- Epözdemir, H. (2009). *Turkish Standardization Of The Symptom Assessment-45 Questionnaire (SA-45)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, İstanbul Bilgi Üniversitesi.
- Eysenck, H. J. ve Eysenck, M. W. (1985). *Personality and individual differences*. New York, NY: Plenum Press.
- Fisher P.A., Ellis B.H. ve Chamberlain P. (2010). Early intervention foster care: A model for preventing risk in young children who have been maltreated. *Children's Services: Social Policy, Research, and Practice* 2(3), 159-182.
- Freud, A., (1946). *The ego and the mechanisms of defence*. New York: International.
- Fry, D. P. (2007). *Beyond war: The human potential for peace*. New York. NY: Oxford University Press.
- Gazelle, H. ve Ladd, G.W. (2003). Anxious solitude and peer exclusion: Adiathesis-stress model of internalizing trajectories in childhood. *Child Development*, 74, 257-278.
- Gecas, V. (1982). The self-concept. *Annual Review of Sociology*, 8, 1-33.
- Gerber, J. ve Wheeler, L. (2009). On being rejected: A meta-analysis of experimental research on rejection-perspectives on psychological sciences, 4, 468-488.
- Giesen-Bloo, J., van Dyck, R., Spinhoven, P., van Tilburg, W., Dirksen, C., van Asselt, T., Kremers, I., Nadort, M. ve Arntz, A. (2006). Outpatient psychotherapy for borderline personality disorder: Randomized trial of schema-focused therapy vs transference-focused psychotherapy. *Archives of General Psychiatry* 63, 649-658.
- Gonsalkorale, K. ve Williams, K. D. (2007). The KKK won't let me play: Ostracism even by a despised outgroup hurts. *European Journal of Social Psychology*, 37, 1176-1186.
- Goodall, J. (1986). Social rejection, exclusion, and shunning among Gombe chimpanzees. *Ethology and Sociobiology*, 7, 227-236.

- Goodyer, I.M., Herbert, J., Tamplin, A. ve ark. (1997) Short-term outcome of major depression: Life events, family dysfunction, and friendship difficulties as predictors of persistent disorder. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 36, 474-480.
- Graham, S. ve Juvonen, J. (1998). Self-blame and peer victimization in middle school: An attributional analysis. *Developmental Psychology*, 34, 587-538.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., Burling, J. ve Tibbs, K. (1992). Depression, self-focused attention, and the self-serving attributional bias. *Personality and Individual Differences*, 13 (9), 959-965.
- Greenberg, J., Simon, L., Pyszczynski, T., Solomon, S. ve Chatel, D. (1992). Terror management and tolerance: Does mortality salience always intensify negative reactions to others who threaten one's worldview? *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 212-220.
- Greenberg, J., Solomon, S. ve Arndt, J. (2008). *A basic but uniquely human motivation: Terror management*. J. Y. Shah ve Gardner, W. L (Eds.) *Handbook of motivation science* içinde (s. 114-134). New York: The Guilford Press.
- Gross, E. F. (2009). Logging on, bouncing back: An experimental investigation of online communication following social exclusion. *Developmental Psychology*, 45, 1787-1793.
- Gunnar, M. R., Seabanc, A. M., Tout, K., Donzella, B. ve van Dulmen, M. M. H. (2003). Peer rejection, temperament, and cortisol activity in preschoolers. *Developmental Psychology*, 43, 346-368.
- Halvorsen, M., Wang, C.E., Eisemann, M. ve Waterloo K. (2009). Early maladaptive schemas, temperament and character traits in clinically depressed and previously depressed subjects. *Clinical Psychology and Psychotherapy*. 16 (5): 394-407.

- Harris, A. E. ve Curtin, L. (2002). Parental perceptions, early maladaptive schemas and depressive symptoms in young adults. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 405-416.
- Hart J. ve Waller G. (2001). Child abuse, dissociation, and core beliefs in bulimic disorders. *Child Abuse Neglection*, 26: 923-938.
- Hawke, L.D. ve Provencher, M.D. (2012). The Canadian French Young Schema Questionnaire: Confirmatory factor analysis and validation in clinical and nonclinical samples. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 44 (1), 40-49.
- Hawke, L.D., Provencher, M.D. ve Arntz, A. 2011. Early Maladaptive Schemas in the risk for bipolar spectrum disorders. *Journal of Affective Disorders* 133 (3), 428-436.
- Hedley, L.M., Hoffart, A. ve Sexton, H. (2001). Early maladaptive schemas in patients with panic disorder with agoraphobia. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 15, 131-142.
- Hines, A. M. (1997). Divorce-related transitions, adolescent development, and the role of the parent-child relationships: A review of the literature. *Journal of Marriage and The Family*, 59, 375-388.
- Hoffart, A., Sexton, H., Hedley, L.M., Wang, C.E., Holthe, H., Haugum, J.A., Nordahl, H.M., Hovland, O.J. ve Holte, A. (2005). The structure of maladaptive schemas: A confirmatory factor analysis and a psychometric evaluation of factor-derived scales. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 627-644.
- Huang, C. (2010). Mean-level change in self-esteem from childhood through adulthood: Meta-analysis of longitudinal studies. *Review of General Psychology*, 14, 251-260.
- James, I.A. (2001). Schema therapy: The next generation, but should it carry a health warning? *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 29, 401-407.

- Johnson S.L., Jones S. (2009) cognitive correlates of mania risk: Are responses to success, positive moods, and manic symptoms distinct or overlapping? *Journal of Clinical Psychology* 65 (9), 891-905.
- Johnson, S.L., Ruggero, C.J. ve Carver, C.S.(2005). Cognitive, behavioral, and affective responses to reward: Links with hypomanic symptoms. *Journal of Social And Clinical Psychology*, 24 (6), 894-906.
- Jones C.J., Harris G. ve Leung N. (2005). Parental rearing behaviours and eating disorder: The mediating role of core beliefs. *Eating Behaviors*, 6, 335-364.
- Jones C.J., Leung N. ve Harris G. (2006). Father-daughter relationship and eating psychopathology: The mediating role of core beliefs. *British Journal of Clinical Psychology*, 45, 319-330.
- Jones, E.E., Carter-Sowell, A.R. ve Kelly, J.R. (2011). Participation matters: Psychological and behavioral consequences of information exclusion in groups. *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*, 15 (4), 311-325.
- Jovev, M. ve Jackson, H. J. (2004). Early maladaptive schemas in personality disordered individuals. *Journal of Personality Disorders*, 18, 467-478.
- Juvonen, J., Nishina, A. ve Graham, S. (2000). Peer harassment, psychological adjustment, and school functioning in early adolescence. *Journal of Educational Psychology*, 92, 349-359.
- Kapçı, E.G ve Hamamcı Z. (2010). Aile işlevi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü. *Klinik Psikiyatri*, 13, 127-136.
- Kellogg, S. H. ve Young, J. E. (2006). Schema therapy for borderline personality disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 445-458.

- Kerr, N. L. ve Levine, J. M. (2008). The detection of social exclusion: Evolution and beyond. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 12, 39-52.
- Kobak, R. ve Scerry, A. (1988). Attachment in late adolescence. Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, 59, 135-146.
- Konukçu, H. B., Akkoyunlu, S. ve Türkçapar, M. H. (2013). Early maladaptive schemas in depressed women and its relationship with depression. *Journal Of Cognitive-Behavioral Psychotherapy And Research*, 2 (2), 98-105.
- Labouvie, E. W., Pandina, R. J., White, H. R. ve Johnson, V. (1990). Risk factors of adolescent drug use: An affect-based interpretation. *Journal of Substance Abuse*, 2, 265-285.
- Lancaster, J. B. (1986). Primate social behavior and ostracism. *Ethology and Sociobiology*, 7, 215-225.
- Lapsekili, N. ve Ak, M. (2012) Early maladaptive schemas related to unipolar and bipolar depression: similarities and differences. *Journal of Cognitive Behavioral Psychotherapy And Research*, 1, 145-151.
- Lau, G., Moulds, M. L. ve Richardson, R. (2009). Ostracism: How much it hurts depends on how you remember it. *Emotion*, 9, 430-434.
- Leary, M. R. ve Baumeister, R. F. (2000). *The nature and function of self-esteem: Sociometer theory*. M.P. Zanna (Ed.). *Advances in experimental social psychology* içinde, 32 (1-62). San Diego: Academic Press.
- Leary, M. R. ve Downs, D. L. (1995). *Interpersonal functions of the self-esteem motive: The self-esteem system as a sociometer*. M.H. Kernis (Eds.), *Efficacy, agency, and self-esteem* içinde (s. 123-144), New York: Plenum Press.

- Leary, M. R., Kowalski, R. M., Smith, L. ve Phillips, S. (2003). Teasing, rejection, and violence: Case studies of the school shootings. *Aggressive Behavior*, 29, 202-214.
- Leary, M. R., Tambor, E. S., Terdal, S. K. ve Downs, D. L. (1995). Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 518-530.
- Leary, M. R. ve Springer, C. (2001). Hurt feelings: The neglected emotion. R. M. Kowalski (Ed.), *Aversive behaviors and relational transgressions* içinde (s. 151-175). Washington, DC: American Psychological Association.
- Lee, C.W., Taylor, G. ve Dunn, J. (1999). Factor structure of the Schema Questionnaire in a large clinical sample. *Cognitive Therapy and Research* 23, 441–451.
- Leung N., Waller G. ve Thomas G. (1999). Core beliefs in anorexic and bulimic women. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 187: 736-741.
- Leung N., Thomas, G. ve Waller, G. (2000). The relationship between parental bonding and core beliefs in anorexic and bulimic women. *British Journal of Clinical Psychology*, 39 (2): 205-213.
- Levy, K. N., Blatt, S. J. ve Shaver, P. R. (1998). Attachment styles and parental representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 407-419
- Lieberman, M.D. ve Eisenberger, N.I. (2006). A pain, by any other name (rejection, exclusion, ostracism), still hurts the same: The role of dorsal anterior cingulate cortex in social and physical pain. J. Cacioppo, P. Visser, C. Pickett. (Ed.). *Social neuroscience: People thinking about people* içinde (s.167-187) . Cambridge: MIT Press.
- Lizardi H. (1995) Reports of the childhood home environment in early-onset dysthymia and episodic major depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 104, 132-139.

- Lochner, C., Seedat, S., du Toit, P., Nel, D., Niehaus, D., Sandler, R., Stein, D., 2005. Obsessive-compulsive disorder and trichotillomania: A phenomenological comparison. *Boston Medical Center Psychiatry*, 13, 5-2.
- Lumley, M.N. ve 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, 639-657.
- Maccoby, E. E. ve Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. P. H. Mussen (Ed.), *Handbook of child psychology içinde* (s. 1-101). New York: Wiley.
- Mandara, J. (2003). The Typological Approach in Child and Family Psychology: A Review of Theory, Methods, and Research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 6, 129-146.
- Maner, J.K., DeWall, N., Baumeister, R.F. ve Schaller, M. (2007). Does social exclusion motivate interpersonal reconnection? Resolving the “porcupine problem”. *Interpersonal Relations and Group Processes*, 92 (1), 42-55.
- Martin, R. ve Young, J.E. (2010). Schema therapy. Dobson, K.S. (Ed.) *Handbook of cognitive-behavioral therapies içinde* (3rd ed.) (s. 317-346). New York: Guilford Press.
- Maruish, E. M. (2004). The use of psychological testing for treatment.
- Masten, C. L., Eisenberger, N., Pfeifer, J. ve Dapretto, M. (2010). Witnessing peer rejection during early adolescence: Neural correlates of empathy for experiences of social exclusion. *Social Neuroscience*, 5, 496-507.
- Masten, C. L., Morelli, S. A. ve Eisenberger, N. I. (2011). An fMRI investigation of empathy for ‘social pain’ and subsequent prosocial behavior. *NeuroImage*, 55, 381-388.

- McCarthy, J. D. ve Hoge, D. R. (1982). Analysis of age effects in longitudinal studies of adolescent self-esteem. *Developmental Psychology*, 18, 372-379.
- McDonald, M.M. ve Donnellan, M.B. (2012). Is ostracism a strong situation? The influence of personality in reactions to rejection. *Journal of Research in Personality*, 46, 614-618.
- McGinn, L. K., Cukor, D. ve Sanderson, W. C. (2005). The relationship between parenting style, cognitive style, anxiety and depression: Does increased early adversity influence symptom severity through the mediating role of cognitive style? *Cognitive Therapy and Research*, 29, 219-242.
- McGinn, L.K. ve Young, J. (1996) Schema Focused Therapy, Salkovskis P.M. (Ed), Frontiers of cognitive therapy içinde, (s.182-207). New York: Guilford Press.
- McMullin, J. A. ve Cairney, J. (2004). Self-esteem and the intersection of age, class, and gender. *Journal of Aging Studies*, 18, 75–90.
- Meyer C. ve Gilling K. (2003) Parental bonding and bulimic psychopathology: The mediating role of mistrust/abuse beliefs. *International Journal of Eating Disorders*, 32, 229-233.
- Meyer C., Leung, N., Feary, R. ve Mann, B. (2001). Core beliefs and bulimic symptomatology in non-eating-disordered women: The mediating role of borderline characteristics. *International Journal of Eating Disorders*, 30 (4), 434-440.
- Miller, D.T. ve Ross, M. (1975). Self-serving biases in the attribution of causality: Fact or fiction? *Psychological Bulletin*, 82 (2), 213-225.
- Mullis, A.K., Mullis, R.L. ve Normandin, D. (1992). Cross-sectional and longitudinal comparisons of adolescent self-esteem. *Adolescence*, 27, 51-61.
- Murris, P. (2006). Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: Relation to perceived parental rearing behaviours, big five personality factors and psychological symptoms. *Clinical Psychology Psychotherapy*, 13, 405-413.

- Nadasi, C. (1995). *The effects of social ostracism on verbal and non-verbal behavior in introverts and extraverts*. Honors thesis, University of Toledo, Toledo, OH.
- Newman, C.F., Leahy, R.L., Beck, A.T., Reilly-Harrington, N.A. ve Gyulai, L. (2002). *Bipolar Disorder: A cognitive therapy approach*. American Psychological Association, Washington, DC.
- Nezlek, J. B., Wesselmann, E. D., Wheeler, L. ve Williams, D. (2012). Ostracism in everyday life. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 91, 91-104.
- Nilsson, A.K., Jorgensen, C.R., Straarup, K.N., Licht, R.W., (2010). Severity of affective temperament and maladaptive self-schemas differentiate borderline patients, bipolar patients, and controls. *Comprehensive Psychiatry* 51, 486-491.
- Nishina, A. ve Juvonen, J. (2005). Daily reports of witnessing and experiencing peer harassment in middle school. *Child Development*, 76, 435-450.
- Nishina, A., Juvonen, J. ve Witkow, M. (2005). Sticks and stones may break my bones, but names will make me feel sick: The psychosocial, somatic, and scholastic consequences of peer harassment. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34, 37-48.
- Nordahl, H.M. ve Nysaeter, T.E. (2005). Schema therapy for patients with borderline personality disorder: A single case series. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 36 (3), 254-64.
- Nordahl, M., Holthe H. ve Haugum, J. A. (2005). Early maladaptive schemas in patients with or without personality disorders, *Clinical Psychology Psychotherapies*, 12, 142-149.
- O'Malley, P. M. ve Bachman, J. G. (1983). Self-esteem: Change and stability between ages 13 and 23. *Developmental Psychology*, 19, 257-268.

- Oaten, M., Williams, K.D., Jones, A. ve Zadro, L. (2008). The effects of ostracism on self-regulation in the socially anxious. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27 (5), 471-504.
- Onoda, K., Okamoto, Y., Nakashima, K., Nittono, H., Yoshimura, S. ve Yamawaki, S. Yamagucci, S. ve Ura, M. (2010). Does low self-esteem enhance social pain? The relationship between trait self-esteem and anterior cingulated cortex activation induced by ostracism. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 5, 385-391.
- Orth, U., Robins, R. W. ve Roberts, B. W. (2008). Low self-esteem prospectively predicts depression in adolescence and young adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 695-708.
- Orth, U., Robins, R. W. ve Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102, 1271-1288.
- Orth, U. ve Robins, R. W. (2012). *Understanding the link between low self-esteem and depression*. Manuscript submitted for publication.
- Özbaş, A.A., Sayın, A. ve Coşar B. (2012). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav öncesi anksiyete düzeyi ile erken dönem uyumsuz şema ilişkilerinin incelenmesi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1, 81-89.
- Parke, R. D. (2002). Fathers and families. M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting. Status and social conditions of parenting içinde* (s. 27-73). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Parke, R.D. ve Buriel, R. (2006). Socialization in the family: Ethnic and ecological perspectives. W. Damon, R. M. Lerner ve N. Eisenberg (Eds.), *The handbook of child psychology. Social, emotional, and personality development* (6. basım. s. 429-504). New York, NY: Wiley.

- Perris, C. (2000). Personality-related disorders of interpersonal behaviour: A developmental-constructivist cognitive psychotherapy approach to treatment based on attachment theory. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7, 97-117.
- Petrocelli, J.V., Glaser, B.A., Calhoun, G.B. ve Campbell, L.F. (2001). Cognitive schemas as mediating variables of the relationship between the self-defeating personality and depression. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23, 183-191.
- Pharo, H., Gross, J., Richardson, R. ve Hayne, H. (2011). Age-related changes in the effect of ostracism. *Social Influence*, 6, 22-38.
- Pinto-Gouveia, J., Castilho, P., Gallardo, A. ve Cunha, M. (2006). Early maladaptive schemas and social phobia. *Cognitive Therapy and Research*, 30, 571-584.
- Prawat, R. S., Jones, H. ve Hampton, J. (1979). Longitudinal study of attitude development in pre-early, and later adolescent samples. *Journal of Educational Psychology*, 71, 363-369.
- Pullmann, H., Allik, J. ve Realo, A. (2009). Global self-esteem across the life span: A cross-sectional comparison between representative and self-selected Internet samples. *Experimental Aging Research*, 35, 20-44.
- Reeves, M. ve Taylor, J. (2007). Specific relationships between core beliefs and personality disorder symptoms in a non-clinical sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14, 96-104.
- Renner, F., Lobbestael, J., Peeters, F., Arntz, A. ve Huibers, M.(2012).Early maladaptive schemas in depressed patients: Stability and relation with depressive symptoms over the course of treatment. *Journal of Affective Disorders*, 136 (3), 581-590.
- Rigby, K. (2000). Effects of peer victimization in schools and perceived social support on adolescent well-being. *Journal of Adolescence*, 23, 57-68.

- Riso, L. P., Maddux, R. E. ve Santorelli, N. T. (2007b). Early maladaptive schemas in chronic depression. L.P. Riso, P. L. du Toit, D. J. Stein, ve J. E. Young (Eds.), *Cognitive schemas and core beliefs in psychological problems: A scientist-practitioner guide içinde* (s. 41-58). Washington DC: American Psychological Association.
- Riso, L.P., Froman, S.E., Raouf, M., Gable, P., Maddux, R.E., Turini-Santorelli, N., Penna, S., Blandino, J.A., Jacobs, C.H. ve Cherry, M. (2006). The long-term stability of early maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 30, 515-529.
- Riso, L.P., du Toit P.L., Blandino, J.A., Penna, S., Dacey, S., Duin, J.S., Pacoe, E.M., Grant, M.M. Ve Ulmer, C.S.(2003). Cognitive aspects of chronic depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 112 (1), 72-80.
- Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Tracy, J. L., Gosling, S. D. ve Potter, J. (2002). Global self-esteem across the life span. *Psychology and Aging*, 17, 423-434.
- Roeser, R. W. ve Eccles, J. S. (1998). Adolescent's perceptions of middle school: Relation to longitudinal changes in academic and psychological adjustment. *Journal of Research on Adolescence*, 8, 123-158.
- Roper, L., Dickson, J.M., Tinwell, C., Booth, P.G. ve McGuire, J. (2010). Maladaptive cognitive schemas in alcohol dependence: Changes associated with a brief residential abstinence program. *Cognitive Therapy and Research*, 34, 207-215.
- Ruggieri, S., Bendixen, M., Gabriel, U. ve Alkaser, F. (2013). Cyberball The Impact of Ostracism on the Well-Being of Early Adolescents. *Swiss Journal of Psychology*, 72 (2), 2013, 103-109.
- Saariaho T.H., Saariaho A.S., Karila I.A. ve Joukamaa M.I.(2010). Early maladaptive schemas in Finnish adult chronic pain patients and a control sample. *Scandinavian Journal of Psychology* 52 (2), 146-153.

- Sacco, D. F., Bernstein, M. J., Young, S.G. ve Hugenberg, K. (2014). Reactions to social inclusion and ostracism as a function of perceived in-group similarity. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 18 (2), 129-137.
- Sava, F.A. (2009). Maladaptive schemas, irrational beliefs, and their relationship with the five-factor personality model. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 9, 135-147.
- Schmidt, N. B., Joiner, T. E., Young, J. E. ve Telch, M. J. (1995). The Schema Questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 19 (3), 295-321.
- Sebastian, C., Viding, E., Williams, K.D. ve Blakemore, S.J. (2010). Social brain development and the affective consequences of ostracism in adolescence. *Brain and Cognition*, 72, 134-145.
- Sebastian, C., Viding, E., Williams, K.D. ve Blakemore, S.J. (2010). Social brain development and the affective consequences of ostracism in adolescence. *Brain and Cognition*, 72, 134-145.
- Seligman, M.E.P. (1975). *Helplessness: On depression, development, and death*. San Francisco: Freeman.
- Sethi, N., Moulds, M.L. ve Richardson, R. (2013). The role of focus of attention and reappraisal in prolonging the negative effects of ostracism. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 17 (2), 110-123.
- Shah, R. ve Waller, G. (2000). Parental style and vulnerability to depression: The role of core beliefs. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 188, 19-25.
- Sheldon, K. M., Elliot, A. J., Kim, Y. ve Kasser, T. (2001). What is satisfying about satisfying events? Testing 10 candidate psychological needs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 325-339.

- Shepperd, J., Malone, W. ve Sweeny, K. (2008). Exploring causes of the self-serving bias. *Social and Personality Psychology Compass*, 2 (2), 895-908.
- Shorey, R.C., Stuart, G.L. Ve Anderson, S. (2013). Early maladaptive schemas among young adult male substance abusers: A comparison with a non-clinical group. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 44 (5), 522-507.
- Smith, A. ve Williams, K.D. (2004). R U There? Ostracism by cell phone text messages. *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*, 8 (4), 291-301.
- Smith, A. ve Williams, K.D. (2004). R U There? Ostracism by cell phone text messages. *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*, 8 (4), 291-301.
- Soygüt, G. ve Çakır, Z. (2009). Ebeveynlik biçimleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerde kişilerarası şemaların aracı rolü: Şema odaklı bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20 (2), 144-152.
- Soygüt, G., Çakır, Z. ve Karaosmanoğlu, A. (2008). Ebeveynlik biçimlerinin değerlendirilmesi: Young ebeveynlik ölçeğinin psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11 (22), 17-30.
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve 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.
- Spera, C. (2005). A Review of the Relationship Among Parenting Practices, Parenting Styles, and Adolescent School Achievement. *Educational Psychology Review*, 17 (2), 125-146.
- Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L. ve Lushene, R.E. (1970). Manual for State-Trait Anxiety Inventory. California: Consulting Psychologist Press.
- Spoor, J. ve Williams, K.D. (2007). The evolution of an ostracism detection system. J. P. Forgas, M. Haselton, ve W. von Hippel (Eds.), *The evolution of the social mind*:

Evolutionary psychology and social cognition içinde (s. 279-292). New York, NY: Psychology Press.

Stallard, P. (2007). Early maladaptive schemas in children: Stability and differences between a community and a clinic referred sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14, 10-24.

Steiger, A.E., Allemand, M., Robins, R.W. ve Fend, H.A. (2014). Low and Decreasing Self-Esteem During Adolescence Predict Adult Depression Two Decades Later. *Journal of Personality and Social Psychology*, 106 (2), 325-338

Stillman, T.F., Baumeister, R.F., Lambert, N., Crescioni, A.W., DeWall, C.N. ve Fincham, F.D. (2009). Alone and without purpose: Life loses meaning following social exclusion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45 (5), 686-694.

Stopa, L. ve Waters, A. (2005). The effect of mood on responses to the young schema questionnaire: Short form. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 78, 45-57.

Strategic Advantage Inc. (SAI). (2000). The Symptom Assessment-45 Questionnaire technical manual (SA-45). New York: Multi-Health System.

Tabachnick, B.G. ve Fidell, L.S. (2007). *Using Multivariate Statistics*. (5th Edition). Boston:Pearson.

Tang, H.H.Y. ve Richardson, R. (2013). Reversing the negative psychological sequelae of exclusion: Inclusion is ameliorative but not protective against the aversive consequences of exclusion. *Emotion* (13),1, 139-150.

Terri L., Messman-Moore T.L. ve Coates, A.A. (2007). The Impact of Childhood Psychological Abuse on Adult Interpersonal Conflict. *Journal of Emotional Abuse*, 7(2), 75-92.

- Thimm J.C. (2009). Mediation of early maladaptive schemas between perception of parental rearing style and personality disorders symptoms. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41: 52-59.
- Thompson, S.C. ve Schlehofer, M.M. (2008). *The many sides of control motivation: Motives for high, low and illusory control*. J.Y. Shah ve W.L. Gardner (Eds.) Handbook of motivation science içinde (s. 41-56). New York: The Guilford Press.
- Thompson, S.C. ve Schlehofer, M.M. (2008). *The many sides of control motivation: Motives for high, low and illusory control*. J.Y. Shah ve W.L. Gardner (Ed.) Handbook of motivation science içinde (s. 41-56). New York: The Guilford Press.
- Thorndyke, P. ve Hayes-Roth, B. (1979). The use of schemata in the acquisition and transfer of knowledge. *Cognitive Psychology*, 11, 82-106.
- Tremblay, P.F. ve Dozois, D.J.A. (2009). Another perspective on trait aggressiveness: Overlap with early maladaptive schemas. *Personality and Individual Differences*, 46, 569-574.
- Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., Moffitt, T. E., Robins, R. W., Poulton, R. ve Caspi, A. (2006). Low self-esteem during adolescence predicts poor health, criminal behavior, and limited economic prospects during adulthood. *Developmental Psychology*, 42, 381-390.
- Turner M.H., Rose K.S. ve Cooper M.J. (2005). Schema and parental bonding in overweight and nonoverweight female adolescents. *International Journal of Obesity*, 29, 381-387.
- Turner M.H., Rose K.S., Cooper M.J. (2004). Parental bonding and eating disorder symptoms in adolescents: The mediating role of core beliefs. *Eating Behaviors*, 6, 113-118
- Twenge, J.M. ve Campbell, W.K. (2003). "Isn't it fun to get the respect that we're going to deserve?" Narcissism, social rejection, and aggression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 261-272.

- Twenge, J. M., Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Ciarocco, N. J. ve Bartels, J. M. (2007). Social exclusion decreases prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 56-66.
- Twenge, J.M., Baumeister, R.F., Tice, D.M. ve Stucke, T.S. (2001). If you can't join them, beat them: Effects of social exclusion on aggressive behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 1058-1069.
- van Beest, I. ve Williams, K. D. (2006). When inclusion costs and ostracism pays, ostracism still hurts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 918-928.
- van Hanswijck de Jonge, P., Waller, G., Fiennes, A., Rashid, Z. ve Lacey J.H. (2003). Reported sexual abuse and cognitive content in the morbidly obese. *Eating Behaviors*, 4 (4), 315-322.
- Waller G. (2001) The psychopathology of bulimic women who report childhood sexual abuse. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 189, 700-708.
- Waller, G., Kennerley, H. ve Ohanian, V. (2007). Schema-focused cognitive-behavioural therapy for eating disorders. L.P. Riso, P.L. du Toit, D.J. Stein, ve J.E. Young (Eds.), *Cognitive schemas and core beliefs in psychological problems: A scientist-practitioner guide içinde* (s. 139-175). Washington DC: American Psychological Association.
- Waller, G., Meyer, C. ve Ohanian, V. (2001). Psychometric properties of the long and short versions of the Young Schema Questionnaire: Core beliefs among bulimic and comparison women. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 137-147.
- Warburton, W.A., Williams, K.D. ve Cairns, D.R. (2006). When ostracism leads to aggression: The moderating effects of control deprivation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 42, 213-220.

- Wesselmann, E.D., Bagg, D. ve Williams, K.D. (2009). "I feel your pain": The effects of observing ostracism on the ostracism detection system. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45, 1308-1311.
- Wheeler, L. ve Nezlek, J. (1977). Sex differences in social participation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 742-754.
- Wheeler, L. ve Nezlek, J. (1977). Sex differences in social participation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 742-754.
- White L.O., Wu, J., Borelli J.L., Ruhterford H.J.V., David D.H., Kim-Cohen J., Mayers, L.C. ve Crowley, M.J. (2012). Attachment dismissal predicts frontal slow-wave erps during rejection by unfamiliar peers. *Emotion*, 12 (4), 690-700.
- Williams, J. M., Watts, F. N., MacLeod, C. ve Mathews, A. (1988). *Cognitive psychology and emotional disorders*. Chichester, U.K.: John Wiley & Sons.
- Williams, K.D., Forgas, J. P. ve van Hippiel, W. (2005). *The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying*. New York: Psychology Press.
- Williams, K.D. (1997). Social ostracism. R.M. Kowalski (Ed.), *Aversive interpersonal behaviors içinde* (s. 133-170). New York: Plenum.
- Williams, K.D. (2001). *Ostracism: The power of silence*. NY: Guilford.
- Williams, K.D. (2007a). Ostracism. *Annual Review of Psychology*, 58, 425-452.
- Williams, K.D. (2007b). Ostracism: The kiss of social death. *Social and Personality Psychology Compass*, 1, 236-247.
- Williams, K.D. (2009). Ostracism: A temporal need-threat model. M.P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology içinde* (s. 275-314). UK: Academic Press.

- Williams, K.D. ve Jarvis, B. (2006). Cyberball: A program for use in research on interpersonal ostracism and acceptance. *Behavior Research Methods*, 38 (1), 174-180.
- Williams, K.D. ve Sommer, K.L. (1997). Social ostracism by coworkers: Does rejection lead to loafing or compensation? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 693-706.
- Williams, K.D., Cheung, C.K.T. ve Choi, W. (2000). Cyberostracism: Effects of being ignored over the Internet. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 748-762.
- Williams, K.D., Forgas, J.P., Hippiel, W.V. ve Zadro, L. (2005). *The social outcast: An overview*. K.D. Williams, J.P. Forgas ve W.V. Hippiel (Eds). The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying içinde (s. 1-34). New York: Psychology Press.
- Williams, K.D., Govan, C.L., Croker, V., Tynan, D., Cruickshank, M. ve Lam, A. (2002). Investigations into differences between social and cyber ostracism. *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*, 6, 65-77.
- Williams, K.D., Shore, W.J. ve Grahe, J.E. (1998). The silent treatment: Perceptions of its behaviors and associated feelings. *Group Processes and Intergroup Relations*, 1, 117-141.
- Williams, K.D. ve Zadro, L. (2005). *Ostracism: The indiscriminate early detection system*. K.D. Williams, J.P. Forgas ve W.V. Hippiel (Eds). The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying içinde (s. 19-33). New York: Psychology Press.
- Winnicott, D.W. (1965). *The maturational process and facilitating environment*.
- Wirth, J.H., Lynam, D.R. ve Williams, K.D. (2010). When social pain is not automatic: Personality disorder traits buffer ostracism's immediate negative impact. *Journal of Research in Personality*, 44, 397-401.

- Wirth, J.H., Turchan, P.J., Zimmerman, A.G. ve Bernstein, M.J. (2014). Atimia: A novel group-based paradigm for manipulating ostracism and group members's performance. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*. Advance online publication.
- Witvliet, M., Brendgen, M., Van Lier, P.A.C., Koot, H.M. ve Vitaro, F. (2010). Early adolescent depressive symptoms: Prediction from clique isolation, loneliness, and perceived social acceptance. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38, 1045-1056.
- Wright M.O., Crawford E. ve Del Castillo D. (2009). Childhood emotional maltreatment and later psychological distress among college students: The mediating role of maladaptive schemas. *Child Abuse & Neglect*, 33 (1), 59-68.
- Wright, J.C., Giammarino, M. ve Parad, H.W. (1986). Social status in small groups: Individual-group similarity and the social 'misfit'. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 523-536.
- Young, J.E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders*. Sarasota, FL. Professional Resource Press.
- Young, J.E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach* (rev. ed.). Sarasota, FL. Professional Resource Press.
- Young, J.E., Klosko, J.S. ve Weishaar, M.E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York. The Guilford Press.
- Young, J.E. ve Flanagan, C. (1998). *Schema-focused therapy for narcissistic patients*. E.F. Ronningstam (Ed.), Disorders of narcissism: Diagnostic, clinical, and empirical implications içinde (s. 239-262). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Young, J.E., Weinberger, A.D. ve Beck, A.T. (2001). *Cognitive therapy for depression* D. Barlow (Ed.), Clinical handbook of psychological disorders içinde (3rd ed., s. 264-308).

- Young, J.F. ve Mroczek, D.K. (2003). Predicting intraindividual selfconcept trajectories during adolescence. *Journal of Adolescence*, 26, 586-600.
- Young, J.E. ve Klosko, J.S. (1994). *Reinventing your life*. New York: Plume Books.
- Young, J.E. ve Lindemann, M.D. (1992). An integrative schema focus model for personality disorders. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 6:11-24.
- Zadro, L., Boland, C. ve Richardson, R. (2006). How long does it last? The persistence of the effects of ostracism in the socially anxious. *Journal of Experimental Social Psychology*, 42, 692-697.
- Zadro, L., Williams, K.D. ve Richardson, R. (2004). How low can you go? Ostracism by a computer is sufficient to lower self-reported levels of belonging, control, self-esteem, and meaningful existence. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40, 560-567.
- Zeigler-Hill, V., Green, B.A., Arnau, R.C., Sisemore, T.B. ve Myers, E.M. (2011). Trouble ahead, trouble behind: Narcissism and early maladaptive schemas. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 42, 96-103.
- Zimmerman, M.A., Copeland, L.A., Shope, J.T. ve Dielman, T.E. (1997). A longitudinal study of self-esteem: Implications for adolescent development. *Journal of Youth and Adolescence*, 26, 117-141.

Ek 1**Gönüllü Katılım Formu**

Bu çalışma Prof. Dr. Gonca Soygüt Pekak danışmanlığında Hacettepe Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi Burcu Kömürcü tarafından yürütülen bir tez çalışmasıdır. Bu çalışma, bireylerin kişiler arası ilişkilerini kurup sürdürürken temel aldıkları şemaları incelemeyi amaçlamaktadır. Bu amaçla, aşağıda yer alan soruları size en uygun olan şekilde yanıtlamanız istenmektedir. Size verilecek formdaki soruları eksiksiz olarak yanıtlarken, değerlendirmelerinizi gerçek duygu ve düşüncelerinizi yansıtacak şekilde dürüstçe ve titizlikle yaparsanız bilimsel verilerin sağlanmasına büyük katkıda bulunmuş olacaksınız. Çalışma sadece bilimsel amaçla yapıldığından size verilen formdaki sorulara verdiğiniz cevaplarınız tamamen gizli tutulacaktır.

Sizin de bu araştırmaya katılmanızı öneriyoruz. Ancak, hemen belirtelim ki bu araştırmaya katılıp katılmamakta serbestsiniz. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalıdır.

Bu çalışmaya katılmayı reddedebilirsiniz. Bu çalışmaya katılmak tamamen isteğe bağlıdır. Çalışmanın herhangi bir aşamasında onayını çekme hakkına da sahiptir.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederiz lütfen hiç bir soruyu boş bırakmayınız.

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman katılımımı sonlandırabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı kullanımını kabul ediyorum.

Katılımcının imzası:

Tarih:

Burcu KÖMÜRCÜ, H.. Psikoloji Bölümü Klinik Psikoloji Laboratuvarı

e-posta: burcukmrcu@gmail.com

Ek 2**Demografik Bilgi Formu**

Aşağıda sizden birtakım bilgiler istenmektedir. Sizden istenen soruları atlamadan yanıtlamanız ve size uygun olan seçeneği işaretlemenizdir.

Teşekkürler.

Yaş:

Cinsiyet: K () E () Diğer ()

Üniversite:.....

Fakülte:

Bölüm:

Devam Edilen Sınıf: Hazırlık () 1 () 2 () 3 () 4 ()

Öğrenci Numarası:.....

Ek 3

Young Şema Ölçeği Kısa Form-3

YSO

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

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

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

Derecelendirme

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

1.____Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.

2.____Beni 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, yaşlıtlarım kadar, başaramadım.
- 10._____Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.
- 11._____Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.
- 12._____Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseddiğimi göstermek gibi).
- 13._____Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.
- 14._____Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.
- 15._____Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.
- 16._____Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.
- 17._____Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını 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 hissediyorum.
- 27._____Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
- 28._____ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.
- 29._____Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.
- 30._____Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.
- 31._____En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.
- 32._____ Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.
- 33._____Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.
- 34 _____Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.
- 35._____İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.
- 36._____Eğer yanlış yaparsam, bunun özürü yoktur.
- 37._____Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.
- 38._____Yakınlarımin beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım
- 39._____Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.
- 40._____Bir yere ait değilim, yalnızım.
- 41._____Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.
- 42._____İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.
- 43._____Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.
- 44._____Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.

- 45._____Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hisseder veya suçluluk duyarız.
- 46._____İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.
- 47._____Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.
- 48._____İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur.
- 49._____Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.
- 50._____İstediğimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.
- 51._____Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakarlık etmekte zorlanırım.
- 52._____Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissederim.
- 53._____Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.
- 54._____Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.
- 55._____Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarım ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.
- 56._____Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim.
- 57._____Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.
- 58._____Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.
- 59._____Kendimi sevebilecek biri gibi hissetmiyorum.
- 60._____İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.
- 61._____Gündelik işler için benim kararlarıma güvenilemez.
- 62._____Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.
- 63._____Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum-Benim kendime ait bir hayatım yok.

- 64._____Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.
- 65._____Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.
- 66._____Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.
- 67._____Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.
- 68._____Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.
- 69._____Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.
- 70._____ Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.
- 71._____ Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.
- 72._____ Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.
- 73._____ Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.
- 74._____İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.
- 75._____Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.
- 76._____Kendimi hep grupların dışında hissederim.
- 77._____Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.
- 78._____İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.

- 79.____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

Young Ebeveynlik Ölçeği

Young -E

Aşağıda anne ve babanızı tarif etmekte kullanabileceğiniz tanımlamalar verilmiştir. Lütfen her tanımlamayı dikkatle okuyun ve ebeveynlerinize ne kadar uyduğuna karar verin. 1 ile 6 arasında, çocukluğunuz sırasında annenizi ve babanızı tanımlayan en yüksek dereceyi seçin. Eğer sizi anne veya babanız yerine başka insanlar büyüttü ise onları da aynı şekilde derecelendirin. Eğer anne veya babanızdan biri hiç olmadı ise o sütunu boş bırakın

- 1 - Tamamı ile yanlış
- 2 - Çoğunlukla yanlış
- 3 - Uyan tarafı daha fazla
- 4 - Orta derecede doğru
- 5 - Çoğunlukla doğru
- 6 - Ona tamamı ile uyuyor.

Anne Baba

1. ____ Beni sevdi ve bana özel birisi gibi davrandı.
2. ____ Bana vaktini ayırdı ve özen gösterdi.
3. ____ Bana yol gösterdi ve olumlu yönlendirdi.
4. ____ Beni dinledi, anladı ve duygularımızı karşılıklı paylaştık.
5. ____ Bana karşı sıcaktı ve fiziksel olarak şefkatliydi.
6. ____ Ben çocukken öldü veya evi terk etti.
7. ____ Dengesizdi, ne yapacağı belli olmazdı veya alkolikti.
8. ____ Kardeş(ler)imi bana tercih etti.
9. ____ Uzun süreler boyunca beni terk etti veya yalnız bıraktı.
10. ____ Bana yalan söyledi, beni kandırdı veya bana ihanet etti.
11. ____ Beni dövdü, duygusal veya cinsel olarak taciz etti.

12. ____ Beni kendi amaçları için kullandı.
13. ____ İnsanların canını yakmaktan hoşlanırdı.
14. ____ Bir yerimi inciteceğim diye çok endişelenirdi.
15. ____ Hasta olacağım diye çok endişelenirdi.
16. ____ Evhamlı veya fobik/korkak bir insandı.
17. ____ Beni aşırı korurdu.
18. ____ Kendi kararlarımı veya yargılarıma güvenememe neden oldu
19. ____ İşleri kendi başıma yapmama fırsat vermeden çoğu işimi o yaptı.
20. ____ Bana hep daha çocukmuşum gibi davrandı.
21. ____ Beni çok eleştirirdi.
22. ____ Bana kendimi sevmeye layık olmayan veya dışlanmış bir gibi hissettirdi.
23. ____ Bana hep bende yanlış bir şey varmış gibi davrandı.
24. ____ Önemli konularda kendimden utanmama neden oldu.
25. ____ Okulda başarılı olmam için gereken disiplini bana kazandırmadı.
26. ____ Bana salakmışım veya beceriksizmişim gibi davrandı.
27. ____ Başarılı olmamı gerçekten istemedi.
28. ____ Hayatta başarısız olacağıma inandı.
29. ____ Benim fikrim veya isteklerim önemsizmiş gibi davrandı.
30. ____ Benim ihtiyaçlarımı gözetmeden kendisi ne isterse onu yaptı.
31. ____ Hayatımı o kadar çok kontrol altında tuttu ki çok az seçme özgürlüğüm oldu.
32. ____ Her şey onun kurallarına uymalıydı.
33. ____ Aile için kendi isteklerini feda etti.
34. ____ Günlük sorumluluklarının pek çoğunu yerine getiremiyordu ve ben her zaman kendi payıma düşenden fazlasını yapmak zorunda kaldım.
35. ____ Hep mutsuzdu; destek ve anlayış için hep bana dayandı.
36. ____ Bana güçlü olduğumu ve diğer insanlara yardım etmem gerektiğini hissettirdi.
37. ____ Kendisinden beklentisi hep çok yüksekti ve bunlar için kendini çok zorlardı.

38. ____ ____ Benden her zaman en iyisini yapmamı bekledi.
39. ____ ____ Pek çok alanda mükemmeliyetçiydi; ona göre her şey olması gerektiği gibi olmalıydı.
40. ____ ____ Yaptığım hiçbir şeyin yeterli olmadığını hissetmeme sebep oldu.
41. ____ ____ Neyin doğru neyin yanlış olduğu hakkında kesin ve katı kuralları vardı.
42. ____ ____ Eğer işler düzgün ve yeterince hızlı yapılmazsa sabırsızlanırdı.
43. ____ ____ İşlerin tam ve iyi olarak yapılmasına, eğlenme veya dinlenmekten daha fazla önem verdi.
44. ____ ____ Beni pek çok konuda şımarttı veya aşırı hoşgörölü davrandı.
45. ____ ____ Diğer insanlardan daha önemli ve daha iyi olduğumu hissettirdi.
46. ____ ____ Çok talepkardı; her şeyin onun istediği gibi olmasını isterdi.
47. ____ ____ Diğer insanlara karşı sorumluluklarımın olduğunu bana öğretmedi.
48. ____ ____ Bana çok az disiplin veya terbiye verdi.
49. ____ ____ Bana çok az kural koydu veya sorumluluk verdi.
50. ____ ____ Aşırı sinirlenmeme veya kontrolümü kaybetmeme izin verirdi.
51. ____ ____ Disiplinsiz bir insandı.
52. ____ ____ Birbirimizi çok iyi anlayacak kadar yakındık.
53. ____ ____ Ondan tam olarak ayrı bir birey olduğumu hissedemedim veya bireyselliğimi yeterince yaşayamadım.
54. ____ ____ Onun çok güçlü bir insan olmasından dolayı büyürken kendi yönümü belirleyemiyordum.
55. ____ ____ İçimizden birinin uzağa gitmesi durumunda, birbirimizi üzebileceğimizi hissedirdim.
56. ____ ____ Ailemizin ekonomik sorunları ile ilgili çok endişeli idi.
57. ____ ____ Küçük bir hata bile yapsam kötü sonuçların ortaya çıkacağını hissettirirdi.
58. ____ ____ Kötümser bir bakışı açısı vardı, hep en kötüsünü beklerdi.
59. ____ ____ Hayatın kötü yanları veya kötü giden şeyler üzerine odaklanırdı.
60. ____ ____ Her şey onun kontrolü altında olmalıydı.
61. ____ ____ Duygularını ifade etmekten rahatsız olurdu.
62. ____ ____ Hep düzenli ve tertipliydi; değişiklik yerine bilineni tercih ederdi.

63. ____ ____ Kızgınlığını çok nadir belli ederdi.
64. ____ ____ Kapalı birisiydi; duygularını çok nadir açardı.
65. ____ ____ Yanlış bir şey yaptığımda kızardı veya sert bir şekilde eleştirdiği olurdu.
66. ____ ____ Yanlış bir şey yaptığımda beni cezalandırdığı olurdu.
67. ____ ____ Yanlış yaptığımda bana aptal veya salak gibi kelimelerle hitap ettiği olurdu.
68. ____ ____ İşler kötü gittiğinde başkalarını suçlardı.
69. ____ ____ Sosyal statü ve görünümüne önem verirdi.
70. ____ ____ Başarı ve rekabete çok önem verirdi.
71. ____ ____ Başkalarının gözünde benim davranışlarımın onu ne duruma düşüreceği ile çok ilgiliydi.
72. ____ ____ Başarılı olduğum zaman beni daha çok sever veya bana daha çok özen gösterirdi.

Ek 5

Semptom Değerlendirme ölçeği (SA-45)

Zaman zaman karşılaşılabildiğimiz problemlerin bir listesi aşağıda verilmiştir. Dikkatle okuduktan sonra, bugün dahil son 7 gün boyunca bu problemlerin sizde yarattığı rahatsızlık veya gerginliğin derecesini en iyi tanımlayan sayıyı işaretleyin. Her sorun için sadece bir işaretleme yapın ve herhangi bir seçeneği atlamamaya özen gösterin. Teşekkürler...

		Hiç	Az	Orta	Çok	Aşırı
1	Kendimi yalnız hissediyorum	1	2	3	4	5
2	Hüzünlüyüm	1	2	3	4	5
3	Hiçbir şey ilgimi çekmiyor	1	2	3	4	5
4	Korkuyorum	1	2	3	4	5
5	Başkalarının düşüncelerini kontrol edebileceğini düşünüyorum	1	2	3	4	5
6	Sorunlarımın bir çoğu için başkalarını suçluyorum	1	2	3	4	5
7	Açık alanlarda veya sokakta korkuyorum	1	2	3	4	5
8	Başkalarının duymadığı sesler duyuyorum	1	2	3	4	5
9	Çoğu insanın güvenilmez olduğunu düşünüyorum	1	2	3	4	5
10	Sebepsiz yere birdenbire korkuya kapılıyorum	1	2	3	4	5
11	Kontrol edemediğim öfke patlamaları yaşıyorum	1	2	3	4	5
12	Tek başıma evden çıkmaya korkuyorum	1	2	3	4	5
13	Diğer insanların kafamdaki düşüncelerin farkında olduğunu düşünüyorum	1	2	3	4	5
14	İnsanların beni anlamadığını ve hislerimi paylaşmadığını düşünüyorum	1	2	3	4	5
15	İnsanların bana dostça yaklaşmadığını ve benden hoşlanmadığını düşünüyorum	1	2	3	4	5
16	Düzenliliğünden ve doğruluğundan emin olmak için işleri çok yavaş yapmak zorundayım	1	2	3	4	5
17	Kendimi diğerlerine göre daha aşağı hissediyorum	1	2	3	4	5
18	Adale ağrıları var	1	2	3	4	5
19	Başkalarının beni gözetlediğini veya benim hakkımda konuştuğunu düşünüyorum	1	2	3	4	5
20	Yaptığımı tekrar tekrar kontrol ediyorum	1	2	3	4	5
21	Karar vermekte zorlanıyorum	1	2	3	4	5
22	Otobüs, metro veya trenle yolculuk yapmaktan korkuyorum	1	2	3	4	5
23	Sıcak basıyor veya soğuk soğuk terliyorum	1	2	3	4	5
24	Beni korkuttukları için, belli şeyler, yerler ya da faaliyetlerden kaçınıyorum	1	2	3	4	5
25	Zihnim birden boşalıyor	1	2	3	4	5
26	Vücudumun bazı kısımları uyuşuyor veya karıncalanıyor	1	2	3	4	5
27	Gelecek hakkında umutsuzum	1	2	3	4	5
28	Konsantre olmakta güçlük çekiyorum	1	2	3	4	5
29	Vücudumun bazı kısımlarında güçsüzlük hissediyorum	1	2	3	4	5
30	Kendimi gergin ya da tedirgin hissediyorum	1	2	3	4	5
31	Kollarımda veya bacaklarımda ağırlık hissediyorum	1	2	3	4	5
32	İnsanlar bana baktıklarında veya benim hakkımda konuştuklarında kendimi rahatsız hissediyorum	1	2	3	4	5
33	Kendime ait olmayan düşüncelerim var	1	2	3	4	5
34	Birine vurma, incitme veya zarar verme isteği geliyor	1	2	3	4	5
35	Birşeyleri kırma veya ezme isteği geliyor	1	2	3	4	5
36	İnsanlarla beraberken beni nasıl algılayacaklar diye tedirgin oluyorum	1	2	3	4	5
37	Alışveriş yerleri veya sinema gibi kalabalık yerlerde kendimi rahatsız hissediyorum	1	2	3	4	5
38	Korku veya panik nöbetleri yaşıyorum	1	2	3	4	5
39	İnsanlarla sık sık tartışıyorum	1	2	3	4	5
40	İnsanlar başarılarımı yeteri kadar takdir etmiyor	1	2	3	4	5
41	O kadar huzursuzum ki, bir türlü yerimde duramıyorum	1	2	3	4	5
42	Kendimi değersiz hissediyorum	1	2	3	4	5
43	Bağırıyorum veya bir şeyler fırlatıyorum	1	2	3	4	5
44	İzin versem insanların benden yararlanmak isteyeceklerini düşünüyorum	1	2	3	4	5
45	İşlediğim günahlar için cezalandırılmam gerektiğini düşünüyorum	1	2	3	4	5

Ek 6

İhtiyaç Tehdidi Ölçeği

Aşağıda katıldığınız deney ve diğer katılımcılar ile ilgili düşüncelerinizi yansıtabilecek bazı ifadeler yer almaktadır. Lütfen bu ifadelerin sizin duygu ve düşüncelerinizi ne derece yansıttığını, 1’den 7’ye kadar olan rakamlardan size **en uygun olanı** işaretleyerek belirtiniz. Her ifade için sadece bir rakamı işaretlemeye ve hiç bir maddeyi atlamamaya özen gösteriniz.

		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Pek Katılmıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Kendimi diğer katılımcılardan biri gibi hissettim.	1	2	3	4	5	6	7
2	Diğer katılımcılarla istediğim kadar sık sohbet edebildim.	1	2	3	4	5	6	7
3	Grup etkileşimi sırasında, kendime olan güvenim sarsıldı.	1	2	3	4	5	6	7
4	Grup etkileşimi sırasında, varlığımın anlamsız olduğunu düşündüm.	1	2	3	4	5	6	7
5	Grubun bir parçası gibi hissettim.	1	2	3	4	5	6	7
6	Grup etkileşimi üzerinde bir kontrolüm olduğunu düşündüm.	1	2	3	4	5	6	7
7	Deney sırasında, kendimi başarısız biriymişim gibi hissettim.	1	2	3	4	5	6	7
8	Deneyde yer almamın gereksiz olduğunu düşündüm.	1	2	3	4	5	6	7
9	Diğer katılımcılar tarafından kabul edilmediğim hissine kapıldım.	1	2	3	4	5	6	7
10	Grup etkileşimi sırasında, deneyin gidişatını etkileyebileceğimi düşündüm.	1	2	3	4	5	6	7
11	Diğer katılımcılar kadar değerli olduğumu düşündüm.	1	2	3	4	5	6	7
12	Deney sırasında, varlığımın önemli olduğunu düşündüm.	1	2	3	4	5	6	7
13	Deney sırasında, kendimi diğer oyunculara yakın hissettim.	1	2	3	4	5	6	7
14	Grup etkileşimi sürecini istediğim gibi yönlendirebileceğimi düşündüm.	1	2	3	4	5	6	7

15	Deney sırasında diğer katılımcıların benim için ne düşündükleri konusunda endişelendim.	1	2	3	4	5	6	7
16	Fikir üretimine yaptığım katkıların yararlı olduğunu düşündüm.	1	2	3	4	5	6	7
17	Deney sırasında, kendimi gruba yabancı hissettim.	1	2	3	4	5	6	7
18	Grup etkileşimi sürecinin gidişatını diğer oyuncuların belirlediğini düşündüm.	1	2	3	4	5	6	7
19	Diğer katılımcıların beni sevmedikleri hissine kapıldım.	1	2	3	4	5	6	7
20	Deneyde olsam da olurdu olmasam da.	1	2	3	4	5	6	7

Ek 7

Deney Sonrası Görüşme Formu

TARİH:---/---/ 2014

DENEY SAATİ:

DENEY KOŞULU:

1. Araştırma sizce nasıl geçti?
2. Sizce oyun kısmında karşınızdakiler nasıl kişilerdi?
3. Oyunun işleyişinde herhangi bir sorun oldu mu? Olduysa hangi oyuncudan kaynaklandı?
4. Herhangi bir sorun olduğunda ne düşündünüz?
6. Oyunda seninle beraber yer alan diğer katılımcıları değerlendirebilir misin?
7. Sizce oyun sırasında bir dışlanmaya maruz kaldınız mı ? Eğer böyle olduğunu düşünüyorsanız, bunu ne zaman anladınız?
8. Eklemek istediğiniz herhangi bir şey var mı?

ARAŞTIRMACI;	KATILIMCI:
Adı-Soyadı, İmza	Adı-Soyadı, İmza

Ek 8

Paravan Öykü İle Tutarlı Olarak Hazırlanmış Olan Aydınlatılmış Onam Formu

ARAŞTIRMA AMAÇLI ARAŞTIRMA İÇİN AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

(Araştırmacının Açıklaması)

Bu çalışma, bireylerin zihinde görselleştirme yeteneklerinin görev performansı üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Bu amaçla internet üzerinden farklı laboratuvarlarda aynı çalışmaya katılmakta olan bireylerle “Sanal Top” adı verilen bir oyunu oynamanız ve süreç boyunca oyunu oynadığınız mekanı zihninizde canlandırmanız istenecektir. Oturum sonunda yaşamış olduğunuz grup etkileşiminin sizde uyandırdığı izlenimi formlar üzerinde dikkatli ve eksiksiz bir biçimde doldurmanız istenecektir.

Sizin de bu araştırmaya katılmanızı öneriyoruz. Ancak, hemen belirtelim ki bu araştırmaya katılıp katılmamakta serbestsiniz. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalıdır. Kararınızdan önce araştırma hakkında sizi bilgilendirmek istiyoruz. Bu bilgileri okuyup anladıktan sonra araştırmaya katılmayı kabul ederseniz formu imzalayınız.

Size verilecek formdaki soruları eksiksiz olarak yanıtlarken, değerlendirmelerinizi gerçek duygu ve düşüncelerinizi yansıtacak şekilde dürüstçe ve titizlikle yaparsanız bilimsel verilerin sağlanmasına büyük katkıda bulunmuş olacaksınız. Çalışma sadece bilimsel amaçla yapıldığından size verilen formdaki sorulara verdiğiniz cevaplarınız tamamen gizli tutulacaktır.

Bu çalışmaya katılmayı reddedebilirsiniz. Bu çalışmaya katılmak tamamen isteğe bağlıdır. Çalışmanın herhangi bir aşamasında onayını çekme hakkına da sahipsiniz.

(Katılımcının Beyanı)

Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans

Programı'na devam etmekte olan bir öğrencinin tez çalışması kapsamında

gerçekleştirilen sosyal algı deneyine “katılımcı” olarak davet edildim.

Bu araştırmaya katıldığım takdirde, uygulanacak olan veri toplama araçlarıyla benden toplanacak bilgilerin gizliliğine büyük özen ve saygı ile yaklaşılacağına inanıyorum.

Araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin ihtimamla korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi.

Bu araştırmaya katılmak zorunda değilim ve katılmayabilirim. Araştırmaya katılmam konusunda zorlayıcı bir davranışla karşılaşmış değilim. Eğer katılmayı reddedersem bu kararımın hiçbir olumsuz sonucu olmayacağını da biliyorum. Ayrıca başta kabul ettiğim halde araştırmanın yürütülmesi sırasında da herhangi bir neden göstermeksizin araştırmadan çekilebileceğim ve bu davranışımın bana hiçbir sakınca doğurmayacağı konusunda teminat aldım.

Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Kendi başıma, belli bir düşünme süresi sonucunda, bu araştırmada “katılımcı” olmak kararını verdim.

Bu konuda yapılan daveti büyük bir memnuniyet ve gönüllülük içerisinde kabul ediyorum.

İmzalı bu formun bir kopyası bana verilecektir.

Katılımcı;

Adı, Soyadı :

Öğrenci No. :

İmza :

Katılımcı ile Görüşen Araştırmacı;

Adı, Soyadı : Burcu KÖMÜRCÜ

Adres : H.Ü. Psikoloji Bölümü Klinik Psikoloji Laboratuvarı,
burcukmrcu@gmail.com

İmza :

Ek 9

Deney Sonrası Görüşme ve Bilgilendirme Sonrası Verilen Aydınlatılmış Onam Formu

ARAŞTIRMA AMAÇLI ARAŞTIRMA İÇİN AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

(Araştırmacının Açıklaması)

Prof. Dr. Gonca Soygüt Pekak danışmanlığında Hacettepe Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans programı öğrencisi Burcu Kömürcü tarafından yürütülen bir tez çalışması olan bu araştırmanın adı “Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Ebeveynlik Biçimleri ve Psikolojik Belirtiler İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki İlişkiler”dir.

Birçok psikoloji araştırmasında olduğu gibi, incelenen konunun doğası gereği deneye girerken konu hakkında bilgi sahibi olmamanız, incelenecek olan tepkilerinizin ölçülebilmesi açısından önemli ve gereklidir. Öncelikle size verilen ölçek bataryasını doldurdunuz sonrasında ise bir deneye katıldınız. Bu amaçla, zihinde görselleştirme becerilerinin incelenmesi ile ilgili bir paravan öykü oluşturmamız gerekiyordu. Oynamış olduğunuz oyun deney manipülasyonunu sağlamakta kullanılan bir bilgisayar programıdır. Deney sırasında size topun gelme sayısına bağlı olarak Psikolojik dışlanmanın gerçekleştiği deney grubuna dahil oldunuz.

Bu araştırmanın amacı erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtilerin, psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği dört temel ihtiyaç türü ve bu ihtiyaçların düzeyleri ile aralarındaki ilişkilerin incelenmesidir.

Herhangi bir nedenden dolayı rahatsızlık duyduysanız ve bununla ilgili sorularınız varsa, istediğiniz zaman yanıtlamaya hazırız; deney uygulamacısı ile ilgili iletişim bilgileri bu formda yer almaktadır. Deney süreciniz ve doldurmuş olduğunuz soru

formları ile ilgili her türlü bilginin araştırmanın bilimsel amaçları dışında kullanılmayacağını taahhüt ederiz.

Deneye katılımınız tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır ve katılım onayı vermeme hakkınız sabittir. Ancak, eğer bu bilgilendirmeyi aldığınızı ve araştırmaya katılımınızı ve vermiş olduğunuz bilgilerin bilimsel amaçlı kullanımını onaylıyorsanız, bu formu imzalamanız gerekmektedir.

Teşekkür ederiz.

(Katılımcının Beyanı)

Prof. Dr. Gonca Soygüt Pekak danışmanlığında, Hacettepe Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans programı öğrencisi Burcu Kömürcü tarafından, katılmış olduğum deneyin gerçek amaçlarıyla ve benim katılma/katılmama hakkım ile ilgili bana verilen bilgileri okudum ve anladım. Deneye katılım sürecim ve benden alınan bilgilerin gizliliğine büyük özen ve saygıyla yaklaşılabileceğine inanıyorum. Araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin ihtimamla korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi.

Bu araştırmaya katılımımı onaylamak zorunda değilim ve onaylamayabilirim. Katılım onayını vermemle ilgili herhangi bir zorlayıcı davranışla karşılaşmış değilim. Eğer onay vermezsem bunun herhangi bir olumsuz sonucu olmayacağını biliyorum.

Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Kendi başıma, belli bir düşünme süresi sonucunda, bu araştırmada “katılımcı” olmayı onaylıyorum. Bu konuda yapılmış olan daveti büyük bir memnuniyet ve gönüllülük içerisinde kabul ediyorum.

İmzalı bu formun bir kopyası bana verilecektir.

Katılımcı;

Adı, Soyadı :

Öğrenci No. :

İmza :

Katılımcı ile Görüşen Araştırmacı;

Adı, Soyadı : Burcu KÖMÜRCÜ

Adres :H.Ü. Psikoloji Bölümü Klinik Psikoloji Laboratuvarı,
burcukmrcu@gmail.com

İmza :

Ek 10

Şema Alanları Ortalama, Standart Sapma, Minimum ve Maksimum Değerleri

Şema Alanları Ortalama, Standart Sapma, Minimum ve Maksimum Değerleri

Şema Alanları	<i>X_{ort}</i>	<i>SS</i>	<i>min</i>	<i>max</i>
Kopukluk	2.07	.75	1.04	4.23
Zedelenmiş Otonomi	2.12	.72	1.00	5.03
Zedelenmiş Sınırlar	3.70	.90	1.43	6.00
Diğerleri Yönelimlilik	3.30	.79	1.52	5.50
Yüksek Standartlar	3.44	.93	1.50	6.00

Ek 11

Kopukluk Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi

Kopukluk Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi

	Kopukluk Şema Alanından Düşük Puan Alanlar (N=19)		Kopukluk Şema Alanından Yüksek Puan Alanlar (N=19)		MANOVA		
Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar	<i>X_{ort}</i>	<i>SS</i>	<i>X_{ort}</i>	<i>SS</i>	<i>F</i> değeri	<i>p</i> değeri	<i>η²_p</i>
Ait Olma İhtiyacı	2.53	1.33	2.42	1.10	.075	.058	---
Benlik Değeri	3.46	1.18	3.73	1.08	.514	.107	---
Kontrol İhtiyacı	2.44	0.99	2.49	1.08	.024	.053	---
Anlamlı Varoluş İhtiyacı	3.42	1.52	3.20	1.34	.226	.075	---

Ek 12

**Zedelenmiş Otonomi Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların
Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi**

Zedelenmiş Otonomi Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların Psikolojik
Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi

	Zedelenmiş Otonomi Şema Alanından Düşük Puan Alanlar (N=19)		Zedelenmiş Otonomi Şema Alanından Yüksek Puan Alanlar (N=19)		MANOVA		
	<i>X_{ort}</i>	<i>SS</i>	<i>X_{ort}</i>	<i>SS</i>	<i>F</i> değeri	<i>p</i> değeri	<i>η²p</i>
Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar							
Ait Olma İhtiyacı	2.31	1.25	2.34	1.21	.006	.937	---
Benlik Değeri	3.49	1.18	3.44	1.10	.020	.888	---
Kontrol İhtiyacı	2.21	.99	2.53	1.16	.811	.374	---
Anlamlı Varoluş İhtiyacı	3.06	1.39	3.00	1.33	.020	.887	---

Ek 13

**Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların
Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi**

Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların Psikolojik
Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi

	Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanından Düşük Puan Alanlar (N=18)		Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanından Yüksek Puan Alanlar (N=18)		MANOVA		
Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar	<i>X_{ort}</i>	<i>SS</i>	<i>X_{ort}</i>	<i>SS</i>	<i>F</i> değeri	<i>p</i> değeri	<i>η²p</i>
Ait Olma İhtiyacı	2.24	1.11	2.63	1.10	1.121	.297	---
Benlik Değeri	3.63	.91	3.78	1.30	.148	.703	---
Kontrol İhtiyacı	2.10	.71	2.44	.65	2.267	.141	---
Anlamlı Varoluş İhtiyacı	2.83	1.00	3.36	1.37	1.773	.192	---

Ek 14

Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi

Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi

	Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanından Düşük Puan Alanlar (N=21)		Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanından Yüksek Puan Alanlar (N=21)		MANOVA		
Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar	<i>X_{ort}</i>	<i>SS</i>	<i>X_{ort}</i>	<i>SS</i>	<i>F</i> değeri	<i>p</i> değeri	<i>η²p</i>
Ait Olma İhtiyacı	2.39	1.42	2.14	1.14	.388	.537	---
Benlik Değeri	3.84	1.10	3.49	1.12	1.038	.314	---
Kontrol İhtiyacı	2.17	.99	2.12	.92	.026	.873	---
Anlamlı Varoluş İhtiyacı	2.90	1.30	2.73	1.39	.171	.682	---

Ek 15

**Yüksek Standartlar Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların
Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi**

Yüksek Standartlar Şema Alanından Düşük ve Yüksek Puan Alan Katılımcıların Psikolojik
Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi

	Yüksek Standartlar Şema Alanından Düşük Puan Alanlar (N=19)		Yüksek Standartlar Şema Alanından Yüksek Puan Alanlar (N=19)		MANOVA		
Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar	<i>X_{ort}</i>	<i>SS</i>	<i>X_{ort}</i>	<i>SS</i>	<i>F</i> değeri	<i>p</i> değeri	<i>η²p</i>
Ait Olma İhtiyacı	2.12	.68	264	1.16	2.810	.102	---
Benlik Değeri	3.70	.80	3.57	1.00	.214	.647	---
Kontrol İhtiyacı	2.07	.53	2.69	1.19	4.299	.045	.523
Anlamlı Varoluş İhtiyacı	2.61	.67	3.24	1.30	3.514	.069	---