

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**ALDATMA EĞİLİMİ, AFFETME EĞİLİMİ, REDDEDİLME
DUYARLILIĞI, ÖFKE TARZLARI VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN
ŞEMA MODELİ BAĞLAMINDA İNCELENMESİ**

DOKTORA TEZİ

Cansu Selin YURTSEVEN

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

MART, 2024

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**ALDATMA EĞİLİMİ, AFFETME EĞİLİMİ, REDDEDİLME
DUYARLILIĞI, ÖFKE TARZLARI VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN
ŞEMA MODELİ BAĞLAMINDA İNCELENMESİ**

DOKTORA TEZİ

Cansu Selin YURTSEVEN
(Y2012.487001)

Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Kahraman GÜLER

MART, 2024

ONAY FORMU

ONUR SÖZÜ

Doktora Tezi olarak sunduğum “Aldatma Eğilimi, Affetme Eğilimi, Reddedilme Duyarlılığı, Öfke Tarzları ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki: Şema Terapi Bağlamında İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan, akademik kurallara ve etik değerlere uygun olarak yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden olduğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım. 12/03/2024

Cansu Selin YURTSEVEN

ÖNSÖZ

Tez çalışmamı yürütmemde desteğini hiç esirgemeyen, birikim ve tecrübeleri ile yoluma ışık tutan, gelişimime katkı sağlayan ve daima yol gösterici olan değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Kahraman Güler'e sonsuz teşekkür eder, saygılarımı sunarım.

Hayatımın her döneminde desteklerini esirgemeyen aileme, en zorlayıcı zamanlarda arkamda olduklarını hissettiren arkadaşlarıma ve tez yazma sürecimin başından sonuna kadar tüm manevi desteği ile yanımda olan 5N1K PsikoAkademi ailesine, Oğuzhan Duran'a, Elif Berfin Beyhan'a ve Tutku Buse Aksu'ya teşekkürü borç bilirim.

Jüri üyelerim Dr. Öğr. Üyesi Haydeh Faraji, Dr. Öğr. Üyesi Volkan Demir, Dr. Öğr. Üyesi Zeynep Gümüş Demir, Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin Kazan'a katkı ve destekleri için sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Cansu Selin Yurtseven

ALDATMA EĞİLİMİ, AFFETME EĞİLİMİ, REDDEDİLME DUYARLILIĞI, ÖFKE TARZLARI VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN ŞEMA MODELİ BAĞLAMINDA İNCELENMESİ

ÖZET

İlişki, tüm insanlar için temel ihtiyaçlardan biridir ve iyi ilişkiler, bireylerin yaşam doyumunu artırmada önemli rol oynarlar. Ancak tüm ilişki türlerinde ortaya çıkması ve ilişkiyi yıpratması olası bazı olay, durum ve olgular vardır. Aldatma, affetme, reddedilme, Öfke gibi konular ilişkilerde karşımıza çıkan, yoğun duygular ve işlevsiz davranışlar ortaya çıkarabilen durumlardır. Yapılan bu çalışmanın amacı aldatma eğilimi, affetme eğilimi, reddedilme duyarlılığı, Öfke tarzları ve kişilik özelliklerinin erken dönem uyum bozucu şema bağlamında incelenmesidir.

Araştırma ilişkisel tarama modeline uygun olacak şekilde hazırlanmıştır. Çalışma kapsamında sosyodemografik özellikler fark etmeksizin gönüllülük esasına dayalı 1359 kişiden oluşmakta olup örnekleme seçkisiz olarak ulaşılmıştır. Araştırma kapsamında, Kişisel Bilgi Formu, Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ), Heartland Affetme Ölçeği (HAÖ), Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği (RDÖ), Sürekli Öfke (SL-Öfke) ve Öfke İfade Tarzları Ölçeği (Öfke-Tarz), Uluslararası Kişilik Envanteri (IPI) ve Young Şema Ölçeği (YSÖ-KF3) kullanılmıştır. Çalışmada sosyal bilimler için istatistik programı (SPSS 27) ile tüm istatistiksel analizler gerçekleştirilmiştir.

Bulgulara ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde, kusurluluk ve sosyal izolasyon/güvensizlik şemalarının, aldatma eğilimi için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Çalışmada, sosyal izolasyon/güvensizlik, başarısızlık ve karamsarlık şemalarının, affedicilik için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu bulunmuştur. Ayrıca, Uluslararası Kişilik Envanteri'nin alt boyutlarının şema bağlamında duyguları bastırma ve başarısızlık şemalarının dışa dönüklük için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilirken; yumuşak başlılık alt boyutu incelendiğinde duyguları bastırma ve kusurluluk şemalarının anlamlı düzeyde yordayıcı rolü saptanmıştır. Sorumluluk alt boyutunda ise başarısızlık ve içi içe

geçmişlik /bağımlılık şemalarının sorumluluğu yordadığı görülmüştür. Bir diğer değişken olan Öfke ve Öfkenin alt boyutlarına ilişkin veri analizlerinde, onay arayıcılık, karamsarlık, yüksek standartlar ve sosyal izolasyon şemalarının sürekli Öfkeyi; sosyal izolasyon, duyguları bastırma, onay arayıcılık ve karamsarlık şemalarının içe Öfkeyi; karamsarlık, yüksek standartlar, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, sosyal izolasyon ve onay arayıcılık şemalarının da dışa Öfkeyi anlamlı düzeyde yordayıcı rolüne sahip olduğu tespit edilmiştir.

Çalışmada kullanılan değişkenler cinsiyet rolü üzerinden ele alındığında, Heartland Affedicilik ölçeğinin alt boyutu olan kendini affetme ile cinsiyet arasında anlamlı düzeyde bir farklılık olduğu görülmektedir. Cinsiyet ile Aldatma Eğilimi ölçeği kıyaslandığında ise ortalamalara göre erkekler, kadınlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu saptanmıştır. Cinsiyet ile Sürekli Öfke ve Öfke Tarzları ölçeği karşılaştırıldığında, dışa Öfke ve Öfke kontrolü ile cinsiyet arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Cinsiyet ile Uluslararası Kişilik Envanteri incelendiğinde, alt boyutlar ile anlamlı bir ilişki olduğu ve kadınların erkeklere göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu bulunmuştur.

Çalışmanın sonucunda, aldatma eğilimi, affetme eğilimi, reddedilme duyarlılığı, Öfke tarzları ve kişilik özelliklerinin erken dönem uyum bozucu şemaları anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Affetme eğilimi, Aldatma Eğilimi, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Kişilik Özellikleri, Reddedilme Duyarlılığı, Öfke Tarzları, Şema Terapi.

INVESTIGATION OF DECEIPTING TENDENCY, FORGIVING TENDENCY, REJECTION SENSITIVITY, ANGER STYLES AND PERSONALITY TRAITS IN THE CONTEXT OF THE SCHEMA MODEL

ABSTRACT

Relationship is one of the basic needs for all humans, and good relationships play an important role in increasing individuals' life satisfaction. However, there are some events, situations and facts that are likely to occur in all types of relationships and wear out the relationship. Issues such as cheating, forgiveness, rejection, and anger are situations that we encounter in relationships and can cause intense emotions and dysfunctional behaviors. Purpose of this study to examine infidelity tendency, forgiveness tendency, rejection sensitivity, anger styles, and personality traits in the context of early maladaptive schema.

The study was prepared in accordance with the relational screening model. Within the scope of the study, the sample consists of 1359 people regardless of sociodemographic characteristics, and the sample was formed by simple random and voluntary sampling. The participants were included in the study on a voluntary basis. Personal Information Form, Deception Tendency Scale, Heartland Forgiveness Scale, Rejection Sensitivity Scale, Anger Styles Scale, International Personality Inventory, and Young Schema Scale were used. In the study, all statistical analyses were performed with the Statistical Program for Social Sciences (SPSS 27) package.

When evaluating the results of the findings, it was determined that defectiveness and social isolation schemas were significant predictors of the tendency to cheat. In the study, social isolation/insecurity, failure, and pessimism schemas were found to be significant predictors of forgiveness. In addition, in the context of schema in the sub-dimensions of the International Personality Inventory, suppression of emotions and defectiveness schemas were found to be significant predictors for extraversion, while suppression of emotions and imperfection schemas were found to be significant predictors when the sub-dimension of agreeableness was

examined. In the responsibility sub-dimension, it was observed that failure and introversion/dependency schemas predicted a sense of responsibility. In the data analysis of another variable, anger and its sub-dimensions, it was found that approval-seeking, pessimism, high standards, and social isolation schemas had a significant predictive role in aggression. Social isolation, suppression of emotions, approval seeking, and pessimism schemas predicted internalized anger; pessimism, high standards, insufficient self-control, social isolation, and approval seeking schemas predicted externalized anger.

In a comparative evaluation of different genders as potential predictors of self-forgiveness, which is a subdimension of the Heartland Forgiveness scale, being a male predicted a high score in self-forgiveness significantly more than being a female. When the relationship between gender and the tendency to cheat is studied, men are found to have a higher likelihood of cheating than women. When gender is compared with the State-Trait Anger Scale, it is seen that there is a significant relationship between external anger and anger control on gender. When the International Personality Inventory is studied in relation to gender, gender is found to be influential in all sub-scales of inventory.

As a result of the research, it was concluded that the tendency to cheat, tendency to forgive, rejection sensitivity, anger styles and personality traits significantly predicted early maladaptive schemas.

Keywords: Forgiveness Tendency, Infidelity Tendency, Early Maladaptive Schemas, Personality Traits, Rejection Sensitivity, Anger Styles, Schema Therapy

İÇİNDEKİLER

Sayfa

ONUR SÖZÜ	i
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	ix
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xv
ÇİZELGELER LİSTESİ.....	xvii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xxi
I. GİRİŞ	1
A. . Araştırmanın Gerekçesi Ve Problemi.....	6
B. Araştırmanın Hipotezleri	6
C. Araştırmanın Amacı.....	8
D. Araştırmanın Önemi	8
E. Sayıtlılar.....	9
F. Sınırlılıklar	9
G. Tanımlar.....	11
II. KURAMSAL ÇERÇEVE.....	13
A. Şema Terapi	13
1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar	14
2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Temelleri	15
3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Şema Alanları	17

a. Alan 1: Kopukluk Ve Reddedilmişlik Alanı	18
b. Alan 2: Zedelenmiş Özerklik Ve Kendini Ortaya Koyma Alanı.....	20
c. Alan 3: Zedelenmiş Sınırlar Alanı	22
d. Alan 4: BaşKaları YöNeliMliLiK Alanı.....	23
e. Alan 5: Aşİrı TetiKte Olma / Baskılama Alanı	25
4. Şemalarla Baş Etme Stratejisi	27
a. Teslim Olma	28
b. Kaçınma	29
c. Aşİrı telafi	29
5. Şema Terapi İlişkisi ve Süreci	30
6. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Psikopatoloji.....	31
7. Şema Modları	32
a. Çocuk Modları	32
b. Uyumsuz Başa Çıkma Modları.....	34
c. Uyumsuz Ebeveyn Modları	34
B. Reddedilme Duyarlılığı.....	35
1. Reddedilme Duyarlılığı ve Çocukluk Yaşantısı.....	37
2. Yakın İlişkilerde Reddedilme Duyarlılığı.....	39
3. Reddedilme Duyarlılığı ve Bağlanma.....	40
4. Reddedilme Duyarlılığı ve Şema Kuramı ile ilgili Çalışmalar	41
C. Aldatma Eğilimi.....	42
1. Aldatma Kavramı	42
2. Aldatma Nedenleri	44
3. Aldatma Türleri.....	45
4. Aldatma Eğilimi ve Şema Kuramı ile İlgili Çalışmalar	46
5. Aldatma Eğilimi ve Şema Alanları	48

a. Ayrılma ve Reddedilme/Kopukluk Şema Alanı.....	48
6. Psikanalitik Kuram ve Aldatma.....	53
7. Psikososyal Gelişim Kuramı ve Aldatma.....	53
8. Bağlanma Kuramı ve Aldatma.....	54
9. Aldatma Eğiliminin Sonuçları.....	55
D. Affetme Eğilimi.....	56
1. Affedicilik.....	57
2. Affetme Kavramını Etkileyen Kişilik Özellikleri.....	58
3. Affetme Modelleri.....	60
a. Enright Affetme Süreç Modeli.....	60
b. Affetmenin Sosyal Psikolojik Belirleyicileri Modeli.....	61
c. Psikodinamik Model.....	62
d. Kendini Affetme Modeli.....	62
e. Hargrave Affetme Modeli.....	63
f. Bütünleştirilmiş Affetme Modeli.....	64
g. Piramit Modeli.....	64
4. Affetme ve Şema Kuramı İlişkisi.....	66
5. Affetme ile İlgili Yapılmış Çalışmalar.....	67
E. Kişilik.....	69
1. Kişilik Özellikleri.....	70
a. Dışa Dönüklük/İçe Dönüklük.....	71
b. Yumuşak Başlılık/Düşmanlık.....	72
c. Sorumluluk/Dağınıklık.....	72
d. Duygusal Denge/Duygusal Dengesizlik (Nevrotizm).....	72
e. Gelişime Açıklık/Yeniliğe Kapalılık.....	73
2. Beş Faktörlü Kişilik Kuramı.....	73

3. Karanlık Üçlü Kişilik Özellikleri	75
4. Psikobiyolojik Kişilik Kuramı	76
5. Kişilik Bozukluklarında Şema Terapi	77
6. Kişilik Bozukluklarının Tedavisinde Şema Terapi'nin Kullanımı	79
a. Borderline Kişilik Bozukluğu'nda Şema Terapi	82
b. Narsisistik Kişilik Bozukluğunda Şema Terapi	82
F. Öfke	82
1. Öfke Tarzları ve Öfke Türleri	83
2. Öfke Kontrol Düzeyi ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	84
3. Öfkenin Tetikleyicileri	86
III. YÖNTEM.....	87
A. Araştırma Modeli	87
B. Örneklem	87
C. Veri Toplama Araçları	87
1. Kişisel Bilgi Formu	87
2. Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ)	88
3. Heartland Affetme Ölçeği (HAÖ).....	88
4. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği (RDÖ)	89
5. Sürekli Öfke ve Öfke Tarzları Ölçeği (SÖÖTÖ)	89
6. Uluslararası Kişilik Envanteri (IPI)	90
7. Young Şema Ölçeği	91
D. İşlem.....	92
E. Verilerin Analizi	92
IV. BULGULAR.....	95
A. Karşılaştırma Analizi	98

B. Korelasyon Analizine İlişkin Bulgular	109
C. Regresyon Analizi	127
D. Ölçüm Modeli Sonuçları.....	133
E. Yapısal Model Sonuçları	137
V. TARTIŞMA VE YORUM.....	141
A. Erken dönem uyum bozucu şemalar, aldatma eğilimi, Öfke tarzları ve reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi	141
B. Erken dönem uyum bozucu şemalar, aldatma eğilimi ve öfke tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi.....	142
C. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Reddedilme Duyarlılığını Yordaması ..	143
D. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aldatma Eğilimini Yordaması	145
E. 6Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Affediciliği Yordaması	146
F. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Kişilik Özelliklerini Yordaması.....	148
G. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Dışa Dönüklüğü Yordaması.....	149
H. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Yumuşakbaşlılığı Yordaması.....	151
İ. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Sorumluluğu Yordaması	152
J. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Duygusal Dengesizliği Yordaması	153
K. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Gelişime Açıklığı Yordaması	154
L. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Öfke Tarzlarını Yordaması	156
M. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Sürekli Öfkeyi Yordaması	156
N. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların İç Öfkeyi Yordaması	157
O. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Dışa Öfkeyi Yordaması.....	158
P. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Öfke Kontrolünü Yordaması.....	159
Q. Cinsiyete Göre Ana Değişkenlerin Tartışılması	160
1. Cinsiyete Göre Affetme	160
2. Cinsiyete Göre Aldatma Eğilimi.....	161

3. Cinsiyete Göre Öfke Tarzları ve Sürekli Öfke.....	162
4. Cinsiyete Göre Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar	163
5. Cinsiyete Göre Kişilik Özellikleri.....	164
6. Cinsiyete Göre Reddedilme Duyarlılığı.....	165
R. Eğitim Durumuna Göre Ana Değişkenlerin Tartışılması	165
1. Eğitim Durumuna Göre Öfke Tarzları	165
2. Eğitim Durumuna Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar	166
3. Eğitim Durumuna Kişilik Özellikleri.....	167
4. Eğitim Durumuna Göre Reddedilme Duyarlılığı.....	168
5. Eğitim Durumuna Göre Heartland Affetme Eğilimi.....	169
6. Eğitim Durumuna Göre Aldatma Eğilimi	169
VI. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	171
VII.KAYNAKÇA	173
EKLER.....	225
ÖZGEÇMİŞ.....	247

KISALTMALAR LİSTESİ

APA	:Amerikan Psikoloji Derneği
DSM	:Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders
SPSS	:Statistical Program for Social Sciences
TDK	:Türk Dil Kurumu
Vd.	:Ve diğerleri
Akt	:Aktaran
Min	:Minimum
ax	:Maksimum
Ss	:Standart Sapma
Sh	:Standart Hata
Beta (β)	:Regresyon gücü
t	:Regresyon t testi değeri
R	:Korelasyon katsayısı
R2	:Determinasyon katsayısı
F	:Regresyon ANOVA testi F değeri
f	:Frekans
%	:Yüzde
r	:Pearson korelasyon katsayısı
α	:İç Tutarlılık Kat Sayısı (Cronbach Alfa)
B	:Regresyon Kat Sayısı
p	:Anlamlılık değeri
%	:Yüzde
N	:Kişi sayısı
\bar{X}	:Ortalama

s.	:Sayfa
YŞÖ	:Young Şema Ölçeği
RDÖ	:Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği
AEÖ	:Aldatma Eğilimi Ölçeği
IPISV	:Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Formu
Sd.	:Serbest Değişken
χ^2	:Ki kare
Var. K.	:Varyansın kaynağı
K.T.	:Kareler toplamı
K.O.	:Kareler ortalaması
G. Arası	: Gruplar arası
G. İçi	:Gruplar içi
VIF	:Varyans Enflasyonlar Katsayısı

ÇİZELGELER LİSTESİ

Sayfa

Çizelge 1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Boyutları ve Şema Alanları.....	18
Çizelge 2. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, Heartland Affetme Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği, Sürekli Öfke- Öfke Tarzları Ölçeği, Young Şema Ölçeği, Uluslararası Kişilik Envanterinin Basıklık ve Çarpıklık Katsayılarının İncelenmesi.....	93
Çizelge 3. Katılımcıların Demografik Özellikleri	95
Çizelge 4. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, Heartland Affetme Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği, Sürekli Öfke- Öfke Tarzları Ölçeği, Young Şema Ölçeği, Uluslararası Kişilik Envanterinin Betimsel Değerleri.....	96
Çizelge 5. Cinsiyete Göre Reddedilme Duyarlılığı Düzeylerinin Karşılaştırılması.	98
Çizelge 6. Cinsiyete Göre Heartland Affetme Düzeylerinin Karşılaştırılması	98
Çizelge 7. Cinsiyete Göre Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Karşılaştırılması.....	99
Çizelge 8. Cinsiyete Göre Sürekli Öfke-Öfke Tarzları Düzeylerinin Karşılaştırılması	99
Çizelge 9. Cinsiyete Göre Young Şema Düzeylerinin Karşılaştırılması.....	100
Çizelge 10. Cinsiyete Göre Kişilik Alt Boyutlarının Karşılaştırılması	101
Çizelge 11. Eğitim Durumuna Göre Reddedilme Duyarlılığı Düzeylerinin Karşılaştırılması	102
Çizelge 12. Eğitim Durumuna Göre Heartland Affetme Düzeylerinin Karşılaştırılması	102
Çizelge 13. Eğitim Durumuna Göre Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Karşılaştırılması	103
Çizelge 14. Eğitim Durumuna Göre Sürekli Öfke-Öfke Tarzları Düzeylerinin Karşılaştırılması	104
Çizelge 15. Eğitim Durumuna Göre Şema Düzeylerinin Karşılaştırılması.....	105

Çizelge 16. Eğitim Durumuna Göre Kişilik Alt Boyutlarının Karşılaştırılması	107
Çizelge 17. Affetme Alt Boyutları ile Reddedilme Duyarlılığı Düzeyleri Arasındaki İlişki.....	109
Çizelge 18. Aldatma Eğilimi Ölçeği ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Arasındaki İlişki.....	109
Çizelge 19. Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Arasındaki İlişki	110
Çizelge 20. Young Şema Ölçeği ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Arasındaki İlişki	110
Çizelge 21. Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Form Ölçeği ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Arasındaki İlişki	111
Çizelge 22. Heartland Affetme Ölçeği ile Aldatma Eğilimi Ölçeği Arasındaki İlişki	112
Çizelge 23. Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği ile Aldatma Eğilimi Ölçeği Arasındaki İlişki	112
Çizelge 24. Young Şema Ölçeği ile Aldatma Eğilimi Ölçeği Arasındaki İlişki	113
Çizelge 25. Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Form Ölçeği ile Aldatma Eğilimi Ölçeği Arasındaki İlişki.....	114
Çizelge 26. Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği ile Heartland Affetme Ölçeği Arasındaki İlişki	114
Çizelge 27. Young Şema Ölçeği ile Heartland Affetme Ölçeği Arasındaki İlişki ...	116
Çizelge 28. Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Form Ölçeği ile Heartland Affetme Ölçeği Arasındaki İlişki.....	118
Çizelge 29. Young Şema Ölçeği ile Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişki.....	120
Çizelge 30. Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Form Ölçeği ile Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişki	122
Çizelge 31. Young Şema Ölçeği ile Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Form Ölçeği Arasındaki İlişki	123
Çizelge 32. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Reddedilme Duyarlılığını Yordaması	127

Çizelge 33. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Affediciliği Yordaması.....	128
Çizelge 34. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aldatma Eğilimini Yordaması	128
Çizelge 35. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Sürekli Öfkeyi Yordaması....	129
Çizelge 36. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların İç Öfkeyi Yordaması.....	129
Çizelge 37. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Dış Öfkeyi Yordaması	130
Çizelge 38. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Öfke Kontrolünü Yordaması	130
Çizelge 39. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Dış Dönüklüğü Yordaması .	131
Çizelge 40. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Yumuşak Başlılığı Yordaması	131
Çizelge 41. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Sorumluluğu Yordaması.....	132
Çizelge 42. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Duygusal Dengesizliği Yordaması	132
Çizelge 43. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Gelişime Açıklığı Yordaması	133
Çizelge 44. DFA Sonuçlarına Göre Ölçme Modeline ait Faktör Yükleri, Standart Hata ve T- Değerleri.....	135
Çizelge 45. Ölçme Modeline İlişkin Uyum İyiliği Değerleri.....	136
Çizelge 46. Örtük Değişkenlere İlişkin Kovaryans Matrisi	137
Çizelge 47. Yapısal Modele İlişkin Uyum İyiliği Değerleri	137
Çizelge 48. Yapısal Modele İlişkin Yol Katsayıları.....	139

ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa

Şekil 1.	Affetme Piramit Modeli (REACH).....	65
Şekil 2.	YSO, AEO, RDO'ya İlişkin DFA Sonuçları (Standardize Çözümleme Değerleri)	134
Şekil 3.	YSO, AEO, RDO'ya İlişkin DFA Sonuçları (T-Değerleri).....	135
Şekil 4.	Yapısal Modele Ait Standardize Faktör Yük Değerleri.....	138

I. GİRİŞ

İnsan yalnızca bir ilişkiden doğmaz, aynı zamanda bir ilişki içine de doğar. İlişki kurmak, varoluşsal bir ihtiyaçtır. Kavram olarak yakın ilişki ise hem yalnızca bir ilişki, hem kişisel ilişkilerin anlamlı bir ögesi, hem de bireylerin birbirlerine yönelik beslediği duyguları tanımlayabilmek için kullanılır (Atak ve Taştan, 2012). Yakın ilişki kişinin temel yaşam olgularından biridir. Böylesine önemli bir olgunun zedelenmesine neden olan bazı durumlar vardır. Bu tezde önemli olan bu kavramlara yer vermeye çalışacağım.

Şema, bireylerin duygular, düşünceler ve davranışlarına yön veren; algı, düşünce, inanç ve duygu kalıplarıdır (Young, 1990). Erken dönem uyum bozucu şemalar ise kaynağını bireyin erken bebeklik dönem deneyimleri vasıtası ile mizacı arasındaki etkileşiminden almaktadır (Rafaeli vd., 2012). Bireyin doğumu itibari ile bakım verenleri aracılığıyla tanımaya başladığı dünya, kurulan bağın ve ilişkinin kalite düzeyine göre erken dönem uyum bozucu şemaların aktivasyonu değişkenlik göstermektedir (Güler ve Tuncay, 2023). Şema Kuramı'na göre, çocukluk ve ergenlik döneminde olumsuz yaşam deneyimleri olan bireyler, "erken dönem uyum bozucu şemalar" şeklinde adlandırılan işlevsiz kişilik özelliklerine sahip olacaklardır (Trincas vd., 2014). Bu şekilde gelişir ve kişinin işlevsiz duygu, düşünce ve davranışlarının nedenidir (Weishaar ve Beck, 1989; Young, 1999). Günlük hayatta erken dönem uyum bozucu şemaların aktive olmasıyla kişide uyumsuzluk inancı gelişmesi ve gündelik olaylarda zorlanma görülmektedir (Güler ve Gümüş, 2018). Şemalar bu şekilde güçlenerek zamanla karakter halini alır, kalıcılaşır ve zamanla günlük işlevselliğin bozulmasına neden olur (Weishaar ve Beck, 1989; Young, 1991; Young vd., 2003).

Reddedilme duyarlılığı, bireylerin sosyal yaşamlarında reddedilme yaşantılarını deneyimleyeceklerine yönelik kaygılı bekleyişlere ve olası reddedilme algılarına yönelik hazırda bekleme durumlarını ifade eder (Downey ve Feldman, 1996). Reddedilme duyarlılığının gelişiminde erken dönem yaşam deneyimleri etkilidir (Bozdoğan, 2023). Reddedilme duyarlılığı, bireyin bakım

verenleri ya da önemli ötekilerle yaşanmış reddedilme deneyimleri sonucunda gelişen, öğrenme süreçlerinin bir sonucu olarak tanımlanmıştır (Pietrzak vd., 2005).

Yakın ilişki içinde bulunan ve oldukça önemli bir yere sahip ilişki türü romantik ilişkilerdir. Romantik ilişkiler, genellikle aşkın deneyimlenmesi ile başlamaktadır. Ardından ölümler, ayrılıklar ve aldatma gibi yıkıcı ve sarsıcı olaylar romantik ilişkinin planlandığı veya istenildiği gibi sür(e)memesine neden olabilmektedir. Romantik ilişkilerde var olan problemlerin bir sonucu olarak görülen aldatma, bazı problemlerin başlangıcına neden olabilen bir olgudur. Ayrıca aldatma, yalnızca yolunda gitmeyen ilişkilere değil, yolunda giden ilişkilere de zarar veren olumsuz bir yaşam deneyimidir (Previti ve Amato, 2004). Hatta öyle ki, aldatılma sonrası kişilerde travmatik belirti ve tepkiler de gözlenmektedir (Boekhout vd., 2003; Hunyady vd., 2008; Tang, 2009). Geçmişten bugüne kadar romantik ilişkilerin en büyük problemlerinden biri olarak kabul edilen aldatma davranışı, özellikle internet ve sosyal medyanın yaşamımıza girmesi ve aktifleşmesi ile aldatma eğiliminde ciddi bir artış görülmüştür (Gezer, 2022). Aldatma, yakın ilişki içinde olan bireylerin arasında var olan anlaşma ve güven ilişkisinin, başka birinin romantik, cinsel ya da duygusal bir şekilde ilişkiye dahil olması yolu ile zedelenmesidir (Hall ve Fincham, 2006). Aldatma olgusu, var olan ilişkinin dinamiğine zarar vermekte ve ilişki bütünlüğünü sarsmaktadır (Duyuler, 2023).

Coyle ve Enright'a (1997) göre ise affetme, kişiyi incitmiş olup hak edilmemiş bazı davranışların sergilenmiş olduğu bir bireye yönelik beklenen olumsuz fikir, davranış ve kırgınlığı sonlandırma talebi olarak tanımlanmaktadır (Çoklar ve Dönmez, 2014). Affetme ile ilgili bir diğer tanım ise; kırgınlık, hayal kırıklığı ve cezalandırma gibi olumsuz nitelikteki reaksiyonlar yerine şefkat, empatik tutum ve merhametli olmak gibi olumlu sonuçları olabilecek yaklaşımlar talep edilmesini ve farkındalıklı bir biçimde bunların kullanılmasını ifade etmektedir (Enright ve Zell, 1989). Yakın bir tanım olarak başka araştırmalar ise affetmeyi bireyin hem kendine hem de çevresine zarar verebilecek olumsuz nitelikteki duygularından kurtulmaya çalışması olarak tanımlamaktadır (Emmons, 2000). Hargrave ve Sells (1997)'e göre ise affetme, yanlış yapan bireye yönelik beslediğimiz olumsuz duyguları bir kenara bırakarak ilişkiyi ve kişilerarası bağı

yeniden tamir etmeyi ve duygusal hasarların onarılması şeklinde tanımlanmaktadır. McCollough, Pargament ve Thoresen (2000)'a göre ise affetme, zarar görmüş bir ilişkinin onarılması amacı ile bireyin öç içeren duygularını şefkat, anlayış ve empati ile değiştirmesidir (Halisdemir, 2013). Affetme davranışının, aynı zamanda psikolojik iyilik hali ve olumsuz deneyimlere yönelik sağlamlık konusunda olumlu kabul edilebilecek etkilerinin yanı sıra kırılan ve kırılan bireylere yönelik de pek çok faydası vardır (Toussaint ve Webb, 2005; Orcutt, 2006; McNulty ve Fincham, 2012).

Kişilik özellikleri bireyi diğer insanlardan ayıran, kişiye özgü, yapılaşmış ve tutarlı özelliklerin bir araya gelmiş biçimidir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2012). Kişilik bireyin ilgi ve yeteneklerini, tutumlarını, çevreyle iletişimlerini ve dış görünüşlerini kapsamaktadır (Karaman vd., 2010). Burger'a (2006) göre kişilik, kişinin kendisinden dolayı olan birbiriyle tutarlı davranış görüntüleri ve bireysel süreçleridir.

McCrea ve Costa (1995) kişiliğin birbirinden farklı beş temel boyutunu olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu boyutlar Özdisiplin, Yumuşak Başlılık, Nevrotiklik, Dışadönüklük, Deneyime Açıklık olarak sınıflandırılır. McCrae ve Costa'nın ortaya koyduğu faktör analizi çalışma sonuçlarına ek olarak Goldber'in ortaya koyduğu Beş Büyük Kişilik Modeli'ni de desteklemektedir (Karaman vd., 2010).

İnsanları diğer varlıklardan ayırabilen pek çok özellik vardır. Bunların başında gelen ise duygu, düşünce ve davranışlarını denetleyebilme ve gerektiğinde farklı noktalara kaydırabilme becerisidir (Elkin ve Karadağlı, 2016). Üzüntü, sevinç, suçluluk ve öfke gibi duygular bireyde farklı şekillerde ve düzeylerde görülebilir. Bireylerin duygu ve düşüncelerini kontrol edebilme becerisi kişinin bireysel huzuru açısından oldukça önemlidir. Yanı sıra yakın arkadaşları aile üyeleri, iş ve sosyal çevresi ile uyum içerisinde ilişkiler sürdürebilmesi açısından da oldukça önemli kabul edilmektedir (Duran ve Eldeleklioğlu, 2005). İnanç ve ark. (2004) duyguları üçe ayırır. İlk grup, olumlu duyguları yani sevgi, şefkat, doyum, heyecan, mutluluk gibi duyguları; ikinci grup, engelleyici yani kaygı, acı, üzüntü, suçluluk, pişmanlık, gibi duyguları; son grup ise düşmanlık yani kırgınlık, kin, nefret, kıskançlık gibi duyguları kapsamaktadır.

Öfke, kişinin davranış ve düşüncelerini yoğun bir biçimde etkileyen zorlayıcı bir duygudur (Turan ve Çatık, 2021). Aynı zamanda, insan doğasının ayrılmaz bir parçası olan temel duygulardan (Özmen, 2006) ve önemli duygusal tepkilerin de nedenlerinden biridir. Özellikle öfke duygusundan ziyade öfkenin ifade edilme biçimi önem kazanmaktadır (Albayrak ve Kutlu, 2009). Geçtan (2004)'a göre ise öfke, kişisel bir risk durumu hissedildiğinde meydana gelen kaygıya karşı verilen tepki durumunda oluşan kızma ve incinme duygusudur. Bireyler duygu ve düşüncelerini ifade ederken herhangi bir engellenme ile karşı karşıya kaldıklarında öfke duygusu meydana gelebilmektedir (Bilge, 1997; Soykan, 2003; Tamış, 2014). Köknel (2005)'e göre de engellenme, korku gibi rahatsız edici durumlara karşı meydana gelen engelleri aşabilmek ve rahatsız edici durumlardan kurtulabilmek adına gerekli davranışları sergileme fırsatı veren bir duygudurumdur.

Öfke, bireyin doğuştan sahip olduğu ve yaşamının ilk zamanlarında gelişmeye başlamış olan, çocuğun veya gencin gündelik yaşamı içinde oldukça sık ortaya çıkan, doyurulmamış arzulara, istenmeyen sonuçlara ve karşılanmayan/karşılanamayan beklentilerine yönelik verdiği oldukça olağan, evrensel, şiddet ve saldırı içermeyen, yaşamı zenginleştirmeye yarayan, yaşamın sürdürülebilmesine yardımcı olan, önemli bir duygusal reaksiyondur (Modrcin-McCarthy vd., 1998; Balkaya ve Şahin 2003; Soykan 2003; Batıgün 2004; Tambağ ve Öz, 2005; Strayer ve Roberts 2004; Avcı 2006; Özmen 2006; Balkaya 2006; Erkek vd., 2006; Eşiyok vd., 2007). Üstün ve Yavuzarslan'a (1995) göre öfke, kişinin herhangi bir risk veya engellenme durumu ile karşılaştığında meydana gelen çaresizlik, güçsüzlük ve yetersizliğin oluşturduğu kaygıdan kurtulabilmek amacı ile rahatsızlıktan, öfke ve şiddet eğilimine değin uzanabilen bir duygudurumdur.

Öfke, kişinin hem kendisine hem ötekilere hem de yaşadığı çevreye yönelik olacak şekilde gelişmektedir. Öfke duygusu, bu duyguya sahip olan birey ve duygunun yöneldiği kişiye olmak üzere en az iki bireyi olumsuz bir yaşam içine koyar (Soykan, 2003). Bu duygu, yönetilebildiğinde psikososyal gelişim süreçlerini, bireyler arası ilişkiler ve kişisel doyumu olumlu şekilde etkilemektedir ancak yönetilemediği durumlarda kişinin hem kendisi, hem ailesi, hem işi, hem de içinde bulunduğu toplum için olumsuz sonuçlar yaratmaktadır

(Soykan, 2003; Talılıoğlu ve Karaca, 2013). Öfkenin ifade biçimi oldukça önemlidir. Çünkü öfke, ifade biçimine göre farklı şekillerde karşımıza çıkabilmektedir ve ifade biçimindeki farklılıkların yarattığı sonuçlar nedeni ile problem yaşanmaktadır (Batıgün, 2004; Erkek vd., 2006). Öfke, sağlıklı yollarla dışa vurulmazsa ya da ifade edilmezse bireylerde fiziksel, sosyal ve psikolojik problemlere neden olabilmektedir (Starner ve Peters, 2004). Öfkenin gösterim biçimleri de kişilere göre değişiklik belirtmektedir. Bu gösterim biçimleri “içe-öfke”, “dışa-öfke” ve “öfke kontrolü” terimleri tarafından ölçülmektedir (Özer, 1997; Starner ve Peters, 2004; Tambağ ve Öz, 2005; Bostancı vd., 2006; Sung vd., 2006; Lerner, 2007; Spielberger vd., 2013). İçe vurulan öfke, öfke oluşturan fikir ve hisleri sindirmeye yatkınlık; dışa vurulan öfke, etraftaki kişilere ya da nesnelere ait agresif hareketler göstermeye yatkınlık; öfke kontrolü ise, öfke yaşantısını ya da öfkenin gösterimini denetleyebilme becerilerini göstermektedir (Bridewell ve Change, 1997; Spielberger vd., 2013). Biraz daha detaylandıracak olursak öfkenin dışa vurulması; var olan Öfkenin sözel ya da davranışsal şekilde dışarıya yöneltilmesidir. Aynı zamanda öfkenin neden olduğu stres ile başa çıkma konusunda uyumla ilgili bir reaksiyondur. Öfke duygusunu dışa vurabilen bireyler, öfkelerini genellikle bağırma, kendine ya da çevresine zarar verme şeklinde davranışsal tepkilerle göstermektedirler (İmamoğlu, 2003). Öfkelerini uygun olmayan sözel ya da fiziksel yollarla ifade eden kişiler hem sosyal hem iş hem de romantik ilişkilerinde daha fazla sorun yaşamaktadırlar (Campbell, 2004). Öfkenin içe vurulması; var olan öfkenin gizlenerek veya içte tutularak öfkenin olası sonuçlarına karşı kullanılan alternatif bir uyum yoludur. Öfkelerini dışa vurmak yerine içe atan bireylerde pasif agresif davranışlar (trip atmak, küsmek, surat asmak) sergilemekte ve bu tutumlarının nedenlerinin diğerleri tarafından anlaşılmasını beklemektedirler (Medora vd., 2002). Bahsedilen iki ifade biçimi dışında, bazı kişiler Öfkelerini fark ederek, tutum, davranış ve reaksiyonlarını kontrol edip, sorunlarını çözme yoluna gidebilmektedir (Turan Çatık, 2021). Buna ise öfke kontrolü denir. Öfke kontrolü bireyin diğerleri ile ilişkilerinde öfke duygusunu ne derecede kontrol edebildiği ya da ne derecede sakinlik sağlayabildiğini gösteren durum, kişisel yaklaşımlarla öfke duygusunu ifade edebilen kontrol tecrübeleridir (Starner ve Peters, 2004).

A. . Araştırmanın Gerekçesi Ve Problemi

Araştırmanın problemi Türkiye yetişkin örnekleminde aldatma eğilimi, affetme eğilimi, reddedilme duyarlılığı, Öfke tarzları ve kişilik özelliklerinin erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişkisinin varlığını incelemektir.

Bu problemin seçilmesinde gerekçe olarak Türkiye örneklemine baktığımızda ilişkilerde karşımıza çıkan zorlayıcı deneyimlerden olan aldatma eğilimi, reddedilme duyarlılığı, Öfke tarzları ve bunları takip eden kişilik özellikleri ve affetme eğilimini şema terapi bağlamında inceleyen çalışmaların sayısının oldukça az olması gösterilmektedir. Bu değişkenlerin bir arada incelendiği çok yönlü bir çalışmanın olmaması sebebiyle bu çalışma mevcut alanyazına ilgili değişkenler arasındaki ilişkiyi saptama imkanı sağlamaktadır.

B. Araştırmanın Hipotezleri

H1: Erken dönem uyum bozucu şemalar ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H1a: Terk edilme şeması ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H1b: Güvensizlik/kuşkuculuk şeması ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H1c: Duygusal yoksunluk şeması ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H1d: Kusurluluk şeması ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H1e: Yüksek standartlar şeması ile aldatma eğilimi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H2: Erken dönem uyum bozucu şemalar ile affetme eğilimi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H2a: Sosyal izolasyon/güvensizlik şeması ile affetme eğilimi arasında negatif yönlü ilişki vardır.

H2b: Başarısızlık şeması ile affetme eğilimi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H2c: Karamsarlık şeması ile affetme eğilimi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H3: Erken dönem uyum bozucu şemalar ile reddedilme duyarlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H3a: İç içe geçme/bağımlılık şeması ile reddedilme duyarlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H3b: Duyguları bastırma şeması ile reddedilme duyarlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H3c: Kusurluluk şeması ile reddedilme duyarlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H4: Erken dönem uyum bozucu şemalar ile öfke tarzları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H4a: Onay arayıcılık şeması ile öfke tarzları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H4b: Karamsarlık şeması ile öfke tarzları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H4c: Sosyal izolasyon/güvensizlik şeması ile öfke tarzları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H5: Erken dönem uyum bozucu şemalar ile kişilik özellikleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H5a: İç içe geçme/bağımlılık şeması ile dışadönüklük-içedönüklük arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H5b: Duyguları bastırma şeması ile dışadönüklük-içedönüklük arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H5c: Sosyal izolasyon/güvensizlik ile duygusal denge/duygusal dengesizlik arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H6: Aldatma eğilimi cinsiyete göre farklılaşmaktadır.

- H7: Affetme eğilimi cinsiyete göre farklılaşmaktadır.
- H8: Öfke tarzları cinsiyete göre farklılaşmaktadır.
- H9: Kişilik özellikleri cinsiyete göre farklılaşmaktadır.
- H10: Reddedilme duyarlılığı cinsiyete göre farklılaşmaktadır.
- H11: Aldatma eğilimi eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır.
- H12: Affetme eğilimi eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır.
- H13: Öfke tarzları eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır.
- H14: Kişilik özellikleri eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır.
- H15: Reddedilme duyarlılığı eğitim durumuna göre farklılaşmaktadır.

C. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada aldatma eğilimi, affetme eğilimi, reddedilme duyarlılığı, öfke tarzları ve kişilik özelliklerinin şema terapi bağlamında incelenmesi amaçlanmıştır. Bu değişkenlerin daha önce alanyazında bir arada incelenmemiş olması sebebiyle bu çalışmanın konuya çok yönlü bir bakış kazandırması ve literatüre katkı sağlaması amaçlanmıştır. Yanı sıra bu çalışma, romantik ve ikili ilişkilerde ortaya çıkan ve ilişkiyi zorlayıcı noktalara taşıyan aldatma eğilimi, affetme eğilimi, reddedilme duyarlılığı, öfke ve kişilik özelliklerinin kaynağı, birbiri ile ilişkisi ve hangi şemalara sahip bireylerde bu zorlayıcı bileşenlerin görüldüğü üzerine önemli veriler elde edilmesini amaçlamaktadır. Saptanan bu veriler ışığında Şema Terapi ekolünü benimseyen uzmanların aldatma, affetme, reddedilme, öfke ve kişilik özelliklerinden kaynaklı birtakım problemlerin ve bu problemlere neden olması beklenen belli şemaların azaltılması üzerine yapacağı psikoterapi seanslarına katkı sağlaması amaçlanmıştır. Çalışmada sosyodemografik etmenlerin bu değişkenlerde oluşturacağı farklılığın saptanması da çalışmanın diğer amacıdır.

D. Araştırmanın Önemi

Bu çalışmanın ilişkilerde yaşanması olası pek çok probleme şema terapi perspektifinden bakması, araştırmanın geniş bir kitle ile yapılmış olması ve pek

çok değişkenin bir arada değerlendirilmiş olması dolayısıyla araştırmanın literatüre katkıda bulunacağı düşünölmektedir. Çalışma aynı zamanda ilişkisel değişkenlere ve problemlere kazandıracağı bakış açısı ile ikili ilişkilere yansıyan olası sorun ve zorluklara yönelik farkındalık kazandırarak bu sorun ve zorlukları en aza indirgemeyi sağlayacaktır. Bu alışma literatürde yer alan benzer çalışmaların yanı sıra hem daha geniş bir kitleyi hedef almakta hem de daha fazla değişkeni bir arada değerlendirmektedir.

E. Sayıtlar

- I. Çalışmanın örnekleme grubunun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
- II. Çalışmaya katılım gösterenlerin ölçeklerde yer alan tüm maddeleri samimiyetle yanıtladığı varsayılmıştır.
- III. Bu çalışmadan kullanılan Young şema Ölçeği'nin, Aldatma Eğilimi Ölçeği'nin, Heartland Affetme Eğilimi Ölçeği'nin, Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği'nin, Sürekli Öfke ve Öfke Tazları Ölçeği'nin, Uluslararası Kişilik Envanteri'nin araştırmanın amacına uygun olduğu varsayılmıştır.

F. Sınırlılıklar

Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Aldatma Eğilimi Ölçeği, Heartland Affetme Ölçeği, Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, Sürekli Öfke ve Öfke Tazları Ölçeği, Uluslararası Kişilik Envanteri ve Young şema Ölçeği kullanılmış olup elde edilen bulgular bu ölçeklerde yer alan niteliklerle sınırlı olarak değerlendirilmiştir.

Çalışmada kullanılmış olan veri toplama araçlarının öz bildirime yönelik ölçekler ile gerçekleştirilmesi çalışmanın sınırlılıkları arasındadır. Araştırmaya katılan bireylerin ölçekleri evrimii ortamda doldurmaları sebebi ile yanıtlarda belirli yanlılıkların olma ihtimali göz önüne alınmalıdır. Buna ek olarak, evrimii ortam gerekliliği olarak ölçek sıralamasının belirli bir düzen ile yürütölmüş olması sıralama etkisinde yanlılıklar oluşmasına neden olabilmektedir. Araştırma kapsamında ele alınan boyutların ve ölçek

maddelerinin çokluğu nedeniyle uygulama sırasında katılımcıların dikkatlerinde azalma ve yorulmuş olma ihtimalleri de mevcuttur.

Bu bağlamda, erken dönem uyum bozucu şemaları ölçen, YŞÖ (Young Şema Ölçeği), geçerliliği ve güvenilirliği kabul edilmiş bir ölçüm aracı olsa da, kişilerin geçmiş yaşantıları veya hali hazırda yaşadıkları zorlu durumların puanlamasında ve yansıtılmasında içten cevaplar verememiş olma ihtimalleri bulunmaktadır. Buna ek olarak, katılımcıların ölçeği uygularken, madde miktarının fazla olması sebebi ile motivasyonel düşüş yaşamaları söz konusudur. Araştırma bulgularından yola çıkarak, değişkenler arasında bulunan kişilik özelliklerinin şemalar ile ilişkili olduğu bulunması ve erken dönem uyum bozucu şemaların, bireyler üzerinde bazı kişilik özelliklerini ortaya çıkarabileceğini öne sürse de alanyazına katkı sağlamak için boylamsal çalışmalara yer verilmesi önerilmektedir. Ayrıca, şema modlarının ve başa çıkma stratejilerinin mevcut değişkenler ile şemaların aktivasyon düzeylerinin ilişkisi sınırlılıklar arasında bulunmakta ve gelecek araştırmaların bu noktaya değinmesi, literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bir diğer nokta ise, aldatma değişkeni değerlendirirken elde edilen bulgular belirli sınırlılıklar barındırmaktadır. Aldatma eğilimi ölçeğinde bulunan soruların evli bireylere yönelik sorular olması fakat araştırmada veri toplanan örneklemin içerisinde bekar veya romantik ilişki içerisinde olan bireylerin de bulunması dolayısıyla ölçekte yer alan sorulara verilen cevapların bu bireylere uygun olmaması sınırlılıklar arasında yer almaktadır. Ayrıca partnerler arasındaki ilişki doyumu, ilişkinin dinamikleri ve partnerin kişisel veya fiziksel özelliklerinin de aldatmaya yönelik eğilimi etkilediği göz önüne alındığında; bu değişkenlerin araştırmada yer almaması sınırlılıklara dahildir.

Örneklem grubu 1359 katılımcı ile sınırlıdır. Sosyo-demografik veriler göz önüne alındığında 18-65 yaş aralığındaki bireylerin değerlendirilmesinin yaşam deneyimleri anlamında geniş bir yelpaze sunduğu ve verilerde homeostasiyi etkileyebildiği düşünülmektedir. Katılımcıların eğitim durumları değerlendirildiğinde lisans mezunu ve üzeri mezuniyeti olan bireylerin çoğunlukta olmasının da bulguları etkileyebileceği düşünülmektedir. Son olarak, çalışmada bulunan mevcut örnekleme kadın ve erkek sayısının eşit olmaması

nedeniyle sosyo-demografik verilerin cinsiyet boyutundan etkilenme ihtimali göz önünde bulundurulmalıdır.

G. Tanımlar

Şema: Şemalar, duygular, düşünceler, bedensel algılar ve deneyimlerin kompleks bir bileşimini temsil ederler (Young, 1999). Bu kalıplar, zamanla işlevsiz hale gelebilirler ve bu durumda psikopatolojik belirtiler ortaya çıkabilir. Şemaların yoğunluğu arttıkça, bu şemaların tetiklediği olumsuz duygular da artar. Şemaların temelinde, mizaç, erken yaşam deneyimleri ve temel duygusal gereksinimler yatar (Young vd., 2003).

Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar: Erken dönem uyum bozucu şemalar, bireyin benliğine, önemli ötekilere ve çevre ile ilişkisine dair inanç, duygu ve düşünce kalıplarıdır (Young vd., 2003). Şema terapinin ana kökenini oluşturan erken dönem uyum bozucu şemalar, bireyin duygu, düşünce ve davranış tutumlarının işlevsiz boyutları ile bireyin oluşturduğu örüntülere karşılık geldiği savunulmuştur (Kellogg ve Young, 2006).

Aldatma Eğilimi: Literatür kapsamında aldatma ve aldatma eğilimi kavramlarının aynı anlamı taşıdığı için birbirleri yerine kullanıldığına rastlanmıştır (Şatıroğlu, 2017). Blow ve Hartnett (2005) aldatma, iki kişinin arasında üzerinde anlaşmaya varılan güvenin zaman içerisinde ihlali olarak tanımlamaktadır (Kaya, 2021).

Affetme Eğilimi: “Bireyin kişiyi haksız yere yaralayan kişiye karşı kırgınlık, olumsuz yargılama, kayıtsız davranışlarından gönüllü olarak vazgeçmesi aynı zamanda o kişiye karşı şefkat, cömertlik ve de sevgi gibi duyguları geliştirmesi” olarak tanımlanır (Bugay, 2010). Literatür kapsamında kabul edilen affetme eğiliminin tanımına göre, Öfke, hayal kırıklığı, nefret, ceza ve uzaklaşma gibi olumsuz duyguları içeren tutumların aksine; empati, anlayış, merhamet ve saygı duymayı içeren olumlu tutumların bilinçli bir şekilde değiştirilmesi olarak belirtilmektedir (Walker ve Gorsuch, 2004; Bugay ve Demir, 2012).

Reddedilme Duyarlılığı: Downey ve Feldman’a göre (1996) reddedilme duyarlılığı, kaygılı biçimde reddedilme beklentisinde bulunmak olarak

tanımlamıştır. Reddedilme duyarlılığı, reddedilme endişesinin yüksek seviyede olması ve reddedilme beklentisinin bütünü olarak ele alınmaktadır (Köse vd., 2017).

Öfke Tarzları: Spielberg, öfke duygusuna “süreklilik” ve “durumsallık” olarak iki ayrı kavramsal şekilde yaklaşmıştır. Durumsal öfke; amaca doğru yapılan davranışın engellenmesi ve haksızlık şeklinde algılanması durumunda belli bir şiddette gergin olma, kızgın olma, sinirli olma ve hiddetli olma gibi nesnel duyumsamaların yaşandığını yansıtan duygudurumuna denmektedir. Sürekli öfkede ise; durumsal öfkenin hangi aralıklarla yaşandığını belirtmektedir (Özer, 1994: 26).

Kişilik Özellikleri: Köknel'e (2005) göre kişilik, bireyi diğerlerinden farklı olmasını sağlayan duygu, düşünce, tutum ve davranış yanlarının bütünü olarak tanımlamaktadır. Bir başka tanımlamaya göre, bireyin varlığını oluşturan özelliklerin veya bileşenlerin birbiri ile etkileşim halinde olması ile oluşan yapı olarak tanımlanır (Cüceloğlu, 2017; Akto, 2011).

II. KURAMSAL ÇERÇEVE

A. Şema Terapi

Jeffrey Young ve arkadaşlarının oluşturduğu Şema Terapi, çocukluk çağı yaşantılarının yetişkinlikteki yansımalarına odaklanarak kronik kişilik sorunları ve duygusal problemlerin temellerine değinmektedir. Şema terapi, bütüncül yaklaşım şekli içerisinde, psikodinamik, gestalt, bilişsel davranışçı terapi, yapılandırıcı yaklaşım, bağlanma ve nesne ilişkileri kuramını içeren zengin bir teori ve tedavi modelidir (Young, 1990). Şema terapinin hedefleri arasında, gereksinimleri karşılanmamış bireylerin ihtiyaçları doğrultusunda yönlendirmek ve şemaların etki alanlarına müdahale ederek, uyumsuz şemaların ortadan kaldırılmasıdır (Young vd., 2003). Bu modelde çocukluk çağının ilk evrelerinde gelişen uyumsuz şemalar üzerinde durularak, bireylerin bebeklik, çocukluk ve ergenlik döneminde karşılaştıkları zedeleyici yaşam şartlarına önem verilmektedir. Şema kuramında, erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasında çocukların ihtiyaçlarının karşılanmaması ve olumsuz yaşam şartlarına maruz kalmasıyla gün yüzüne çıkmaktadır (Martin ve Young, 2010). Erken çocukluk döneminde, kişinin benlik kavramının ve dış dünyaya bakış açısını oluşturduğu ve gerçekçi yaklaşımına rağmen hayatın süregelen dönemlerinde şemaların uyumunu zedeleyen alt yapısı bireylerin ilişkilerinde gözle görülür hale gelmektedir (Young, vd. 2003; Beck ve Alford, 2009).

Şema terapi, ilk aşamada tedavi etmekte güçlük çekilen kişilik bozukluklarının üzerine odaklanmış fakat bu alana etkisinin görülmesi ile ilişki problemleri, kaygı, yeme ve duyu durum bozuklukları üzerinde de kullanılmaya başlanmıştır (McGinn ve Young, 1996; Martin ve Young, 2010). Bu modelde benimsenen amaç ise, bireylerin erken dönem yaşantılarında var olan duygusal gereksinimlerinin karşılanmasına olanak sağlamaktır (DiFrancesco, 2009). Şemalar, değişime dirençli olmaları sebebi ile yaşam boyu uyum bozucu hale gelebilmekte ve diğer bozuklukların gelişmesine neden olabilmektedir. Bebeklikten beri var olan gereksinimlerimiz duygular kaynaklıdır ve bu

gereksinimlerimizi en yoğun şekilde çocukluk döneminde hissederiz. Ebeveynlerin sağlıksız tutum ve davranışları, çocuğun gereksinimlerinin karşılanmasındaki devamlılığın sürdürülmesini engellemesi sebebiyle erken dönem uyum bozucu şemaların oluşmasında rol oynamaktadır (Renner vd., 2013).

Temel inanç; kişinin kendinden, diğerlerinden ve çevreden edindiği bilgiyi düzenlemesi ile bireyin temel varsayımları, geçmiş olayların, deneyimlerin ve öğretilerin sonucunda oluşmuş kalıplardır (Özcan ve Gül Çelik, 2017). Temel inanç kavramının bilişsel terapide kullanılan yapısı ile uyumsuz şema kavramının benzerliği, var olan 18 şemanın oluşumunu ve ortak özelliklerini açıkça ortaya koymaktadır (James vd., 2004). Şema terapi, hayatın ilk evrelerinde karşılanamayan gereksinimlerden ortaya çıkarken bireylerin erken yaşantılarında karşılaştıkları zedeleyici ve zorlayıcı hayat deneyimleriyle de ilişkili olduğu belirtilmektedir. (McGinn ve Young, 1996; Young vd., 2003; Martin ve Young, 2010).

1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar

Şemaların erken dönemde oluşup hayatın ilerleyen dönemlerinde gelişerek değiştirilmesi zor kalıplar haline gelmesi ve işlevselliği olumsuz yönde etkilemesi erken dönem uyum bozucu şema kavramını açığa çıkarır. Jeffrey Young vd. (2003), erken dönem uyum bozucu şemaları; duyu, biliş, bedensel duyum, ilişki ve kendilik algısının bireyin hayatına eşlik eden örtük ve süreklilik içerisinde kendini göstermesi olarak tanımlanmaktadır. Şema modeli, bireyin ilerlemesi ile karmaşık hal alan tüm deneyimleri süzgeçten geçirerek bireyin inanç ve duygularını barındıran kişinin yaşantılarına, ilişkilerine, çalışma hayatına ve bireyselliğine yönelik algılarına hasar vererek, hayatın her alanında erken dönem uyumsuz şemaların kendini gösterme eğiliminde olduğunu göstermektedir (DiFrancesco, 2009). Ayrıca, uyum bozucu şemalar bireyin erken dönemlerinde çevreye olan bakışını etkilerken, bilgi alışverişi ve başa çıkma yöntemlerine odaklanması sebebiyle işlevsel olduğu söylenmektedir (Olson vd., 2002). Erken dönem uyum bozucu şema tanımına bakıldığında ergenlik veya çocukluk yaşantılarının etkili olduğu ortaya çıkarken, kişinin kişilerarası ilişkilerini karmaşık ve kapsamlı motifler olarak ele aldığı görülmektedir. Bireylerin,

karakteristik özellikleri, ebeveyn tutumları ve deneyimlerinin etkisi ile şemaların oluşumu başlamaktadır (Renner vd., 2013). Çocuklukta, temel, evrensel ve duygusal ihtiyaçların ihmal edilmesine karşı ortaya çıkan uyum olarak kabul edilen uyumsuz şemaların, işlevsellikten uzak oluşumları sebebi ile bireyin hayatını aynı döngüler içerisinde tutar ve şemalarının kalıplaşmasına neden olur (Young, 1991; Güler, 2020).

Şemalar, bireylerin karar verme ve düşünce biçimini etkilerken, kişinin yeterince bilinçli olmayan eylemlerinin ve diğerlerine zarar verebilecek duygularının oluşmasına neden olur (James, vd., 2004). Şemalar, tetiklenmediği ve kişiler yıkıcı bir olay yaşamadığı sürece fark edilmesi zordur. Bu da kişide yaşadığı olaylardan etkilenmesi ile ciddi olumsuz duygulanım yaşamasına ve yıkıcı düşüncelere yönlenmesine sebep olabilmektedir (Bricker ve Young, 2012). Bütün bunlara ek olarak, şemalar bir kaynağa dayanır ve değiştirilmesi ve başkalaştırılması zor olduğu için bireyler var olan şemalarıyla hayata devam ettirmeye alışır ve şemalarla yaşamaya devam ederler. Güler (2020), bireylerin var olan şemalarının uyumunu bozan bir olayla karşılaştıklarında, şemalarını kendilerine uygun hale getirmek için çarpıttıklarını ve bu çarpıtlamaların kişilere göre boyutsal anlamda değişiklik gösterdiğini öne sürmüştür. Ayrıca, erken dönem uyumsuz şemalarda bulunan negatif duyguların artış göstermesi ile şemalar gittikçe yoğunlaşmaktadır (Young ve Klosko, 1994; Young vd., 2003).

2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Temelleri

Çocukluk dönemi yaşantıları, mizaç ihtiyaçların zedeleyici biçimde engellenmesi, iyi şeylerin aşırı verilmesi, seçici içselleştirme/özdeşim ve travmalar/kurban edilme, Young ve arkadaşlarına (2003) göre, erken dönem uyum bozucu şemaların oluşumuna zemin hazırlayan önemli etkenlerdir. Young, her bireyin duygusal ihtiyaçlarının evrensel olduğunu ve bu ihtiyaçların karşılanmadığı durumlarda şema oluşumuna yol açtığını savunmuştur (Rafaeli vd., 2011). Ek olarak, bireyin kendilik algısının oluşmasında duygusal ve fiziksel ihtiyaçlar büyük öneme sahip olduğu için yeterli düzeyde duygusal eşlik edilmeyen çocuklarda şemaların oluşması ve kendilik algısında bozulmalar olabileceği vurgulanmıştır (Güler, 2020). Ayrıca, hayatı boyunca duygusal olarak

kısıtlanmış veya ihtiyaçları karşılanmamış birey, bu durumlar ile uygunsuz yollarla başa çıkma eğilimi göstermektedir (Young, 1990).

Şema terapide ihtiyaçların karşılanmaması ile oluşan ve bu kapsamda tanımlanan temel duygusal gereksinimler büyük önem taşımaktadır. Bu gereksinimler:

- a) Güvenli bağlanma
- b) İhtiyaçları ve duygu durumu ifade özgürlüğü
- c) Sınır ve özdenetim
- d) Özerklik, yeterlilik ve kimlik algısı
- e) Kendiliğindenlik ve oyun

Young ve arkadaşlarına (2003) göre, toksik çocukluk deneyimlerinin, bakım veren birey ile kurulan bağ ve deneyimlerin şema oluşumuna neden olmaktadır. Çocuğun erken dönem yaşantılarında karşılanmayan ihtiyaçlarının, aşırı katı tutumun, ihmalkarlığın veya sınır koyulmamasının yanı sıra aşırı serbest bırakılmış ve özerkliğinin umursanmamış olması da bireylerde uyumsuz şemaların oluşmasında önemli bir role sahiptir (Günaydın vd., 2016; Güler, 2020). Gereksinimlerin zedeleyici şekilde engellenme durumu ve çocuğa istikrarlı şekilde verilmesi gereken gereksinimlerden mahrum bırakılmasıdır (Young ve Klosko, 1994; Young vd., 2003). Rafaeli ve arkadaşları (2013) kararlılık, sevgi, anlayış, kabul ve onay gibi gereksinimlerin, çocuğun bakım verenleri tarafından karşılanmaması ile, duygusal yoksunluk ve terk edilme gibi şemaların oluştuğunu öne sürmüştür. Bir diğer köken olarak, travmatize edilmiş olma bulunurken, bakım veren tarafından duygusal ve fiziksel olarak çocukta hasar bırakan durumların yaşanması veya kurbanlaştırılmış çocuk ve ergenlerde güven problemleri, kusurluluk algısı, zarar görme korkusu ve incinebilirlik durumlarının getirisi olarak şema alanlarının oluşumları görülmüştür (Güler, 2020). Ayrıca, iyi şeylerin aşırı verilmesi yani, ebeveyn tarafından çocuğun özerklik ve gerçekçi sınırlar için çocuğun ihtiyaçlarına önem verilmemesi, bakım verenler tarafından çocukların büyüme aşamalarında son derece koruyucu davranışlarda bulunmaları veya bir sınır belirlemeksizin serbest bırakma davranışının mevcudiyeti şema oluşumunda etkili olduğu görülmektedir (Güler, 2020). Ebeveynlerin, bakım verdikleri çocuğa gerekli olandan fazla verici olması ya da fazla müdahaleci olma

durumunda çocukta sınır ihtiyacından dolayı haklılık, bağımlılık/yetersizlik gibi şemalar oluşabilmektedir (Young vd., 2003). Bir başka köken ise, ebeveyn ile seçici içselleştirme ve özdeşim kurma durumudur. Bu alanda, bakım verenin fikirleri, duyguları, deneyimleri veya tutumları çocuk tarafından içselleştirilip ilişkilendirilerek şemaların oluşmasına neden olmaktadır (Arslan, 2019). Ek olarak, karakter özellikleri, mizaç ve deneyimler, çocukları farklı şekillerde etkilerken, bu nitelik ve durumlar, bireyin farklı şekillerde başa çıkma yöntemleri geliştirmesine de neden olmaktadır (Martin ve Young, 2010). Mizaç ve erken çocukluk deneyimlerinin, erken dönem uyum bozucu şemaların gelişiminde etkili olduğu keşfedilmiştir (Arslan, 2019). Bunun yanı sıra, karakter yapılanmasının ve mizacın aile içi öğrenim ile oluştuğu da literatürde yapılan çalışmalar ile desteklenmektedir (Rafaeli vd., 2011). Saldırgan olmak, tepkisizlik, şiddet vb. özellikler tipik olarak miras alınır. Bunlar psikoterapi ile değişmesi uzun zaman alan özelliklerdir (Martin ve Young, 2010; Rafaeli vd., 2013). Ayrıca, bireylerin var olan mizacı deneyimledikleri olaylara veya farklı yaşam koşullarına verdikleri tepkiler ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Güler, 2020).

3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Şema Alanları

Şema modeli bağlamında, Young ve arkadaşları (2003), erken dönem uyum bozucu şemaları 5 şema alanı ve 18 şema halinde sınıflandırmıştır. Her bir şema alanı içerdiği şemaların oluşumunda ve kökeninde benzer yaşantılara sahip olmasına karşın, her alan içerisinde farklı şemaları barındırmaktadır. Aşağıdaki tabloda, bahsedilen alanlar ve şemalar listelenmektedir (Tablo 1).

Çizelge 1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şema Boyutları ve Şema Alanları

Şema Alanı	Şema Boyutları
Kopukluk ve Reddedilmişlik	1. Terk edilme ve İstikrarsızlık 2. Güvensizlik/Kuşkululuk ve Kötüye Kullanılma 3. Duygusal Yoksunluk 4. Kusurluluk/Utancı 5. Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma
Zedelenmiş Özerklik ve Performans	6. Bağımlılık/Yetersizlik 7. Zarar Görme/Dayanıksızlık 8. Yapışıklık/Gelişmemiş Benlik 9. Başarısızlık
Zedelenmiş Sınırlar	10. Haklılık/Büyüklenmecilik 11. Yetersiz Özdenetim
Diğeri Yönelimlilik	12. Boyun Eğicilik 13. Kendini Feda 14. Onay/Kabul Arayıcılık
Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama/Ketlenme	15. Karamsarlık ve Kötümserlik 16. Duyguları Bastırma 17. Yüksek Standartlar ve Eleştiricilik 18. Cezalandırıcılık

a. Alan 1: Kopukluk Ve Reddedilmişlik Alanı

İlk şema alanına sahip kişilerin güvenli bağlanma sorunları yaşadığı görülebilir çünkü onların istikrar, şefkat, empati, güvenlik, ve sevgi gereksinimleri karşılanmamış, duygularını ifade etmelerine izin verilmemiş, erken çocukluk dönemlerinde tutarsız, ani Öfkelenen, duygu veremeyen, kopuk, istismarcı bir tutuma maruz kalmışlardır; dolayısıyla çocukluklarına dair olumsuz yaşam deneyimleri bulunur ve gereksinimlerinin karşılanmayacağına inanırlar (Rafaeli vd., 2013). Bu şema alanı, kişilerarası ilişkilerde yer alan sorunlarla karakterizedir ve içerisinde beş şemayı barındırmaktadır (Güler, 2020: 67). Bunlar:

i. Terk Edilme/ İstikrarsızlık Şeması

Young ve arkadaşlarına göre (2003), bu şemaya sahip bireyler, kendilerini önemseyen bireylerin ihtiyaçlarının karşılayamayacağına inanarak, önemli

ötekiler ile var olan bağlarının uzun sürmeyeceğine ve diğerlerinin öngörülemeyen davranışları haricinde, bakım, destek ve güvenliği sağlamayacağına dair yaygın inançları bulunmaktadır. Bu şema sıklıkla kişide gerçek ya da hayali bir kaybın veya bir ya da birden fazla terk deneyiminin sonucunda oluşabilmektedir. Bu insanlar başkalarını kaybetmekten, başkaları tarafından reddedilmekten veya terk edilmekten çok korkarlar (Güler, 2020). Kişiler arası gerçek ya da gerçek dışı reddedilme sinyalinin varlığı, kişide Öfke duygusunun açığa çıkmasına sebep olmaktadır (Young, 1999). Bu şema alanına sahip bireylerin yaşamında ayrılıkların fazla olduğu, şiddet eğilimi olan ve kopuk bir aile yaşantısı gözlemlenmektedir (Rafaeli vd., 2013).

ii. Güvensizlik ve Suistimal Edilme Şeması

Bu şema alanında, bireylerin sağlıksız fikirler gösterme eğilimine sahip olarak, başkalarının onları kasıtlı olarak yaralayacağına, yanlış yönlendireceğine, kötüye kullanacağına, zarar vereceğine, aldatacağına veya istismar edeceğine yönelik başkalarının dürüstlüğü ve güvenilirliği konusunda endişeleri vardır (Martin ve Young, 2010). Sonuç olarak, bu kişiler kendilerini korumaya çalışırken insanlardan, görüşlerini ve duygularını ifade etmekten kaçınma eğilimi gösterirler (Güler, 2020). Araştırmalara göre, zorlu ebeveyn/ler ile ve/veya ev şartlarında büyüyen bu kişiler, maruz kaldıkları adaletsiz tutumun veya aşırı ihmalin ürünü olarak çarpık fikirlere sahiptirler (Yöndem, 2021).

iii. Duygusal Yoksunluk Şeması

Young'a (1999) göre, duygusal yoksunluk şeması üç farklı şekilde ortaya çıkmaktadır. Bunlardan birincisi, *İlgi Eksikliği* (şefkat, içtenlik, sevgi, ilgi, değer eksikliği), ikincisi, *Empati Eksikliği* (duygu paylaşımı, dikkate alınma, anlaşılma ve ifade eksikliği), üçüncüsü ise, *Korunma Eksikliği* (güvenlik ihtiyaçları, destek, korunma ve koruyucu birey eksikliği) olmak üzere tanımlanmaktadır.

Duygusal yoksunluk şemasına sahip kişiler genellikle duygusal beklentilerini talep etmeyerek duygularını, arzularını ve beklentilerini iletmekte başarısız olurlar; kusurlarını gizlerler ve kendi ihtiyaçlarını sıklıkla görmezden gelirler (Güler, 2020). Duygusal yoksunluğu olan bireyler genel olarak soğuk bir aile ortamında büyümüşlerdir ve ilişkilerinde de bu uzaklığı karşı tarafa

hissettirerek ilişkiden kaçınma davranışı gösterirler (Arslan, 2019; Yöndem, 2021).

iv. Kusurluluk / Utanç Şeması

Bu şema, kişinin kendini yetersiz, eksik, kusurlu, hatalı, değersiz ve sevilmeye değer olmayan şekilde algılamasına neden olur. Genel bir aşağılanma duygusunun yanı sıra eleştiriye yüksek düzeyde hassasiyetleri vardır. Kişiler fiziksel, duygusal ve sosyal zorluklarını gözle görülür şekilde ortaya koymalarının aksine; istek, beklenti, cinsel arzu ve yoğun duygularını içsel olarak deneyimler, dışa vurmazlar (Bricker ve Young, 2012). Bireylerin kendilik algısında bozulmalar olmasıyla, özünü önemsiz ve değersiz görerek başkalarının onları göz ardı etmesine olanak tanırırlar. Başkalarının kusurlarını görmemesi için yakınlıktan ve sosyal etkileşimlerden kaçınırlar. Bu kişiler, kusurun yapılan eylemlerden kaynaklanmadığına inanır, kusurlarının varoluşsal bir süreç olduğunu varsayarlar (Rafaeli vd., 2013; Young, 2019; Güler, 2020).

v. Sosyal İzolasyon / Yabancılaşma Şeması

Bu şema içerisinde yalnız olma isteği, hiçbir topluluğa ait hissedememe, hiçbir kümede barınamama duygusu ön plandadır. Gruplar veya topluluklar söz konusu olduğunda, kişi kendini yalnız ve huzursuz hisseder. Kişi kendini temelde diğerlerinden farklı algılar. Ayrıca bu şemaya sahip kişilerde yalnızlık, birincil duygudur. Gruplara ait olmadıklarını hissederler. Genel olarak, bu kişiler "Kalabalıkların içerisinde bile yalnızım" gibi cümleleri oldukça sık kullanırlar (Young, vd. 2003; Varlı, 2022).

b. Alan 2: Zedelenmiş Özerklik Ve Kendini Ortaya Koyma Alanı

Bu şemaya sahip bireyler, özgürce davranma yeteneğinden yoksun oldukları için ailelerinden ayrılamayacaklarını hissederler (Young, 1999). Bu kişiler, bireyselleşerek ebeveynlerinden veya bakıcılarından bağımsız hareket etme, kendilerini ifade etme ve hedefleri için çaba gösterme konusunda zorluklarla karşılaşmaktadırlar. Buna ek olarak, çatışmanın temelinde ya çok kaygılı, çocuğun isteklerini fazlasıyla karşılayan, çocuğu olumsuzluklardan aşırı koruyan ya da tam tersi kayıtsız, duyarsız, çocuğun ihtiyaçlarını karşılamayan ebeveyn tutumu yatmaktadır (Günaydın vd., 2016). Bu şemaya sahip bireyler kimliklerini ortaya koymakta ve yaşamlarını inşa etmekte zorlanır; ek olarak bireylerin hayattan

beklentileri, ebeveyn figürlerinden ayrışma ve özerk davranabilme istekleriyle çatışır (Thimm, 2010). Bu alanda şemaları olan bireyler, düşük benlik saygısına sahip oldukları gözlemlenmekte ve çocuklukta sık sık kapana kısılmış hislerle boğuşarak özerklikleriyle alakalı kaygılara sahip olduğu görülmektedir (Güler, 2020). İkinci alanda toplam 4 şema bulunmaktadır.

i. Bağımlılık / Yetersizlik Şeması

Bu şemada, bireyler başkalarının yardımı olmaksızın gereksinimlerini karşılayamayacaklarına ve görevlerini başarıyla tamamlayamayacaklarına inanırlar (Yurtsever ve Sütçü, 2017). Finansal yönetim, problem çözme, kendini geliştirme, plan yapabilme, karar verebilme ve yeni girişimlerde bulunma ile mücadele ederler (Bricker ve Young, 2012). Bu bireyler genellikle kendi yeteneklerine olan inançsızlıklarından dolayı isteklerini karşılamak ve yeni adımlar atmak yerine bağımlılık göstererek sürekli olarak başkalarının karar ve yönlendirmelerine teslim olurlar. Ayrıca, çaresiz hissetme, sürekli başkalarından öneri alma, kişisel faaliyetlerden kaçınma, bütçe problemlerini yönetememe, sorumluluk almayı reddetme, onay ve direktif alma gibi tutumlara sahiptirler (Roediger, 2015; Güler, 2020).

ii. Zarar Görme/Dayanısızlık Şeması

Bu şema alanında kişiler, kendine çok büyük acı, keder veya mutsuzluk getirecek olaylara maruz kalacaklarından, felaketler ile çıkmaza sürüklenirken bu çıkmazdan kaçamayacakları ya da bu zorlu süreçleri yönetemeyeceklerinden endişe duyarlar (Bricker ve Young, 2012). Bu kaygıların temelinde ise tıbbi kaygılar (beyin kanaması, kalp krizi, bulaşıcı hastalıklara yakalanmak, kanser olmak), ruhsal kaygılar (delirme, çıldırma, akıl sağlığını kaybetme) ve dış durumlara bağlı kaygılar (felaket, suça karışma, mahsur kalma, terör, kaçırılma) bulunmaktadır (Arntz ve Jacob, 2013). Bu kişiler, genel olarak tetikte, güvensiz ve huzursuz olma eğilimi göstermektedirler (Güler, 2020).

iii. Yapışıklık/Gelişmemiş Benlik Şeması

Bireyler bu şema alanında, bireysel bağımsızlık kazanamamıştır ve duygusal olarak bakım verenlerine derin bir bağ içerisindedirler. Ayrıca kişiler, bağlı oldukları bireyler olmaksızın hayatlarını idame ettiremeyeceklerine ve böyle bir durumda mutsuz, başarısız, yoksun olacaklarına inanma eğilimi

gösterirler (Young vd., 2015). Başkalarına bağlanma ve yapışıklık geliştirme düzeylerinin yüksek miktarlarda olduğu görülmektedir. Ayrı bir birey olarak kendilerini tanımlayamaz ve benliklerini adadığı kişi ile iç içe geçerek kendini tamamladıklarına, bağlı oldukları birey olmadığı durumda kendilerinin eksik ve yarım olduklarına inanırlar (Arntz ve Jacob, 2013). Bu şema, önemli kimlik ve benlik sorununu olduğunu göstermektedir (Thimm, 2010).

iv. Başarısızlık Şeması

Bu şemaya sahip bireyler, iş, akademi, spor gibi alanlarda işe yaramaz, beceriksiz, yetersiz ve başarısız olduklarına inanırlar. Bireyler, birçok yönden diğerlerinden daha düşük seviyelerde olduklarına ve onlar kadar başarılı olamayacaklarına dair inanç geliştirerek kendi başarılarını baltalama yönünde eylemler sergilemektedirler. Altta yatan yetersizlik fikri, bu düşüncenin kökenini oluştururken, şemanın varlığı kendini temel başarısızlık koşulu olarak göstermektedir. (Roediger, 2015; Güler, 2020).

c. Alan 3: Zedelenmiş Sınırlar Alanı

Bu şema alanında bireylerin zorluklarla aktif mücadele, başarı, çevresinde sevdiği kişilerden ayrı kalabilme, tek başına çalışma gibi unsurlarda yetersizlik inancı ve tutumlarıyla karakterize olduğu görülür (Young vd., 2003). Ayrıca, bu şema alanının aile kökeninde, küçük düşürücü, yetersiz hissettirici, bağımlılığı teşvik edici, aşırı koruyucu tutumlar vardır (Güler, 2020). Bu kişiler genellikle benmerkezci, her istediğini elde edebileceğine inanan, düşünmeden hareket eden, sorumluluk duygusundan yoksun, sözlerini tutmakta zorlanan, sınır belirlemede güçlük yaşayan, benmerkezci yaklaşımda bulunan ve kişisel amaç belirleyemeyen kişilerdir (Rafaeli vd., 2013). Ayrıca, bu alana ait şemalara sahip bireyler, başkalarının haklarına saygı duymak, işbirliği yapmak, sözlerini yerine getirmek ve uzun vadeli hedefler belirlemede zorlanırlar. Bu kişilerin aile dinamikleri göz önüne alındığında, rahat ve esnek bir aile ortamında yetiştikleri; erken deneyimlerinde uyulması gereken normların belirlenmediği, kendilerini düzenlemeleri veya başkası odaklı yaşamalarına yönelik tutumların sergilenmediği, kuralların ve sınırların olmadığı açıktır (Arntz ve Jacob, 2013). Ebeveynlerin koyduğu kurallara uyulmasını gerektirmeyen, başkalarına ve onların hassasiyetlerine karşı fedakarlığın önemi öğretilmeyen, özdenetim

becerisi kazanmamış kişiler olarak da nitelendirilebilmektedirler (Arslan, 2019). Buna ek olarak, yetişkin bir birey olarak içgüdülerini düzenleme, kısa vadeli hedefleri uzun vadeli amaçları gerçekleştirme yeteneğinden yoksundurlar (Arntz ve Jacob, 2013). Bu alan, iki şema içermektedir.

i. Haklılık / Büyükenmecilik Şeması

Young ve arkadaşlarına (2015) göre, bireyin diğerlerinden daha yetkin ve daha üst düzeyde olduğuna dair inancı baskındır. Bu şemaya sahip kişiler, eylemleri başkaları için ne kadar gerçekçi, mantıksız veya zararlı olsa da, otorite veya kontrol elde etmek için ne isterlerse yapabileceklerini düşünürler (Tortamış, 2014). Başkalarına dayatılan kuralların kendileri için geçerli olmadığını düşünerek, istediklerini yapma hakkına sahip olduklarına yönelik ısrarlarına ve diğerleri incinsin ya da kırılınsın fark etmeksizin, diğerleri üzerinde üstünlük kurmaya devam ederler. Bu bireyler, liderlik ve otorite gibi özelliklere sahip olup başkalarını kontrol etmek için güç kullanırlar. Olayları başkalarının bakış açısından görme yetisine sahip olmamakla birlikte diğerlerini kontrol etme odaklı yaklaşımlarda bulunmaktadır (Young vd., 2009).

ii. Yetersiz Özdenetim Şeması

Bu şemaya sahip bireylerin, duygularını, düşüncelerini veya dürtülerini paylaşma konusunda özdenetimden yoksun oldukları görülür; dayanıklılıklarının zayıf olması sebebiyle kısıtlandıklarında veya engellerle karşılaştıklarında mücadele edemezler (Velibaşoğlu, 2021). Ayrıca, bu kişiler özdenetim sorunları nedeniyle dürtü kontrolü sağlayamazlar ve amaçlarını gerçekleştirme konusunda engellenmeye karşı tolerans ve anlayışları zayıftır. Genel tavırları kaygılı, dürtüsel, huzursuz ve sorumluluktan kaçınma eğilimindedir (Young vd., 2009; Yöndem, 2021).

d. Alan 4: Başkaları Yönelimli Alanı

Young ve arkadaşlarına (2015) göre, bu şema alanındaki bireyler için diğerleri kendilerinden önce gelir ve kendi ihtiyaçlarından çok başkalarının gereksinimlerine önem verirler. Bu şemanın görüldüğü bireylerde, takdir, sevgi, değer, onay, kabul ve yakınlık gibi tepkilerden uzak durarak kendini geri plana atma davranışları mevcuttur (Young, 2003). İç denetim eksikliğinden dolayı, bu kişiler sıklıkla dış denetime tabidirler. Ev ortamlarında nadiren koşulsuz onay

buldukları için daha güçlü bir dış yönelimleri vardır. Şartlı ve koşullu aile ortamında büyüyen çocuklar, oldukları gibi kabul edilmedikleri için ailenin onaylayacağı tavırlar sergilediklerinde saygı görmeyi amaç edinirler (Eken, 2018). Bu insanlar toplumsal değerlere uygunlukları ile ilgili endişe duyarlar çünkü şefkat ve destek görebilmek adına çocukken bazı yanlarını bastırmak zorunda kalmışlardır (Arntz ve Jacob, 2013). Sonuç olarak birey, beğenilmeyen ve takdir edilmeyen kişisel özelliklerini gizlerken kabul edilen taraflarını yüceltmeyi öğrenmiştir (Güler, 2020). Bu alan üç şema barındırmaktadır.

i. Boyun Eğicilik Şeması

Boyun eğicilik şemasına sahip bireyler, karşı tarafın memnuniyetini kazanmak ve taleplerini karşılayabilmek için büyük çaba içerisine girerek odak noktalarını diğer insanlara yöneltirler; bu şemada duygularını bastırma da ön planda olduğu için istek, arzu ve ihtiyaçlarını ifade etmekte zorlanan bireyler, uyum içerisinde olmayı isteyerek diğerlerini öncelerler (Günaydın vd., 2016). Ayrıca, bu kişilerde boyun eğici tutumlar ve bastırdıkları duygu ve istekler nedeniyle pasif-agresif davranışlar, madde kullanımları ve ani Öfke patlamaları gibi belirtiler olma olasılığını beraberinde getirmektedir (Young, 2013). Kişiler, düşmanca tutumlardan, reddedilmekten, ihmalden, terk edilmek ve dışlanmaktan kaçındıkları için başkalarına hak ve yetki vererek sorumluluğu üstlenmezler. Yanı sıra, kişisel duygu, düşünce ve kavramlar birey için önemsiz ve yersizdir (Güler, 2020). Otorite olmaktan hoşlanmazlar ve yetkiye başkasının sahip olmasını isterler (Taşdemir ve Taşdemir, 2011). Bu şemanın kökeninde, baskın, kontrol edici, kuralcı ve ani Öfke tutumu sergileyen ebeveynler görülmektedir. Boyun eğicilik şeması iki türe ayrılır. Birincisi ihtiyaç ve gereksinimlere teslimiyet (kişinin isteklerini veya seçimlerini bastırması), ikincisi ise duygusal boyun eğmedir (Öfke, kızgınlık duygularını baskılama) (Young vd., 2015). Bu şemaya sahip kişiler aşırı uyum gösterme eğilimindedirler ve kendi isteklerinin veya duygularının önemsiz olduğunu düşünürler. Birey, duygularını doğru bir şekilde ilemediği için pasif-agresif davranışlarda bulunur ve yoğun Öfke deneyimlemektedir (Eken, 2018).

ii. Kendini Feda Şeması

Kendini feda şemasında bireyler, kendi isteklerini ve arzularını bir kenara bırakarak, gönüllü ve istekli olarak diğer bireylerin ihtiyaç, gereksinim veya zorluklarını gidermeye çalışırlar. Diğerlerinin duygularına, acılarına ve yaşadıkları zorluklara aşırı odaklanarak benliklerini yok sayma eğilimi gösterirler (Günaydın vd., 2016). Kişilerin kendilerini feda etme davranışlarının sebepleri arasında, suçluluk duygusundan kurtulmak, onay aramak, duygusal aktarımı korumak ve saygıya layık olmaya çabalama davranışları bulunmaktadır. Ayrıca, bu kişiler diğerlerinin problemlerine karşı çok daha duyarlı olma eğilimindedirler. İnsanları incitmekten, kırmaktan korkarlar ve bu kişiler yaşadıkları kötü deneyimlere hassas bir şekilde yaklaşarak daha temkinli davranış sergilerler (Rafaeli vd., 2011). Diğer bireylerin ihtiyaçları doğrultusunda hareket ederken beklenti içinde olmadıklarını söylemelerine rağmen, kendi ihtiyaçları karşılanmadığı veya değer görmediği durumlarda Öfke, kızgınlık, kırgınlık ve değersiz hissettikleri görülebilmektedir (Young vd., 2009).

iii. Onay/Kabul Arayıcılık Şeması

Onay ve kabul arayıcılık şemasında, kendiliği ve özü geliştirmek için dış dünyanın onayını kazanmaya, bilinirliği artırmaya, ilgi ve uyumu yakalamaya yönelik çaba harcarlar (Roediger, 2015). Başarıları, daima insanların onayına ve tepkilerine göre şekil almaktadır. Kişiler, öz saygılarını, diğer insanların tutum ve davranışlarına göre belirledikleri için içsel yeterliliklerini ve özgüvenlerini yok sayma eğilimindedirler (Velibaşoğlu, 2021). Tanınabilirliği ve onaylanmayı arttırmak amacı ile statü, güzellik, maddiyat, güç gibi faktörlere yatırım yapmaktadırlar (Tortamış, 2014). Bu davranışlar sebebi ile kişi, işlevsiz veya doyum vermeyen yönelimlerde bulunur ve onay ihtiyacı ile yönelimlerinde tatmin duygusunu, üçüncül unsurlarda arama sebebi ile öz yeterlilik duygusundan mahrum kalarak dış onaysız hareket etmek istememektedir (Eken, 2018: 35).

e. Alan 5: Aşırı Tetikte Olma / Baskılama Alanı

Bu şema alanında bireyler, duyguları, düşünceleri ve dürtüleri konusunda kısıtlayıcı ve baskılayıcı davranışlar sergilemekle birlikte, bu şemaya sahip kişiler, coşku, heyecan, mutluluk, sevinç, kendini açma, yakın ilişkiler kurma gibi konularda kendilerini olabildiğince baskılamaktadırlar (Young vd., 2009).

Mantıksallığı ön planda tutarak, duygu veya dürtü kontrolünü yok sayma eğilimi olarak da bahsedilebilir. Baskıcı, otoriter, sert, kuralcı ve kontrolcü aile tutumları bu şemanın oluşmasında etkindir (Rafaeli vd., 2012). Çocuk, aile içinde oyun ihtiyacını karşılayamamış, spontanlığına müdahale edilerek denetlendiği için erken deneyimlerde, başına bir şey gelecek korkusu ile tehlikeye karşı tetikte olmayı öğrenmiştir. Çocuk, olağan akış içinde ebeveynlerden öğrendiği dikkatli olma ve doğru davranış sergilemeyi oyun ihtiyacının önünde tutmuştur (Eken, 2018). Erken çocukluk yaşantılarında duygularını gösterememiş, sevincini yaşayamamış veya destek görememiş bu bireyler baskıyı, baskılanmayı öğrenmiş ve temkinli tutumlar sergilemeyi, olumsuzluklara karşı hazır olarak tetikte olmaktadır. Ayrıca, duyguları bastırmayı deneyimleyen bu bireyler, hayatında sadece olumsuzlukları ele almakta ve temkini elden bıraktıklarında zarar göreceklere inanmaktadır (Taşdemir ve Taşdemir, 2011). Ayrıca, başarı, bu kişilerde mutluluk kaynağı iken, başarısızlık ihtimallerinde ise kaygının varlığına rastlanılmaktadır (Güler, 2020). Bu şema alanında 4 adet şema bulunmaktadır.

i. Olumsuzluk / Karamsarlık Şeması

Young'a (2003) göre, bireylerin olumlu benliklerini değersizleştirme ve olumsuz yönlerine odaklanma eğilimi görülmektedir. Bu şemada birey negatif bütünlüğünü artırmaya yönelik yaklaşımları ile iflas, zarar, rezil olma ve hata yapma gibi endişeleri benimsemektedirler. Bireyler, durumlar karşısında olumsuzluklara odaklanma eğilimi gösterdikleri için kaygı seviyelerinde artış meydana gelir, bu da istikrarsız ve kontrolsüz tutumları beraberinde getirmektedir (Eken, 2018). Bu şemanın kökenlerine bakıldığında ise, ebeveynlerden öğrenilen davranış biçimleri ve olumsuz yaşantıların varlığı ile kendini göstermektedir (Tortamış, 2014). Ayrıca, bu şemaya sahip olan bireylerin günlük yaşantılarında endişeli, tedirgin ve aşırı uyarılmış tutumlar sergiledikleri görülmektedir (Rafaeli vd., 2012).

ii. Duyguların Bastırılması Şeması

Bu şema alanında, bireylerde, kontrolü kaybetmemek adına duyguların, iletişimin ve etkileşimin bastırılması, yok sayılması gibi davranışların sergilendiği görülmektedir (Young vd., 2015). Kişi, eğer duygularını bastırmazsa denetimi yitireceğinden korkmaktadır. Bu şema, dürtülerin, incinebilirliğin ve

duygusallığın bastırılıp, mantıksallığa fazla önem verilmesine neden olmaktadır (Roediger, 2015). Şemanın kökenleri incelendiğinde, erken çocuklukta utandırılmış ve duygularının belli edilmesine izin verilmemiş ve duyguları belli etmenin onun için olumsuz sonuçları olacağına inandırılmıştır (Rafaeli vd., 2012). Bu şemaya sahip bireyler, genel olarak kontrolü elden bırakmayan, hoşgörü sahibi olmayan, keyifsiz, mutsuz gibi görünmektedirler (Velibaşoğlu, 2021).

iii. Yüksek Standartlar / Aşırı Eleştiricilik Şeması

Bireyler, bu şema alanında eleştiriden ve utanma duygusundan kaçınarak sahip olduğu standartları yerine getirmeyi hedefleyerek çaba sarf etmelerine karşın, bireylerin hem kendilerine hem başkalarına karşı yargılayıcı ve kısıtlayıcı tutumlar, Öfke, kontrol, hırs, sergilediği gözlemlenmektedir (Young vd., 2015). Bu tutum ve davranışlar bireyin, kendiliğini, özsaygısını, başarısını, statüsüne yönelik algısını ve ilişkilerini olumsuz etkileyen katı inançları, bireylerde yıkıcı davranışlar sergilemesine sebep olduğu görülmektedir (Güler, 2020). Ayrıca bu şemada kişiler, mükemmeliyetçi, eleştirel ve yüksek standart hırsı ile kendini göstermektedir (Rafaeli vd., 2012).

iv. Cezalandırıcılık Şeması

Cezalandırıcılık şemasında, oluşan her olumsuzluğun ve hatanın acımasızca cezalandırılması gerektiği inancı yatmaktadır (Young vd., 2015). Bu bireyler, hem diğer insanlara hem de kendilerine karşı Öfkeli, anlayışsız ve hoşgörüsüz olarak davranırlar. Ayrıca bireyler kızgın ve toleranssız oldukları için hatalara karşı affedici olmakta problem yaşarlar. Bu tutum ve davranışın nedeni, empatiden yoksun olma, pozitif yönleri göz önünde bulunduramama ve yanlışları kabullenememeleridir (Nordahl vd., 2005). Cezalandırıcılık şema alanının kökenlerine bakıldığında, hata karşısında suçlayıcı ve cezalandırıcı ebeveyn tutumları olduğu görülmüştür (Young, 1999; Güler, 2020).

4. Şemalarla Baş Etme Stratejisi

Şema alanları kişilerin çocukluk çağında karşı karşıya kaldıkları olumsuz yaşam deneyimleri, yaşamı sürdürebilmek ve kişinin yaşamda karşılaştığı problemlerle baş edebilmesi için geçici çözüm yollarıdır (Rafaeli, vd., 2012). Şema alanları çocukluk dönemi deneyimlerinde yararlı olsa da bir süre sonra

bireylerde bazı sorunlar yaratmaktadır (Young vd., 2003; Bernstein vd., 2013). Şemalar, kısa süreli olarak bireyin problemlerini çözümlenebilecekleri çözüm yolları sunsa dahi, uzun vadede işlev bozucu etkisi ile kendini gösterecek ve günün sonunda bireyin sosyal, romantik, iş ya da ailevi ilişkilerinde bozulmalara yol açacaktır. Young ve arkadaşları (2003), şemalarla üç başa çıkma modelinin olduğunu belirtmektedir.

Young (1999), birçok patolojik semptomun meydana gelmesine ya da devam etmesine erken dönem uyum bozucu şemaların neden olduğunu, gerek yaşamları boyunca diğer insanlarla kurulan ilişkilerde gerek bireylerin doğuştan getirdikleri mizaç gibi özelliklerle birlikte yaşamda karşılaşılan problemlerle baş etmeye çalıştıklarını belirtmektedir. Şemalar, bireylerin çocukluk döneminde deneyimledikleri negatif olaylar sonucu ortaya çıkmaktadır (Taşdemir ve Taşdemir, 2011). Şema alanları çocukluk çağı deneyimlerde yararlı olsa da bir süre sonra bireylerde problemlere sebep olmakta ve bu problemlerin kişide üç başa çıkma stratejisi olarak; şemaya teslim olma, şemadan kaçınma ve şemann aşırı telafisi olarak yansıtıldığı görülmektedir (Young vd., 2003).

a. Teslim Olma

Birinci baş etme biçimi olan şemaya teslim olma mekanizmasına sahip bireyler, kendi şemalarını kabullenir ve hayatlarını bu şemaya göre şekillendirmeye odaklanırlar (Güler, 2020). Bu baş etme stratejisini kullanan bireyler, şema alanlarının sebep olduğu olumsuz duygusal süreçleri doğrudan yaşamakta, fakat şema alanları ile mücadele etmek yerine onlara pasif olarak boyun eğmeye, kabul etmeye yönelirler (Rafaeli vd., 2012). İnsanların kendilerine kötü davrananlarla birlikte olma eğilimi, problemlerin bitmediği ilişkileri sürdürmeleri, anlaşılması zor olan durumlar arasında olduğu görülür. Lakin bireylerin şemaya olan bakış açıları onların daha mantıklı ve iyi seçenekler bulmalarını güçleştirmektedir. Böylelikle bireyler bire bir aynı ve olağan örüntülerin içinde hapsolarak var olan şemayı korumaya ve sürdürmeye devam etmektedirler (Young, 1991). Başa çıkma stratejilerinden olan teslim olma biçimi çoğunlukla Onay/kabul arayıcılık, kendini feda ve boyun eğicilik şema alanlarına sahip olan bireylerde görülmektedir (Young vd., 2003). Baş etme becerisi olarak teslim davranışının hâkim olması ile bireyler, duygusal ihtiyaçlarını karşılama konusunda başarısız olarak aynı döngünün içinde sıkışıp kalırlar. Olaylara karşı

çoğu zaman teslim olma eyleminde bulunan bireyler, şema alanları ile baş etme biçimi olarak teslim olma yolunu seçmektedirler (Bernstein vd., 2013).

b. Kaçınma

Şema alanlarında ortaya çıkan durumlardan kaçınma davranışı ise ikinci başa çıkma tipi olarak görülmektedir. Başa çıkma stratejisi olarak şemadan kaçınma yolunu seçen kişiler, şema alanlarının tetiklenmesine sebep olan bireylerden ya da olaylardan kaçınarak uzaklaşırlar (Güler, 2020). Şemanın yarattığı duygulardan uzaklaşmak ve zarar görmemek için bireyin kullandığı yol olarak nitelendirilmektedir (Young, 1991). Kişi, şemalarının tetiklenmemesi adına sevgi, haz ve doyum gibi zevk duygularından kaçınma eğilimi gösterir (Bernstein vd., 2013). Özellikle eksen 2 bozukluklarından şizoid kişilik bozukluğunda, kaygı bozukluklarından sosyal fobide, agorafobide veya obsesif kompulsif bozuklukta kaçınma tepkileri sık sık kullanıldığı görülmektedir (APA, 2013). Buna ek olarak, kaçınma tepkileri kısa süreli rahatlama hissini yaratmakta ve olumsuz duyguları azaltmaktadır. Lakin uzun sürede bakıldığı zaman, kaçınmanın veya kaygının güçlendiği böylelikle şemaların beslendikleri görülmektedir (Rafaeli, vd., 2012). Kaçınma tepkilerinde, bireylerin değişime dirençli olmasıyla sık karşılaşılmaktadır fakat bunun sebebi negatif pekiştirici olarak öğrenilen edimsel koşullama biçimiyle kaçınma tutumun pekiştirilmesidir (Skinner, 1953).

c. Aşırı telafi

Bireylerin şemalarla başa çıkma yöntemi olarak kullandığı aşırı telafi davranışı, şema alanlarının aksini uygulama eylemi olarak tanımlanmaktadır (Rafaeli, vd., 2012). Şemada var olan davranışların tersini ortaya çıkararak kişilerin şema alanlarıyla savaştığı ve karşı çıktıkları baş etme stratejisidir. Aşırı telafi olarak bilinen baş etme biçimi, ilgili duygusal sorunu anlık azaltabilmektedir. Ancak bu şema alanlarının iyileşmekte olduğu, ortadan kaybolduğu veya iyileşme gösterdiği anlamına gelmez (Martin ve Young, 2010). Buna örnek olarak, kötüye kullanılmakta olan ve zorbalığa uğrayan bir çocuğun, ilerleyen zamanlarda kötüye kullanan ya da zorba rolünü üstlendiği, durumun tersi olacak şekilde davranışlar sergilediği görülürken, ailesi tarafından ihmal edilen ve duyguları görülmeyen çocuk, varlığını ortaya koyabilmek için

sergileyeceği dikkat çekici hareketlerinin ve abartılı davranışlarının bu yoksunluğun aşırı telafisi olduğunu göstermektedir (Arntz ve Jacob, 2013). Young (1999), aşırı telafi mekanizmaları olarak özgürlük, uzaklık, egoistlik, agresiflik, pozitiflik, dominantlık, asilik, onay arama düşkünlüğü, baskınlık kurma mekanizmalarının olduğunu tanımlamaktadır. Ayrıca bu bireylerde, davranışsal kaçınmaların varlığının yanı sıra bilişsel kaçınmaların olduğu da görülmektedir (Borkovec vd., 1977).

5. Şema Terapi İlişkisi ve Süreci

Young'a göre (2003), terapötik ittifak ile şemalarda ilişki süreçlerine odaklanıldığında ve danışanın erken dönem yaşantılarını veya anne baba tutumlarını temsil ettiği durumlar oluşabilmektedir. Bu sebeple, danışan sahip olduğu şemaları ve şema alanları ile başa çıkma stratejisine bağlı olarak terapisti ile de buna göre ilişkiler kurabilmektedir. Şema başa çıkma biçimlerinden kaçınma davranışını sergileyen bireyler, terapide zorluklarla karşılaşınca veya şemaları aktive olunca, terapistten de kaçınabilirler ve bu tedavi sürecini de etkileyen bir olgudur (Young, 1995; akt. Bamelis vd., 2014). Psikoterapist, danışanın çocukluğunu veya ebeveyn tutumlarını sembolize edebileceği için danışanlar, şema modellerine ve başa çıkma yöntemlerine bağlı olarak terapistleriyle çeşitli şekillerde bağlantı kurmaktadır. İlk olarak, uyumsuz şemalarının tetiklenmesini deneyimleyen bireyler, şemaları sebebi ile çocuk moduna geçebilir ya da terapistini de istenmeyen bir ebeveyn modunda görebilir (Young, vd., 2017). Tedavide uyumsuz şemaların yaygınlığı bu görüşü desteklemektedir. İkincisi, şemalarının etkisiyle başa çıkamayıp şemalardan kaçınmaya çalışan biri, şemalarını tetikleyen olaylardan, durumlardan ve zorluklardan kaçınabilir (Young, 2003; Güler, 2020).

Terapistin var olan erken dönem uyum bozucu şemaları ve başa çıkma tekniklerinin yanı sıra, terapistlerin şema modellerinin ve başa çıkma stratejilerinin de çeşitli terapötik ortaklıklar üzerinde etkili olabileceği söz konusudur (Simeone-Difrancesco, 2015). Young ve arkadaşları (2003), bunu birkaç maddede sıralamıştır. Birincisi, danışanın şemalarının terapistin şemaları ile çatışma yaratabileceğini, terapistin ve danışanın şemalarını sürdürmesinin terapist için bir tehlike unsuru oluşturmasına yol açabileceğini öne sürmüştür.

Terapist ve danışan arasında oluşan şema ortaklığının terapi sürecini baltaladığı alanyazında da mevcuttur (Lockwood ve Perris, 2012). İkincisi, terapistlerin şemaları ve başa çıkma stratejileri, terapistlerin talepleriyle uyumsuz olabilmektedir ve terapist, danışanın şemasının tetiklenmesinde etkili olan ebeveyn rolünü oynayabilir. Terapistin, şema bağlamında yürüttüğü süreçte ortaya çıkan rol çatışması veya aktarım, şema terapide var olan terapötik ittifakı zedeleyebilir (Oei ve Baranoff, 2007). Üçüncüsü, psikologlar ve danışanlar şemaları ve başa çıkma yöntemlerini paylaşabilirler. Bu sebeple terapistler terapi sürecini öznel olarak değerlendirilmesine sebep olabilir. Dördüncüsü, danışanların duygu ve tutumları, terapistin kaçınma davranışlarından rahatsız olma toleransını etkileyebilir (Young vd., 2003). Beşincisi, danışanların şemaları terapistler tarafından tetiklenebilir. Bu durum danışanın şemalarının bir sonucu olarak ortaya çıktığında, terapistler aşırı duyarlılık yoluyla yükselen duyguları yok etmeye çalışabilirler (Young, 1990; Güler, 2020).

6. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Psikopatoloji

Yöndem'e (2021) göre, şiddetli belirtiler denetim altına alındıktan sonra, Şema Terapi, kökeninde yaşam boyu uyumsuz davranış güçlükleri bulunan çeşitli Eksen I ve Eksen II bozukluklarını tedavi edebilmek amacıyla kullanılabilir. Ayrıca, sorunlarla karşılaşmış bir kişilik yapısı, DSM tanı ölçütleri ile eşleşmediğinde kişilik vurgusu olduğu söylenmektedir (Roediger, 2015: 13). Şema terapi, kişilerde ortaya çıkan ve devam eden kişilik bozukluklarını ve psikolojik problemleri olan bireylere yönelik geliştirilmiştir (Farrell, vd., 2018: 424). Şema terapinin bu yapısı, erken dönem uyumsuz şemaların oluşturduğu sorunlara ışık tutmak, terapistlerin danışanların problemlerini anlamlandırmak, destek olma amacıyla süregeldiğini ifade edilir (Young vd., 2015).

Erken dönem uyumsuz şemalar ve psikopatoloji arasında varsayılan bir bağlantı kurulmuştur (Oei ve Baranoff, 2007; Young vd., 2003). Stres etkeni olan olaylar, çeşitli şemaları harekete geçirdiğinde, çeşitli psikiyatrik hastalıklar için farklı hassasiyetleri temsil ederler (Nordahl vd., 2005). Ayrıca, semptomatik sıkıntıyla (Nordahl vd., 2005; Pinto-Gouveia vd. 2006) ve kişilik bozukluğu

özellikleriyle (Lee vd., 1999) ilgili şemaların yoğunluğu arasında araştırmalar pozitif bir ilişki olduğunu da öne sürmüştür.

Young (1999), erken dönem uyumsuz şemaların üzüntü, endişe ve daha fazlası gibi psikolojik rahatsızlıklarla ilişkili olduğunu savunurken, bir araştırmaya göre, kayıp/değersizlik temalı şemalar depresif semptomatoloji ile; risk temalı şemalar ise endişeli semptomatoloji ile ilişkilidir (Lumley vd., 1996). Yani, şemalar psikopatolojinin varlığını veya yokluğunu öngörme konusunda güçlü bir sınıflandırıcı kapasitesi olmasına rağmen (Stallard, 2007), araştırmalar belirli psikiyatrik semptomlar ile belirli başa çıkma mekanizmaları arasındaki ilişkinin iyi anlaşılmadığını göstermiştir (Saritaş ve Gençöz, 2011).

Bütün bunlara ek olarak, ebeveyn görüşleri ile depresif semptomatoloji arasındaki bağlantıyı yumuşattığı gösterilen; kusurluluk/utanç, yetersiz özdenetim ve dayanıksızlık şemalarıdır (Harris ve Curtin, 2002). Kusurluluk/Utanç, Dayanıksızlık ve Kendini Feda Etme'nin, erken dönem duygusal istismarla kaygı ve depresyon gibi psikolojik bozukluklar arasındaki bağlantıyı düzenlediği bulunmuştur (Wright vd., 2009).

7. şema Modları

Erken dönem uyumsuz şemalar etkin duruma geldiği zaman, “şema modları” olarak bilinen derin duygu, düşünce ve davranış tutumları ortaya çıkmaktadır. Bireyin, içinde bulunduğu bilişsel, duygusal ve davranışsal olaylar şema modu olarak tanımlanmaktadır. Uyumsuz şemaların, birden fazla aynı anda etkin duruma geldiği zamanlarda, işlev bozucu modların ortaya çıktığı bilinmektedir (Young vd., 2009). şema terapide 4 adet mod kategorisi bulunmaktadır. Bu modlar, çocuk modları, uyumsuz ebeveyn modları, uyumsuz başa çıkma modları ve sağlıklı erişkin modlarıdır (Rafaeli vd., 2012).

a. Çocuk Modları

şema terapi içerisinde görülen mod kavramından; çocuk modları, çaresiz bir çocuk gibi davranan yetişkinleri içerir. Bu duruma giren birey, çevresindekiler tarafından kolaylıkla anlaşılır. Duygusal istismara ve kötü muameleye maruz kalmış ve tüm bu durumlara küskün bir çocuk, dış dünyaya kendini kapatmaktadır. Young'a (2003) göre çocuk modları şu şekildedir:

i. İncinmiş Çocuk Modu:

Bireylerin kendilerini mutsuz, yorgun, tükenmiş, çaresiz, anlaşılmamış, ihmal edilmiş, değersiz, dışlanmış, korkak veya bitkin hissetmeleri incinmiş çocuk modunda görülmektedir (Güler, 2020).

ii. Kızgın Çocuk Modu:

Kızgın çocuk modunda bireyler, hayal kırıklığı, Öfke ve engelleme duygularını yoğun şekilde yaşamaktadırlar. İhtiyaçlarının giderilmediği için çok Öfkeli, sinirli, kızgın hissetme durumlarının kızgın çocuk modunun hâkim olduğu bireylerde görülmesi söz konusudur (Young, 1990).

iii. Yalnız Çocuk Modu:

Kusurluluk ve duygusal yoksunluk şemasının yarattığı üzüntüyü, bireyin diğer olaya yönelerek kurtarmaya çalışması bu modun hedeflerindedir (Young vd., 2003). Kendini değersiz hisseden ve kayıp duygusunu şiddetli olarak yaşayan bireyler, yalnız çocuk modunda olurlar. Kendilerine iyi gelen başka moda geçerek yaşadıkları değersizlik hissinden kaçarlara ya da defalarca onay alma ve değer kazanma mücadelesi sonucunda yoğun Öfke duyguları açığa çıkmaktadır. Bu mod, gereksinimlerin, duygular ile karşılanma talebini göstermektedir (Varlı, 2022).

iv. Dürtüsel / Disiplinsiz Çocuk Modu:

Bu modda kişiler esas olmayan istek ya da dürtülerle istediğini elde edebilmek için bencil ve kontrolsüz davranmakta ve kısa vadede zevk aldığı davranışları erteleme konusunda zorluk çekmektedirler; bu esas olmayan istek ya da dürtüler giderilmezse bu modda olan çocuk yoğun olarak Öfkelenir, sinirlenir, tahammülü azalır (Güler, 2020). Hazzı ertelemeye zorluklar görülebilmektedir. Bu istek ve hevesler karşılanmadığı takdirde, kişi kontrolsüz şekilde davranma eğilimi göstermektedir. Dürtüsel çocuk modunda bireyler, hareketlerinin sonuçlarını düşünmediği için kendi isteklerine odaklanarak özdisiplin sağlamakta zorluk yaşarlara (Young vd., 2003).

v. Mutlu Çocuk Modu:

Mutlu çocuk, temel gereksinimleri giderilmiş ve karşılanmış olmasıyla oluşan moddur (Young vd., 2003). Sevilmiş, mutlu, memnun, özgüvenli,

ihtiyaçları giderilmiş, korunmuş, koşulsuz kabul edilmiş, övülmüş, kendisine değer verilmiş, beslenmiş, yönlendirilmiş, anlaşılması, şefkat görmüş, onaylanmış, olgun, iyimser olan mod olarak tanımlanır (Güler, 2020).

b. Uyumsuz Başa Çıkma Modları

i. Söz Dinleyici Teslimci Mod:

Young'a (2003) göre, reddedilme korkusuyla başkalarına karşı pasif, onay arayan, itaat eden ve diğerlerine sağlıklı ihtiyaçlarını veya arzularını ifade etmeyen kişileri tanımlayan moddur. Bunun yanı sıra, eleştirel, baskıcı, kendilerini değersiz hissettiren kişilerle birlikte olarak şemalarının sebep olduğu döngü ve örüntülerin devam etmesini sağlayacak ilişki ve davranış yönelimleri ile karşılaşmaktadır (Lobbestael vd., 2007; Young vd., 2003). Diğer Yönelimlilik şema alanına sahip bireyler, daha çok destekleyici ve yönlendirici bireylerle ilişki kurma eğilimindedir (Güler, 2020).

ii. Yalnız Kahraman Modu:

Bireyler, kendi ihtiyaçları ve gereksinimleri konusunda diğerlerinden yardım kabul etmeyen, kaçınan, yardımları geri çeviren ve kendini kaybolmuş hisseden bireyler olmasının yanı sıra kişiler, bu durumdan uzaklaşmaya çalışsa da başaramayarak soğuk ve umutsuz olma durumları görülmektedir (Young ve Klosko, 1994; Young, 2003).

iii. Aşırı Telifici Mod:

Bireyler, tamamlanmamış duygu ve davranışlarının telifisi için diğer kişilere kibirli, Öfkeli, küçümseyici, agresif davranış ve tutum sergileme eğiliminde olup diğerlerini aşağılayarak onların yetersiz hissetmesine neden olacak eylemlerde bulunmaktadır (Young vd., 2003)

c. Uyumsuz Ebeveyn Modları

i. Cezalandırıcı Ebeveyn Modu:

Cezalandırıcı ebeveyn modu, erken dönem yaşantılarda cezalandırılmayla ilgili olan deneyimler sonucunda meydana gelmektedir (Velibaşoğlu, 2021). Bu modda kişiler, hayatlarına kendilerini cezalandıran, suçlayan ve ihmal eden kişileri alma eğilimi gösterirken, kişinin kendini değersizleştirmesine yönelik

davranışlara ayrıca partnerine de cezalandırıcı tutumlar sergilediği görülmektedir (Arntz ve Jacob, 2013; Lobbestael vd., 2007).

ii. Talepkar Ebeveyn Modu:

Talepkâr ebeveyn modu içerisinde birey, gerçekçi olmayan yüksek standartların yerine getirilmesi için bireyin yoğun baskı altında olduğu görülmesinin yanı sıra herkesten iyi olmak ve her şeyi mükemmel yapmak hayat gayeleri haline gelmiştir (Velibaşoğlu, 2021). Çocukluk döneminde hırs ve başarıya odaklı, mükemmeliyetçi ebeveyn veya öğretmenlerle yaşanan deneyimlerin sonucunda talepkar ebeveyn modunun oluştuğu görülmektedir. Bu bireylerde ebeveynler tarafından duygu ve ihtiyaçların geri planda kaldığı görülmektedir (Lobbestael vd., 2007; Arntz ve Jacob, 2013). Bu bireylerde disiplinli olmak ve başarılı olmak hayatlarının yapıtaşısı olmasıyla birlikte kendini açma ve otokontrolü elden bırakma davranışlarında zorlanmaktadırlar (Güler, 2020).

iii. Sağlıklı Erişkin Modu

Erken dönem uyum bozucu şemalar, küresel olarak kabul görmüş temel gereksinimlerin karşılanmadığı noktalarda ortaya çıkarken (Young vd., 2003) ihtiyaçların giderildiği noktalarda, erken dönem uyumlu şema alanları oluşmaktadır (Lockwood ve Perris, 2012). Sağlıklı erişkin modunda, zedelenmiş ve ihtiyaçları karşılanmamış çocuğu onaylama, uyumsuz baş etme modlarıyla mücadele etme ve yetişkinlik işlevlerini yerine getirme gibi durumların desteklenmesi ile bireyleri sağlıklı hale getirme amaçlanmaktadır (Güler, 2020). Ayrıca, tedavide işlevsiz modların ortadan kaldırılması hedeflenerek, sağlıklı yetişkin modunu desteklemek ve kişiye kendi öz benliği ile, güçlü yönlerini ortaya koymak önemlidir (Gross vd., 2012). Kişiler terapiyle sağlıklı yetişkin modunun geliştirilmesine yönelik seçimler yaparak, modlarını desteklemeyi veya nötr hale getirmeyi öğrenerek duygusal, davranışsal ve zihinsel süreçlerini ilerletirler (Güler, 2020).

B. Reddedilme Duyarlılığı

İlişki sürdürme gereksinimi ve bir yere ait olma hissi, insanın en temel insani dürtülerinden biri olarak kabul edilmesiyle ve bu bağlamda ilişki bağlarına

yönelik bir tehlikenin oluşması durumunda kişilerin olumsuz tepkiler vermesine yol açmaktadır (Baumeister ve Leary, 1995). Reddedilme duyarlılığı da kişilerin bu ihtiyaçlarına yönelik tehlikenin oluşması sonrasında, kişide oluşan dışlanmışlık, görmezden gelinme ve reddedilme gibi hislerin oluşma yatkınlığı olarak belirtilmektedir (Varlı, 2022). Karen Horney (2007), reddedilme hassasiyetini tartışan ilk teorisyen olarak bilinirken, reddedilmeye maruz kalanların uyumsuz tepkiler verme eğilimini açıklamak için literatürde reddedilme duyarlılığı öne sürülmüş (Pietrzak, vd., 2005), reddedilme duyarlılığı, reddedilmeye olan korku ve reddedilme ipuçlarını "endişeli olarak bekleme, alınma ve aşırı tepki gösterme" eğilimi olarak tanımlamıştır (Downey vd., 2004; Bozkuş ve Araz, 2015)

Reddedilme hassasiyeti olan insanların, reddedilmiş hissettikleri durumlar yalnızca açık ve bariz reddedilme yanıtları değil, aynı zamanda belirsiz durumlarda da bu fikre sahip olduklarında duygusal olarak aşırı reaksiyon vermeye yönelmektedirler (Downey ve Feldman, 1996). Horney'e (2007) göre erken dönemdeki olaylar, reddedilme duyarlılığının temelini oluştururken kişi zorlu durumlarla başa çıkmak ve altından kalkabilmek için reddedilme duyarlılığı geliştirmektedir. Böylelikle, bilinçsiz bir direnme aracı olarak çocuğun, reddedilme duyarlılığı geliştirdiği için kendi zayıflıklarına ve endişelerine odaklandığı belirtilmektedir (Horney, 2007). Varlı'ya (2022) göre, insanların sosyal yaşamı, reddedilme duyarlılığından çeşitli şekillerde etkilenerek iletişim kurmakta zorluk yaşamalarına ya da iletişim kursalar bile etkileşimi sürdürmelerini engelleyen ve ilişkilerini bozan bir duruma dönüşmektedir. Bu bağlamda kişilerarası ilişkilerin bozulması, bireyin başkalarından uzaklaşmasına ve güven problemi yaşamasına neden olurken toplumsal ilişkilerini sürdürmesini engelleyen bir yapıya dönüşmektedir (Gonzaga, 2001). İnsanlar, ait olma ve kabullenme gibi temel ihtiyaçlarından dolayı başkalarıyla ilişkiler kurabilmek ve sürdürülebilmek isterler (Maslow, 1943). Fakat, bu kişiler reddedilme durumlarına karşı hassas oldukları için önemli kaygılar taşırlar ve en ufak bir izlenim ortaya çıktığında aşırı tepki verme eğilimi göstererek başkaları tarafından reddedilme olarak görülmeyecek pek çok durum, bu duyarlılığa sahip kişiler tarafından reddedilme olarak algılanarak ilişkilerde problem yaşamalarına sebep olmaktadır (Varlı, 2022).

İnsanların sosyal yaşamı, reddedilme duyarlılığından çeşitli şekillerde etkilenebilir. Başta endişelerinden dolayı iletişim kuramazlar ve etkileşime girseler bile bu onların etkileşime devam etmelerini engelleyen ve ilişkilerini bozan bir senaryo haline gelir (Varlı, 2022). Bu bağlamda kişiler arası ilişkilerin bozulması, bireyin başkalarından uzaklaşmasına neden olup güvenmesini güçleştiren bir olguya ve sosyal yaşamını sürdürmesine engel olan bir yapıya dönüşmesine neden olmaktadır (Gonzaga, 2001). Literatür gözden geçirildiğinde, kişilerin algıladığı reddedilme durumu, kişide düşmanlık duygularını tetiklediğini ve saldırgan davranış riskini artırdığı gözlemlenmektedir (Varlı, 2022). Buna ek olarak, bu kişiler ilişkilerinde reddedilmeye dair bir sinyal fark ettiklerinde kendilerini yakınlıktan uzaklaştırma gibi uygunsuz davranışlar sergiledikleri görülmüştür (Gonzaga, 2001; Varlı, 2022).

Literatürde reddedilme duyarlılığının iki ana kavramsallaştırması mevcuttur. İlki, reddedilme duyarlılığını bir kişilik özelliği olarak tasvir ederken, ikincisi onu çevresel değişkenler tarafından tetiklenen bilişsel ve duygusal bir işleme eğilimi olarak açıklar. Boyce ve Parker'a (1989) göre, nevrotik kişilik özelliğinin bir parçası olarak bilinen reddedilme duyarlılığı; başkalarının tutum, davranış ve duygularına karşı duyarlılık geliştirerek reddedilmeye karşı önlem alma veya kaçınma faaliyetlerini gerçekleştirdiği gözlemlenmiştir (Bozkuş ve Araz, 2015; Varlı, 2022). Reddedilme duyarlılığının, kişinin kabul edilebilir, sevilen veya arzu edilen biri olup olmadığı gibi kendisiyle ilgili görüşlerle bağlantılı olabileceği özetlenebilir (Sarısöy, 2017).

Reddedilme duyarlılığının tanımsal karşılığını, kişiler üzerinde nasıl etkileri olduğunu, davranışsal ve duygusal olarak nasıl tezahür ettiğini ele aldım. Bir sonraki bölümde reddedilme duyarlılığının bireyde oluşum ve gelişim aşamalarına yönelik araştırmalar ele alınacaktır.

1. Reddedilme Duyarlılığı ve Çocukluk Yaşantısı

Bağlanma kuramından faydalanılarak, bireylerde reddedilme duyarlılığının nasıl geliştiği üzerine yapılan araştırmalar, reddedilme duyarlılığının çocukluk dönemindeki ebeveynin çocuğu koşulsuz kabul etmemesi ile bağlantılı olduğu sonuçlarına ulaşmıştır (Feldman ve Downey, 1996). Bağlanma teorisi, fikirler açısından, çocukluk boyunca kurulan ilişkilerin kavramsal çerçevelerinin inşasına

ve bunların yaşamın sonraki dönemlerinde kurulan ilişkiler üzerindeki etkisine atıfta bulunur. Çocukluk etkileşimlerinden üretilen zihinsel modeller, değiştirmesi zor bir çerçeve oluşturur ve yetişkinlik döneminde diğer insanlarla olan tüm bağlantılar, çocuklukta oluşana benzer şekilde sürdürülmeye devam eder (Bowlby, 1988). Erken çocukluk deneyimlerinde ebeveynleri tarafından reddedilmeye maruz kalan bireyler, yetişkin ilişkilerinde belirsizlik ile karşı karşıya kaldığı durumlarda reddedilme beklentisi ortaya çıkar (Romero vd., 2005). Erken deneyimlerde yaşantılanan reddedilmenin yol açtığı psikolojik rahatsızlıklar, çocuklukta zorlanmalara neden olarak reddedilme hissinden kurtulmak için büyük çaba harcamalarına neden olur (Bowlby, 1982).

Araştırmalara göre, bakıcıların ve diğer aile fertlerinin bir çocuğun ihtiyaçlarını karşılamayı reddetmesi veya karşılama konusundaki isteksizliği, gençlerde önemsedikleri kişilerin gerektiğinde onların yanında olmayacakları, onlar tarafından desteklemeyecekleri, kendisiyle paylaşımında bulunmayacakları yönünde beklentiler yaratarak reddedilmeyi önlemeyi çok önemli bir hedef haline getirmektedir (Ayduk vd., 2003). Reddedenler çocuğun hayatında önemli kişiler olduğundan, reddedilme beklentisi rasyonel olmaktan çok duygusaldır (Bowker vd., 2011). Ostrov ve Godleski'ye göre (2010), aile içi anlaşmazlıklar ve agresif annelik uygulamaları gibi ailesel ve ebeveyn özellikleri, reddedilme duyarlılığını yordamaktadır. Ayrıca araştırmalar, akranlar tarafından reddedilmenin, reddedilme duyarlılığının gelişimi üzerinde etkisi olduğunu göstermiştir (Wang vd., 2012). Horney'e (2007) göre erken dönemde yaşanan olaylar, reddedilme duyarlılığının kökenidir. Bunu, içgüdüsel bir direnme aracı olarak bireyin, reddedilme duyarlılığını geliştirmesine ve kendi zayıflıklarını düzenlemeye çalışmasıyla oluştuğunu öne sürmektedir.

Bebeklerin erken dönemdeki reddedilme deneyimlerine dayalı olarak oluşturdukları bilişsel-duygusal süreçleri, Romero-Canyas ve Downey (2005) tarafından yapılan araştırmada ele alınmıştır. Bireylerin yaşamları boyunca kullanabilecekleri beklenti ve algıların temeli, bebeklik döneminde oluşan ilgili şemalar kullanılarak düzenlenir. Yaşanan olaylara ve ilişkilerdeki olumsuzluklara ilişkin yüklemelere bakış açısı, belirsizlik durumlarında ipuçlarını analiz etme süreçleri, reddedilme duygusunun oluşacağı senaryolar bu süreçte belirlenir çünkü reddedilme duyarlılığının oluşumu çocukluk döneminde başladığı

belirtilmektedir. Tüm bu inançlar, diğer insanların davranışlarının amaçlı bir reddetme olduğu izlenimine ve dolayısıyla reddedilme duyarlılığına katkıda bulunur (Ainsworth vd., 1978; Romero vd., 2005; Varlı, 2022).

2. Yakın İlişkilerde Reddedilme Duyarlılığı

Yakın ilişkiler, insanların eylemleri, duyguları ve psikolojik sağlıkları üzerinde önemli bir etkiye sahip olan reddedilme duyarlılığı ile ilgili başka bir araştırma alanıdır. Çocukluğun ilk yıllarında anne babanın reddedici tutumları sonucu kendini korumaya yönelik gelişen bir tepki olan duyarlılık, yetişkin yaşamına uyum sağlamada da sorunlara neden olur ve kişinin yaşamını ve ilişkilerini zorlaştırır (Bowlby, 1982). İnsanların kişilerarası etkileşimlere karşı hassasiyetleri zamanla olgunlaşarak reddedilme hassasiyetine dönüşür ve yakın ilişkilerde olumsuz etkiler ortaya çıkmaya başlar (Erözkan, 2007). Reddedilme duyarlılığının önemli belirleyicilerinden biri olan reddedilmeyi kaygılı bekleme, hem ergenlik hem de yetişkinlik döneminde yakın ilişkilerde güçlülere neden olarak kişilerarası iletişim güçlüklerine sebep olan bir yapı oluşturmaktadır (Bowlby, 1982; Downey vd., 1995; Varlı, 2022). Ayrıca, reddedilme duyarlılığı ilişkilerde kendini gerçekleştiren kehanet mekanizmasının yapısı ve işlevi gibi kişinin geçmiş deneyimlerinden reddedildiğini varsayması veya reddedilmeye dair oluşan inanç, bu beklentinin neden olduğu minimal ve kişisel anlarda bile kişiyi rahatsız etmektedir (Varlı, 2022). Reddedilme duyarlılığı yalnızca ilişki içerisinde değil ilişkilerin başlamadan önceki aşamasında da kişilerin hayatında güçlülere neden olmaktadır. Reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireyler ilişkiye yönelik korku veya kaygı yaşamakta, hayal kırıklığına uğramamak ve partneri olacak kişi tarafından reddedilmemek için ilişkiye başlamamayı tercih edebilmekte ve romantik ilişki kurmaktan kaçınabilmektedirler (Faraji ve Sucu, 2023). Kolaylaştırıcı bakış açısına göre, kişinin dikkatini çeken her davranış, sorunlarının makul olduğu inancını güçlendirir ve sorunları yavaş yavaş tüm sosyal bağlantılarına yayılır (Downey vd., 2000; Varlı, 2022).

Reddedilme duyarlılığı olan kişiler sağlıklı ve iyi ilişkiler kurduğunda bile, etkileşimin ilerleyen aşamalarında şefkat eksikliği görülebilmektedir. Ayrıca partnerlerinin duygusuz veya kafa karıştırıcı hareketlerini reddedilme olarak yorumlama eğilimleri vardır. İlişkide reddedildiklerini hissettikleri durumlarda

veya reddedilme riskinin olduğu durumlarda partnere karşı saldırgan, kıskanç ve kontrolcü hale gelebilirler. Ayrıca, ilişkiye olan desteklerini geri çekerek kendilerini korumaya çalışabilmektedirler (Downey ve Feldman, 1996).

3. Reddedilme Duyarlılığı ve Bağlanma

Bağlanmanın temel anlamı olarak bir kişinin kendisi için önemli olan başka kişilere duyduğu kuvvetli duygusal bağ olarak nitelendirilmektedir (Bowlby, 1982). Yaşamın ilk evreleriyle oluşmaya başlayan ve bakım verenler tarafından şekillenen bağlanma, kişinin yaşamı süresince ilerleyeceği toplumsal bağ üstünde hâkim olan bir görüştür. Erken dönem yaşam deneyimlerinde çocuğun temel ihtiyaçlarını karşılayan kişiye karşı geliştirilen bağlanma şeklinin; çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik çağında kurulan duygusal bağları, toplumsal bağları ile ilişkili olduğu görülmektedir (Nacar ve Gökkaya, 2019).

Bowlby'e (1982) göre bağlanma, konforlu, güvenli ve dayanıklı olan bir ilişkidir. Bir farklı açıklamaya göre bağlanma; çocuk ve bakım veren kişi ile arasındaki oluşan bir his ile açıklanmaktadır (Maslow, 1943). Bağlanma teorisi çerçevesinde bağlanma için etkili bir nokta, kişinin geçmiş ve şu an arasındaki iletişimin ölçüsü ve tecrübeler ile gelişen döngüdür (Sroufe, 2005; Nacar ve Gökkaya, 2019). Bağlanma teorisi daha geniş bir perspektiften incelendiğinde, bağlanma sadece bebeklik çağında meydana gelen bir olay değil; kişinin ilerideki zamanlarda yaşamı için geçerli olan ve devam eden bir olgudur (Sroufe, 2005). Şayet bir bebek, ihtiyaç duyduğunda bağlanma objesinden beklediği reaksiyonu alabilirse, toplumla daha iyi geçinebilmesine dair altyapı geliştirilmesine olanak sağlar (Hazan ve Shaver, 1987) ve bu bağlanma ileri zamanlardaki toplumsal bağ etkileşimi için oldukça önemlidir (Bowlby,1977; Nacar ve Gökkaya 2019). Ainsworth (1979), yaptığı çalışmada bir ortamda bulunan çocukların annesinden uzaklaşan ve sonrasında annesiyle kavuşturulan çocukların tepkileri ile güvenli ve güvensiz bağlanma şekillerini ortaya koymuştur. Bu değerlendirmeleri güvenli, kaygılı ve kaçınan olarak 3 ana gruba ayırmıştır. Güvenli bağlanma, kişinin güvende ve özenli biçimde ihtiyaçlarının karşılandığı bağ çeşididir (Bowlby, 1977). Kaygılı bağlanan çocuklar ise, annelerini ya da bakım veren kişiyi yanlarında istediklerinde onların geleceğinden veya yardım edeceğinden tam olarak emin olamayan çocuklardır (Ainsworth, 1979). Kaçınan bağlanan

çocuklar bakım verenlerinin onlara yardım edeceğine dair inancı bulunmayan çocuklardır. İstikrarlı olarak çocukların isteklerine kayıtsız kalan cevap vermeyen, cevap verdiklerinde onları tersleyen bir bakım verene sahip olan çocuklar ebeveynleri ile vedalaştıklarında reaksiyon göstermezler ve ebeveyni geri döndüğü zaman yakın temasta bulunmayarak kaçınma gösterirler (Bowlby, 1977).

4. Reddedilme Duyarlılığı ve Şema Kuramı ile ilgili Çalışmalar

İlk çağlarda negatif tecrübeler sonucunda oluşan şemalar, psikopatolojilerde olan biliş, duygu ve davranışlara yol açar (Young, 1999) Bu sebeple, güvensiz bağlanma ve psikopatoloji arasında bulunan bağda ilk çağlarda uygunsuz şemaların bilişsel bir aracı olduğu varsayımına bakılarak kuramsal bir sembol ortaya çıkabilmekte ve bu bağlamda deneye dayalı hipotezlerin kısıtlı olduğu görülmektedir (Zörer, 2015).

Bağlanma teorisi ile ilişkili olan reddedilme duyarlılığı kuramı, erken çocukluk deneyimlerinde oluşan ve yineleyen reddedilme tecrübelerinin özümsemesi ile ilgilidir (Bowlby, 1973a, 1980b, 1982c). Kişilerle ilgili problemlerin kaynağı olarak gösterilen reddedilme duyarlılığının (Feldman ve Downey, 1994) bağlanma ile kişilerle olan sorunların arasında olan bağlantıyı değiştirebileceği bilinmektedir. Özen ve arkadaşları (2011), bağlanma ile ikili ilişkilerin reddedilme duyarlılığı kapsamında incelendiğinde, reddedilme duyarlılığının hem kaçınan hem de kaygılı bağlanma stili ile güçlü bir bağlantısı olduğu görülmüştür. Reddedilme duyarlılığının sadece kaçınan bağlanma modelinde ikili ilişkilerde birbirlerini etkiledikleri gözlemlenmiştir. Sonuç olarak, reddedilme duyarlılığının kaçınan bağlanma modeli ile ikili ilişki arasındaki bağlantıda düzenleyici etken olduğunu, kaçınan bağlanmanın ilişkilerde, kaygılı bağlanmaya nazaran daha çok hasar görebileceği bilinmektedir (Nacar ve Gökkaya, 2019).

Reddedilme hassasiyeti olan kişilerin benliklerinin yeterli olmadığını düşünen ve kendilerini değerli olarak görmemelerine sebep olan benliğe dair negatif inanca sahip oldukları; bununla birlikte başkalarını reddedici bir unsur olarak görmelerine, başkaları tarafından onay göremeyecekleri ve reddedilecekleri düşüncesine sahip olmalarına sebep olan başkaları hakkında

olumsuz inançların varlığından söz edilmektedir (Yıldız, 2021). Bu verilere bakılarak, saplantılı bağlanan kişilerin kendilerinin yeterli ve değerli olmadıklarını düşünmeleri hem kişiliğe hem de diğer insanlara karşı güvensizliğin hâkim olması, kaygılı bağlanan kişilerin ise yeterli olmadıklarını bilmelerine rağmen başkalarının da reddedici olduklarını bilmeleri sebebiyle reddedilmeye hassas bir tutum sergileyebilecekleri bilinmektedir. İlâveten, saplantılı bağlanan kişilerin başkaları tarafından doğrulanma gereksinimi olması sebebiyle reddedilmeye duyarlılığının bir niteliği olan reddedilmeye fazla reaksiyon göstermeye meyilli olabilecekleri bilinmektedir (Bowlby, 1982; Zörer, 2015).

Bireyler diğerlerine karşı olumsuz inançları sebebiyle başkalarını reddedici olarak nitelendirebilirler. Fakat özdeğerlerinin veya kendilerine dair olumlu inançlarını gelişmesi ile başkaları tarafından reddedilmelerinin kendilerinin yeterli olmadıkları ve değerli olmadıkları gibi düşüncelerle ilgisi olmadığını görebilirler. Bu sebeple kaçınan bağlanan kişilerin reddedilme duyarlılığı kaygılı bağlanan kişilerdekine benzer şekilde olduğu görülmüştür (Feldman ve Downey, 1994; Nacar ve Gökkaya, 2019).

C. Aldatma Eğilimi

1. Aldatma Kavramı

Aldatma, araştırmacılar ve kültürel toplum yapısı tarafından farklı şekilde tanımlanmaktadır (Schonian, 2013). Karşılıklı duygusal aktarımın olduğu bir ilişkide eşlerden birinin, başka biri ile duygusal veya fiziksel yakınlığını çığnemesiyle aldatma gerçekleşmektedir (Drigotas ve Barta, 2001). Ayrıca, aldatma ilişkiden ilişkiye farklılık gösterebilir veya partnerlerin bile neyin aldatma olduğu konusunda farklı görüşlere sahip olduğu bilinmektedir (Hertlein vd., 2005). Aldatma, romantik ilişkilerde ve evlilikte ilişki dinamiğini veya istikrarını zedeleyen önemli tehdit unsurlarından biridir (Güler, 2022; Mark, vd., 2011). Bunlara ek olarak, Fricker (2006) aldatmayı, eşlerden birinin başka bir kişiyle duygusal, cinsel veya romantik yakınlığını takiben kişinin kendi ilişkisine olan inancını ve uyumunu kaybetmesi olarak tanımlarken; bazı araştırmacılar, aldatmayı sadece fiziksel boyutuyla, bazıları ise fiziksel ve duygusal yakınlık boyutunu kapsayacak şekilde ele almıştır (Allen, 2004; Çiftçi, 2020; Şehitoğlu,

2021). Aldatma eğilimi değerlendirilirken evliliğe, ilişkiye veya flörte özellikle de kişiye göre aldatmanın koşulları farklılık göstermektedir. Aldatma tanımlarına kişilerin önceki yaşamları, aile dinamikleri, kökenleri, kişilik yapıları gibi durumların dahil edilmesi hayati olmakla birlikte, ortak yönlerin de olduğu tespit edilmiştir (Gambescia vd., 2003). Ek olarak, aldatma ve sadakatsizlik kavramlarının birbiri yerine kullanılmasına karşın, Sungur (2017), sadakatsizliğin yalnızca bir seçim olduğunu, aldatmanın ise bu seçimin devam ettirilmesi ile süregelen durumsal parçası olduğunu belirtmiştir.

Literatürde, aldatma ve aldatma eğilimi gibi kavramların da birbirinin yerine de kullanıldığı ve aldatmanın farklı tanımlarının olduğu görülürken araştırmalarda aldatma ile başa çıkma konusunda çeşitli yaklaşımlar bulunmaktadır (Polat, 2006). Eski araştırmalarda aldatma eyleminin sadece cinsel birleşme ile sınırlı olduğu görülmekteydi (Thompson, 1983). Fakat, çoğu araştırmacı, psikolog ve çift artık hem duygusal hem de davranışsal boyutların yanı sıra mahremiyet endişelerini içeren geniş sadakatsizlik tanımlamalarını onaylamaktadır (Hertlein vd., 2005). Aldatma eğilimi değerlendirilirken evliliğe, ilişkiye veya flörte, özellikle de kişiye göre aldatmanın koşulları farklılık göstermektedir. Aldatma tanımlarına kişilerin önceki yaşamları, aile dinamikleri, kökenleri, kişilik yapıları gibi durumların dahil edilmesi hayati olmakla birlikte, ortak yönlerin de olduğu tespit edilmiştir (Gambescia vd., 2003). Bütün bunlara ek olarak, Blow ve Hartnett (2005), "Aldatma, bir kişinin ilişkinin dışında yaşadığı, o ilişkide partnerlerden biri veya her ikisi tarafından üzerinde anlaşmaya varılan romantik/duygusal veya cinsel yakınlığa ilişkin standartların ihlalidir" olarak betimlemiştir.

Bütün bunlara ek olarak, aldatma söz konusu olduğunda, yapılan araştırmada erkekler evlilikleri boyunca kadınlardan daha fazla aldatma eğiliminde bulunmaktadır (Güler, 2022). Başka bir araştırmada ise, kadınların %45-55'inin ve erkeklerin %50-60'ının partnerleri dışında biriyle cinsel ilişkiye girdiğini ortaya koymuştur (Atwood ve Schwartz, 2002; Egan ve Angus, 2004; Muz, 2022).

2. Aldatma Nedenleri

Aldatma eğilimi olan kişilerde belirli bir ilgi ihtiyacı olduğu görülebilmektedir (Zare, 2011). Diğer bir deyişle, aldatma eğilimin nedenleri ve aldatmayı etkileyen unsurlar arasında ilgi beklentisi ve ayrıcalıklı olma ihtiyacı yer almaktadır (Özkur, 2022). Bireysel, durumsal veya ilişkisel faktörlerin tümü, aldatma eğilimine katkıda bulunabilmektedir. Bireyin erken çocukluk dönemindeki ilişki örüntüleri, güvensiz ve kaçınan bağlanma biçimleri, evliliğini ve ilişkisini kaybetme kaygısıyla başka birine yönelmesi, ilişkinin kalitesinin düşmesi, partneriyle yaşadığı anlaşmazlıklar, aldatma olasılığını artıran özellikler arasında olduğu görülmüştür (Duba vd., 2008; Muz, 2022). Ayrıca, psikanalitik kurama göre yetişkinlerde cinselliğin duygu ve romantizm aktarımı olarak öğrenilmesi, kişide yaşamın ilerleyen yıllarında cinsel yönelim değişikliğine neden olabilmesiyle birlikte, cinsel tatminde problem yaşayarak farklı bir partnerden cinsel tatmini elde edebilmek adına aldatma eğilimini artırdığını göstermektedir (Weil, 1975). Duygu, cinsellik, ilişki doyumu gibi boyutların haricinde aldatma eğiliminin alt boyutlarına bakılan araştırmaların bulgularına göre, psikopatoloji, kişilik bozuklukları, parafili, bağımlılık ve aldatma eğilimi arasında önemli bir ilişki bulunmuştur (Levine, 1998).

Literatür incelendiğinde aldatma davranışının ilişki doyumsuzluğu, intikam alma arzusu, hüsrana, yetersizlik, beklentilerin karşılanmaması, tatminsizlik, kişilerarası zorluklar, ihmal, monotonluk, cezalandırma arzusu, erken ilişki öğretileri, kültür, ilişkideki sorunun farkında olmama, yalnızlık duygusu, duygusal travma gibi nedenlerin aldatma davranışının nedenleri arasında olduğu görülmüştür (Dupree vd., 2007). Farklı bir noktadan aldatmaya bakıldığında ise, daha önceki yıllarda aldatma eğilimine odaklanan araştırmaların yapısı tipik olarak aynıyken, günümüzde online platformlarda aldatma oranına bakıldığında oldukça yaygın olarak bulunmuş ve bireylerin yüz yüze karşılaşılabilecekleri kaygılardan uzak bir şekilde sanal dünyada romantik ve cinsel içerikli materyallerle aldatma davranışını gösterdiğini bildirilmiştir (Muz, 2022).

Son olarak, Müezzinoğlu (2014), aldatmayı etkileyen ve kişiyi aldatmaya yönlendiren elementleri bireylerin etik olgularına yaklaşımı, iletişim niteliği, sorumluluk duygusu, dönemsel duygudurumda yıpranma, hayat seyri, mutsuzluk, partnere verilen değer düzeyi, kişilik özellikleri, cinsel tutum ve doyum, hobiler,

kişiler arası ilişki tutumları, kişide var olan aldatma eğilimi, partnerin beklentileri, akran çevresi, partnerlerden birinin monotonluktan sıkılması ve yeni arayış içinde bulunması, aile faktörü şeklinde sıralamıştır.

Bu faktörler ışığında aldatma davranışının pek çok unsurun etkisi altında gerçekleşebileceğini söylemek mümkündür. Bu konuda, kesin yargılar söylemek mümkün olmasa da bireylerin benlikleri haricinde partnerleri, çevreleri veya buldukları koşullar gereği aldatma eğilimine yönlenebilmektedir.

3. Aldatma Türleri

Gambescia ve arkadaşlarının (2003) literatür araştırmaları temel alındığında; aldatmanın farklı türlerinin olduğu ve kendi içinde farklı kategorilere ayrıldığı ortaya konulmuştur. Bu sınıflandırılma oluşturulurken; bireylerin geçmiş yaşantıları, karakteristik özellikleri, ilişki dinamikleri kişileri tetikleyici konumda olan durumlar gibi pek çok sebep temel alınıp değerlendirilmiştir. Aldatma çeşitlerinin değişen ve gelişim gösteren yaşam tarzları ile iç içe olduğu gözler önüne serilebilmektedir (Özku, 2022). Akıllı cihazların ve internetin zaman geçtikçe insan yaşamının önemli bir kısmını kapsamıyla birlikte çevrimiçi ortamlarda aldatma eylemleri daha sık bir şekilde önümüze çıkmaya başlamıştır (Demirtaş Madran, 2008). Aynı zamanda insanlar aldatma eylemini ortaya koyarken çeşitli uygulamaları akıllı telefonlarına indirmeye başlamışlardır (Gambescia vd., 2003). Bireyden bireye farklılık gösterebilen bu sorun, aldatma eylemlerinin çeşitliliğini ortaya koyulabilmesini gerekli kılmıştır (Polat, 2006; Tortamış, 2014).

Aldatma türlerinden bahsedecek olursak; duygusal aldatma, taraflardan birisinin başkasına karşı duygusal hisler olarak bir duygu beslemesini ve ona bağlanmasını içerir (Demirtaş Madran, 2008). Aldatmanın bu çeşidinde, sevgili veya evli olma durumu sürdürülürken başka bir bireyle duygusal bir durum içerisine girmek uzun soluklu ilişkileri zor bir duruma sokabilmektedir. İlişki sürdürülürken taraflardan birisinin başka birisine âşık olması bu durum için örnek gösterilebilmektedir (Özku, 2022). Bir diğer aldatma çeşidi olan cinsel aldatma, partnerlerin ilişkileri devam ederken taraflardan birisinin başkasıyla cinsel bir ilişki içerisine girmesini ifade ediyor (Polat, 2006). Başka bir bakış açısı ise; aldatma, cinsel açıdan birbirlerine sadık kalma durumunu ihlal etmek olarak da

açıklanabilir (Fye ve Mims, 2019). Günübirlük ilişkilerde taraflardan birinin planlı ya da plansız bir şekilde başkasıyla bir ilişki içerisine girmesi, bu aldatma türünü kapsamaktadır (Tortamış, 2014). Günübirlük ilişkiler, dinamiğin sürdürölme şekli ve zaman ayırımı bakımından cinsellik konusundaki aldatma türünden ayrılmaktadır diye söz edebiliriz (Özkur, 2022). Online aldatma, taraflardan birinin partneri dışında başka herhangi biriyle, çevrimiçi bir konumda başlamış olan ve e-posta ya da sohbet uygulamaları üzerinden gerçekleştirilen ve dijital ortamda sürdürölün cinsel ya da romantik bir şekilde meydana gelen ilişki türüdür (Fye ve Mims, 2019). Siber yollarla aldatma olarak da araştırmalarda adı geçen bu aldatma çeşidinde taraflar, çevrimiçi ortamlar aracılığıyla bir araya gelerek aldatma eylemini gerçekleştirmektedirler (Zare, 2011). İnsanların yaşamlarını devam ettirirken meydana gelen alışkanlıklarının da değışime uğradığı günümüzdeki hayat şartlarında ortaya koyulmuş olup aldatma eylemi gittikçe artan ve yayılan bir eylem olarak daha sık karşılaşılan bir durum olarak ortaya çıkmıştır (Özkur, 2022). Bir diğer aldatma türü olan sexting, diğer aldatma türleri değeriendirildiğinde kişilerarası mesafe ile gerçekleşmesi sebebiyle farklılık göstermektedir. Dijital ortamda müstehcen mesajların yollanması veya alınması bu aldatma türü ile açıklanmaktadır (Dupree vd., 2007). Son olarak hayali aldatmada, taraflardan birinin ilişkisi halen devam ederken arzuladığı ve birlikte olmayı istediği başka bir kişinin olması ya da partnerini birlikte olmayı istediği bir birey olarak hayal etmesidir (Özkur, 2022).

Partnerlerin birbirlerine karşı olan bakış açıları, tutumları, sevgilerini dile getirme tarzları gibi durumlar, aldatmanın türlerini ve partnerlerin aldatma eğilimlerini de etkilemesi söz konusudur. Aldatma çeşitleri ilişkinin temellerine büyük ölçüde zarar veren ve tarafların duygusal iyi oluş açısından bağıllık duygularına da zarar veren örnekleri gözler önüne sermektedir (Tüzer, 2011).

4. Aldatma Eğilimi ve Şema Kuramı ile İlgili Çalışmalar

Aldatma eğilimi ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkide, çağdaş ilişki dinamiklerinden etkilendiği görölmektedir. Örneğin araştırmalar, kopukluk ve reddedilmişlik şema alanında baskın olan evli veya romantik ilişkisi olan kişilerin ilişki doyumunun daha az olduğunu gösterirken (Yiğit ve Çelik, 2016); düşük ilişki doyumunu, aldatma olasılığındaki artışla bağılantılı olduğu

vurgulanmıştır (Kubat, 2012). Bu araştırma bulgularından yola çıkarak, ilişki doyumu bu çalışmada şema kategorileri ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkide düzenleyici bir değişken olarak görülmektedir. Ayrıca araştırmalar, ilişki bağlılığı güçlü olanların yani ilişkilerini sürdürmeye hevesli kişilerin, aldatma olasılığının daha düşük olduğunu ortaya koymuştur (Buunk ve Bakker, 1997; Drigotas vd., 1999). Yapılan bu araştırmaların sonuçlarına ve Çiftçi'nin (2020), erken dönem uyumsuz şema alanlarının aldatma eğilimiyle olan etkisine bakıldığında, ilişki doyumu ve ilişki bağlamının rolünün incelendiği çalışması erken dönem uyumsuz şemalar ilişki bağlılığı düşük kişilerde ilişki doyumunu azalttığını, aldatma eğilimini arttırdığını görülmektedir. Ayrıca, bu çalışmadan elde edilen verilere göre, aldatma eğilimi ve erken dönem uyumsuz şemalar arasında anlamlı bir ilişki olduğu da belirtilmiştir (Tüzer, 2011; Çiftçi, 2020).

Tortamış (2014), aldatma eğilimi ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasında ilişkiyi inceleyen çalışmada, zedelenmiş özerklik şema alanının, kopukluk ve reddedilmişlik şema alanının ve başkası ve diğerleri yönelimlilik şema alanlarının alt boyutları ile aldatma eğiliminin, kadın katılımcılar üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu sonucunu ortaya koymuştur. Araştırma cinsiyet bağlamında incelendiğinde, kadınların aldatma oranının arttığının görülmesine karşın, şema bağlamıyla incelenmesi, erkeklerde aldatma eğiliminin erken dönem uyum bozucu şemalar ile arttığı gözlemlenmiştir. Erkeklerin bu eğilimi göstermesi, şemalarını telafi amacıyla aldatmaya yönelmeleri olarak bahsedilmiştir (Güzel, 2016). Bir başka çalışmada, yüksek standartlar şema alanına sahip bireylerin, ilişkilerden doyum alıyor olsalar bile daha iyi seçenekleri değerlendirmeye alarak ilişkiye bağlanma düzeylerinin daha az olduğu sonucuna varılmıştır (Drigotas vd., 1999).

Aldatma eğiliminin erken dönem uyumsuz şema alanları ile ilişkisini inceleyen araştırmalar, erken dönem uyumsuz şemaların aldatma eğiliminin temellerine dayanabileceğini, bütün şema boyutlarının ayrı nedenlerle bireyi aldatmaya eğilimli hale getirebileceğini açıklamaktadır (Polat, 2006; Simeone-DiFrancesco, vd., 2015). Örnek olarak, bireyin çaresiz hissettiği durumlarda rahatlama hissini farklı yollarla arayışı, kişide duygusal yoksunluk, terk edilme ve onay arayıcılık gibi şema alanlarından meydana gelen karşılanmamış gereksinimlerinin varlığını ortaya koymaktadır (Tüzer, 2011; Simeone-

DiFrancesco, vd., 2015). Erken dönem uyum bozucu şemaları, psikolojik belirti ve aldatma eğilimi çerçevesinde, depresyon tanısı bulunan ve klinik tanısı olmayan kişilerde, Kusurluluk-Utanç, Yetersiz Özdenetim ve Kendini Feda Etme şemalarının depresyon tanısı alan ve almayanlar arasında değişiklik gösterdiği bulunmuştur (Güler, 2022). Ayrıca, aldatma eğiliminin erken dönem yaşam olaylarıyla bağlantılı olduğuna inanan araştırmacılar, ilişkide bağlanma biçimleri ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkiye odaklanılmış ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Hatamy vd., 2011). Ancak literatüre bakıldığında bu olguların şema kavramı ile ilişkisini inceleyen kaynakların yetersiz olduğu görülmektedir.

5. Aldatma Eğilimi ve Şema Alanları

Aldatma eğilimi ve erken dönem uyum bozucu şemaların birbiri ile ilişkili olduğu pek çok çalışma mevcuttur. Bu bağlamda, aldatma eğiliminin bütün şema alanları ile ilişkili olduğu görülmüştür.

a. Ayrılma ve Reddedilme/Kopukluk Şema Alanı

Bu bölümdeki şemalardan biri veya birkaçı görülen kişilerin, romantik ilişki yaşadıkları bireylerle kurdukları bağlar güvensiz ve yetersiz olur. Bu güvensiz bağlanmaya sahip olan bireyler, diğer bireylerin kendilerinden hoşlanmadıklarına ve diğer insanların sadık olmayan bireyler olduğuna inanırlar (Young vd., 2003; Karpuz İlericiler, 2015). Çoğunlukla bireyler çocukluğun ilk evrelerinde bakım verenlerinin uzun süreli görüşmeyi kesmesi, kesmek ile tehdit etmesi, mesafeli ve tutarsız olması, kaba kuvvet göstermesi, hızlı Öfkelenmesi gibi durumlarda gerçekleşir (Rafaeli vd., 2012). Bu alanda 5 adet şema mevcuttur. Terk edilme şemasına sahip olan bireyler genellikle kendilerinin bırakılacağını, terk edileceğini, kimsenin hayatlarında uzun süreli kalmayacağını, ilişkilerin eninde sonunda biteceğine ve hep tek başlarına kalacaklarına inanırlar. Kişiler yakın ilişkilerde oldukları insanların kendilerinden soğuyacaklarına dair inançları dolayısıyla romantik ilişkilerini olumsuz yönde etkilerler (Young vd., 2003). Güvensizlik/Kötüye Kullanılma şemasına sahip olan bireyler, diğer kişiler tarafından kırılacağına, kötüye kullanılacağına, zarar göreceğine, insanların kendisinden faydalanacağına veya iyi niyetinin suistimal edileceğine inanırlar. Bu sebeple bu şemaya sahip olan kişiler romantik ilişkilerinde partnerlerinin kendilerine yanaşmasına müsaade etmezler veya romantik bağ kurmaktan

çekinirler (Young ve Klosko, 1994; Karpuz İlericiler, 2015). Duygusal Yoksunluk şemasına sahip olan bireyler duygusal açıdan başkalarının kendilerine dayanak sağlayabileceğine inanmamaktadırlar (Rafaeli, vd., 2012; Karpuz İlericiler, 2015). İnsanların kendileriyle ilgilenmediğini, kimsenin hayatında yeterince önemli pozisyonlarda olamayacaklarını, değer görmeyeceklerini, görüyor olsalar bile kısa süre içinde bu değeri kaybedeceklerini, kendilerinin hislerinin başkaları tarafından fark edilmediğini düşünürler ve bu düşünceler sebebiyle bireyler, romantik bağlarını ilgisiz, uzak, soğuk ve mesafeli bireylerle kurabilmektedirler (Rafaeli vd., 2012; Güler, 2022). Bu sebeple romantik ilişkilerinden memnuniyetsizlikleri, kişileri aldatma eğilimine itebilmektedir (Polat, 2006). Kusurluluk/Utancı şemasına sahip olan bireyler ise genel olarak kendilerini hatalı, kusurlu, yetersiz, beceriksiz, çirkin olduklarına inanmalarının yanı sıra diğer bireylerin kendisinin gereksiz ve yetersiz olduğunu olduğunu düşündüğüne inanmaktadır. Bu sebeple bireyler yargılanmaya, eleştirilmeye veya suçlanmaya yönelik yoğun bir hassasiyete sahiptirler (Rafaeli vd., 2012). Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma şemasına göre bireyler kendilerini başka kişilere benzemeyen kişiler olarak görmektedirler. Kendilerini farklı hissetme eğiliminde olan bu kişilerin temel çatışmaları ait olamamak ya da ait hissedememek üzerinedir. Bulunduğu grupların içerisinde bile temelde diğerlerinden farklı olduklarını, o gruba ait ol(a)madıklarını hissederler. Bireyler dışlanmış hissettikleri için eğlence grup ve ortamlarına giremez, girseler de kendilerini oraya ait hissetmezler. Young ve Klosko'ya göre (1994) bu bireyler erişkinlik dönemlerinde arkadaş bulmaktan, arkadaş grubu edinmekten ve toplumsallaşmaktan uzaklaşırlar. Bunlara ek olarak, kaygılı bireyler sosyal yaşantılardan ve diğer insanlardan kaçınmaktadır çünkü insanlar tarafından gelecek eleştiriye, kaybetme duygusuna, utanca aşırı duyarlıdırlar. Bu sebeple, karamsar, fevri, eleştirel, şikâyet eden veya insanların sevmediği davranışları bilerek sergileme eğilimlerinde bulunarak insanları kaybetme korkusuyla baş etmek adına aşırı telafi yaparak onları terk etme veya aldatma davranışları gösterirler (Güler, 2022).

i. Zedelenmiş Özerklik Alanı

Bu bölümdeki şemalardan biri veya birkaçı bulunan bireylerin çocukluk döneminde özerklik gereksinimlerinin giderilmediği görülmüştür. Bu şema

alanında bireyin özgürlük, bağımsızlık veya ayrılık konularında içsel çatışmalara sahip olduğu durumlar söz konusudur. Alandaki şemalar çoğunlukla bireyin öz inancına zarar veren, fazla korumacı veya bireyin bakım verenlerinin kontrolü dışında kendini göstermesine engel olan erken dönem yaşam olayları ve bakım verenlerinin tutum ve davranışlarıyla gerçekleşmektedir (Rafaeli, vd., 2012; Karpuz İlericiler, 2015).

Young ve Klosko'ya (1994) göre, Bağımlılık şeması bulunan kişiler yaşamlarında diğer insanlara danışmadan, onların desteği bulunmadan yaşamlarını sürdüremeyeceklerini düşünme eğilimindedirler (Rafaeli vd., 2012). İçinde buldukları durum ve koşullar ne kadar zorlayıcı olsa da ayrılmak ve kopabilmekle ilgili hassasiyetleri vardır. Yaşamlarını sürdürebilmek adına sürekli birilerinin desteğine ihtiyaç duyarlar (Young ve Klosko, 1994). Zarar Görme/Zarar Görmeye Karşı Dayanıksızlık şeması olan bireyler kendilerinin sürekli ölümcül bir durum içerisinde bulunacağını düşünmekte, ayrıca başlarına kötü bir şey geleceğine ve bununla başa çıkamayacaklarına inanmaktadırlar. Bu nedenle, hayatı kaygılı bir biçimde yaşadıkları görülür (Simeone-DiFrancesco vd., 2015). İç İçe Geçmiş veya Gelişmemiş Benlik şeması bulunan bireyler ise bakım verenlerinden tam olarak ayrışamamış, bağımsız bir kişiliğe henüz ulaşamamış kişilerdir ve bakım verenlerinden yardım alamadığı zamanlarda kendilerinin başarı gösteren hiçbir işte bulunamayacağını ve keyifli olamayacaklarını düşünürler (Güler, 2022). Yakın hissettikleri kişiler ile iç içe bir yaşam sürdürme eğiliminde olarak ya her şeyi onlarla yapmaları ya da onlarsız yaptıkları her şeyi onlara anlatmaları gerektiğine inanırlar (Hatamy vd., 2011). İç içe oldukları kişi/kişiler olmadığında yoğun bir boşluk hisseder, hemen o kişilerin yanına dönmek isterler. Hayatlarını sürdürürken her şeyi birlikte deneyimlemeleri gerektiğine inanırlar. Kendi düşüncelerinin bu yönde olması ve bakım verenlerine sürekli iç içe olma durumu bireylerin romantik bağlarını da olumsuz yönde etkilemektedir (Josephs, 2006). Başarısızlık Şeması bulunan bireyler yaşıtı olan kişilerle karşılaştırıldığında meslek alanında uzmanlık, maddiyat, arkadaşlık bağları gibi konularda yetersiz olduklarını düşünmektedirler (Caner, 2009). Ne yaparlarsa yapsınlar başarılı olamayacaklarına, hep yaşıtılarının/akranlarının/iş arkadaşlarının gerisinde kalacaklarına, başarı adımlarını onlar gibi hızlı ya da

tutarlı bir şekilde atamayacaklarına inanırlar (Caner, 2009; Akt. Karpuz İlericiler, 2015).

ii. Zedelenmiş Sınırlar Alanı

Bu bölümdeki şemalara sahip olan bireyler diğer insanların kişisel alanlarını ihlal etmeme, diğer insanlarla ortak etkinlikler gerçekleştirme ve uygulayabileceği bireysel amaçlar belirleme konularında sorun yaşamaktadırlar. Bireylerde bu şemaların bulunmasının sebebi genellikle bakım verenlerinin nüfuz edici bir tutum sergileyerek alan ihlalinde bulunması ya da fazlaca serbest bırakması, kurallardan, yönlendirmeden, sınırlardan uzak durması, sınırsız alan tanınmasıdır (Young ve Klosko, 1994; Rafaeli vd., 2012; Akt. Karpuz İlericiler, 2015).

Haklılık şeması bulunan kişiler, yaşanan her olayda hep doğruyu savunduklarına, kendilerinin daima haklı olduğuna inanarak, diğer kişilerin duygu, düşünce ve savunduklarına aldırış etmeksizin ağırlıklı olarak bencil tutum ve davranışlar sergileme eğilimindedirler (Young, 1999; Young vd., 2003). Bu sebeple romantik ilişkilerinde yaşanan anlaşmazlıklarda kendilerini her zaman haklı bulurlar ve bağ kurduğu bireylerin düşüncelerindense kendi düşüncelerini daha önemli görürler (Josephs, 2006). Bu durum ise bireyleri aldatma eğilimine itmektedir. Yetersiz Özdenetim şemasına sahip olan bireyler ise yaşamlarındaki bireysel amaçlarına ulaşmada ve dürtülerini kontrol etmede başarısız olmaktadır. Bireyler üzüntüden, tartışmadan ve fazla yükümlülükten uzak durmaya çalışırlar (Young, 2003; Rafaeli vd., 013; Akt. Karpuz İlericiler, 2015).

iii. Diğerleri Yönelimlilik Alanı

Bu bölümdeki şemalara sahip olan bireyler, çoğunlukla kendilerini diğer insanlara onaylatmak için ellerinden geleni yapan, onların kendilerinden hoşlanması için emek harcayan, dış onaya önem veren kişilerdir. Bu alanda içsel değerlendirmeler yerini dışsal değerlendirmelere bırakmıştır (Yiğit ve Çelik, 2016). Bu bireylerin bakım verenlerinin öncelikleri çocuklarına şefkat, anlayış ya da empati göstermek yerine toplumsal sınıfları, toplumun düşünceleri, toplum içinde buldukları pozisyon ve bir işten elde ettikleri yararlı sonuçlardır. Bu durumun bireylerin aldatma eğiliminde etkisi olduğu gözlenmektedir. (Young, vd., 2003). Boyun Eğicilik şeması olan kişiler hakimiyeti diğer insanlara verirler.

Bu şemaya sahip bireyler kendilerini devamlı istemedikleri durum ve koşullara boyun eğerken bulurlar. Bireylerin bunu yapmasının altındaki asıl sebep terk edilmemek ya da sahip oldukları ilgi, sevgi ve koşulları için bunu yapmaya zorunlu hissetmeleridir (Rafaeli vd., 2012). Kendini feda şeması olan kişilerin asıl amaçları her zaman diğer insanları tatmin etmektir. Diğerlerinin ihtiyaçları daima kendilerinden önce gelir (Young, vd., 2003). Onay Arayıcılık/Kabul Arayıcılık şeması bulunan bireyler, başkalarının onay ve takdirine fazlasıyla ihtiyaç duyarlar. Tüm emekleri takdir alabilmek ve onaylanabilmek için yaptığı görülmektedir (Rafaeli, vd., 2012).

iv. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Alanı

Bu bölümdeki şemalardan biri veya birkaçı bulunan bireyler duygularını, itkilerini ve kararlarını bakılamakta ve engellemektedirler. Bireylerde bu şemaların görülmesinin çoğunlukla nedeni, bakım verenlerinin acıma duygusundan yoksun, talepkar ve intikamcı olmasıdır. Bu özellikler ise kişiyi aldatma eğilimine götüren ana durumlar olabilmektedir (Rafaeli, vd., 2012). Bu şekilde bakım veren kişiler, çoğunlukla çocuklarından hislerini gizlemeleri, mantıksallık üzerine bir yaşam sürmeleri gerektiğini düşünür, yanlış yapmaktan kaçınır ve her şeyin en iyisini yapmak için çabalamaları gerektiğini düşünürler. Karamsarlık şeması bulunan kişiler, her şeyin eninde sonunda kötüye gideceğine, iyi giden durumların bile zamanla bozulacağına inanırlar (Young, vd., 2003). Yaşadığı durumların her zaman olumsuz yönlerine dikkat etmesi sebebi ile partnerinin de onu aldatacağını düşünmektedir (Karpuz İlericiler, 2015). Duyguları Bastırma şemasına sahip bireyler, duygularının denetimini kaybetmekten çekindiği için sürekli hislerini frenlemek durumunda kalırken, Yüksek Standartlar şeması olan bireyler ise her zaman üzerinde bir ağırlık hissederek rahatlıktan uzak, başarı ve hırs peşinde, yaşamın tadını çıkaramazlar (Müezzinoğlu, 2014). Her zaman yaptığı işte en iyisini yapmak zorunda hisseder, mükemmeli hedeflerler fakat bu durum sadece iş içerisinde değil kurduğu romantik bağlarda ve cinsel ilişkilerinde de bu şekilde devam etmektedir (Kantarıcı, 2009). Bu durum ise kişinin romantik bağlarına zarar vererek aldatma eğilimlerinin artmasına sebebiyet verebilmektedir (Young, vd., 2003; Kantarıcı, 2009).

6. Psikanalitik Kuram ve Aldatma

Psikanalitik kuram çerçevesinde aldatma kavramı açıklanırken bireylerin ödipal komplekslerine değinilmektedir. Buna binaen ödipal dönem sağlıklı bir şekilde tamamlanmazsa bireyler ergenlik dönemi ve sonrasında cinsel problemler yaşarlar. Freud'a göre çocuk, bakım verenlerinin yaşadığı romantik ilişkiyi, karşı cinsten olan bakım vereninin kendisini aldatmak için yaptığını öne çıkarmıştır (Çiftçi, 2020). Birey, ödipal dönemde yaşadığı bu durumu, kendisine yönelik bir aldatma durumu olarak algıladığı için narsisistik bir kırılma yaşar ve bireyde öç alma hissi görülebilir. Birey, öç alma isteği ve aldatılma hissini gerçekleştirdiği psikolojik yara ve zorlanma ile baş edebilmek için bir savunma yöntemi oluşturur ve yaşadığı zorluğu kendisiyle rekabet içerisinde olan bakım verenine çevirir. Birey, sahip olmak istediği fakat kendisini aldatmış olan bakım vereniyle kendisi arasında bir bağ kurar ve bu durum ise bireyin ilişkilerinde ihanet isteğini keşfetmesine sebep olur (Josephs, 2006; Çiftçi, 2020). Bu duruma ilave olarak ödipal dönemde (3-6 yaş) cinsellik kavramının ayıp, istenmeyen bir durum olarak gösterilmesi çocuğun erişkinlik zamanında cinsel doyumunu partneri yerine kendisinden daha değersiz olduğunu düşündüğü başka biriyle yaşama arzusuna kapılmasına neden olabilmektedir (Kantarcı, 2009). Çocuk ödipal kompleksi sağlıklı bir şekilde sonuçlandırır ise bakım vereni ile olan çekişmenin üstesinden gelmiş olur. Bu sebepten yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerini doğru bir şekilde devam ettirmeyi ve ilişkilerine üçüncü kişileri sokmadan tek eşli olarak ilişkisini bir şekilde devam ettirmeyi arzular. Bireyin yaşadığı romantik ilişki biçimleri, fallik dönemdeki karşı cinsten olan bakım vereninin yerini almaktadır. Bu kurama göre bireyin ödipal dönemde bakım vereniyle yaşadığı çatışmalar olumlu bir şekilde çözümlendiğinde birey kendi arzularına sahip çıkabilmekte ve yaşadığı romantik bağlarını sağlıklı bir biçimde düzenleyebilmektedir (Gençtan, 1999; Akt. Şatıroğlu, 2017).

7. Psikososyal Gelişim Kuramı ve Aldatma

Erikson'a (1984) göre Psikososyal gelişim kuramında bireyler yaşamları boyunca sekiz farklı aşama içerisine girerler. Bu sekiz aşama; güvene karşı güvensizlik (0-1 yaş), özerkliğe karşı utanç ve kuşku (1-3 yaş), girişimciliğe karşı suçluluk (3-5 yaş), çalışkanlığa karşı aşağılık duygusu (5-11 yaş), kimlik

kazanmaya karşı rol karmaşası (12-19 yaş), yakınlığa karşı yalıtılmışlık (20-30 yaş), üreticiliğe karşı verimsizlik (30-60 yaş), benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk (60 + yaş) biçimindedir. Birey bu durumları ne kadar başarılı bir şekilde geçirirse kendisi için o kadar yararlı bir ilerleme kaydetmektedir (Margee, 2022). Erikson'a (1984) göre, kişinin içinde bulunduğu her evrenin kendisine özgü olumlu ve olumsuz bazı özellikleri vardır. Yaşanılan bu olumlu ve olumsuz durumlar kişinin potansiyelinin artmasını sağlayan bir dönüm noktasıdır. Erikson yakınlığa karşı yalıtılmışlık evresi bireylerin ilk yetişkinlik dönemine denk gelmektedir ve bu dönemde bireylere karşı gerçekleşen sevginin ve yaşanılan romantik ilişkilerde bağlılığı gerçekleştirilmenin kişilerde duygusal olarak yararlı olacağını savunmaktadır. Bireyin bu dönemde romantik ilişkilerinin kötü deneyimler kazanarak gerçekleşmesi sonucunda ileri yetişkinlik dönemlerinde romantik ilişkilerinin aldatmayla sonuçlanmasına sebep olabilmektedir (Fricker, 2006).

8. Bağlanma Kuramı ve Aldatma

Bağlanma kavramı bir bebek ile bakım vereni arasında oluşan olumlu bağlantıyı belirtmek için kullanılan bir terimdir (Amidon, 2007). Bebekler yaşam konusunda kendi yetersizlikleri ve muhtaçlıkları sebebiyle bir yetişkin tarafından olumsuz olayların önlenmesine ve yaşamlarını sürdürebilmesi için bir bakım verene bağlanmaya ihtiyaç duyarlar. Bu evrede gerçekleşen bağlanma türü, erişkinlik döneminde yaşanan ilişkiler ve duygusal yakınlıklarda da devam eder. Erişkinlik döneminde gerçekleştirilen bağlanma türünün esas nitelikleri bakımından bireyin bebeklik döneminde gerçekleştirdiği bağlanma türüyle benzerlik görülmektedir (Hazan ve Shaver, 1987; Akt. Şatıroğlu, 2017). Kişi, ilk çocukluk döneminde gerçekleştirdiği bağlanma şeklini erişkinlik döneminde duygusal bağlarında da devam ettirir. Bebeklik döneminde bakım verenlerine karşı güvenli bağlanma gerçekleştiren bebekler, diğer bireylerle pozitif ilişkiler kurarken bakım verenine güvenli bağlanamayan bebekler, diğerleri ile ilişkilerinde daha negatif düşünce ve deneyimlere sahiptirler (Bowlby, 1969; Akt. Kantarcı, 2009). Bireylerin bebeklik döneminde gerçekleştirdikleri bağlanma şekilleri onların benlikleri ve duygusal ilişkileriyle alakalı bakış açılarında diğer kişilerden ayrı nitelikleri göstermektedir. Örneğin bebeklik döneminde kaçınan bağlanan kişiler yetişkinlik döneminde kısa vadeli, uzun olmayan romantik bağlar

kurar ve romantik bağlara ilişkin negatif tecrübeler ve inanışlar gösterirler. Bilhassa kaygılı ve çekingen bağlanan kişilerin duydukları uyuşmazlıklar veya bağlılık hissine karşı mesafeli olma yaklaşımlarının aldatma davranışı ile alakalı olduğu düşünölmektedir (Müezzinoğlu, 2014). Kişilerin çocukluk zamanında maruz kaldığı ilgisizlik yüzünden gerçekteşen psikolojik sarsıntılar, kişilerin erişkinlik döneminde duygusal yakınlık yaşadığı kişilerle kurduğu bağı ve romantik ilişkilerinde üçüncü kişiye yer verme ihtimalini ciddi derecede etkilemiştir (şatıroğlu, 2017).

9. Aldatma Eğiliminin Sonuçları

Aldatma eğiliminin en baştaki çıkarımı, bireylerin birbirlerine karşı duydukları güven hissine zarar vermesidir (Toplu Demirtaş ve Tezer 2013). Aynı zamanda kişilerin birbirlerine karşı romantik duygular besledikleri birlikteliklerde ilişki, karşılıklı olarak bağlılık ve güven hislerini temel aldığından dolayı bu tarz ilişkilerde aldatma eyleminin ortaya çıkıyor olması ilişkinin temellerine ciddi zarar verir ya da temellerini tamamen yok eder (Hatamy vd., 2011). Yapılan literatür çalışmalarına göre; bireylerin aldatıldıklarını fark ettikleri noktada ortaya koydukları davranışlarının da kişiden kişiye göre belirtmiştir. Kişilerin tepkileri; ciddi boyutta fiziksel müdahale, somatik dışavurumlarla ilişkili bir boyutta da meydana gelebilmektedir (Drigotas ve Barta, 2001). İşhal, mide bozulması, vücuttaki bazı kasların kasılması, ses tellerinin zarar görmesi, saldırganlaşma ve fiziksel olarak bir şeyleri fırlatma, partnerine karşı saldırgan bir tutum gösterme gibi tepkilerle ortaya çıkabilmektedir. Fiziksel olarak ortaya çıkan belirtilerin yanında kişide, depresyon belirtilerinin ağır olması, ilişkisine dair bir umut duygusu besleyememe, ilişkisinin artık sonunun geldiğini düşünmesi gibi fiziksel olmayan semptomlarla da ortaya çıkabilmektedir (Bayar, 2015). Bunların yanı sıra bazı kişiler başlarına gelen aldatma durumunun kötü haline yansıtılmamaya da özen gösterebilmektedirler (şehitoğlu, 2021).

Aldatma durumu, birçok insanı travmatize eder ve zorlayıcı duyguları gün yüzüne çıkarır. Bu durumun etkisi uzun seneler geçmesine rağmen ikili ilişkilerde kendini güven problemi şeklinde gösterebilir ve ilişki içerisinde tetikleyici bir etkiye de dönüşebilir (Gottman, 2019). Bu durumun ortaya çıktığı ilişkilerde, temel ihtiyacımız olan güven ve tarafların birbirlerine karşı besledikleri bağlılık

duygusu da zarar görmektedir (Bayar, 2015). Tarafların birbirlerine karşı hissettikleri güven her iki tarafın da birbirleri için 'ihtiyacım olduğunda benim için burada ve benim için var olmaya devam ediyor' anlayışının aldatma eyleminin sonrasında zedelendiğini ve partnerlerin birbirine olan bağlılıklarında azalma olduğu görülmektedir (Çiftçi, 2020).

Polat (2006), aldatmanın diğer etkilerini ve doğurduğu sonuçları yaptığı araştırmalar sonucu ortaya koymuştur; bu eylem ardından ilişkilere nokta koyulması ile sevgili olan bireyler ayrılmakta ve evli olan bireyler boşanmaktadır. İlişkilerde partnerlerin birbirlerine karşı duydukları inanç duygusu son bulma noktasına gelir, ilişki dinamiğindeki stres giderek baş gösterir, partnerlerin ya birisi ya da ikisinde de psikolojik iyi oluş düzeylerinde düşüş meydana gelir, depresif hissetme durumu giderek artar, tarafların yaşadığı travma sonrasında stres bozuklukları kendini göstermeye başlar, tarafların birbirlerine karşı duydukları bağlılık duygusu zarar görür ve partnerler birbirlerine karşı öfke duymaya başlar (Drigotas ve Barta, 2001). Aynı zamanda tarafların birbirlerine karşı fiziksel müdahalelerde bulunmasıyla bireylerin psikolojik süreçlerinde de değişimler meydana gelmektedir (Müezzinoğlu, 2014). Özellikle aldatılan tarafta psikolojik açıdan bir çöküntü durumunun meydana gelmesi kaçınılmaz bir durum olarak kabul edilir. Gündelik hayat devam ederken panik, stres, endişe ve kaygı gibi duygular çok daha fazla gün yüzüne çıkarak ve bu durum giderek artmaya devam ettiği görülmektedir (Polat, 2006).

Açıklanan durumlardan da ortaya çıkacağı üzere aldatma durumunun etkileri ve sonuçları, partnerlerin her ikisini de etkilemektedir. Bu durumun sonucunda ruh sağlığı açısından ortaya çıkan problemlerin önemli sonuçlara ev sahipliği yaptığı görülmektedir. Aynı zamanda psikososyal açıdan ortaya çıkan problemlerin etkileri ve sonuçlarının önemli derecede ortaya koyulduğu görülmüştür (Özkuur, 2022).

D. Affetme Eğilimi

Affetme olgusu geçmişten bugüne birçok bilim insanının ilgisini çekmiş ve son yıllarda giderek daha fazla araştırılmış ve konuya odaklanılmış olsa da alanyazında affetme ile ilgili yeterli teorik bilgi eksikliği mevcuttur. Literatürde yapılan araştırmalara bakıldığında, affetme olgusunun birden çok tanıma sahip

olduğu da görülmektedir. Affetme eğilimi; kişiler arası affetme, benliği affetme veya toplumu affetme gibi olguları ve çok boyutlu bir tanımlamayı içerisinde barındıran bir kavramdır (Sandage, vd., 2003; Toussaint ve Webb, 2005). Webster'ın Yeni Evrensel Kısaltılmamış Sözlüğü (1983), affetmeyi, "ona karşı kırgınlıktan veya cezalandırma dürtüsünden vazgeçmek; kızmayı bırakmak, bağışlamak" olarak tanımlamaktadır. Ayrıca, affetme, bir kişinin bir kabahat işlemesinden sonra meydana gelen bir dizi toplum yanlısı motive edici değişikliği ifade ederken; suçluya yönelik olumsuz tepki eğilimlerinin motivasyonel bir dönüşüm olarak azaltılmasıdır (McCullough, 2001; McCullough, vd., 2003). Affetme tanımı, birçok bağlamda açıklanmış olması sebebi ile genel bir tanım oluşturmayı güçleştirmektedir (Toussaint ve Webb, 2005). Bunun sebebi birden fazla affetme çeşidinin varlığıyla açıklanmaktadır. Bu bağlamda, fikir birliği sağlamak adına farklı tanımlar kabul görülse de kapsayıcılık bakımından iki ana tanım ele alınmaktadır. Bunların ilki, bireyin affetme eğiliminin, affetmeye yönelik tecrübelerine bağlı olduğu; ikincisi ise, affetmenin bireyler arası kompleks bir boyut olduğudur (Worthington, 2005; Karduz, 2019). Enright ve Fitzgibbons (2000), affetmeyi haksızlık karşısında kişinin bilinçli olarak intikam veya agresif tutum gibi olumsuz süreçlerini bir kenara bırakıp, hatalı kişiye yönelik hoşgörü, sevgi veya bağışlama gibi olumlu duygu eğilimine yönelmeleri olarak tanımlamaktadır. Ayrıca affetme olgusunu tanımlamayı hedefleyen kuramcılar, birçok kuramın gelişmesine katkıda bulunmuşlardır (Karduz, 2019).

1. Affedicilik

Affetme eylemi, çoğu zaman literatürde felsefik kavramıyla karşımıza çıkmaktadır (Yolaçan, 2008). Diğer bir yandan affedicilik ve affetme kavramları, uzun seneler boyunca felsefi boyuttan karşımıza çıkmakla birlikte din açısından da kavramsallaştırılmış olup literatüre de yansımıştır (Ayten, 2009). Psikoloji alanında ise, çoğunlukla ilişkilerde karşımıza çıkan 'affetme' kavramı psikolojik iyi oluş ve sağlamlılığın bir göstergesidir (Çardak, 2013; Sarıçam vd., 2015). Bu noktayı baz alacak olursak; 'hoşgörü içermeyen ve katı sınırlar çerçevesinde sergilenen bir tutum, saldırgan hareketler' gibi konular ile karşılaştırdığımızda 'affedicilik, saygı, sevgi, yardımlaşma ve hoşgörü' konularına normal olarak daha da fazla öncelik tanınmış ve bu konular daha da fazla önemsenmiştir (Ayten, 2009).

Affedicilik kavramının tam tersi olarak ele alınan öç alma ve misilleme yapma durumlarının toplum tarafından daha zor bir hale gelmesiyle giderek affetme kavramının ne kadar önemli olduğu anlaşılmaya başlanmış ve edebi ve felsefik yanı da bu kavramın değerini topluma gösterecek bir biçimde gelişim göstermiş ve böylelikle affetme kavramı yüceltilmiştir. Bu sayede intikam almanın olumsuz yanları da gündeme gelmeye başlamıştır (Şahin, 2013).

Affediciliğin pek çok başka kavramla birlikte anılmasının yanında Fincham (2000); affedicilik kavramını, affetmenin temelinde yatan özelliklerini sıralayarak literatüre kazandırmıştır. Affetme kavramının kişilerin birbirleri arasında olan bir dinamik olduğunu, affetmenin ortak bir noktada buluşmadan ve birleşmeden farklı olduğunu, affetmenin bireylerin ortaya koyduğu ve gerçekleştirdiği bireysel bir süreç olduğunu (Çoklar ve Dönmez 2014) ve bireylerin içsel dünyasında gerçekleştiğini, affetmenin bilinçli, zorunluluk hali olmadan ve koşulsuz gerçekleştiğini, affetmenin hem olumlu hem de olumsuz yapıları bir arada bulundurduğunu, affetmenin; çeşitli duygu durumlarda, bilişsel yapılarda ve belli başlı davranışlarda açığa çıktığını, affedicilik davranışının özel olarak bir betimselleştirilmiş halinin mevcut olmadığını ve son olarak affetmenin eylem değil, farklı bir süreç olduğunu vurgulamıştır (Toussaint ve Webb, 2005; Yolaçan, 2008).

2. Affetme Kavramını Etkileyen Kişilik Özellikleri

Kişilik faktörlerinin öç alma ve affetme davranışlarının üzerindeki geniş çaplı etkisi hem pratik sebeplerden hem de kuramsal çerçevelerden dolayı önem arz etmektedir ve dolayısıyla hata meydana gelen durumlarda genel olarak geri döndürülemeyen kararlar verilebilmenin yanında her konudaki kararların etkisini de birey hayatı boyunca yanında taşıyabilmekte ve bundan etkilenebilmektedir (Karduz, 2019). Bu sebeple önemli hayat koşullarında en belirginini ve en önemlisini belirlemek amacıyla kişilik özelliklerinin rolü büyük ölçüde önemlidir (Mullet vd., 2005).

Affetme eylemi, bireyde psikolojik bakımdan rahatlatıcı bir etkiye sahiptir. Bu eylem bireyin mutlu olmasına, psikolojik iyi oluş durumu açısından da iyi bir etki bırakmaya yardımcı olur. Affetme olgusu ile birlikte belli başlı kişilik özellikleri ortaya çıkmaktadır ve bu durum bireyden bireye göre farklılık

göstermekle birlikte bazı insanlar affedici bir konumda olabiliyorken bazı insanlar bu konumda olamamaktadır (Çardak, 2013). Bazı kişilerin normalden üzerinde affedici olmalarının yanı sıra bu durumun tersi olan öç alma isteğinin bazı kişilerde daha fazla ortaya çıkmasının sebebi de hâlihazırda olan kişilik özelliklerinin bireyden bireye göre farklılık göstermesinden kaynaklanmasındır (Bugay, 2010).

Genel hatlarıyla affedicilik kavramını baz alarak 3 temel başlıktan söz edebiliriz. Bu ana hatlardan birincisi; bireyin kendisi affetmesi olarak ifade edilirken, ikincisi bireyin diğerini affetmesi, üçüncüsü ise bireyin meydana gelen durumu affetmesi olarak sınıflandırılabilir (Çardak, 2012). Bireyin yaptıklarından dolayı kendisine zarar verme ihtimali olduğu gibi aynı zamanda kendisi bağışlama ihtimali de söz konusudur. Birey, haklı olmayan şekilde kendisini üzen, hakkını çalan başka bir kişiyi ya da kişileri de affedebilir. Bireyin kendisini affetmesi ve kişiler arası ilişkilerin içerisindeyken başka bir kişi tarafından affedilme olayını kapsamaması ile birlikte farklı olayların da etkisi altına girebilmektedir (Çardak, 2012).

Affetme eyleminde, ayrıca karşımızdaki bireyin ve bireylerin de kişilik özellikleri önem arz etmektedir (Helmick ve Peterson, 2001). Hatayı meydana getiren ya da hatadan doğrudan- dolaylı etkilenen bireylerin çevreleri, akrabaları da aynı zamanda bu durumun etkisi altında kalabilmektedir. Dolayısıyla meydana gelen bir hatanın, suçluluğun küçük toplumların yanında büyük toplumlara da etkisinin yansıdığı göz ardı edilemeyecek bir durumdur. Bu sebeple sosyallik yönünden ortaya çıkan etkileşimler de kuralların ve yasaların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Karduz, 2019).

Bireyler arasında gerçekleşen ve ortaya çıkan etkileşimin işlevlerine göre mağdur olan taraf, hatayı meydana getiren kişiye yakınlık içeren bir tutum sergileyebilmekte ya da o kişiden fazlasıyla uzaklaşmaktadır. Çünkü affetme durumuyla başa çıkmak mağdur olan bireyin kişilik özellikleri ile yakından bir bağlantı içerisindedir. Açıkçası; öç alma duygusu ağır basan, baskıcı, korkak, sert veya iletişime açık bir tutum sergileyebilirler (Worthington, 2005). Mullet ve diğerleri (2003), affetme eylemini gerçekleştirmemiş, öç alma ve kin tutma gibi eylemlerin birbirinden farklı kişilik özelliklerinin üstündeki belirleyici etkisinin önemini de açıkça vurgulamışlardır.

Bireyler kişilik özelliklerine göre farklı tepkiler gösterebilmektedirler. Bazı bireylerin affetme eğilimi daha yüksek düzeyde olabilmekte veya öz alma duyguları fazla baskılayıcı kişilik özelliklerine sahip olmalarını tetikleyebilmektedir. Bazı bireyler ise negatif hissettikleri duygularını, pozitif bir duruma çevirerek affetme eylemini gerçekleştirip başarabilmektedirler (Worthington, 2005). Benzer bir durumdan bahsedecek olursak; hatayı meydana getiren bireylerin de o hatayı gerçekleştirirken kişilik özelliklerinin de etkilerinden bahsedebiliriz. Suça yatkın ya da narsistik kişilik özelliklerine yatkın, utanma duygusuna daha fazla sahip, empatik düşünme becerisi gelişmiş, itibarını ve şerefini korumaya yatkın, benlik saygısı düşük denebilecek seviyeye sahip, gururlu ve kırılabilir bir düşük olmayan benlik saygısına sahip olabilirler. Aynı zamanda süregelen bir yüksek benlik seviyesine sahip olan kişiler de olabilmektedirler (Karduz, 2019).

3. Affetme Modelleri

Pozitif psikolojinin önemli kavramlarından biri olan affetmeye son zamanlarda ilginin artmasıyla pek çok kuramcının araştırmalarına da konu olmuştur (Güven ve Erdem, 2020). Her kuramın affetmeye kendine göre bir bakış açısı olmasının yanında birbirlerinden de ayrıldıkları pek çok nokta vardır (Wolker ve Gorsuch, 2002; Halisdemir, 2013). Affetme kavramına farklı bakış açıları olan modeller arasında Enright Affetme Süreç Modeli, Sosyal Psikolojik Belirleyicileri Modeli, Psikodinamik Model, Kendini Affetme Modeli, Hargrave Affetme Modeli, Bütünleştirilmiş Affetme Modeli, Piramit Modeli vardır. Bahsedilen affetme modelleri aşağıda açıklanmıştır:

a. Enright Affetme Süreç Modeli

Affetmenin süreç model yapısına bakıldığında, affetmeyi bireyler arasında oluşan bir süreç olarak değerlendirildiği görülmesiyle beraber, affetmenin gerekli olduğu durumların belli aşamalara sahip olduğu ve bu aşamalarda farklı süreçleri barındırdığı görülmektedir (Bayar, 2015). Terapötik açıdan incelendiğinde, affetmenin iyileştirici gücünün etkisi, danışmanlık ve süreç modeli içinde önemli yere sahip olduğu görülmektedir (Ünal, 2014). Bu modelde, bireyin ne şekilde affettiğine değil, kişinin duygusal, davranışsal ve bilişsel oluşumlarının beraber kullanılmasıyla oluşan affetmeye odaklanan bir modeldir. Bu açıdan ele alınan

affetme eğilimi, bireylerin takip ettiği sürece ve yollara ışık tutmaktadır (Bayar, 2015).

Modelde affetme olgusu, süreç olarak değerlendirilmiş ve daha akıcı, anlaşılır hale getirilmesi amaçlanmıştır. Affetmenin süreç modeli; keşfetme, karar verme, derinleşme ve çalışma olarak 4 evreden oluşurken, her evrenin kendi içerisinde 20 alt boyutu bulunmaktadır (Enright vd., 1996).

Affetme süreç modelinin alt boyutlarından ilki olan keşfetme evresi, farkındalık evresi olarak tanımlanırken; karar verme evresinde artık affetme üzerinde düşünölmeye başlanır; çalışma evresinde bakış açısının değiştirilmesi; derinleşme evresinde ise ulaşılmış yeni bakış açısıyla olumsuz duygulardan bilinçli bir şekilde uzaklaşılır (Kaya, 2015; Satıcı, 2016; Asıcı, 2019)

b. Affetmenin Sosyal Psikolojik Belirleyicileri Modeli

McCullough ve arkadaşlarının (1998) yapılandırmış olduğu model, affetme eğilimli bir yapı olarak değerlendirilirken Öfke ve incinme duygularını ele alınmaktadır. Kişide ilişkili olan bu iki duygu, incinmenin ortaya çıkışı ile kaçınmayı beraberinde getirmektedir. Affetme eylemini motivasyonel açıdan bir süreç olduğu ve olumsuz olmayan sosyal davranışlara yönelik bağışlama olarak tanımlamıştır. (McCullough, 2001). Bu model iki olumlu olmayan duyuş ve iki güdü biçiminde şekillenmiştir. Bu olumlu olmayan duyuşlar Öfke ve incinme iken iki güdü ise intikam alma ve kaçınma isteğidir (Şamatacı, 2013). Zarar veren bir harekete maruz kalan kişi incinir, incinme hissiyatının etkisi kaçınma isteğini harekete geçirerek mağdur olan kişinin suçlu kişiyle ilişkiden uzaklaşmaya zemin hazırlamasına neden olur (Asıcı, 2013). İkinci duygusal olay ise incinmeye neden olan bireye yönelik olan Öfkedir. Bu haklı Öfke, suçlu olan bireyin zarara uğramasını istemeye neden olarak intikam alma hissini meydana getirir (McCullough, vd., 1998). Mağdur kişi suçlu olan kişiyi bağışlayamadığını söylüyorsa olumlu olmayan güdülerin ve duyguların etkisine maruz kaldığı söylenebilmektedir. Bunun tersi durumu şeklinde de eğer kişi bağışlama davranışını ortaya koyabiliyorsa kişinin iki olumlu olmayan güdü ve duyuş etkisinden kurtulduğu da ifade edilebilir (McCullough, 2000). Bu modelde bağışlama, zarara tanık olan kişilerin intikam alma ve kaçınma şeklindeki olumlu olmayan güdülerinin, motivasyonlarının artmadığını, ilişkiyi olumlu yönden

etkisi altına alan güdülerinin, motivasyonlarının ise arttığı şeklinde ortaya koyulmaktadır (McCullough, vd., 2001). Bağışlama bu modelde bir güdü olarak incelenirse bile, kişilerin hasara uğradıklarında, zarar görüp incindiklerinde ortaya çıkan güdülerin olumsuz durumdan olumlu olan duruma doğru bir değişime uğradığı gözlemlenmiştir (Şamatacı, 2013).

c. Psikodinamik Model

Psikodinamik modelde affetmenin temeli bebekliğe dayanır ve Nesne İlişkileri Kuramı ile ele alınmaktadır (Çardak, 2013). Anne, bebeğine kızsız bile bebeğin gereksinimlerini kendisinin karşılmasına izin vermekte ve bebeğe karşı affedici tutumlar sergilemektedir ki bu durumda affetmeyi öğrenmesi için bebeğe de alan açmış olur (Taysi, 2007). Nesne İlişkileri Kuramı bebek ve annenin birbirlerine karşı duydukları nefretin de sevginin de varlığını savunur. Bebek her hissini memeye ve anneye yöneltir. Bu durum bebeğin gelişiminin ilk 6 ayını kapsamaktadır. Anne, bebeğin gereksinimlerini yerine getirirken bebek bundan doyum sağlarsa ‘iyi anne’; gereksinimlerini karşılayamazsa ‘kötü anne’ şeklinde değerlendirilir. Altı aylık zamanın ardından bebeğin algısındaki iyi ya da kötü anne bir araya gelir, zıt olan durumlar birleşir ve böylece depresif durum ortaya çıkar (Murdock, 2012). Depresif durumda çocuk karşısına çıkan engellerden dolayı anneyi bağışlamak için çabalar hatta diğer yandan da sorunları nedeniyle anneden bağışlama talep etmektedir (Goldgarb, 2005).

d. Kendini Affetme Modeli

Affetme eylemi için geliştirilen hipotezlerin pek çoğu incinen ve zarar gören kişinin perspektifinden bakarken, suçlu tarafın bakış açısının üzerinde pek fazla durulmamıştır (Worthington, 2006). Bu modelde ise başka modellerde odak noktasından uzak olan suçlu bireyin penceresi mevcuttur (Hargrave, 2001; McCullough, 2001). Hall ve Fincham (2005), affetme eyleminin davranışsal, kognitif ve duyuşsal etkiler altında süregelen bir boyut olduğu gerçeğini kabul etmişlerdir. Affetme davranışını etkileyen duyuşsal belirleyici faktörler utanç ve suçluluk olarak ortaya çıkarken hataya neden olan kişinin kendisine yönelik olan bu duyguları bünyesinde hissetmesi, bireyin kendisini affetmesi noktasında belirleyici bir rol oynamaktadır (Oral, 2016). Bu model içerisinde affetme eylemi üzerindeki son etki ise bir tarafın incinme durumuna yönelik belirleyici

unsurlardır ve bu belirleyici faktörler davranışsal etkilere de dâhil edilebilmektedir. İncinme durumuna göre belirleyici faktörler incinen bireyden özür dileme, uzlaşmaya yönelik hareketlerde bulunma, incinme seviyesi olarak ortaya koyulabilmektedir. Bireyin kendisini suçluluk ve affetme duyguları ve incinmenin mental şiddeti arasındaki korelasyon negatif yönde, özür dileme ile arasındaki korelasyon ise pozitif yönde bir harekettir (Hall ve Fincham, 2005).

e. Hargrave Affetme Modeli

Hargrave'in (1994) tanımladığı affetme modeli, affetme kavramına dayanan modellerden biri olarak affetmeyi ailevi ilişkiler bağlamında inceleyerek ele almış ve Hargrave ve Sells (1997) tarafından geliştirilerek literatüre kazandırılmış ilk aile odaklı affetme modeli olarak kabul edilmektedir. Öfke ve utanma olmak üzere iki temel duygunun, bireyin aile içinde incinmesi sonucunda ortaya çıktığı iddia edilmektedir. Kişiye yapılmış haksızlığa karşı, haksızlık yapan bireye kin ve kırgınlık besler, ayrıca ilişkinin zedelenmesinden dolayı vicdan azabı ve aşağılanma duyar. Bu travmatik deneyimin yaşanması, eşler arasında kontrolcü tutumlara, yeniden kırılma ihtimallerini azaltma çabaları ya da bu güveni yıpratacak başka zedeleyici türden felaketlere sürüklenebilmektedirler. Hargrave'e (1994) göre affetme süreci; telafi imkanı, içgörü, anlayış ve açık affetme olmak üzere dört yükümlülüğten oluşmaktadır. Affetme sürecinde bulunan bu görevlerden anlayış ve içgörü aklama evresi, açık affetme ve telafi imkanı ise onarım boyutunu nitelendirmektedir. Bu modelde süreçler haricinde affetme, 2 başlık altında incelendiği görülmektedir. Bunlardan ilki, aklama evresidir. Kişi, haksız bireye karşı içgörü kazanması ile yaşanan kırıcı ve yıkıcı davranışa karşı baş etme mekanizmaları geliştirir, haksız durumu tolere edebilmeyi başarabilmesi olarak ifade edilmektedir. Diğer başlık olarak ise affetme yani onarım süreci ise bireysel farklılıklar ve tutumlar sebebi ile değişiklik gösterebilmektedir. Bu süreç içerisinde zedelenmiş güveni geri kazanma, bağışlama eyleminin duygusal bakış açısıyla ilişkisi ve bağ düzeyi çerçevesinde gerçekleştirilmesi beklenir. (Şamatacı, 2013; Bayar, 2015; Hargrave, 2001; Köse ve Karaca, 2019)

f. Bütünleştirilmiş Affetme Modeli

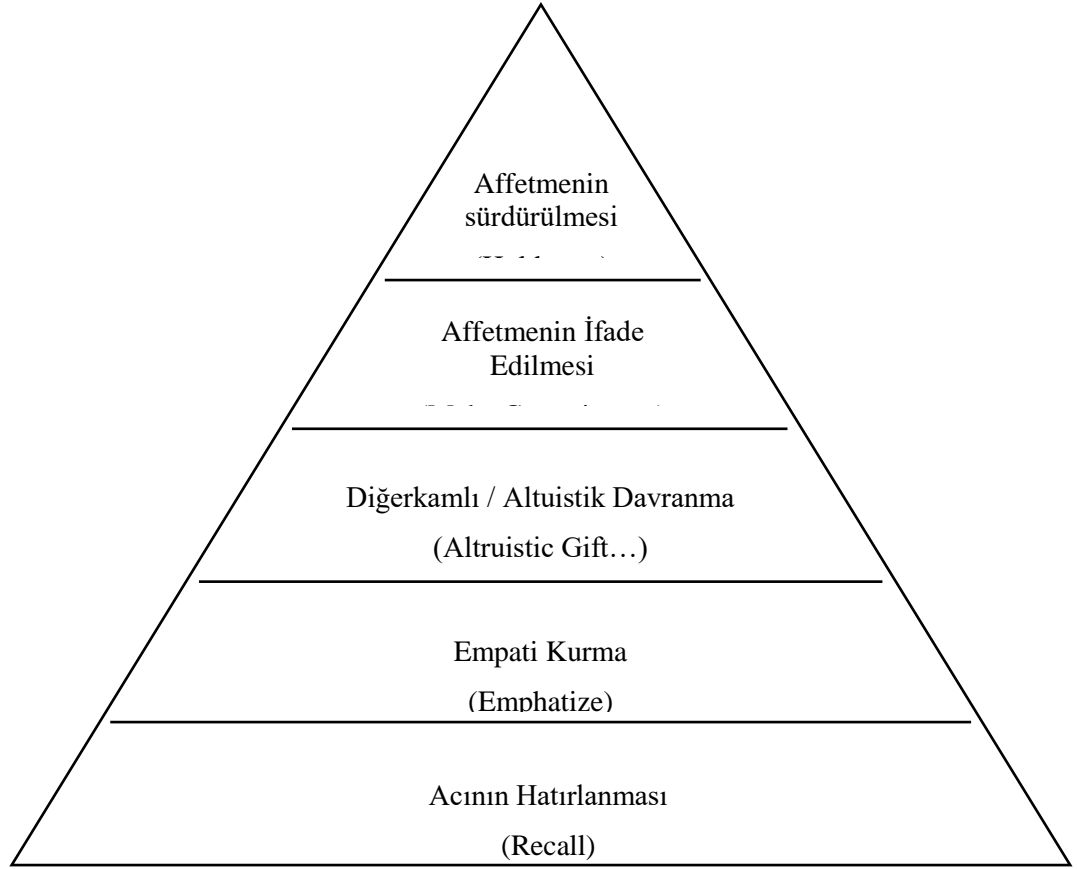
Bütünleştirilmiş Affetme Modeli, literatürde affetmeyi farklı açılardan inceleyen dört modelin değerlendirilmesi ve bir araya getirilmesi ile geliştirilmiştir (Scobie ve Scobie, 1998). Modellerden ilki yanlış davranışın neden olduğu endişe ve Öfke gibi duyguların ortadan kaldırılmasıyla affedici bireyin sağlığına katkı sağlayacağı fikri üzerine bir araştırmadır. İkincisi, Öfkeyi yenerek doğru ile yanlışın ayırt edilmesi yönünde bir inanca sahiptir. Üçüncüsü, affetme kavramının dini boyutunu ele alan bakış açısı iken, dördüncü ve son model olarak değerlendirilen prososyal model, bireyler arası ilişkilerin onarılabilmesi için diğerkamli davranışları odağına alır (Güven ve Erdem, 2020).

g. Piramit Modeli

Worthington (2005), güdü ile duygu arasındaki var olan ilişkiden hareketle üç çeşit affetme türü olduğunu ifade etmiştir. Bunlar duygusal, kararsal ve kişilerarası affetmedir. Duygusal affetme, olumsuz duygular üzerindeki değişiklikler anlamına gelir. Olumlu olarak kabul edilen duygular, ilk aşamada kişinin olumsuz deneyimler sonrasındaki yaşaması olası olan olumsuz duyguların etkisinin azalmasını ve ortadan kalkmasını sağlar (Wade ve Worthington, 2003). Bahsedilen türde amaç, negatif duygularla pozitif duyguların yer değiştirmesidir (Güven ve Erdem, 2020). Duygusal affetmede, kişinin yaşadığı fizyolojik problemleri önleyebilmek adına negatif duyguların, zarar gören kişi üzerindeki etkisini azaltmaya çalışır (Adam Karduz, 2019). Kararsal affetmede affetme konusunda bilişsel süreçlere ve bu süreçlerde yapılabilecek değişikliklere odaklanılır (Worthington, 2006). Kişilerarası affetmede ise zarar gören ve zarar veren kişilerin var olan ilişkilerinin sürdürülmesi istendiğinde yapılan yanlışın kapsamı, zarar veren kişinin kişilik özellikleri, zarar veren kişinin özür dilemesi ve zarar görmüş kişinin bu özrü kabul etmemesi, incinmiş kişinin affetme konusundaki düşünceleri ve davranışları, zarar veren kişinin kendini affetmesi ve benzer evreleri kapsar (Adam Karduz, 2019).

Affetme Piramit Modeli'nde olumsuz olarak nitelendirilen duyguların olumlu olarak nitelendirilen duygular ile yer değiştirmesi amacını güden beş evre saptanmış olup her bir evre REACH kelimesinde yer alan harfleri temsil

etmektedir (Wade, 2002). Bu beş evre aşağıdaki şekilde sırasıyla gösterilmiştir (Worthington, 1998a).



Şekil 1. Affetme Piramit Modeli (REACH)

Şekil Worthington (2001)'in kitabından alınmıştır (Akt. Gündüz, 2014).

İlk evrede kişinin acısını ve zarar veren bireyin yanlısını hatırlamasına yardımcı olunur. Bu evre, kişinin yanlışı olabildiğince tam bir şekilde hatırlaması için desteklendiği, eleştirel olmayan, cesaretlendirici bir şekilde tamamlanır (Wade, 2002). İkinci evre, empati evresidir. Empati, Piramit Modeli'nin temel kavramlarından biridir (Worthington, 1998c). Çünkü empatinin affetme konusundaki en önemli bileşen olduğuna ve empatinin olumsuz duyguların ortadan kaldırılması konusunda da en büyük yardımcı olduğuna inanılır (Musekura, 2010). Üçüncü evre, diğerkamlı davranma evresidir. Bu evrede bireylerin affedilmeye ihtiyaç duydukları ve affedildikleri zamanları hatırlamaları

beklenir. Bu durumun kendileri üzerindeki etkisini anımsarlar ve böylelikle kimsenin kusursuz olmadığı, hemen herkesin benzer durumlardan geçtiği fikirlerinin bilincine varırlar (Gordon vd., 2005). Dördüncü evre olan, incindiğini ve zarar gördüğünü ifade etme evresinde bu ifadenin genellikle yazılı ya da sözel şekilde yapılması beklenir (Townsend, 2012). Beşinci ve son evrede ise affetmeyi devam ettirebilecekleri teknik ve yöntemleri geliştirip sürdürmelerini sağlamak hedeflenir (Wade, 2002).

4. Affetme ve Şema Kuramı İlişkisi

Sosyal açıdan zengin bir varlık olan insan, hayatı boyunca kurduğu yakın ilişkiler ile bağımlılık gereksinimlerini kendince doyurmaya ve karşılamaya çalışır (Fincham, 2000). Bireyin kendisini savunmasız bir şekilde ortaya koymasını, ilişki içerisinde metaforlaştırılırsa, iki ucu da keskin olan bir kılıca veya bıçağa benzetilmektedir. Bu kılıç/bıçak ilişki içerisindeki kusurlu tutumu ortaya çıkardığında bireyin duygusal yaralar alması daha da kaçınılmaz bir durum olabilmektedir. Bireylerin arasında yaralanma durumu ortaya çıktığında kişinin hissettiği acı, bireyi savunmasız bir hale sokmaktadır. Bu savunmasız olma durumu yaralanan bireyde, olumlu olmayan Öfke, tükenmişlik veya çaresizlik gibi duyguların meydana gelmesine sebep olmaktadır (Fincham, 2000; Güven, 2020).

Birey, olumlu olmayan duyguları önlemek için ve aynı zamanda ortaya çıkan bu zararı daha geniş pencereden görmek için bir adım geriye çekilir ve olaylara oradan bakmaya çalışır (Çoklar ve Dönmez, 2014). Bu tarz durum ve olaylarda intikam alma gereksinimi ve isteği ile sık bir şekilde karşı karşıya kalınır. Bu noktada birey ya bünyesinde hissettiği acıya ve intikam alma gereksinimine dikkatini verip odaklanacaktır ya da affetme hislerinin olumlu yönde iyileşme metaforu olarak kendince kabul olma durumunu sağlamaya yönelik çaba gösterecektir (Güven, 2020). Affetme eylemi; hayal kırıklığı, Öfke, intikam gibi olumsuz ve yapıcı olmayan duyguları kendi bünyesinden atmaktır. Bu zamanlarda birey, öncelikli olarak başına gelen acılarla karşı karşıya kalıp yüzleşir. Hissettiği bu acıların üstesinden gelmeye başladığında ise hatalı tarafa olumsuz duygular hissettirme ya da acı verme isteği de azalmış olur (Akgün, 2016).

Uygulamaya yönelik ve kuramsal açıdan daha geniş ve kapsamlı bir teori olan şema kuramının ortaya çıkmasında ve gelişmesinde bilişsel kurama ek olarak psikanalitik kuram, nesne ilişkileri kuramı, bağlanma kuramı, Gestalt, transaksiyonel analiz gibi kuramların kaynağı ile ortaya çıkan ögeler de daha kapsamlı ve etkili hale gelmesini sağlamıştır (Scobie ve Scobie, 1998). Erken dönem uyum bozucu şemalar; çocukluk ve ergenlik evrelerinde ortaya çıkan ve bireyin hayatı boyunca devam edip gittikçe daha da karmaşık bir boyuta kayan kavramlardır (Köse ve Karaca, 2019). Aynı zamanda önemsenecek derecede işlevselliği ve fonksiyonelliği de geniş bir kapasiteden daha da aza indirgeyen, kişinin kendisini ve hayatı boyunca kişilerarası kurduğu ilişkileriyle ilgili hafızasında kalan hatıraları, hissettikleri, bedensel ve bilişsel duyularını kapsayan ve süregelen örüntüler olarak tanımlanmaktadır (Young vd., 2003). Bu noktada, kişilerin var olan şemaları affetme eğiliminde önemli bir rol oynadığı görülmektedir (Satıcı, 2016). Arslan'a göre (2019), bireylerin aktif olan şemaları ile yaşadıkları durumu kabullenme şekilleri değişiklik gösterebilmektedir. Ayrıca, affetmeye karar veren birey, ortaya çıkan durumları kendince anlamlandırmaya ve bir noktada mantığına oturtmaya çalışırken şemaların kişide oluşturduğu olumsuz inançların affetme eğilimini doğrudan etkilediği görülmektedir (Köse ve Karaca, 2019). İncinen ve zarar gören birey, affetme kararını alırken hatalı bireyin geçmiş yaşantısındaki davranışlarını ve ortaya çıkan aktif sorununu ya da bireyin niyetini analiz edip gözden geçirmesine karşın, aktif şemaların hatayı doğru değerlendirememesine sebebiyet verebilmektedir (Scobie ve Scobie, 1998).

5. Affetme ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

McCullough vd., (1998) ortaya koydukları çalışmada zarar veren/hatalı tarafın hatasını anlayıp özür dilemesinde ve zarar gören tarafın ise bireyin kendisine zarar veren karşı tarafa yönelik empati duygusunun gelişmesiyle ve ortaya çıkan sosyal yakınlığın kişilerin affetme seviyelerini de arttırdığı sonucuna varmışlardır.

Tse ve Yip (2009) kişilerarası uyumun, psikolojik açıdan iyi oluş ve affetme duygusu üzerinde etkili bir rolünün bulunduğunu ve affetmenin psikolojik açıdan iyi oluş ve bireyler arasındaki uyumu üst seviyeye çıkardığını ortaya koymuştur. Van Tongeren vd., (2015) ise ortaya koydukları araştırmada partnerlerine yönelik

affetme seviyelerinin yüksek olan kişilerin yaşama yönelik algıladıkları hayat anlamının daha da yüksek olduğunu ve affetme seviyelerini de arttıran başlıca sebebin de eşlerin birbirlerine karşılıklı olarak hatalarını kabullenme düzeyleri olduğu sonucunu ortaya koymuştur.

Affetme eylemi üzerine yapılmış deneysel araştırmalarda, depresyon ve anksiyete seviyelerini azaltırken umut ve affetme seviyelerini de arttırdığını (Freedman ve Enright, 1996) ve affetme teriminin bünyeye kazandırılmasının kolaylaştırdığı, varoluşsal açıdan iyi oluş seviyesini ve benlik kavramına ilişkin saygıyı da yükselttiği (Rye ve Pargament, 2002) ortaya konulmuştur.

Kaya ve Orçan (2019), empatik bir yapıya sahip olan kişilerin yaşam doyumu seviyeleri ve affetme eylemini gerçekleştirme olasılıklarının üzerinde etki düzeyinin fazla olduğunu ve mutluluğun, yaşam doyumu, empatik eğilim ve affetme seviyelerinde aracı rolü olduğunu ortaya koymuştur. Topbaşoğlu Altan ve Çivitçi (2020) ise ortaya koydukları çalışmada yaşam doyumu ve Öfke düzeyi arasındaki bulunan ilişkide bireyin kendisini affetme ve olayı affetme alt seviyelerinin düzenleyici bir etkisinin bulunmadığı, başka bireylerin ise affetme alt boyutlarının ise yenileyici bir rol üstlendiğini ortaya koymuştur.

Halisdemir (2013), psikolojik açıdan iyi oluş ile affetme seviyeleri arasında pozitif yönde bir ilişkinin üstünde dururken kendini kabul etme ve hayat amacı seviyesinin de en yüksek yordayıcısının bireyin kendisini affetme seviyesi olduğunu ortaya koymuştur. Olumlu bireyler arası yönelimin yüksek affetme seviyelerinin ortaya çıkışını da beraberinde getirmekte (Arslan, 2019) ve affetme eylemi, sosyal açıdan bağlılık seviyelerini de yordamaktadır (Saticı, 2016).

Affetme seviyesini düşürmeden affetme yönelimini artırmanın pek olasılıklı olmadığına farkına varan araştırmacılar, çeşitli deneysel araştırmalar yaparak affetme seviyesini azaltmak için emek harcamışlardır. Aynı zamanda kişilik özelliklerinin nevroz seviyelerinin azalmasının amaçlandığı (Adam Karduz, 2019), affetme yönelimini daha da arttırdığı (Bugay ve Demir, 2011; Çolak, 2014; Asıcı, 2018; Akbulut, 2018), kesin olmayan durumlara tahammülsüzlük ve Öfke seviyelerini de azalttığını (Çardak, 2012) ortaya koymuştur.

E. Kişilik

Kişiliğin tanımlanması konusunda bilim insanları aracılığıyla ortaya koyulmuş ortak bir açıklama yoktur. İnsan davranışları konusunda ilgili araştırmalar ile ortaya konulan farklı tanımlamalar da literatürlerde yerini almıştır (Eroğlu, 1996).

Kişiliğin kelime anlamına bakıldığında, kişilerin fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal özelliklerinin tamamı veya kişinin davranış örüntüsü olarak tanımlanmaktadır (Yöndem, 2021). Berens'a (1999) göre, kişilik, bireylerin içinde bulunduğu biyolojik ve sosyal ortam haricinde, kişinin duygu, düşünce ve davranış gibi tutumlarındaki farklılıkları gösteren eğilimler ve karakterize özellikler olarak açıklanabilmektedir.

Adams'a (1995) göre kişilik terimi, insan yaşantısının günlük olarak zorunlu bir kısmı olmasına rağmen kişilik psikolojisi teriminin altında yerini alarak araştırma konusu olmuştur. Psikolojide ortaya konulan kişilik tanımlamalarıyla ilgili bazı nitelikler söz konusudur. Bunlar; bütünü ortaya koyan yetenekler, ilgiler, kişinin dış görünüşü ve çevresiyle uyumu, konuşma tarzı, insanın kendine özgü olması vb. özellikleri de içermektedir (Akın, 2022).

Kişilik kavramı; insanın varoluşu ile oluşan ve sahip olduğu düşüncelerin, duyguların psikolojik olarak açığa çıktığı, kendine özgü bir kavramdır (Erikson, 1984). 1900'lü yılların başından beri bilim insanlarının sıklıkla ortaya koyduğu çalışmalarında bu kavram 'kişilik' konusunda daha da çeşitli tanımlamaların gelişmesine olanak sağlamıştır ve bu sayede çeşitli teoriler ortaya çıkmıştır (Akbulut, 2018). Günümüzde bile psikoloji literatürlerinde kişilik kavramı ile ilgili tamamını kapsayacak genel bir tanımlama henüz yapılmamıştır (Akın, 2022). Kuramcılar, birçok noktada farklı perspektiflere ait bakış açılarını değerlendirdiklerini ortaya koysa da aslında tüm kuramcılarının ortak gayreti, bireyi anlama isteğinden dolayı ortaya çıkmaktadır (Taymur ve Türkçapar, 2012). Her kuramcının kişisel gayreti, bireyi kendi bakış açısı ile tanımaya yönelik olmuştur (Akın, 2022).

Bireylerin sahip olduğu kişilik özellikleri incelendiğinde, yaşama olumlu bir bakış açısıyla bakmayan, içine kapanık, fiziksel olarak saldırganlık içeren tutumlar sergileyen bireylerin iş yaşantılarından aldıkları tatmin ve doyum

seviyesi de düşük seviyede olmaktadır (Kartal, 2007). Kişilerin yaşama yönelik bakış açıları ve tutumları, kişilik kavramlarının önemli bir parçasıdır ve yaşamları boyunca sergiledikleri davranışları ise bu durum ile yakından ilgilidir. Olumlu olmayan bakış açılarına sahip olan kişilerin iş yaşantılarında edindikleri iş arkadaşlarının da hayata baktıkları bakış açılarını da etkileme ihtimalleri ortaya çıkmaktadır (Balaban ve Şimşek, 2010).

1. Kişilik Özellikleri

Kişilik, kavramsal olarak bu terim ortaya çıktığından beri tanımlanması ve açıklanması zor bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu kavramın açıklanmasının zorluğundan dolayı eski zamanlardan beri araştırmacıların araştırdığı ve anlamlandırılmaya çalıştığı bir konu olarak varlığını sürdürmeye devam etmektedir. Ayrıca, kişinin hem kendisini hem de çevresindeki diğer insanları tanıyabilmesinde veya tanımlayabilmesinde önemli yapı taşlarından birinin kişilik olduğu öne sürülmektedir (Çiçek ve Aslan, 2020).

Köroğlu ve Bayraktar (2011)'a göre kişilik kavramı, bireyin kendi dünyasının keşfi ile gözle görülür bir şekilde belirgin özelliklerin ortaya çıkma durumudur. Bireyin, kendine özgün özelliklerinin birbiri ile harmanlanmış bir biçimidir. Aynı zamanda bireyin, günlük yaşantısında sergilediği kendisine özgü davranışsal tutumların ve tepkilerin karışımıyla ortaya koyduğu bir örüntüdür.

Bir bireyin kişiliğini anlamlandırmaya çalışırken, bazı özelliklerinin daha belirgin olması da söz konusudur. Birey, toplumda yer alırken çoğunlukla bu özellikleri ile ön plana çıkmaktadır. Bireyin kişiliği oluşurken, bu olayın merkezinde tam olarak kişinin kendisi yer almaktadır (Kaya, 2010). Bakım verenlerin yetiştirme tarzları, kişinin kendi içinde yaşadığı duygular, önüne çıkan ve karşılaştığı olaylar, olaylara verdiği tepkiler bireyin kişiliğinin oluşumunu etkilemektedir ve bu kavramın oluşumuna da büyük ölçüde temas etmektedir. Kişiliğin oluşumunda hangi olayların daha fazla etki ettiği konusunda iki farklı düşünce ön plana çıkmaktadır. Bu düşüncelerden ilki kalıtım, ikinci düşünce ise toplumsal etkenler ve çevre bileşenleridir diye sıralanmaktadır. Ayrıca araştırmalarda, kişiliğin çevre, kalıtım ve kişinin ortaya koyduğu yaratıcı davranış örüntülerinin neticesi olarak oluştuğunu, yaşantının erken çağlarından beri gelişmekte olduğunu söylemektedir (Burger, 2006; Murdock, 2012).

Kişilik özellikleri, bireyi diğer kişilerden ayırmaktadır ve kişinin gelecek yaşantısındaki davranışlarına ait davranış örüntülerini nasıl tahmin edeceğimize bağlı olarak tahminlerimizin de dayanağını oluşturmaktadır (Atkinson vd., 1999). Bütün bu taramaların eşliğinde, kişilik özellikleri, bir kişiyi diğerlerinden ayrı tutan, bu davranışların kalıcı hale gelmesini sağlayan ve tutarlı davranışlar sergileme konusunda bize yardımcı olan etkenler olarak değerlendirilebilir.

Alandaki kuramcılar, kişilikte var olan zihinsel, duygusal, sosyal ve fiziksel süreçlerin kişiliği oluşturduğunu; kişilik bozukluğunun ise bu psikolojik özelliklerde kalıcılık göstererek normalin dışına çıkılması olduğunu öne sürmüştür (Taymur ve Türkçapar, 2012). Amerikan Psikiyatri Birliği'ne (1994) göre, kişilik bozuklukları, bireyde toplumsal, mesleki, işlevsel bozukluklara ve öznel sıkıntıya yol açan uzun süreli uyum bozukluğunun varlığına atıfta bulunmuştur. Ayrıca, Prichard (1835), kişilik bozukluğunu; alışkanlıklarda, duygularda, mizaçta ve davranışta bozulmaların yaşam boyu süregelen dirençli mental yetersizlik olduğuna da dikkat çekmiştir. Bununla birlikte, kişilik bozukluklarının ölçüm ve sınıflandırılma yaklaşımı ise üç grupta değerlendirilmektedir (Taymur ve Türkçapar, 2012).

1. Bireyin kendini tanımladığı ve öz değerlendirme yapmış olduğu sorular,
2. Yapılandırılmış ve kısmen yapılandırılmış görüşmeler,
3. Bireyin yakın çevreden birisi ile yaptığı görüşmelerdir.

Bu bağlamda, tez çalışmasında kullanılan uluslararası kişilik envanteri ölçeğinin ve Goldberg tarafından geliştirilen Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Formu'nun (IPI) iki uçlu beş boyutunun birbirlerini kapsadığı bilinmektedir. Goldberg tarafından geliştirilmiş Uluslararası kişilik envanterinin alt boyutları şu şekildedir; dışa dönüklük-içe dönüklük, yumuşak başlılık - düşmanlık, sorumluluk - dağınıklık, duygusal denge - duygusal dengesizlik ve gelişime açıklık - yeniliğe kapalıdır.

a. Dışa Dönüklük/İçe Dönüklük

Kişiliğin alt boyutlarına bakıldığında, bir tarafta dışadönük bireyler, diğer tarafta ise içedönük bireyler bulunur (Burger, 2006: 254). Dışadönük bireyler ele alındığında, sosyal, girişken, sempatik, insanlar ile kolay iletişim kurabilen,

sosyal çevre ile kurduğu iletişimi heyecanlı ve rahat bir şekilde oluşturabilen ve sosyal etkileşimde olmaya meyilli bireyler olarak tanımlanmaktadır (Pay, 2020). İçedönük bireyler ise; kendi halinde, sessiz, sakin, kendi kendine olmaktan keyif alan ve çekingen tutum sergileyen bireyler olarak ifade edilebilmektedir (Yöndem, 2021). Bu bilgilerden hareketle, dışadönük bireylerin sosyal ve arkadaşlık ilişkileri kuvvetli olduğunun söylenilmesi mümkündür.

b. Yumuşak Başlılık/Düşmanlık

Yumuşak başlılık alt boyutunda, bireyler ile ahenk içerisinde olan, sevecen ve vicdani tarafı yüksek kişiler olarak betimlenmektedir (Kınalı, 2020: 53). Bunlara ek olarak, çalışmalar yumuşakbaşlılığın alt boyutları olarak; vicdanlı, mütevazı, dürüst ve alturistik olarak belirtilirken, kişilerde yardımsever, affedici, açık sözlü, iyi ve kabullenici yaklaşım gibi davranışları benimseme gözlenmektedir (Yöndem, 2021). Bütün bu tutum ve davranışların zıddı olarak, agresif, kötü kalpli, merhametsiz, çıkarıcı ve güvenilmez davranan bireyler, düşmanlık alt boyutunda değerlendirilmektedir (Seviniş, 2017).

c. Sorumluluk/Dağınıklık

Bireyin davranış ve tutumlarının veya alanına dahil olan herhangi bir durumun sonuçlarını üstlenmesi, sorumluluk olarak bilinmektedir (Eren, 1998). Bu alt boyutta kişilerin özgüvenli, dikkatli, düzenli, başarılı ve hırslı tutum sergileme eğilimlerinin daha fazla olduğuna rastlanmıştır (Yöndem, 2021:28), ve kişilerde görev ve sorumluluk kavramlarının bilincinin bütünü oluşturmaktadır (Demirci, 2017: 29). Bunlara ek olarak, literatürde sorumluluk bilincinin daha az olduğu ve alt boyut olarak dağınık diye nitelendirilen bireylerde beceri yetersizliği, dikkatte eksiklik, plansızlık ve sorumsuzluk görülmektedir (Çavuşoğlu ve Yalçın, 2018: 55).

d. Duygusal Denge/Duygusal Dengesizlik (Nevrotizm)

Duygusal denge ve duygusal dengesizlik, kişilik boyutuyla incelediği zaman, kişilik analizlerinde duygudurum değişikliği üzerine yapılandırılmıştır. Yöndem'e (2021) göre, duygusal denge; denge halini koruyabilen, sakin ve kötümserlikten uzak olmak olarak tanımlanırken, duygusal dengesizlik ya da nevroz; sıkıntılı duyguyla baş edememe, depresyon ve kaygıda dengesizliklerin artışı olarak belirtilmektedir. Duygusal dengesizlik, düşük benlik algısı, sinirlilik,

çaresizlik ve sosyal alanlarda kaygı hissedilmesi şeklinde tanımlanır (Costa ve McCrae, 1987). Duygusal açıdan dengeli kişiler sakin kalmada zorlanmazken, hislerini-duygularını rahatlıkla belirtebilme, duygusal dengesizlikte ise bireyler, daha çok mutsuz, endişeli ve olumsuz duygulanım görülür (Tokatlı, 2020: 33).

e. Gelişime Açıklık/Yeniliğe Kapalılık

Gelişime açıklık/yeniliğe kapalılık boyutuna bakıldığında, yaratıcılığın ve sığılığın iki uçta incelenmesi gibi özellikleri barındırmaktadır (Goldberg, 1990). Gelişime açık bireylerde, sanatsal bakış açısı ve entelektüel yaklaşımın daha fazla olduğu ve yeniliğe kapalı bireylere göre duygusal farkındalıklarının yüksek olduğundan söz edilmiştir (Deniz ve Erciş, 2010: 144). Ayrıca, yeniliğe açık bireyler, yeni ortam ve fikirlere karşı daha istekli tavırla yaklaşırken; yeniliğe kapalı bireylerde yenilikten uzak durarak alışık olduğu şeyleri yapmayı tercih etmektedirler (Pay, 2020; 6). Bütün bunlara ek olarak, gelişime açık bireyler meraklı, zeki, özgür, üretken, çağdaş ve yeniliklere açık gibi özelliklere sahipken, yeniliğe kapalı bireyler, belli sınırlara sahip şeylerle ilgili olmaktadır (Güven vd., 2019: 59).

2. Beş Faktörlü Kişilik Kuramı

Kişilik, bireyin belli yaşantılar sonucu elde ettiği ve doğuştan var olan, kişiyi diğerlerinden ayıran ve ortaya çıkan özelliklerin tümü olarak tanımlanabilir. Kişiliğin açıklanmasına ve ölçülmesine dair birçok kuramcının farklı şekillerde fikirleri ortaya koyulmuştur. Beş faktör kişilik modeli, kişiliğin ölçülmesinde sıklıkla kullanılabilen bir model olmasının yanı sıra, kişinin benlik oluşumlarını açıklamada kullanılan araçlardan da faydalanmaktadır (Doğan, 2013).

Beş faktör kişilik modeli için araştırma yapan kuramcılar tarafından benimsenmesinin ve kişilik özellikleri ile ilgili tarama çalışmalarında geniş bir çerçeve ile kullanılmasının sebeplerini şu şekilde sayabiliriz; modelin ampirik ve boylamsal tarama ve çalışmalara dayanması, modelin bazı temellerinin biyolojiye dayanması, modelin psikometrik açıdan temel alınması ve değerlendirilmesinin daha kolay olması, modelin ölçülen özelliklerinin süre sınırlılığına karşı sürekliliğini kontrol altına alması ve modelin farklı gruplarda ve kültürlerin çerçevesinde geçerliliğini koruması olarak sıralanabilir (McCrae ve Costa, 1995).

Beş faktör kişilik modeli, deneyime açıklık, yumuşak başlılık, nevroitiklik, sorumluluk, dışadönüklük alt boyutlarından meydana gelmektedir. Deneyime açıklık boyutu, meraklılık, bağımsızlık, yaratıcılık, ilgili olma, değişime açık olma, yeniliklere uyum sağlayabilme gibi kişilik örüntülerinden meydana gelmektedir. Deneyimlere ve yeniliğe uygunluk seviyesi fazla olan kişiler, üreticilik noktasında yenilikçi fikir üretmeye meyilli, sanat alanlarına meraklı ve maceracı gibi özelliklerle birlikte ele alınmaktadır. Yeni deneyimlere açıklık seviyesi düşük olan kişiler ise geleneksel, tutucu, sabit fikirli ve kapalı bireyler şeklinde adlandırılmaktadır (Costa ve McCrae, 1995; Benet-Martinez ve John, 1998; Somer vd., 2002).

Yumuşak başlı olma eğilimi fazla olan kişiler, merhametli ve verici tutum sergileyen, diğer kişileri seven bireyler olarak tanımlanabilmektedir (Somer vd., 2002). İnatçı, geçimsiz, kibirli, baskıcı, kendi sözünü dinletmek isteyen ve kindar kişilerin yumuşak başlılık seviyesinin düşük olduğu bulunmuştur (Costa ve McCrae, 1995; Bacanlı vd., 2009).

Nevrotiklik alt boyutunda, gergin, sık sık duygusal olarak iniş çıkışlar yaşama, hüznü, depresif, kaygılı, sabırsız, tedirgin ve huzursuz olma gibi kişilik özelliklerinden söz edilmektedir (Benet-Martinez ve John, 1998; Bacanlı vd., 2009). Nevrotiklik boyutunun bir diğer adı da duygusal dengesizliktir. Nevrotiklik düzeyi yüksek olan kişiler güvensiz, alıngan, endişeli ve Öfkeli bireyler düzeyinde değerlendirilmektedir. Nevrotiklik alt boyut düzeyleri daha düşük olan kişilerin ise duygusallık boyutları dengeli, rahat, kolayca Öfkelenmeyen, olumsuz duygular yaşamaya eğilimli olmayan, stresli durumlarda sakinliklerini koruyabilen, kendilerine olan güven seviyelerinin yüksek olduğu kişilerdir (Costa ve McCrae, 1995; Benet-Martinez ve John, 1998; Somer ve ark., 2002).

Sorumluluk alt boyutunda bireyler, sorumluluk bilinci gelişmiş, dikkatli ve özenli bir karaktere sahip, disiplinli, düzenli, görev bilinci olan kişiler olarak adlandırılmaktadır. Sorumluluk seviyesi yüksek kişiler, azimli, başarılı olmaya yatkın, bir adım atmadan önce düşünen ve planlı kişiler olarak adlandırılmaktadır. Sorumluluk seviyesi düşük kişiler ise tembel olmaya meyilli, dağınık, görev bilinci olmayan, disiplinsiz kişiler olarak adlandırılmaktadır (Costa ve McCrae, 1995; Bacanlı vd., 2009).

Dışadönüklük alt boyutunda ise bireyler, sıcakkanlı, coşkulu, tutkulu, enerjik, konuşmayı seven ve sosyal olarak girişken gibi özelliklerden meydana gelmektedir. Dışadönüklük seviyesi daha yüksek kişiler, diğer bireylerle vakit geçirmeyi seven, kişiler arası ilişkilerde kolay bir şekilde paylaşım yapabilen, sempatik ve işbirliği içerisine girmeye yatkın kişiler olduğu gözlemlenmektedir (Benet-Martinez ve John., 1998). Dışadönüklük seviyesi düşük olan, bir diğer deyişle, içe dönük olan kişiler ise sosyalleşmekten hoşlanmayan, sessiz durmaya meyilli, içine kapanık, tutuk ve utangaç, insanlara karşı her zaman belli bir mesafesi bulunan kişiler olarak değerlendirilmektedir (Somer vd., 2002). Aynı zamanda dışadönük kişilik boyutu yüksek olan kişilerin ödül sistemine daha açık ve duyarlı oldukları görülmektedir (Lucas vd., 1998).

Ayrıca, Güler ve Yöndem'e (2023) göre, kişilik yapısının altında barınan nevrozizm ve gelişime açıklık-uygunluk puanları arasında zayıf ve pozitif bir ilişki ortaya çıkmış ve buradan hareketle mükemmeliyetçi kişilerin daha fazla sorumluluk alacakları, mükemmelle ulaşmak için duygu anlamında dengesizlik yaşayacakları ve deneyime açık olacakları çıkarımı yapılmıştır.

3. Karanlık Üçlü Kişilik Özellikleri

Kişilik, seneler boyunca birbirinden farklı alanlarda pek çok yaklaşımla açıklığa kavuşturulmaya çalışılan ve pek çok tartışmaya konu olan, kişilerin davranışlarının gidişatını belirleyerek yön veren ve bu davranış örüntülerinin dinamiklerini konu alan bir kavrama karşılık gelmektedir. Kişiliği ve onu oluşturan davranışları açıklama ve ortaya koyma araştırmalarında ise özellikle son zamanları ele alırsak psikologların kişilik kavramının işlevsellik boyutunu konu alan ve vurgulayan çalışmalara ve araştırmalara da ağırlık verdiği görülmektedir (Konal, 2022). Çalışmalar, bazı kişilerin hayatlarında amaçları konusunda daha uzlaşmacı ve vicdan sahibi olma gibi sosyallik açısından da daha pozitif şekilde kabul gören kişilerde, bireysel menfaatlerini gözeterik sosyal konularda olumlu olarak değerlendirilmeyen özellikleri kullanmaya devam etme eğiliminde olduğunu ortaya koymaktadır (Jonason ve Webster, 2010).

Değerler ve etik anlayış ile örtüşmeyen, toplum tarafından olumlu karşılanmayan, sosyal açıdan belirli şekilde kabul almayan ve itici olarak değerlendirilen karakteristik boyutları (Kowalski, 2001) barındıran araştırmaların

ilki Paulhus ve Williams (2002) tarafından ‘Karanlık Üçlü’ başlığı ile toplanmaktadır (Kowalski, 2001; Paulhus ve Williams, 2002).

Kişiliğin karanlık tarafına göre şekillenen bu yaklaşıma; daha geniş perspektiften bakıldığında kişideki benmerkezcilikten, antipatik ve olumlu olmayan sosyal davranışlardan, güce odaklanan davranışlar sergilemekten, uyumsuz hareketlerde bulunmaktan, yüzeysel ilişkilerden, çevresindeki diğer kişileri manipüle etme eğilimleri ile birlikte yalana başvurmaktan, hile ile işlerini halletmekten, kişilerin çıkarları amacıyla diğer bireyleri kullanma eğilimleri gibi davranışlardan söz edilebilir (Konal, 2022).

Karanlık üçlü kişilik özelliklerini Beş Faktör kuramından ayıran taraftan bahsedecek olursak; birbirlerini tamamlayıcı olan kişilik özelliklerinden çok, kişilik özelliklerinin olumlu olmayan psikolojik yatkınlıklarını ortaya koyma çabası noktasında ayrıştıklarından bahsedilmektedir. Bir başka deyişle, ‘Beş Faktör’ kişilik özellikleri kuramında olan maddeler, kişilerdeki genel eğilimleri ile durumları içeren davranış örüntülerine; Karanlık Üçlü yaklaşımı ise sosyal anlamda olumlu bir şekilde karşılanmayan kişiliğin özelliklerine vurgu yapmaktadır (Furnham vd., 2013). Bütün bunlara ek olarak, bu olumlu olmayan kişilik özelliklerinin, zaten bireyin gelişimsel sürecinde ve genetiğinde bulunan, olumlu olmayan yaşam koşullarına kişinin uyum sürecini kolaylaştırmasını sağlayan bir etken olduğu görüşü kabul görmüştür. Bununla birlikte ilişki boyutunda hayatta kalıp yaşamını sürdürmeye çalışması örüntüleriyle birlikte ortaya çıkabileceği ihtimali araştırmalarda boy gösterip yerini almıştır (Saltoğlu ve Irak, 2020).

4. Psikobiyolojik Kişilik Kuramı

Kişilik teorisyenlerinden biri olan Robert Cloninger (1986–1987), kişiliğin bileşimini ve büyümesini açıklamak için psikobiyolojik kişilik teorisini yarattı. Kişiliğin iki temel yönü olan mizaç ve karakter boyutları, Cloninger tarafından oluşturulan psikobiyolojik modelle incelenmektedir (Güleç, 2009, s. 203). Psikobiyolojik modele göre mizacın yanı sıra dört boyuttan (yenilik arayışı, zarardan kaçınma, ödül ihtiyacı ve baskı) oluşur. Mizaç genetik olarak bağımsız kabul edilerek yaşam boyunca istikrarlı ve kültürel etkiler karşısında değişkenlik göstermez. Otokontrol, işbirliği, kendini açma tutumları, somutlaştırılan ve

varsayılan karakteri oluşturan üç boyuttur (Serretti, 2007; Arkar, 2008; Miettunen, vd., 2008).

Gadrini ve arkadaşlarına göre (2009), psikobiyolojik kişilik kuramının özü olan öğrenme (bilgiyi özümseme, depolama ve işleme) üzerine kuruludur. Sonuç olarak, kişilik genellikle kişinin deneyimleri nasıl algıladığı ve bilgiyi nasıl işlediği ve depoladığı konusundaki bireysel farklılıklar tarafından tanımlanır. Cloninger'in kişilik teorisinin temeli, psikometrik kişilik testleri, nörofarmakoloji ve nörodavranışsal öğrenme ile ilgili ikiz ve aile çalışmaları ve boylamsal gelişim çalışmalarından elde edilen verilerin bir sentezidir. Bu teori, kişiliği düzeylerde anlamak için kapsamlı açıklamalar sağlar. Bu düzeyler, bilişsel-duygusal yapı, kişilik gelişimi, davranışın nörolojik temelleri, kişilik genetiği ve kişilik boyutlarındaki bireysel farklılıkların davranışsal eşdeğerlerini içerir (Seçer, 2005).

5. Kişilik Bozukluklarında Şema Terapi

Borderline kişilik bozukluğunun mizaç yatkınlıkları, şema kuramı bağlamında bakıldığında güvensiz ve istikrarsızdır; duygusal açıdan yoksun, cezalandırıcılık yönü güçlü, reddedici ve boyun eğici aile ilişkilerinden kaynaklandığına inanılır (Young vd., 2003). Bu duruma sahip bireyler kompleks problemler, devamlı değişkenlik gösteren modlar ve ilişkiler, duygusal açıdan dengesiz olup bu kişiler, belirsiz kişilik özellikleri sergilerler. Ayrıca öngörülemez eylemler, madde kullanımı, kendine zarar verme ve intihar girişimleri gibi dürtüsel davranışlarda bulunurlar (Arntz ve van Genderen, 2009). Bu bozukluk için önerilenler arasında tercih edilen tek bir tedavi yaklaşımı yoktur (Nysæter ve Nordahl, 2008). Bununla birlikte, bu bozukluğun son yıllarda kavramsallaştırılma şekli, onun bilişsel, duygusal, davranışsal ve kişilerarası semptomlarını tedavi etmek için kapsamlı bir yaklaşıma olan ihtiyacı göstermektedir (Rafaeli vd., 2012). Şema Terapi, bu bağlamda borderline kişilik bozukluğu için kapsamlı bir terapötik yaklaşım olarak görülmektedir (Arntz ve van Genderen, 2009). Bu açıdan bakıldığında, erken dönem uyumsuz şemalar ile kişilik bozuklukları arasındaki ilişkiyi borderline çerçevesinde ele alındığında inceleyen bir çalışmada, borderline kişilik bozukluğunun bağımlılık, kusurluluk/utanç ve terk edilme şemaları ile daha yakından ilişkili olduğu

saptanmıştır (Jovev ve Jackson, 2004). Ayrıca, suçluların şemalarının incelendiği bir çalışmada, sınırda kişilik bozukluğuna sahip suçluların, kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş özerklik ve bastırma şema alanlarından daha belirgin puan aldıkları saptanmıştır (Gilbert ve Daffern, 2013). Bu sonuçlar, 18 tane olan erken dönem uyumsuz şemanın neredeyse hepsinin sınırda kişilik bozukluğuna sahip bireylerde etkin olduğunu göstermektedir (Young vd., 2003; Arntz ve van Genderen, 2009; Lawrence vd., 2011). Borderline kişilik bozukluğunda temel nokta, bireyin ilk nesnelere olan ebeveynlerinin boşanmış ya da birbirinden ayrı yaşaması sonucunda, anne ve babasının hayatlarına başka bireylerin girebilmesi nedeniyle bireyin nesne kaybına karşı hassasiyetinin ve merakının artması, bireyin bir tehdit olarak deneyimlediği kayıp algısı, nesneyi, varlığı veya konumu büyük bir şiddetle koruma girişimi olarak tanımlanan kıskançlığın tetiklenmesi olmasıdır (Faraji ve Güler, 2021).

Narsisistik kişilik bozukluğu, şema teorisi bağlamında incelenen farklı bir kişilik bozukluğudur. Narsisizmin çocuklukta nedenleri araştırıldığında dört unsur keşfedilmiştir. Bunlar: koşullu kabul, travma öyküsü, yetersiz sınırlar, yalnızlık/dışlanma olarak gösterilir (Young vd., 2003, s. 381). Narsisistik kişilik bozukluğu ile şema modeli perspektifinden bakıldığında duygusal yoksunluk, kusurluluk ve haklılık şemalarının ön planda olduğu açıktır (Young vd., 2003, s. 374). Çeşitli narsisizm biçimlerinin altında yatan erken dönemdeki uyumsuz şemaları inceleyen bir çalışmada, büyülenmeci narsisizm ile güvensizlik, onay arayıcılık, yetersiz özdenetim ve yüksek standartlar şemaları arasında olumlu bir ilişki bulunmuştur (Zeigler-Hill vd., 2011, s. 100-101). Sonuç olarak, çocukken koşulsuz sevgiyi deneyimleyemeyen birçok narsisistik kişilik bozukluğu hastasının, duygusal olarak mesafeli olan ve sevgilerini ifade edemeyen partnerleri tercih etme eğiliminde oldukları görülmektedir. Özellikle, yakın ilişkilerde empatiden yoksun olma, sevgiden kopma, kendilerinden daha başarılı olduğuna inandıkları kişiler için kıskançlık besleme ve yalnızca özel muamele gördüklerinde kendilerini önemli, özel ve değerli hissetme olasılıklarının daha yüksek olduğu görülmektedir (Young vd., 2003, s. 385). Türkiye’de yapılmış başka bir çalışmada ise erken dönem uyum bozucu şemaların, ebeveynlik rolleriyle hem kırılğan hem de kendini beğenmiş narsisistik kişilik özellikleri arasındaki aracılık işlevleri araştırılmıştır. Yukarıda belirtilen araştırmaya göre,

algılanmış ebeveynlik stilleri ile büyülenmeci narsisizm arasındaki ilişkide zedelenmiş sınırlar şema alanının aracı rol oynadığı, başkasına yönelimlilik ve yüksek standartlar/bastırma şema alanlarının ise ebeveynlik stillerinin algılanmasında da aracı rol oynadığı keşfedilmiştir (Üzümcü, 2016, s. 52–104).

Diğer taraftan şema kuramı perspektifinden antisosyal kişilik bozukluğu ile ilgili çalışmaların sınırdaki kişilik bozukluğu ve narsisistik kişilik bozukluğu ile ilgili çalışmalara göre daha az kapsamlı olduğu görülmektedir. Antisosyal kişilik bozukluğuna sahip bireylerin, erken dönemdeki uyumsuz şemaları değerlendirildiğinde literatürdeki bulgular ile bağdaştığı ve paralel şekilde bulgular ortaya çıktığı görülmüştür (Gilbert ve Daffern, 2013). Çakır (2007) tarafından yapılmış çalışmada, antisosyal kişilik bozukluğuna sahip hastaların, başarısızlık, duygusal yoksunluk, karamsarlık, duyguları bastırma, yapışıklık/iç içe geçmişlik şemasına sahip kontrol grubuna göre boyutlar açısından daha yüksek puanlara sahip olduğu saptanmıştır. Antisosyal kişilik bozukluğu, bu keşfe ek olarak, zedelenmiş sınırlar ve kopukluk-reddedilme şema alanları ile ilişkilendirilmiştir (Gilbert ve Daffern, 2013, s. 933). Bu teoriye göre, antisosyal kişilik bozukluğu olan kişiler yetişkin olarak suç eğilimi, istikrarsız, pervasız yaşam tarzlarına öncülük edebilir (Rafaeli vd., 2012, s. 145).

6. Kişilik Bozukluklarının Tedavisinde Şema Terapi'nin Kullanımı

Değerlendirme, psiko-eğitim ve değişim aşamalarından oluşan şema terapinin temel noktası terapötik ilişki olarak ele alınır (Young vd., 2003, s. 48). Young ve arkadaşlarına göre (2003, s. 47, 292), şema terapinin asıl hedefi danışanların erken çocukluk deneyimlerinde, ebeveynlerinin karşılayamadığı ihtiyaçlarını karşılamalarına yardımcı olmaktır. Ayrıca danışanların şemalarına meydan okumak için empatik yüzleştirme, bilişsel, davranışsal ve deneysel teknikleri kullanmalarına yardımcı olmayı amaçlar (Furnham vd., 2013). Ancak genel olarak, kişilik bozukluklarının etkili bir şekilde nasıl tedavi edileceğine dair literatürde çok fazla çalışma yoktur (Young vd., 2003). Yürütülen az sayıdaki çalışmanın aksine, küçük örneklem boyutlarına ve tedavi sonrası kısa takip sürelerine sahiptir ve bunların çoğunluğu sınırdaki kişilik bozukluğunu tedavi etmeyi amaçlamaktadır (Bateman vd. 2015, s. 735).

Sınırdaki kişilik bozukluğu, narsisistik kişilik bozukluğu, paranoid kişilik bozukluğu, histrionik kişilik bozukluğu ve C kümesi kişilik bozukluğu olan hastaların şema terapiden fayda göreceği düşünülmektedir (Costa ve McCrae, 1995; Bacanlı vd., 2009). Şema terapinin kişilik bozukluklarının tedavisindeki başarısı, söz konusu olabilecek teknikler veya ideoloji alanlarında da dikkat çekmektedir. Bağlanma, duygu düzenleme, şema modu değişimleri ve özerklik gelişimi, sınırdaki kişilik bozukluğu tedavisinin aşamalarındandır (Kellogg ve Young, 2006, s. 452). Sınırlı yeniden ebeveynlik, yaşantısal teknikler, imajinasyon ve role-play gibi diyalog çalışmaları, bilişsel yeniden yapılandırma, psiko-eğitim ve davranış kalıplarını kırma bu terapide kullanılan değişim mekanizmalarıdır (Farrell vd., 2009). Tedavinin birçok aşamasında, yukarıda belirtilen mekanizmaların her biri çok önemlidir (Kellogg ve Young, 2006). Tedavinin ilk aşaması, danışanla güven ve iş birliğine dayalı sınırlı bir yeniden ebeveynlik bağı oluşturmayı gerektirir (Nysaeter ve Nordahl, 2008) Bu açıdan bakıldığında, en etkili tedavi stratejilerinden birinin, danışanların çocuklukta karşılanmayan temel ihtiyaçlarını karşılamak için terapistlerin sınırlı girişimlerde bulunduğu terapötik ilişkinin kendisi olduğuna inanılmaktadır (Young vd., 2003; Bamelis vd., 2014). Şema terapi kuramına göre, sınırlı yeniden ebeveynlik yöntemi, terapötik ilişki sınırları içinde terapist ve danışan arasında yakın bir ilişki geliştirmektedirler (Spinhoven vd., 2007; Young vd., 2003). Terapötik ilişki, tedavi ortamını danışana kabul edildiği ve düşüncelerini, arzularını ve ihtiyaçlarını özgürce iletmeye teşvik edildiği güvende hissedeceği bir yer haline getirir (Kellogg ve Young, 2006, s. 450).

Danışanlara göre, değişimdeki en yararlı faktörler, terapistle pozitif bir terapötik ilişki, şema modunda kavramsallaştırma ve deneysel prosedürleri içerir (Nordahl ve Nysaeter, 2005). Bu önermeye paralel biçimde, şema alanında çalışan terapistler, danışanın izni doğrultusunda yaşantısal teknikler ile duygu ve imajinasyon çalışması yaparak, erken dönemde zedeleyici durumlar yaşayan çocuğu koruyacağı görüntü çalışması ile müdahale ederler, bu da travmatik çocukluk deneyimleri deneysel tekniklerde derinlemesine işlenmiş olması terapistin hasta ilişkisindeki onarıcı rolüne dikkat çeker. Şema terapi kapsamında uygulanan yaşantısal teknikler ile bireyin duygularının tekrar açığa çıkarılması, aktarım odaklı terapi ile benzerlik göstermektedir. Bu durumda anlamlı olabilecek

bir çalışmada terapötik ilişkinin, aktarım odaklı psikoterapinin sonuçları üzerindeki etkisine bakmıştır (Spinhoven vd., 2007, s. 104). Bahsedilen çalışmada, şema terapinin, aktarım odaklı psikoterapiden daha yüksek düzeyde olumlu hasta ve terapist değerlendirmelerine sahip olduğu görülmektedir. Şema terapide, terapistlerin danışanları ile kurduğu terapötik ittifaka ilişkin değerlendirmeleri daha önem arz etmektedir. Bu açıdan bakıldığında, hasta ve terapist arasında oluşan terapötik ittifakın şema terapinin etkinliğinde önemli bir rolü olabileceği desteklenmektedir. Sınırdaki kişilik bozukluğu olan hastaların örneklem olarak alındığı bir çalışmada, şema terapi ekolünde, terapiyi bırakma ve direnç oranlarının aktarım odaklı terapiye göre daha düşük olduğu ve bireyin, klinik açıdan iyileşmesinin belirgin oranda yüksek olduğu görülmektedir (Giesen-Bloo vd., 2006). Bu bulgu, terapötik ilişkinin önemli bir bileşeni olarak tedaviyi bırakma oranı dikkate alınarak yapılmıştır. Sınırdaki kişilik bozukluğu hastalarıyla grup ve bireysel şema terapinin bir karışımını kullanan başka bir çalışmada, iyileşme oranının bireysel terapide daha etkili olduğu keşfedilmiştir (Dickhaut ve Arntz, 2014). Sınırdaki kişilik bozukluğu hastaları ile yapılan bir araştırmada 8 ay bireysel terapinin yanı sıra 30 haftalık grup seanslarını içeren bir tedavi programında Şema terapi uygulanan bireylerin %94'ünde tedavi sonrası sınırdaki kişilik bozukluğu tanısı konulmamış olması bu sonuçla uyumludur. Özetle, bu çalışma, bireysel psikoterapi ile birleştirildiğinde Şema terapinin grup tekniğine etkili bir şekilde uyum sağlayan ve semptomları azaltırken aynı zamanda hayat kalitesini ve genel işlevselliği artıran uygun bir tedavi seçeneği olabileceğini bulmuştur (Farrell vd., 2009). Bu sonuçlar, bireysel ve grup terapisini birleştirmenin etkili bir tedavi stratejisi olduğu fikrini desteklemektedir (Dickhaut ve Arntz, 2014). Ek olarak, narsisistik kişilik bozukluğu, paranoid kişilik bozukluğu, histrionik kişilik bozukluğu ve C kümesi kişilik bozukluklarını tedavi etmek için şema terapinin kullanımına ilişkin araştırmaların azlığına rağmen, bir çalışma, 50 seanslık şema odaklı psikoterapinin, açıklama odaklı psikoterapiden ve standart geleneksel terapiden daha üstün olduğunu bulmuştur (Bamelis vd., 2014). Şema terapi, sınırdaki kişilik bozukluğu dahil olmak üzere kişilik bozuklukları için geçerli bir bütünleyici terapi olarak görülmektedir. Şema terapi'nin sunduğu seçenekler sayesinde kişi geçmişi düzenleyerek yeniden değerlendirebilir, bugünü iyileştirebilir ve geleceği güvence altına alabilir (Gör vd., 2017).

a. Borderline Kişilik Bozukluğu'nda Şema Terapi

Young'ın şema modeline göre, erken dönem uyumsuz şemalar, çocuklukta karşılanmamış temel duygusal ihtiyaçlar, fiziksel, sözel ve cinsel travmalar ve bakım veren-çocuk etkileşiminin doğası gibi diğer faktörlerin bir sonucu olarak gelişir. Borderline kişilik bozukluğunun şema modelinde yer alan 18 şemanın neredeyse tamamını sergilediği tespit edilmiştir (Young vd., 2013). Terk edilme, güvensizlik, duygusal yoksunluk, boyun eğcilik, kusurluluk ve cezalandırıcılık, bu şemaların en açık örnekleri olabilir. Kişi bu şemalarla başa çıkabilmek için tutumlar geliştirir (Farrell vd., 2009). Terk edilmiş çocuk, Öfkeli çocuk, cezalandırıcı ebeveyn ve sağlıklı yetişkin, borderline kişilik bozukluğunda karşımıza çıkan en belirgin 4 moddur. Dürtüsellik ve ruh hali değişimleri, modlar arasında hızlı geçişle açıklanır. Modun özelliğine göre madde bağımlılığı, oburluk, pervasız harcama, riskli cinsellik gibi eylemler gerçekleşir. Şema tedavinin amacı, başlangıçta ya çok zayıf ya da eksik olan sağlıklı yetişkin modunu güçlendirmektir (Young vd., 2017).

b. Narsisistik Kişilik Bozukluğunda Şema Terapi

Bu yaklaşım, kişinin hem kendine hem de başkalarına ilişkin zihinsel modellerini ortaya çıkarmaya ve geliştirmeye çalışır. Şema terapide beş gelişimsel boyuta odaklanılır: kimlik duygusu, sınır koyma ve rahatsızlığa tahammül etme kapasitesi, kendi kendini yönetme kapasitesi, esneklik ve iyimserlik (Behary ve Dieckmann, 2011). Şema terapinin amacında yer alan, erken çocuklukta gelişen uyumsuz şemaları tespit etmek ve onları değiştirmeye odaklanma bağlamında, narsisistik kişilik bozukluğu tedavisinde çocukluk dönemi boyunca duygu ve empati eksikliğine maruz kalan ve erken deneyimlerin bir sonucu olarak, baskın, dikkat çekmeye çalışan ve ilgiye muhtaç bir kişilik geliştiren bu bireylere sınırlı yeniden ebeveynlik yaparak değer duygusunu geliştirmeyi hedef almaktadır (Young vd., 2017).

F. Öfke

Psikoloji literatüründe, öfke tanımı, “kısıtlama, işgal edilme, korkutulma, yoksun bırakılma, erişime engellenme vb. gibi durumlarda algılanan ve çoğunlukla sebep olana veyahut bireye ithafen, hırçın hareketler sonucunda,

çoğunlukla olumlu olmayan, negatif bir duygu” olarak ifade edilmektedir (Budak, 2000:565).

Öfke ve yoğun sinirlilik hali, hakkımız olanı elde edemediğimizde veya değer verdiğimiz bir kişi umut ettiğimiz çerçevede davranmadığında gerçekleşen duygu durumudur (Geçtan, 2004). Ayrıca öfke, ulaşmak istediğimiz bir hedefe ulaşamadığımızda ya da isteklerimizi elde etmemiz engellendiğinde, gün yüzüne çıkan olumlu olmayan duygu olarak da ifade edilmektedir (Cüceloğlu, 2000).

Hankins’e (1998) göre, öfke doğrudan olmayan, dolaylı bir olgudur ve bu olguları şu şekilde betimlemektedir: öfke, içsel bir duygu durum olarak var olmakta ve içgüdüsel olarak açığa çıkarmaktadır. Ayrıca, öfke sonucu oluşan tutumlar bir tehdit, kısıtlama ya da kışkırtma sonucu gün yüzüne çıkmasıyla birey, daha çok işgalci ve müdahaleci bir hale gelmektedir. Bu bağlamda, Öfkenin ifade ediliş şeklinin insandan insana toplumdaki topluma değişebildiği görülmektedir (Balkaya, 2001).

Öfke duygusu, doğumla birlikte gelen ve hayatın ilk üç senesinde olgunlaşan temel duygulardan birisidir (Lewis, vd., 1990). Deffenbacher (1994), öfke duygusunun, bireylerin fazla yaşadığı duygulardan olmasına rağmen, genellikle yanlış algılandığına işaret etmiş ve öfkenin, üzerine düşünülen bir hareket sonrasında gün yüzüne çıktığını vurgulamıştır, fakat öfkenin içsel bir duygu olmasıyla birlikte ifade edebilmenin zor olmadığına ve tüm insanların öfkelenebileceğine değinmiştir. Buna ek olarak araştırmacı, öfkeye sebep olan durumu, bireyi daha güçlü ve ruhsal olarak tetiklenmiş bir vaziyette tutmasına rağmen, bireyin öfke anında daha kırılgan bir hale büründüğünü belirtmektedir. Öfke anında ifade edilen bu davranışlar insan hayatı boyunca öğrenilmiş tepki ve tutumlardır (Johnson, 2010). Ayrıca öfke; kısıtlama, haksızlık, sıkışmışlık hissi gibi başka durumlarda birden gerçekleşebilen bir duygu olduğu söylenmektedir (Petrocelli, 2001). Öfkenin içe atılması veya hemen, o an da dışarıya yansıtılması doğru değildir. Bu sebepten öfkeye ve agresyona sebep olan olayların algılanması ve öfkeyi öngörebilmenin önemi vurgulanmıştır.

1. Öfke Tarzları ve Öfke Türleri

Çok sayıda araştırmacı öncelikle öfke kavramını açıklamak ile yetinmeyip, bunun yanı sıra Öfke türlerini de kategorize etmeye çalışmıştır. 70 seneyi aşkın

bir zaman önce, McKellar (1949) üç çeşit öfkeyi detaylı incelemiştir: belirgin, belirgin olmayan ve gecikmiş. Belirgin öfkeyi “sözlü ve/veya fiziksel saldırganlığı gösterdiği gibi, uyarıcı bir olaya karşı ani ve dürtüsel bir tepki” şeklinde açıklamıştır. Bu öfkenin bir çeşidi olan belirgin öfkenin, bireyler tarafından sıklıkla kullanıldığı saptanmıştır (Karataş, 2009). Ek olarak, belirgin olmayan öfke, önseziler ile aktif olmayan bir duygunun kişi tarafından içte hissedildiğine değinirken; gecikmiş öfkeyi, agresif kişinin tetikleyen birey veya sebeplerden dolayı öç almayı planladığı düşünsel bir saldırı olarak ifade etmiştir (Budak, 2000; Petrocelli, 2001). McKellar (1949) bunun yanı sıra, bahsedilen üç cins öfkenin sıklık, yoğunluk ve davranış yüzdelerine göre farklılaşan davranışları ifade edebileceği de belirtilmiştir.

Spielberger (1980) insanların kendilerini koruyabilmek adına öfkeye gereksinim duyabildiğini, diğerlerinin gözü önünde küçük düşmemek için daha fazla özen göstermesi durumunda, bireyde öfkenin ortaya çıktığını öne sürmüştür. Deffenbacher ve arkadaşlarına (1994) göre, öfkenin uyarıcıları üç farklı kategoride incelemektedir. Bu kategorilerden ilki, dış uyaranlar şeklinde adlandırılır. Bu uyarıcılar, bireyi hedefine ilerlemekten alıkoyan, sonuca ulaşmasını engelleyen kişiler olabileceği gibi, bireyi hayli sert olarak eleştirenler olarak da gösterebilmektedir (Weinberger vd., 2001). Travma deneyiminin ardından, bu travmayı hatırlatan bireyler veya nesnelere bireylerde öfkeye neden olabilmektedir. Üçüncü tür tetikleyiciler ise dışsal olmayan - içsel uyarıcılar ismi ile adlandırılır (Deffenbacher vd., 1994). Bireyin yaşadığı yoğun duygularının sonucu olarak ortaya çıkan öfke duygusunun varlığı ile tanımlanmaktadır (Petrocelli, 2001).

2. Öfke Kontrol Düzeyi ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Kişilerarası ilişkiler, okul, sosyal çevre, kültür gibi etkenler kişinin olgunlaşmasıyla şemaların gelişimine neden olabilmekte ya da şemaların belirgin hale gelebildiği belirtilmiştir (Young, 2017). Çakırca'ya (2020) göre, Ayrılma ve Reddedilme şema alanın, öfke kontrolü alt boyutuyla negatif yönlü ilişki olduğu bulunmuştur. Sosyal İzolasyon şemasına sahip olan katılımcıların, öfke ölçeği sonuçlarına bakıldığında, sürekli öfke, dışsal öfke ve içsel öfke alt boyutlarıyla

sosyal izolasyon şema arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişkinin olduğu, öfke kontrolü alt boyutuyla yalnız zayıf derecede negatif yönlü ilişki olduğu saptanmıştır (Calamari ve Pini, 2003). Terk edilme şemasının içe ve dışa öfke alt boyutlarıyla pozitif yönde zayıf ilişki olduğu görülmüştür. Sürekli öfke ile orta düzeyde pozitif ve öfke kontrolü alt boyutlarıyla orta düzeyde negatif yönlü korelasyon olduğu saptanmıştır (Karataş, 2009). Bu çalışmada sadece, öfke alt boyutlarından biri olan içe öfke, duygusal yoksunluk şemasıyla pozitif yönde zayıf bir ilişki sergilediği görülmüştür. Başka bir çalışmada, duygusal kontrol alt boyutuyla anlamlı bir ilişki bulunmadığı, kusursuzluk şemasının öfke alt boyutları olan sürekli öfke, içe öfke ve dışa öfkeyle orta düzeyde pozitif korelasyona sahip olduğu belirtilmiştir (Çakırca, 2020). Bireyin yaşantısında meydana gelen ardı ardına birbirini destekler nitelikte olan, yıkıcı etkileri bulunan tüm olumsuz deneyimler, bireyin yaşantısında uyumsuz bir şemanın gelişmesine neden olabilmektedir (Petrocelli, 2001). Bağımlılık şeması ile sürekli öfke, içe ve dışa öfke alt boyutları arasında pozitif yönde zayıf, öfke kontrolüyle arasındaki ilişki ise negatif yönde zayıftır. Aynı zamanda, başarısızlık şemasıyla sürekli öfke, içe ve dışa öfke alt boyutları arasında zayıf pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır (Johnson, 2010). Ayrıca, haklılık şeması ile sürekli öfke ve öfke stili ölçeğinin alt faktörleri arasında bir ilişki saptanmamıştır fakat sürekli öfke, dışa öfke ve içe öfke ile cezalandırıcılık şeması arasında ortay düzeyde pozitif bir korelasyona saptanmıştır (Weinberger vd., 2001). Öfke kontrolüyle yetersiz özdenetim şeması arasında zayıf negatif korelasyon saptanmıştır. Bu çalışmada ve daha önceki yapılan çalışmalarda da uyumsuz şemalarla patolojiler arasında ilişkilerin olduğu bulunmuştur (Çakırca,2020). Bütün bunlara ek olarak, boyun eğcilik ve onay arayışı şemalarının sonucunda kendini feda etme davranışı görülmekte ve yapılan araştırmalar istatistiksel olarak, boyun eğcilik şeması ile devamlı öfke ve öfke tarzları ölçeğinin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki saptanmadığını göstermiştir (Brenning ve Breat, 2013). Çakırca'nın (2020) çalışması sonucunda karamsarlık şeması ile öfke ölçeğinin alt boyutları arasındaki ilişki araştırıldığında, sürekli öfke ile dışa öfke alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif bir korelasyon, öfke kontrolü ile arasında ise negatif bir korelasyon bulunmuştur. Bunun yanında, duyguları bastırma şeması ile öfke ölçeği alt boyutları arasındaki ilişki araştırıldığında, sürekli öfke ve içe öfke alt

boyutu ile orta düzeyde pozitif, dışsal öfke alt boyutları ile pozitif yönde zayıf bir korelasyon olduğuna saptanmıştır (Lerner, 1996; Jhonson, 2010).

3. Öfkenin Tetikleyicileri

Öfkenin tetikleyicileri, bilişsel işlevleri yerine getiren mekanizmalardır (Calamari ve Pini, 2003). Öfke tetiklenirken, kişinin kendi çıkarı için bir başkasının refahından ödün verilip verilmeyeceğine odaklanmaksızın belirlemektedir (Sell vd., 2009).

Özmen'e (2016) göre, sürekli öfke ve kaygının tüm öfke biçimlerinin cinsiyete dayalı veya ebeveynlerden öğrenilen öfke kontrolünü, aile tipinin ise öfkeyi dışa aktarmayı etkilediği saptanmıştır. Ayrıca aynı çalışmada, incelenen on değişkenden beşinin sürekli öfke veya herhangi bir öfke tarzı üzerinde herhangi bir etkisi olmadığını, bu da kaygı dışındaki değişkenlerin öfkeyi deneyimleme ve ifade etme üzerinde çok az etkiye sahip olduğunu gösterir.

Bağlanma Kuramı, karşılaşılan duygunun yoğunluğu ve ifade ediliş biçimi açısından geniş çapta kabul görmekte ve Şema Kuramı'nın temelini oluşturmaktadır. Bowlby'ye (1973) göre, çocuğun zihni, bağlanma figürüyle tekrarlanan erken deneyimlerin bir sonucu olarak bağlanma ilişkisinin içsel temsillerini oluşturur. İçsel model olarak bilinen bu bilişsel temsiller, bireyin değer duygusunu, kabul edilme ihtiyacını ve dış dünyanın güvenli bir yer olduğuna dair inanç ve beklentileri içermektedir (Barret ve Holmes, 2001). Tutarlı ilgi, koşulsuz sevgi ve bakım ihtiyacını sağlıklı şekilde gerçekleştiren ve güvenli bağ kuran kişilerin benliğine dair olumlu inançlarının desteklenmesinin yanı sıra öfkeyi tetikleyen durumlarla başa çıkabilme yetilerinin iyi düzeyde olduğu görülmektedir (Tanış, 2014). Bununla birlikte, sürekli olarak reddedilme ve terk edilme ihtimalleri ile yüz yüze kalan bireylerde yoğun öfke nöbetlerinin meydana geldiği görülmüştür (Mikulincer, 1998). Ek olarak, Bowlby (1982), güvensiz bağlanan kişilerin ebeveynlerine olan korkularıyla Öfkelerini yansıtamadıklarını ileri sürerek, öfkenin sağlıklı şekilde ifade edilemediği için bastırıldığını veya içe dönük öfkeye dönüştürüldüğü öne sürülmüştür. Özetle, güvensiz bağa sahip kişilerin yoğun öfke deneyimleyecekleri ve öfkelerini düzenlemekte zorlanabilecekleri görülmektedir (İmamoğlu, 2003; Akmaz, 2009; Johnson, 2010; Tanış, 2014).

III. YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde araştırma modeli, veri toplama araçları, veri toplama işlemleri, örneklem ve araştırma kapsamında toplanan verilerin analiz edilmesinde faydalanılan istatistiksel yöntemlere değinilmiştir.

A. Araştırma Modeli

Mevcut çalışma Aldatma Eğilimi, Affetme Eğilimi, Reddedilme Duyarlılığı, Öfke Tarzları ve Kişilik Özellikleri arasındaki ilişkinin Şema Terapi bağlamında incelenmesi için ilişkisel tarama modeline uygun olacak şekilde gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli ile yürütülen çalışmalarda, iki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimi ya da şiddetini saptamak amaçlanmaktadır (Karasar, 2012). Grup kendi içerisinde sosyodemografik özelliklere göre de incelenmiştir. Bu çalışmanın amacı, betimsel araştırma deseninde, Aldatma Eğilimi, Affetme Eğilimi, Reddedilme Duyarlılığı, Öfke Tarzları ve Kişilik Özellikleri arasındaki ilişkinin Şema Terapi bağlamında incelenmesidir.

B. Örneklem

Çalışmanın örneklemini 18-65 yaş arası çalışmaya katılmaya gönüllü 1359 katılımcı oluşturmaktadır. Katılımcılar gönüllülük temelinde katılım sağlamış olup örnekleme seçkisiz olarak ulaşılmıştır. Katılımcılar araştırma hakkında bilgilendirilmiştir.

C. Veri Toplama Araçları

1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanmış olan kişisel bilgi formunda katılımcılara cinsiyetleri, yaşları, öğrenim ve medeni durumları, maddi gelir düzeyleri ruhsal

rahatsızlıklarının olup olmadığına yönelik ve çalışma saatleri vb. sorular sorulmuştur.

2. Aldatma Eğilimi Ölçeği (AEÖ)

Evli bireylerde aldatma eğilimini ölçmek için Polat (2006) Aldatma Eğilimi ölçeğini geliştirmiştir. Aldatma Eğilimi Ölçeği beşli likert tipi ölçeğidir. Bu ölçeğin 18 maddesi aldatma eğilimi gösteren davranışı ölçen pozitif maddeli ölçektir. Diğer 12 maddesi ise aldatma eğilimine ters olan davranışları ölçen negatif maddeli ölçektir. Ölçek toplamda 30 maddeden oluşmaktadır. Çalışmaya katılan bireylerden her bir madde için “Tamamen Katılıyorum”, “Katılıyorum”, “Kararsızım”, “Katılmıyorum” ve “Kesinlikle Katılmıyorum” ifadelerinden, kendilerine yakın olan seçeneği seçmeleri istenmektedir. Tamamen katılıyorum ifadesi 5 puanı, kesinlikle katılmıyorum ifadesi 1 puanı ifade etmektedir.

Ölçekte yüksek puan alınması durumu aldatma eğiliminin yüksek olduğunu göstermektedir. Aldatma Eğilimi Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayısı olan Cronbach Alpha 95 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test güvenilirliği ile elde edilen puanlar arasındaki korelasyon hesaplanmıştır böylelikle güvenilirlik katsayısı .84 bulunmuştur. Aldatma Eğilimi Ölçeği sadakati yüksek ya da düşük bireylerin tespitinde güvenilirlik ve geçerliliği olan bir ölçek olduğu tespit edilmiştir (Alıcı Duyuler, 2023).

3. Heartland Affetme Ölçeği (HAÖ)

Heartland Affetme Ölçeği, Ayten (2009) tarafından geliştirilmiştir. Beşli likert tipi bir ölçektir. Bireyin kendisini üzen, hatırladığında incinmesine neden olan yaşantılar konu alınarak ölçek geliştirilmiştir. Ölçekte bulunan bütün sorulara “bana çok uygun”, “bana uygun”, “kararsızım”, “bana uygun değil” ve “bana hiç uygun değil” seçenekleri bulunmaktadır. Birey kendisine en yakın olanını seçecektir. Ölçeğin faktör analizinde, Kaiser Meyer-Olkin (KMO) değeri .88, korelasyonun istatistiksel olarak anlamlılığını belirten Bartlett's Test of Sphericity değeri $\chi^2 = 1894, 523$; $p = .000$, hesaplanmıştır. Ölçeğin toplam varyansı olan %50,2 'yi açıklayan üç alt boyut bulunmaktadır: Uzaklaşma/kaçma (7 adet ifade), İyimserlik (6 adet ifade), Öç alma (5adet ifade).

Alt ölçeklere bulunan maddelerin Heartland Affetme Ölçeğinin hepsiyle olan ilişkisine bakıldığında .30 ile .70 aralığındadır. Ölçeğin tamamında iç tutarlılık katsayısı olarak adlandırılan Cronbach Alpha değerleri: Genel Ölçek için $\alpha = .87$, uzaklaşma/kaçma alt ölçeği için $\alpha = .83$, iyimserlik alt ölçeği için $\alpha = .74$ ve nefret/öç alma alt ölçeği için ise $\alpha = .71$ şeklindedir. Ölçeğin alt boyutlarında bulunan ortalamalarda puanlama yapılırken "bana çok uygun" ifadesine 5 puan, "bana hiç uygun değil" ifadesine 1 puanı ifade etmektedir. Ölçeğin genel ortalaması hesap yapılırken tam tersi olarak affetmeye yönelik yanıtta 5 puan, affetmemeye yönelik yanıtta 1 puanı ifade etmekte olup affetme eğiliminin genel ortalaması hesaplanırken tam tersi kullanılmıştır (Hoşrik, 2017).

4. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği (RDÖ)

Bireylerin reddedilmeye karşı duyarlılık düzeylerini belirlemek için Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Downey ve Feldman (1996) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek altılı likert tipinde olup tek faktörden oluşmaktadır. 18 maddesi bulunmaktadır. Türkçe uyarlamasını aynı zamanda güvenilirlik ve geçerliliğini Erözkan (2004c) yapmıştır. Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .83'tür (Erözkan, 2004a, 2004b, 2004c). Ölçeğin geçerliği için yapılan faktör analizi sonucunda ölçek toplamda açıkladığı varyans ile geçerliliği kabul edilmiştir. Ölçeğin maddeleri (1) hiç endişelenmedim, (6) çok endişelendim aralığındadır. Ölçeği cevaplayan kişilerden endişe ve kaygılarını puanlamaları istenmektedir. Ölçeğin en düşük puanı 18, en yüksek puanı ise 108'dir. Ölçeğin uygulandığı grubun puanlaması yorumlanırken çalışma yapılan grubun puanlarının aritmetik ortalaması alındığında, çalışmaya katılan kişinin puanı ortalamanın altında olması reddedilme duyarlılığının düşük olduğunu, puanı ortalamanın üstünde olduğu durumda ise reddedilme duyarlılığının yüksek olduğu anlamına gelmektedir. (Sapmaz, 2011)

5. Sürekli Öfke ve Öfke Tarzları Ölçeği (SÖÖTÖ)

Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği, Spielberger ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilmiştir. Aynı zamanda öfke duygusunu "süreklilik" ve "durumsallık" kavramı olarak ikiye ayırmıştır. Ölçeğin 34 maddesi bulunmaktadır. Bu ölçek dördümlü likert ölçeği olup öfke duygusunu ve ifadesini ölçmektedir. Sürekli öfke, içe öfke, dışa öfke ve öfke-kontrolü alt ölçeklerden

oluşmaktadır. Araştırmaya katılan bireylerin "1" hiç tanımlamıyor, "2" biraz tanımlıyor, "3" oldukça tanımlıyor ve "4" tümüyle tanımlıyor yanıtları bulunmaktadır. Spielberger'in Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği, Cronbach Alfa değeri .73'tür. Güvenirlilik çalışması için, iç tutarlık ölçümleri toplam puan korelasyonları .14 ile .56 aynı zamanda .84 arasındadır. Ölçeğin Türkçe uyarlamasını ise Özer (1994) yapmıştır. Sürekli öfke ölçeğinin çeşitli örneklemelerde elde edilen alfa değerleri .67 ile .92 arasında öfke-kontrolünün alt ölçeğinin alfa değerleri .80 ile .90 arasında dışa öfkenin .69 ile .91 arasında içe öfkenin ise .58 ile .76 arasında olduğu sonucuna varmıştır. Ölçek toplam 34 maddeden oluşmaktadır. İlk 10 madde sürekli öfkeyi ölçmektedir. Öfke ifade tarzını ölçen diğer 24 maddedir. Öfke ifade tarzı ölçeğinde içe öfkeyi "13, 15, 16, 20, 23, 26, 27 ve 31. maddeler", dışa öfkeyi "12, 17, 19, 22, 24, 29, 32 ve 33. Maddeler", kontrol altına alınmış öfkeyi ise "11, 14, 18, 21, 25, 28, 30 ve 34. Maddeler" olarak üç grup şeklinde incelenmiştir (Ulu, 2011).

Kontrol edilen Öfke ölçeğinde artan puanlar öfkenin mantığa bürüme, bastırma, inkar gibi savunma mekanizmalarıyla kontrol edilebilirliğinin arttığını göstermiştir. Dışa öfke ölçeğinde alınan puanlar arttıkça öfkenin dışa vurumu arttığı belirtilmiştir. İçe öfke ölçeğinde artan puanlar öfkenin içte tutulmasının arttığı vurgulanmıştır. (Çalışkan, 2018).

6. Uluslararası Kişilik Envanteri (IPI)

Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Formu (IPISV): Costa ve McCrae tarafından oluşturulan Beş faktör kişilik modeli üzerinden, Goldberg (1999) yılında Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Versiyonun (IPISV) geliştirmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlanması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Yöyen (2016) tarafından yapılmıştır. Beşli likert tipinde, bireyin kendisini değerlendirdiği bir öz bildirim ölçeği olan IPISV, Şiddet Türleri ve Kişilik Özellikleri toplam 40 sorudan ve 9 alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutları şunlardır: "dışadönüklük", "içedönüklük", "sorumluluk", "dağınıklık", "duygusal dengesizlik", "gelişime açıklık", "yeniliğe kapalılık", "uyumluluk", "düşmanlık". Güvenirlilik çalışmasında tüm ölçeğin cronbach alfa katsayısı 0.82'dir. Alt boyutlarının ise cronbach alfa değerleri "dışadönüklük-içedönüklük" alt boyutu için 0.74, "duygusal dengesizlik" alt boyutundaysa 0.75, "sorumluluk- dağınıklık" alt

boyutundaysa 0.70, “gelişime açıklık- yeniliğe kapalılık” alt boyutundaysa 0.68 ve son olarak “uyumluluk-düşmanlık” alt boyutundaysa 0.55’tir (Yöyen, 2016). Bu araştırmanın ölçeğin alt boyutları cronbach alfa güvenilirlik katsayısıyla 0.61-0.79 arasında saptanmıştır.

7. Young Şema Ölçeği

Jeffrey Young tarafından erken dönem uyum bozucu şemaları değerlendirmek amacıyla Young (1994) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını ise Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır (2009) tarafından yapılmıştır. Ölçek beş adet şema alanında yer alan 18 erken dönem uyum bozucu şemayı kapsamaktadır. Bu şema alanları; Diğer Yönelimlilik, Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlıktır. Şemanın alt boyutları ise şunlardır; Terk Edilme, Duygusal Yoksunluk, Kusurluluk, Sosyal İzolasyon, Başarısızlık, Kendini Feda Etme, Dayanıksızlık, İç İçelik/Bağımlılık, Duyguları Bastırma, Yüksek Standartlar, Ayrıcalıklık/Yetersiz Özdenetim, Onay Arama, Karamsarlık, Cezalandırıcılık şeklindedir. Ölçeğin Türkçe formunda ise 5 şema alanı (Kopukluk, Yüksek Standartlar, Zedelenmiş Otonomi, Zedelenmiş Sınırlar ve Diğer yönelimlilik) ve 14 erken dönem uyumsuz şema (Duygusal Yoksunluk, Başarısızlık, Karamsarlık, Sosyal izolasyon/güvensizlik, Duyguları bastırma, Onay arayıcılık, İç içe geçme/bağımlılık, Ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim, Kendini feda, Terk edilme, Cezalandırılma, Kusurluluk, Tehditler karşısında dayanıksızlık ve Yüksek Standartlar) şeklinde yer almıştır. Ölçek 6’lı likert tipi üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçekte 90 adet madde bulunmaktadır. (1=Benim için tamamıyla yanlış, 6= Beni mükemmel şekilde tanımlıyor). Ölçek iç tutarlılık katsayısının şema alanları için $\alpha=0,63-0,80$, şema boyutları için $\alpha=0,53-0,81$ arasındadır. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği şema alanları $r=0,66-0,83$ ($p < 0,01$), şema boyutları ise $r=0,66-0,82$ ($p < 0,01$) arasındadır. Ölçeğin güvenilir olduğunu göstermiştir (Soygüt, Karaosmanoğlu, & Çakır, 2009)

D. İşlem

Araştırma için 04.08.2022 tarihinde 2022/13 sayılı kararıyla İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Kurul Komitesinden etik onay alınmıştır. Veri Toplama İşlemi 2021-2022 öğretim yılı içerisinde gerçekleşmiştir. Çalışmada geniş bir kitlenin hedef alınması sebebiyle veri toplama işlemini kolaylaştırmak ve daha fazla kitleye ulaşabilmek adına veriler öncesinde izni alınmış ölçeklerden faydalanılarak online bir platform üzerinden (Google Forms) toplanmıştır. Ölçeklerin yalnızca araştırma amacı ile kullanılan güvenli bir platformda doldurulmasına dikkat edilmiştir. Ardından katılımcıların ve araştırmanın gizliliğini ve araştırmacının iletişim bilgilerini içeren onam formunu doldurmaları talep edilmiştir. Platformun ilk sayfasında yer alan bilgilendirilmiş onam formuna onay vererek araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılar, ardından ölçek sorularının olduğu sayfaya yönlendirilmiştir.

E. Verilerin Analizi

SPSS 27 kullanılarak tüm istatistiksel analizler gerçekleştirilmiştir. İlk aşamada, ölçeklerin normal dağılım varsayımı açısından değerlendirilmiştir. Değerlendirme kısmında, ölçeklerin basıklık ve çarpıklık katsayıları bakılmış -2+2 referans aralığını sağladığı görülmüştür (HahsVaughn ve Lomax, 2020). Sonuç olarak, yapılan bu araştırmada parametrik testler yapılması tercih edilmiştir.

Pearson Korelasyon analizi ile ölçeklerin arasındaki korelasyonun seviyesi incelenmiştir. Ölçeklerin cinsiyet ve eğitim durumu gruplarına göre kıyaslanması için sırasıyla Bağımsız Örneklem t-testi ve ANOVA testi uygulandı. Bağımsız değişkenlerin yordayıcılığı test etmek için Çoklu Doğrusal Regresyon testi yapıldı. Son kısımda, erken dönem uyum bozucu şemalar ile aldatma eğilimi arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığının aracı rolünü değerlendirmek için iki aşamaya sahip olan yapısal eşitlik modelinin kurulması hedeflenmiştir. Birinci aşamada ölçüm araçlarının, bu araştırmadaki örnekleme geçerliliğini DFA ile test edilmiştir. İkinci aşamada, ölçüm araçları arasında tasarlanan biçimde yol analizleri yapılarak yapısal eşitlik modeli kurulmuştur. Bu işlemler için LISREL 8.51 programları kullanılmıştır

Bu araştırma kapsamında, uygulanan bütün testler %95 güven aralığında ve p değeri .05 referans alınarak uygulandı.

Çizelge 2. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, Heartland Affetme Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği, Sürekli Öfke- Öfke Tarzları Ölçeği, Young Şema Ölçeği, Uluslararası Kişilik Envanterinin Basıklık ve Çarpıklık Katsayılarının İncelenmesi

	<i>Basıklık</i>	<i>Çarpıklık</i>
Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği	-0.34	0.26
Heartland Affetme Ölçeği	-0.02	0.24
Kendini Affetmek	-0.32	-0.13
Başkalarını Affetmek	0.04	-0.19
Durumu Affetmek	-0.27	0.17
Aldatma Eğilimi Ölçeği	-0.67	0.50
Sürekli Öfke- Öfke Tarzları Ölçeği		
Sürekli Öfke	-0.36	0.31
Öfke İçe	-0.31	0.19
Öfke Dışa	-0.01	0.50
Öfke Kontrol	-0.38	-0.17
Young Şema Ölçeği		
Duygusal Yoksunluk	-0.51	0.69
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-0.54	0.44
Kusurluluk	0.04	0.99
Duyguları Bastırma	-0.66	0.45
İç İçe Geçme/Bağımlılık	-0.25	0.77
Terk Edilme	-0.30	0.78
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	-0.49	0.46
Başarısızlık	-0.35	0.72
Karamsarlık	-0.53	0.48
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	-0.29	0.02
Kendini Feda	-0.42	0.23
Cezalandırılma	-0.28	0.08
Yüksek Standartlar	-0.61	0.26
Onay Arayıcılık	-0.45	0.03
Uluslararası Kişilik Envanterinin		
Dışadönüklük-İçedönüklük	-0.32	-0.09
Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık	-0.61	-0.02
Sorumluluk-Dağımlılık	-0.70	-0.06
Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik	-0.45	0.03
Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık	-0.38	-0.19

IV. BULGULAR

Çizelge 3. Katılımcıların Demografik Özellikleri

		<i>n</i>	%
Cinsiyet	Kadın	957	70,4
	Erkek	402	29,6
Eğitim Süresi	İlkokul mezunu	22	1,6
	Ortaokul mezunu	21	1,5
	Lise mezunu	254	18,7
	Üniversite mezunu	853	62,8
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	15,4
	Çalışma Durumu	Çalışmıyor	523
Çalışıyor		836	61,5
Çalışma Saati	0-6 saat	551	40,5
	6-8 saat	516	38,0
	9 saat ve üzeri	292	21,5
Maddi Gelir Memnuniyeti	Evet	526	38,7
	Hayır	833	61,3
Tıbbi Rahatsızlık	Evet	191	14,1
	Hayır	1168	85,9
Ruhsal Rahatsızlık	Evet	110	8,1
	Hayır	1249	91,9
Uzun Süreli İlişki	Evet	1065	78,4
	Hayır	294	21,6
Medeni Hali	Evli	566	41,6
	Bekar	728	53,6
	Diğer	65	4,8
Kardeş Sayısı	Tek	77	5,7
	1	54	4,0
	2	493	36,3
	3	372	27,4
	4 ve üzeri	363	26,7
Kardeş Sırası	1	675	49,7
	2	398	29,3
	3	173	12,7
	4 ve üzeri	113	8,3
Anne Baba Birliktelik	Evet	1132	83,3
	Hayır	227	16,7
	Toplam	1359	100,0

Frekans tablosu bulguları ele alındığında, katılımcıların çoğunluğunun kadın (70.4), büyük çoğunluğunun üniversite mezunu (62.8), çoğunluğunun

çalıştığı (61.5), yarıya yakın kısmının 0-6 saat çalıştığı (40.5), büyük çoğunluğunun maddi gelirinden memnun olmadığı (61.3), tamamına yakın kısmının beden rahatsızlığı olmadığı (85.9), tamamına yakın kısmının ruhsal bir rahatsızlığı olmadığı (91.9), çoğunluğunun uzun süreli ilişkisi olduğu (78.4), yarısına yakın kısmının bekar olduğu (53.6), yarıya yakın kısmının 2 kardeş olduğu (36.3), çoğunluğun 1. çocuk olduğu (49.7), büyük çoğunluğunun anne babasının birlikte olduğu (83.3) gözlemlenmiştir.

Çizelge 4. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, Heartland Affetme Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği, Sürekli Öfke- Öfke Tarzları Ölçeği, Young Şema Ölçeği, Uluslararası Kişilik Envanterinin Betimsel Değerleri

	<i>n</i>	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	\bar{X}	<i>SS</i>
Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği	1359	18	108	52.84	19.98
Heartland Affetme Ölçeği	1359	18	108	64.99	13.21
Kendini Affetmek	1359	4	36	23.40	5.45
Başkalarını Affetmek	1359	2	36	19.68	6.19
Durumu Affetmek	1359	6	36	21.92	5.38
Aldatma Eğilimi Ölçeği	1359	30	150	59.49	20.85
Sürekli Öfke- Öfke Tarzları Ölçeği					
Sürekli Öfke	1359	10	40	23.44	6.72
Öfke İç	1359	8	32	17.91	4.97
Öfke Dış	1359	8	32	17.61	5.03
Öfke Kontrol	1359	8	32	22.60	5.24
Young Şema Ölçeği					
Duygusal Yoksunluk Sosyal	1359	5	30	11.52	6.18
İzolasyon/Güvensizlik	1359	7	42	17.88	7.59
Kusurluluk	1359	6	36	12.11	6.83
Duyguları Bastırma İç İç	1359	5	29	11.87	5.42
Geçme/Bağımlılık	1359	9	54	19.75	9.90
Terk Edilme	1359	5	29	10.75	5.62
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	1359	5	30	12.91	5.80
Başarısızlık	1359	6	36	13.70	6.84
Karamsarlık	1359	5	30	13.08	6.19
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	1359	7	42	23.86	7.16
Kendini Feda	1359	5	30	15.49	5.78
Cezalandırılma	1359	6	36	19.58	6.48
Yüksek Standartlar	1359	3	18	9.24	3.90

Çizelge 4. (devamı) Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, Heartland Affetme Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği, Sürekli Öfke- Öfke Tarzları Ölçeği, Young Şema Ölçeği, Uluslararası Kişilik Envanterinin Betimsel Değerleri

	<i>n</i>	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	\bar{X}	<i>SS</i>
Onay Arayıcılık	1359	6	36	20.07	6.70
Uluslararası Kişilik Envanterinin					
Dışadönüklük-	1359	9	40	28.33	5.96
İçedönüklük					
Yumuşakbaşlılık-	1359	12	40	29.70	5.25
Düşmanlık					
Sorumluluk-	1359	11	45	33.31	6.18
Dağınıklık					
Duygusal Denge-	1359	8	40	23.72	7.46
Duygusal Dengesizlik					
Gelişime Açıklık-	1359	7	35	25.22	4.96
Yeniliğe Kapalılık					

Betimsel analiz tablosu ele alındığında, Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ortalaması (\bar{X} =52.84 SS=19.88), Heartland Affetme Ölçeği ortalaması (\bar{X} =64.99 SS=13.21), Kendini Affetmek ortalaması (\bar{X} =23.40 SS=5.45), Başkalarını Affetmek ortalaması (\bar{X} =19.68 SS=6.19), Durumu Affetmek ortalaması (\bar{X} =21.92 SS=5.38), Aldatma Eğilimi Ölçeği ortalaması (\bar{X} =59.49 SS=20.85), Sürekli Öfke ortalaması (\bar{X} =23.44 SS=6.72), Öfke İçerisi ortalaması (\bar{X} =17.91 SS=4.97), Öfke Dışaortalaması (\bar{X} =17.61 SS=5.03), Öfke Kontrol ortalaması (\bar{X} =17.61 SS=5.03), Duygusal Yoksunluk ortalaması (\bar{X} =11.52 SS=6.18), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ortalaması (\bar{X} =17.88 SS=7.59), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ortalaması (\bar{X} =17.88 SS=7.59), Kusurluluk ortalaması (\bar{X} =12.11 SS=6.83), Duyguları Bastırma ortalaması (\bar{X} =11.87 SS=5.42), İç İçerisi Geçme/Bağımlılık ortalaması (\bar{X} =19.75 SS=9.90), Terk Edilme ortalaması (\bar{X} =10.75 SS=5.62), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ortalaması (\bar{X} =12.91 SS=5.80), Başarısızlık ortalaması (\bar{X} =13.70 SS=6.84), Karamsarlık ortalaması (\bar{X} =13.08 SS=6.19), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ortalaması (\bar{X} =23.86 SS=7.16), Kendini Feda ortalaması (\bar{X} =15.49 SS=5.78), Cezalandırılma ortalaması (\bar{X} =19.58 SS=6.48), Yüksek Standartlar ortalaması (\bar{X} =9.24 SS=3.90), Onay Arayıcılık ortalaması (\bar{X} =20.07 SS=6.70), Dışadönüklük-İçedönüklük ortalaması (\bar{X} =28.33 SS=5.96), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ortalaması (\bar{X} =29.70 SS=5.25), Sorumluluk-Dağınıklık ortalaması (\bar{X} =33.31

SS=6.18), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ortalaması (\bar{X} =23.72 SS=7.46), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ortalaması (\bar{X} =25.22 SS=4.96) olduğu gözlemlenmiştir.

A. Karşılaştırma Analizi

Bu kısımda, Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği, Heartland Affetme Ölçeği, Aldatma Eğilimi Ölçeği, Sürekli Öfke- Öfke Tarzları Ölçeği, Young Şema Ölçeği, Uluslararası Kişilik Envanterinin demografik değişkenlere göre incelenmesi için sırasıyla Bağımsız Örneklem t-testi ve ANOVA testi yapılmıştır. Bulguların sonuçları aşağıda aktarılmıştır

Çizelge 5. Cinsiyete Göre Reddedilme Duyarlılığı Düzeylerinin Karşılaştırılması

		n	\bar{X}	Ss.	t	Sd.	p
Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği	Kadın	957	52.54	19.87	-0.85	1357	0.393
	Erkek	402	53.56	20.24			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği alınan puanlar cinsiyet grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$). Reddedilme duyarlılığının kadın ve erkekler arasında değişim göstermediği bulunmuştur.

Çizelge 6. Cinsiyete Göre Heartland Affetme Düzeylerinin Karşılaştırılması

		n	\bar{X}	Ss.	t	Sd.	p
Heartland Affetme Ölçeği	Kadın	957	64.76	13.23	-1.00	1357	0.318
	Erkek	402	65.54	13.17			
Kendini Affetmek	Kadın	957	23.11	5.36	-3.01	1357	0.003*
	Erkek	402	24.08	5.59			
Başkalarını Affetmek	Kadın	957	19.85	6.19	1.58	1357	0.114
	Erkek	402	19.27	6.19			
Durumu Affetmek	Kadın	957	21.80	5.35	-1.23	1357	0.219
	Erkek	402	22.19	5.45			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Heartland Affetme Ölçeği, Başkalarını Affetmek, Durumu Affetmek alt boyutu alınan puanlar cinsiyet grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$).

Kendini Affetmek alt ölçeğinden ($t(1357)=-3.01, p<0.05$) alt boyutu alınan puanlar cinsiyet grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark saptanmıştır. Ortalamalar karşılaştırıldığında erkeklerin, kadınlara göre fazla puan aldığı gözlemlenmiştir. Bu durumda erkeklerin kadınlara oranla kendilerini affetmeye daha eğilimli olduğu saptanmıştır.

Çizelge 7. Cinsiyete Göre Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Karşılaştırılması

		<i>n</i>	\bar{X}	<i>Ss.</i>	<i>t</i>	<i>Sd.</i>	<i>p</i>
Aldatma Eğilimi Ölçeği	Kadın	957	57.37	19.56	-5.49	658.599	0.000*
	Erkek	402	64.53	22.90			

**p<0.05 Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi*

Aldatma Eğilimi Ölçeğinden ($t(658.599)=-5.49, p<0.05$) alt boyutu alınan puanlar cinsiyet grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark saptanmıştır. Ortalamalar karşılaştırıldığında erkeklerin, kadınlara göre fazla puan aldığı gözlemlenmiştir. Bu durumda erkeklerin kadınlara oranla aldatmaya daha eğilimli olduğu bulunmuştur.

Çizelge 8. Cinsiyete Göre Sürekli Öfke-Öfke Tarzları Düzeylerinin Karşılaştırılması

		<i>n</i>	\bar{X}	<i>Ss.</i>	<i>t</i>	<i>Sd.</i>	<i>p</i>
Sürekli Öfke	Kadın	957	23.40	6.73	-0.30	1357	0.763
	Erkek	402	23.52	6.69			
Öfke İçer	Kadın	957	17.92	4.89	0.16	1357	0.871
	Erkek	402	17.88	5.18			
Öfke Dışa	Kadın	957	17.40	5.00	-2.37	1357	0.018*
	Erkek	402	18.11	5.07			
Öfke Kontrol	Kadın	957	22.34	5.16	-2.89	1357	0.004*
	Erkek	402	23.23	5.38			

**p<0.05 Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi*

Sürekli öfke, öfke İçer alt boyutu alınan puanlar cinsiyet grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$). Öfkeyi içe yöneltme durumunda kadın veya erkek olmanın bir etkisi olmadığı bulunmuştur.

Öfke Dışa alt ölçeğinden ($t(1357)=-2.37, p<0.05$), öfke Kontrol alt ölçeğinden ($t(1357)=-2.89, p<0.05$) alt boyutu alınan puanlar cinsiyet grupları

açısından incelendiğinde, gruplar arası fark saptanmıştır. Ortalamalar karşılaştırıldığında erkeklerin, kadınlara göre fazla puan aldığı gözlemlenmiştir. Çalışma bulgularına göre erkeklerin kadınlara göre Öfkelerini dışarı yansıtmaya yönelik eğilimlerinin daha fazla olduğu sonucuna varılmıştır.

Çizelge 9. Cinsiyete Göre Young Şema Düzeylerinin Karşılaştırılması

		<i>n</i>	\bar{X}	<i>Ss.</i>	<i>t</i>	<i>Sd.</i>	<i>p</i>
Duygusal Yoksunluk	Kadın	957	11.08	6.04	-4.08	1357	0.000*
	Erkek	402	12.57	6.37			
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	Kadın	957	17.32	7.55	-4.22	1357	0.000*
	Erkek	402	19.21	7.52			
Kusurluluk	Kadın	957	11.66	6.58	-3.58	688.386	0.000*
	Erkek	402	13.17	7.29			
Duyguları Bastırma	Kadın	957	11.38	5.39	-5.21	1357	0.000*
	Erkek	402	13.04	5.33			
İç İç Geçme/Bağımlılık	Kadın	957	19.50	9.78	-1.43	1357	0.152
	Erkek	402	20.35	10.17			
Terk Edilme	Kadın	957	10.61	5.59	-1.34	1357	0.180
	Erkek	402	11.06	5.67			
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	Kadın	957	12.71	5.85	-1.94	1357	0.053
	Erkek	402	13.38	5.65			
Başarısızlık	Kadın	957	13.62	6.74	-0.63	1357	0.526
	Erkek	402	13.88	7.08			
Karamsarlık	Kadın	957	12.96	6.21	-1.11	1357	0.269
	Erkek	402	13.37	6.13			
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	Kadın	957	23.40	7.09	-3.72	1357	0.000*
	Erkek	402	24.97	7.21			
Kendini Feda	Kadın	957	15.44	5.84	-0.46	1357	0.649
	Erkek	402	15.60	5.63			
Cezalandırılma	Kadın	957	19.01	6.44	-4.99	1357	0.000*
	Erkek	402	20.92	6.38			
Yüksek Standartlar	Kadın	957	8.91	3.89	-4.85	1357	0.000*
	Erkek	402	10.02	3.81			
Onay Arayıcılık	Kadın	957	20.00	6.77	-0.58	1357	0.560
	Erkek	402	20.24	6.53			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

İç İç Geçme/Bağımlılık, Terk Edilme, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Başarısızlık, Karamsarlık, Kendini Feda, Onay Arayıcılık alt boyutu alınan puanlar cinsiyet grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$). Bu durumda erkek veya kadın olmanın bahsi geçen şemalara sahip olma konusunda bir etkisi olmadığı sonucuna varılmıştır.

Duygusal Yoksunluk alt ölçeğinden ($t(1357) = -4.08$, $p < 0.05$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik alt ölçeğinden ($t(1357) = -4.22$, $p < 0.05$), Kusurluluk alt

ölçeğinden ($t(688.386)=-3.58, p<0.05$), Duyguları Bastırma alt ölçeğinden ($t(1357)=-5.21, p<0.05$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim alt ölçeğinden ($t(1357)=-3.72, p<0.05$), Cezalandırılma alt ölçeğinden ($t(1357)=-4.99, p<0.05$), Yüksek Standartlar alt ölçeğinden ($t(1357)=-4.85, p<0.05$) alt boyutu alınan puanlar cinsiyet grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark saptanmıştır. Ortalamalar karşılaştırıldığında erkeklerin, kadınlara göre fazla puan aldığı gözlemlenmiştir. Araştırma bulguları sonucunda erkeklerde Duygusal Yoksunluk, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Kusurluluk, Duyguları Bastırma, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Cezalandırılma ve Yüksek Standartlar şemalarına sahip olma durumunun daha yüksek olduğuna varılmıştır.

Çizelge 10. Cinsiyete Göre Kişilik Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

		<i>n</i>	\bar{X}	<i>Ss.</i>	<i>t</i>	<i>Sd.</i>	<i>p</i>
Dışadönüklük-İçedönüklük	Kadın	957	28.36	6.03	0.24	1357	0.814
	Erkek	402	28.28	5.82			
Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık	Kadın	957	30.19	5.19	5.32	1357	0.000*
	Erkek	402	28.54	5.23			
Sorumluluk-Dağınıklık	Kadın	957	33.55	6.18	2.24	1357	0.025*
	Erkek	402	32.73	6.16			
Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik	Kadın	957	24.15	7.40	3.29	1357	0.001*
	Erkek	402	22.70	7.49			
Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık	Kadın	957	24.92	4.93	-3.55	1357	0.000*
	Erkek	402	25.96	4.98			

* $p<0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Dışadönüklük-İçedönüklük alt boyutu alınan puanlar cinsiyet grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark olmadığı saptanmıştır($p>0.05$).

Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık alt ölçeğinden ($t(1357)=5.32, p<0.05$), Sorumluluk-Dağınıklık alt ölçeğinden ($t(1357)=2.24, p<0.05$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik alt ölçeğinden ($t(1357)=3.29, p<0.05$) alt boyutu alınan puanlar cinsiyet grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark saptanmıştır. Ortalamalar karşılaştırıldığında kadınların, erkeklere göre fazla puan aldığı gözlemlenmiştir.

Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık alt ölçeğinden ($t(1357)=-3.55, p<0.05$) alt boyutu alınan puanlar cinsiyet grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark saptanmıştır. Ortalamalar karşılaştırıldığında erkeklerin, kadınlara göre fazla puan aldığı gözlemlenmiştir.

Çizelge 11. Eğitim Durumuna Göre Reddedilme Duyarlılığı Düzeylerinin Karşılaştırılması

		<i>n</i>	\bar{X}	<i>Ss.</i>	<i>Var. K.</i>	<i>K.T</i>	<i>Sd.</i>	<i>K.O</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği	İlkokul mezunu	22	47.00	19.73	G.Arası	2351.01	4	587.75	1.47	0.208
	Ortaokul mezunu	21	53.14	17.45	G.İçi	539709.23	1354	398.60		
	Lise mezunu	254	54.19	19.28	Toplam	542060.24	1358			
	Üniversite mezunu	853	53.14	20.33						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	50.59	19.52						
	Toplam		1359	52.84	19.98					

**p<0.05 Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)*

Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği eğitim durumu değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$). Çalışmanın bulgularında bireylerin reddedilmeye yönelik endişe duymasının eğitim düzeyi ile bağlantılı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çizelge 12. Eğitim Durumuna Göre Heartland Affetme Düzeylerinin Karşılaştırılması

		<i>n</i>	\bar{X}	<i>Ss.</i>	<i>Var. K.</i>	<i>K.T</i>	<i>Sd.</i>	<i>K.O</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Heartland Affetme Ölçeği	İlkokul mezunu	22	68.18	14.98	G.Arası	264.45	4	66.11	0.38	0.824
	Ortaokul mezunu	21	65.38	11.56	G.İçi	236648.43	1354	174.78		
	Lise mezunu	254	64.88	12.09	Toplam	236912.88	1358			
	Üniversite mezunu	853	64.86	13.14						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	65.29	14.75						
	Toplam		1359	64.99	13.21					

Çizelge 12. (devamı) Eğitim Durumuna Göre Heartland Affetme Düzeylerinin Karşılaştırılması

		n	\bar{X}	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
Kendini Affetmek	İlkokul mezunu	22	22.86	5.30	G.Arası	115.66	4	28.92	0.97	0.420
	Ortaokul mezunu	21	22.48	4.60	G.İçi	40163.77	1354	29.66		
	Lise mezunu	254	22.89	5.66	Toplam	40279.43	1358			
	Üniversite mezunu	853	23.52	5.32						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	23.66	5.77						
	Toplam	1359	23.40	5.45						
Başkalarını Affetmek	İlkokul mezunu	22	21.36	7.44	G.Arası	154.87	4	38.72	1.01	0.401
	Ortaokul mezunu	21	20.95	5.02	G.İçi	51920.67	1354	38.35		
	Lise mezunu	254	20.04	5.47	Toplam	52075.54	1358			
	Üniversite mezunu	853	19.52	6.29						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	19.57	6.55						
	Toplam	1359	19.68	6.19						
Durumu Affetmek	İlkokul mezunu	22	23.95	6.30	G.Arası	103.60	4	25.90	0.89	0.467
	Ortaokul mezunu	21	21.95	4.34	G.İçi	39248.00	1354	28.99		
	Lise mezunu	254	21.94	5.05	Toplam	39351.60	1358			
	Üniversite mezunu	853	21.82	5.36						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	22.06	5.86						
	Toplam	1359	21.92	5.38						

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Heartland Affetme Ölçeği, Kendini Affetmek, Başkalarını Affetmek, Durumu Affetmek alt boyutundan alınan puanlar eğitim durumu grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$).

Çizelge 13. Eğitim Durumuna Göre Aldatma Eğilimi Düzeylerinin Karşılaştırılması

		n	\bar{X}	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
Aldatma Eğilimi Ölçeği	İlkokul mezunu	22	55.27	20.29	G.Arası	755.87	4	188.97	0.43	0.784
	Ortaokul mezunu	21	56.33	23.17	G.İçi	589781.70	1354	435.58		
	Lise mezunu	254	59.99	21.22	Toplam	590537.57	1358			
	Üniversite mezunu	853	59.66	20.75						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	58.93	20.75						
	Toplam	1359	59.49	20.85						

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Aldatma Eğilimi Ölçeği eğitim durumu değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamı düzeyde bir farklılığın olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$). Çalışmanın bulgularında eğitim düzeyinin bireyde aldatmaya yönelik eğilimi etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır.

Çizelge 14. Eğitim Durumuna Göre Sürekli Öfke-Öfke Tarzları Düzeylerinin Karşılaştırılması

		<i>n</i>	\bar{X}	<i>Ss.</i>	<i>Var. K.</i>	<i>K.T</i>	<i>Sd.</i>	<i>K.O</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Sürekli	İlkokul mezunu	22	22.05	5.93	G.Arası	381.77	4	95.44	2.12	0.076
Öfke	Ortaokul mezunu	21	24.00	6.58	G.İçi	60867.09	1354	44.95		
	Lise mezunu	254	24.17	7.08	Toplam	61248.86	1358			
	Üniversite mezunu	853	23.48	6.71						
	Yüksek lisans	209	22.47	6.26						
	(Uzman statüsü) ve üzeri									
	Toplam	1359	23.44	6.72						
Öfke	İlkokul mezunu	22	16.05	5.71	G.Arası	147.03	4	36.76	1.49	0.203
İçe	Ortaokul mezunu	21	16.62	3.80	G.İçi	33448.83	1354	24.70		
	Lise mezunu	254	18.10	5.10	Toplam	33595.87	1358			
	Üniversite mezunu	853	18.00	4.97						
	Yüksek lisans	209	17.61	4.82						
	(Uzman statüsü) ve üzeri									
	Toplam	1359	17.91	4.97						
Öfke	İlkokul mezunu	22	17.55	4.47	G.Arası	123.11	4	30.78	1.22	0.301
Dışa	Ortaokul mezunu	21	18.00	5.63	G.İçi	34223.08	1354	25.28		
	Lise mezunu	254	18.19	5.46	Toplam	34346.19	1358			
	Üniversite mezunu	853	17.53	5.00						
	Yüksek lisans	209	17.24	4.56						
	(Uzman statüsü) ve üzeri									
	Toplam	1359	17.61	5.03						
Öfke	İlkokul mezunu	22	22.64	5.59	G.Arası	390.34	4	97.59	3.58	0.007*
Kontrol	Ortaokul mezunu	21	20.19	5.42	G.İçi	36905.50	1354	27.26		
	Lise mezunu	254	21.80	5.55	Toplam	37295.84	1358			
	Üniversite mezunu	853	22.74	5.17						
	Yüksek lisans	209	23.24	4.95						
	(Uzman statüsü) ve üzeri									
	Toplam	1359	22.60	5.24						

* $p<0.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Sürekli Öfke, Öfke içe, Öfke dışa alt boyutundan alınan puanlar eğitim durumu grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark olmadığı saptanmıştır($p>0.05$). Araştırma sonucunda bireylerin eğitim durumunun bireyin sürekli Öfke halinde olması ve Öfkeyi içe veya dışa yansıtmasını etkilemediği bulunmuştur.

Öfke Kontrol alt ölçeğinden ($F(4.1354)=3.58$, $p<0.05$) alınan puanlar eğitim durumu grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark saptanmıştır. Tukey sonuçları ele alındığında, yüksek lisans ve üzeri mezunu olanların aldığı puanların lise mezunu olanlara göre fazla puan aldığı gözlemlenmiştir. Araştırma

sonucunda eğitim düzeyi yükseldikçe Öfkeyi kontrol edebilme becerisinin de yükseldiği bulunmuştur.

Çizelge 15. Eğitim Durumuna Göre Şema Düzeylerinin Karşılaştırılması

		<i>n</i>	\bar{X}	<i>Ss.</i>	<i>Var. K.</i>	<i>K.T</i>	<i>Sd.</i>	<i>K.O</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Duygusal Yoksunluk	İlkokul mezunu	22	12.59	6.62	G.Aras	506.57	4	126.64	3.34	0.010*
	Ortaokul mezunu	21	14.62	6.71	G.İçi	51310.78	1354	37.90		
	Lise mezunu	254	12.25	6.36	Toplam	51817.34	1358			
	Üniversite mezunu	853	11.39	6.14						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	10.74	5.87						
	Toplam	1359	11.52	6.18						
Sosyal İzolasyon/Gü vensizlik	İlkokul mezunu	22	16.41	7.73	G.Aras	376.36	4	94.09	1.64	0.163
	Ortaokul mezunu	21	19.33	6.39	G.İçi	77867.62	1354	57.51		
	Lise mezunu	254	18.81	7.72	Toplam	78243.98	1358			
	Üniversite mezunu	853	17.69	7.52						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	17.48	7.77						
	Toplam	1359	17.88	7.59						
Kusurluluk	İlkokul mezunu	22	12.41	7.63	G.Aras	160.06	4	40.02	0.86	0.488
	Ortaokul mezunu	21	13.57	7.08	G.İçi	63136.25	1354	46.63		
	Lise mezunu	254	12.67	6.97	Toplam	63296.31	1358			
	Üniversite mezunu	853	11.97	6.81						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	11.82	6.62						
	Toplam	1359	12.11	6.83						
Duyguları Bastırma	İlkokul mezunu	22	10.41	5.03	G.Aras	85.26	4	21.32	0.72	0.575
	Ortaokul mezunu	21	11.81	4.82	G.İçi	39810.97	1354	29.40		
	Lise mezunu	254	12.22	5.49	Toplam	39896.23	1358			
	Üniversite mezunu	853	11.85	5.44						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	11.69	5.34						
	Toplam	1359	11.87	5.42						
İç İçe Geçme/Bağı mlılık	İlkokul mezunu	22	20.50	11.22	G.Aras	450.77	4	112.69	1.15	0.331
	Ortaokul mezunu	21	22.10	9.08	G.İçi	132674.6	1354	97.99		
	Lise mezunu	254	20.66	9.97	Toplam	133125.4	1358			
	Üniversite mezunu	853	19.56	9.87						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	19.12	9.86						
	Toplam	1359	19.75	9.90						
Terk Edilme	İlkokul mezunu	22	10.82	6.51	G.Aras	158.61	4	39.65	1.26	0.285
	Ortaokul mezunu	21	11.81	5.76	G.İçi	42694.31	1354	31.53		
	Lise mezunu	254	11.36	5.75	Toplam	42852.92	1358			
	Üniversite mezunu	853	10.53	5.54						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	10.77	5.64						
	Toplam	1359	10.75	5.62						
Tehditler Karşısında Dayanısızlık	İlkokul mezunu	22	12.05	6.63	G.Aras	399.03	4	99.76	2.98	0.018*
	Ortaokul mezunu	21	12.19	6.27	G.İçi	45257.66	1354	33.43		
	Lise mezunu	254	13.89	5.91	Toplam	45656.69	1358			
	Üniversite mezunu	853	12.85	5.74						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	12.14	5.63						
	Toplam	1359	12.91	5.80						
Başarısızlık	İlkokul mezunu	22	14.23	7.39	G.Aras	419.21	4	104.80	2.25	0.062
	Ortaokul mezunu	21	13.43	6.24	G.İçi	63086.70	1354	46.59		
	Lise mezunu	254	14.80	7.35	Toplam	63505.91	1358			
	Üniversite mezunu	853	13.51	6.66						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	13.09	6.82						
	Toplam	1359	13.70	6.84						

Çizelge 15. (devamı) Eğitim Durumuna Göre Şema Düzeylerinin Karşılaştırılması

		<i>n</i>	\bar{X}	<i>Ss.</i>	<i>Var. K.</i>	<i>K.T</i>	<i>Sd.</i>	<i>K.O</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Karamsarlık	İlkokul mezunu	22	12.50	5.98	G.Aras	324.80	4	81.20	2.13	0.075
	Ortaokul mezunu	21	13.19	5.35	G.İçi	51674.61	1354	38.16		
	Lise mezunu	254	14.07	6.07	Toplam	51999.42	1358			
	Üniversite mezunu	853	12.91	6.21						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	12.61	6.25						
	Toplam	1359	13.08	6.19						
Ayrıcalıklılık /Yetersiz Özdenetim	İlkokul mezunu	22	22.91	7.61	G.Aras	683.72	4	170.93	3.36	0.010*
	Ortaokul mezunu	21	20.52	6.33	G.İçi	68922.27	1354	50.90		
	Lise mezunu	254	24.58	7.86	Toplam	69605.99	1358			
	Üniversite mezunu	853	24.04	6.92						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	22.72	7.09						
	Toplam	1359	23.86	7.16						
Kendini Feda	İlkokul mezunu	22	16.82	7.51	G.Aras	231.74	4	57.94	1.74	0.139
	Ortaokul mezunu	21	16.57	5.83	G.İçi	45097.85	1354	33.31		
	Lise mezunu	254	16.15	5.92	Toplam	45329.60	1358			
	Üniversite mezunu	853	15.34	5.68						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	15.05	5.74						
	Toplam	1359	15.49	5.78						
Cezalandırılma	İlkokul mezunu	22	21.55	6.27	G.Aras	702.43	4	175.61	4.23	0.002*
	Ortaokul mezunu	21	18.14	7.08	G.İçi	56255.59	1354	41.55		
	Lise mezunu	254	20.65	6.41	Toplam	56958.02	1358			
	Üniversite mezunu	853	19.52	6.50						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	18.42	6.20						
	Toplam	1359	19.58	6.48						
Yüksek Standartlar	İlkokul mezunu	22	9.68	4.53	G.Aras	64.72	4	16.18	1.07	0.372
	Ortaokul mezunu	21	7.62	3.87	G.İçi	20568.03	1354	15.19		
	Lise mezunu	254	9.35	4.03	Toplam	20632.75	1358			
	Üniversite mezunu	853	9.25	3.80						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	9.15	4.04						
	Toplam	1359	9.24	3.90						
Onay Arayıcılık	İlkokul mezunu	22	19.27	7.89	G.Aras	360.55	4	90.14	2.01	0.090
	Ortaokul mezunu	21	17.81	7.09	G.İçi	60571.24	1354	44.74		
	Lise mezunu	254	20.73	7.00	Toplam	60931.79	1358			
	Üniversite mezunu	853	20.14	6.56						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	19.30	6.65						
	Toplam	1359	20.07	6.70						

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Kusurluluk, Duyguları Bastırma, İç İç Geçme/Bağımlılık, Terk Edilme, Başarısızlık, Karamsarlık, Kendini Feda, Yüksek Standartlar, Onay Arayıcılık alt boyutundan alınan puanlar eğitim durumu grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark olmadığı saptanmış ($p > 0.05$) dolayısıyla da bireyin eğitim seviyesinin yükselmesi veya azalması bahsi geçen şemaların ortaya çıkmasında etki etmemektedir.

Duygusal Yoksunluk alt ölçeğinden ($F(4.1354)=3.34$, $p < 0.05$) alınan puanlar eğitim durumu grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark

saptanmıştır. Tukey sonuçları ele alındığında, ortaokul mezunu olanların aldığı puanların yüksek lisans ve üzeri mezunu olanlara göre fazla puan aldığı gözlemlenmiştir. Bu bulgular ışığında bireylerde Duygusal Yoksunluk şemasının açığa çıkmasında eğitim düzeyinin düşüklüğünün rol oynadığı sonucuna varılmıştır.

Tehditler Karşısında Dayanısızlık alt ölçeğinden ($F(4.1354)=2.98$, $p<0.05$) alınan puanlar eğitim durumu grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark saptanmıştır. Tukey sonuçları ele alındığında, lise mezunu olanların aldığı puanların yüksek lisans ve üzeri mezunu olanlara göre fazla puan aldığı gözlemlenmiş ve Tehditler Karşısında dayanısızlık şemasının düşük eğitim seviyesine sahip olan insanlarda ortaya çıkma olasılığının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim alt ölçeğinden ($F(4.1354)=3.36$, $p<0.05$) alınan puanlar eğitim durumu grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark saptanmıştır. Tukey sonuçları ele alındığında, lise mezunu olanların aldığı puanların yüksek lisans ve üzeri mezunu olanlara göre fazla puan aldığı gözlemlenmesi sonucunda düşük eğitim seviyesinin Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim şemasının oluşmasında rol oynadığı bulunmuştur.

Cezalandırılma alt ölçeğinden ($F(4.1354)=4.23$, $p<0.05$) alınan puanlar eğitim durumu grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark saptanmıştır. Tukey sonuçları ele alındığında, lise mezunu olanların aldığı puanların yüksek lisans ve üzeri mezunu olanlara göre fazla puan aldığı gözlemlenmesi sonucunda Cezalandırılma şemasının düşük eğitim seviyesi olan bireylerde ortaya çıkma olasılığının daha fazla olduğu bulgusuna varılmıştır.

Çizelge 16. Eğitim Durumuna Göre Kişilik Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

		<i>n</i>	\bar{X}	<i>Ss.</i>	<i>Var. K.</i>	<i>K.T</i>	<i>Sd.</i>	<i>K.O</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Dışadönüklük- İçedönüklük	İlkokul mezunu	22	28.86	5.68	G.Arası	96.21	4	24.05	0.68	0.609
	Ortaokul mezunu	21	26.48	5.71	G.İçi	48202.45	1354	35.60		
	Lise mezunu	254	28.38	5.58	Toplam	48298.66	1358			
	Üniversite mezunu	853	28.29	6.10						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	28.60	5.93						
	Toplam	1359	28.33	5.96						

Çizelge 17. (devamı) Eğitim Durumuna Göre Kişilik Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

		<i>n</i>	\bar{X}	<i>Ss.</i>	<i>Var. K.</i>	<i>K.T</i>	<i>Sd.</i>	<i>K.O</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık	İlkokul mezunu	22	30.23	5.13	G.Arası	206.06	4	51.52	1.87	0.113
	Ortaokul mezunu	21	27.81	5.33	G.İçi	37287.45	1354	27.54		
	Lise mezunu	254	29.09	5.27	Toplam	37493.51	1358			
	Üniversite mezunu	853	29.86	5.22						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	29.92	5.34						
Toplam	1359	29.70	5.25							
Sorumluluk-Dağınıklık	İlkokul mezunu	22	34.32	7.36	G.Arası	264.80	4	66.20	1.74	0.140
	Ortaokul mezunu	21	32.67	5.93	G.İçi	51661.02	1354	38.15		
	Lise mezunu	254	32.46	6.27	Toplam	51925.82	1358			
	Üniversite mezunu	853	33.56	6.14						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	33.28	6.09						
Toplam	1359	33.31	6.18							
Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik	İlkokul mezunu	22	22.82	6.84	G.Arası	779.61	4	194.90	3.53	0.007*
	Ortaokul mezunu	21	22.62	5.60	G.İçi	74703.91	1354	55.17		
	Lise mezunu	254	25.13	7.23	Toplam	75483.52	1358			
	Üniversite mezunu	853	23.61	7.41						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	22.68	7.94						
Toplam	1359	23.72	7.46							
Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık	İlkokul mezunu	22	25.14	4.38	G.Arası	155.94	4	38.98	1.59	0.176
	Ortaokul mezunu	21	22.71	4.35	G.İçi	33280.61	1354	24.58		
	Lise mezunu	254	25.03	5.18	Toplam	33436.55	1358			
	Üniversite mezunu	853	25.30	4.96						
	Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri	209	25.44	4.76						
Toplam	1359	25.22	4.96							

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Dışadönüklük-İçedönüklük, Yumuşak Başlılık-Düşmanlık, Sorumluluk-Dağınıklık, Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık alt boyutundan alınan puanlar eğitim durumu grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$) ve sosyal olarak içedönük veya ılımlı olup olmamanın bireylerin eğitim seviyesi ile ilgili olmadığı bulgusuna varılmıştır.

Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik alt ölçeğinden ($F(4.1354) = 3.53$, $p < 0.05$) alınan puanlar eğitim durumu grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark saptanmıştır. Tukey sonuçları ele alındığında, lise mezunu olanların aldığı puanların üniversite mezunu, yüksek lisans ve üzeri mezunu olanlara göre

fazla puan aldığı gözlemlenmiştir. Bu bulgular ışığında eğitim düzeyi düşük olan bireylerin duygusal labiliteyi sağlamada güçlük çektiği sonucuna varılmıştır.

B. Korelasyon Analizine İlişkin Bulgular

Bu kısımda, ölçeklerin arasındaki ilişkisinin değerlendirmek için Pearson Korelasyon analizi yapılmış ve bulgular aşağıda aktarılmıştır.

Çizelge 17. Affetme Alt Boyutları ile Reddedilme Duyarlılığı Düzeyleri Arasındaki İlişki

	Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği
Heartland Affetme Ölçeği	-.187**
Kendini Affetmek	-.202**
Başkalarını Affetmek	-.074**
Durumu Affetmek	-.168**

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

Heartland Affetme Ölçeği ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = -.187$, $p < 0.01$), Kendini Affetmek ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = -.202$, $p < 0.01$), Başkalarını Affetmek ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = -.074$, $p < 0.01$), Durumu Affetmek ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = -.168$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Araştırmada elde edilen bu veriler doğrultusunda bireylerin affetmeye yönelik tutumlarının artması durumunda reddedilmeye yönelik kaygılarının azaldığı sonucuna varılmakla birlikte başkalarını veya durumu affetme durumunda daha anlayışlı olan bireylerin de reddedilmeye karşı endişe duymadığı bulgusuna varılmıştır.

Çizelge 18. Aldatma Eğilimi Ölçeği ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Arasındaki İlişki

	Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği
Aldatma Eğilimi Ölçeği	.186**

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

Aldatma Eğilimi Ölçeği ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = .186$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında zayıf düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Araştırma bulguları sonucunda bireyin aldatmaya yönelik eğilimi arttıkça reddedilmeye yönelik kaygılarının da arttığı bilgisine ulaşılmıştır.

Çizelge 19. Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Arasındaki İlişki

	Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği
Sürekli Öfke	.267**
Öfke İçe	.363**
Öfke Dışa	.226**
Öfke Kontrol	-0.046

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

Sürekli Öfke ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = .267$, $p < 0.01$), Öfke İçe ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = .363$, $p < 0.01$), Öfke Dışa ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = .226$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında zayıf ve orta düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Araştırma sonucunda sıklıkla Öfkelenen, Öfkesini kendine, çevredeki insanlara veya durumlara yönelten bireylerin diğer insanlara göre reddedilmeye yönelik daha fazla kaygı duyabileceği bulgusuna varılmıştır.

Çizelge 20. Young Şema Ölçeği ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Arasındaki İlişki

	Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği
Duygusal Yoksunluk	.410**
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	.448**
Kusurluluk	.448**
Duyguları Bastırma	.455**
İç İçe Geçme/Bağımlılık	.466**
Terk Edilme	.440**
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	.448**
Başarısızlık	.443**
Karamsarlık	.414**
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	.219**
Kendini Fedâ	.356**
Cezalandırılma	.339**
Yüksek Standartlar	.235**
Onay Arayıcılık	.332**

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

Duygusal Yoksunluk ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = .410$, $p < 0.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = .448$, $p < 0.01$), Kusurluluk ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = .448$, $p < 0.01$), Duyguları Bastırma ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = .455$, $p < 0.01$), İç İçe Geçme/Bağımlılık ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = .466$, $p < 0.01$), Terk Edilme ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r = .440$, $p < 0.01$), Tehditler Karşısında

Dayanıksızlık ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r=.448$, $p<0.01$), Başarısızlık ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r=.443$, $p<0.01$), Karamsarlık ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r=.414$, $p<0.01$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r=.219$, $p<0.01$), Kendini Feda ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r=.356$, $p<0.01$), Cezalandırılma ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r=.339$, $p<0.01$), Yüksek Standartlar ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r=.235$, $p<0.01$), Onay Arayıcılık ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r=.332$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Araştırma bulguları sonucunda reddedilme hassasiyeti yüksek olan ve dış dünyadan reddedilmeye yönelik kaygı duyan bireylerde Duygusal Yoksunluk, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Kusurluluk, Duyguları Bastırma, İç İç Geçme/Bağımlılık, Terk Edilme, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Başarısızlık, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Kendini Feda, Cezalandırılma, Yüksek Standartlar ve Onay Arayıcılık şemalarının ortaya çıkma durumunun görülmesi daha olası bulunmuştur.

Çizelge 21. Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Form Ölçeği ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Arasındaki İlişki

	Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği
Dışadönüklük-İçedönüklük	-.285**
Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık	-.132**
Sorumluluk-Dağınıklık	-.212**
Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik	.359**
Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık	-0.039

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

Dışadönüklük-İçedönüklük ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r=-.285$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r=-.132$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r=-.212$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ($r=.359$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Bulgular sonucunda bireyin dışadönük, yumuşakbaşlı ve sorumlu olması durumlarında reddedilmeye karşı daha az duyarlı olabileceği bulunmuştur. Diğer bir yandan bu durum reddedilmeye duyarlı kişilerin dışadönük, yumuşakbaşlı ve sorumlu özellikler gösteremeyeceğini de ifade etmektedir. Duygusal yönden dengeyi sağlayamama tutumunun ise reddedilmeye karşı kaygılı olma durumu ile ilişkilidir.

Çizelge 22. Heartland Affetme Ölçeği ile Aldatma Eğilimi Ölçeği Arasındaki İlişki

	Aldatma Eğilimi Ölçeği
Heartland Affetme Ölçeği	-.209**
Kendini Affetmek	-.169**
Başkalarını Affetmek	-.121**
Durumu Affetmek	-.204**

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

Heartland Affetme Ölçeği ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r = -.209$, $p < 0.01$), Kendini Affetmek ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r = -.169$, $p < 0.01$), Başkalarını Affetmek ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r = -.121$, $p < 0.01$), Durumu Affetmek ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r = -.204$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Bu bilgiler ışığında kişilerin aldatmaya yönelik eğilimlerinin yükselmesi durumunda affetme tutumunun düşmesi görülmekle birlikte kendini, başkalarını ve durumu affedebilme tutumunun da düşmesi görülebilmektedir.

Çizelge 23. Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği ile Aldatma Eğilimi Ölçeği Arasındaki İlişki

	Aldatma Eğilimi Ölçeği
Sürekli Öfke	.177**
Öfke İçer	.159**
Öfke Dışa	.239**
Öfke Kontrol	-.159**

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

Sürekli Öfke ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r = .177$, $p < 0.01$), Öfke içer ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r = .159$, $p < 0.01$), Öfke dışa ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r = .239$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Araştırma sonucunda bireylerin aldatma yönelik eğilimleri

arttıkça sürekli Öfke halinde olma, Öfkeyi içe yansıtma ve Öfkeyi dışa yansıtma tutumlarının arttığı bulgusuna varılmıştır.

Öfke kontrol ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=-.159$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Bu korelasyon sonucunda bireyin aldatmaya yönelik eğiliminin arttıkça Öfkeyi kontrol edebilme becerisinin azaldığı bilgisine varılmıştır.

Çizelge 24. Young Şema Ölçeği ile Aldatma Eğilimi Ölçeği Arasındaki İlişki

	Aldatma Eğilimi Ölçeği
Duygusal Yoksunluk	.338**
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	.347**
Kusurluluk	.399**
Duyguları Bastırma	.333**
İç İçe Geçme/Bağımlılık	.363**
Terk Edilme	.345**
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	.318**
Başarısızlık	.329**
Karamsarlık	.229**
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	.117**
Kendini Feda	0.045
Cezalandırılma	.091**
Yüksek Standartlar	.122**
Onay Arayıcılık	.142**

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

Duygusal Yoksunluk ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.338$, $p<0.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.347$, $p<0.01$), Kusurluluk ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.399$, $p<0.01$), Duyguları Bastırma Ölçeği ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.333$, $p<0.01$), İç İçe Geçme/Bağımlılık ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.363$, $p<0.01$), Terk Edilme ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.345$, $p<0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.318$, $p<0.01$), Başarısızlık ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.329$, $p<0.01$), Karamsarlık ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.229$, $p<0.01$), Ayrıcalıklılık ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.117$, $p<0.01$), Cezalandırılma ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.091$, $p<0.01$), Yüksek Standartlar ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.122$, $p<0.01$), Onay Arayıcılık ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r=.142$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Araştırma sonucunda elde edilen veriler aldatma eğilimi yüksek olan bireylerde Duygusal Yoksunluk, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Kusurluluk, Duyguları Bastırma, İç İç Geçme/Bağımlılık, Terk Edilme, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Başarısızlık, Karamsarlık, Ayrıcalıklık, Cezalandırılma, Yüksek Standartlar ve Onay Arayıcılık şemalarının bulunma durumunun yüksek olduğu görülmüştür.

Çizelge 25. Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Form Ölçeği ile Aldatma Eğilimi Ölçeği Arasındaki İlişki

	Aldatma Eğilimi Ölçeği
Dışadönüklük-İçedönüklük	-.145**
Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık	.163**
Sorumluluk-Dağınıklık	-.278**
Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik	-.107**
Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık	.193**

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

Dışadönüklük-İçedönüklük ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r = -.145$, $p < 0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r = -.278$, $p < 0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r = -.107$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r = .163$, $p < 0.01$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Aldatma Eğilimi Ölçeği ($r = .193$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Araştırma sonucunda elde edilen verilere göre dışadönük, sorumlu ve duygusal dengesizlik kişilik özelliklerinin aldatmaya yönelik niyet ile zıt bir ilişkiye sahip olduğu; bir durumun arttıkça diğerinin azaldığı görülmektedir.

Çizelge 26. Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği ile Heartland Affetme Ölçeği Arasındaki İlişki

	Heartland Affetme Ölçeği	Kendini Affetmek	Başkalarını Affetmek	Durumu Affetmek
Sürekli Öfke	-.242**	-.172**	-.168**	-.227**
Öfke İç	-.233**	-.187**	-.145**	-.215**
Öfke Dış	-.197**	-.124**	-.157**	-.179**
Öfke Kontrol	.326**	.253**	.194**	.319**

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

Sürekli Öfke ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.242$, $p<0.01$), Sürekli Öfke ile Kendini Affetmek ($r=-.172$, $p<0.01$), Sürekli Öfke ile Başkalarını Affetmek ($r=-.168$, $p<0.01$), Sürekli Öfke ile Durumu Affetmek ($r=-.227$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmesi sonucunda sürekli Öfke halinde olan bireylerde affetmeye yönelik tutum sergilemediği görülmektedir. Bununla birlikte kendini, başkalarını ve durumu affetmekte de zorlanmaktadırlar.

Öfke İçer ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.233$, $p<0.01$), Öfke İçer ile Kendini Affetmek ($r=-.187$, $p<0.01$), Öfke İçer ile Başkalarını Affetmek ($r=-.145$, $p<0.01$), Öfke İçer ile Durumu Affetmek ($r=-.215$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmesi sonucunda Öfkesini içer yansıtan bireylerde affetmeye yönelik tutum sergilemediği görülmektedir. Bununla birlikte kendini, başkalarını ve durumu affetmekte de zorlanmaktadırlar. Öfke Dışa ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.197$, $p<0.01$), Öfke Dışa ile Kendini Affetmek ($r=-.124$, $p<0.01$), Öfke Dışa ile Başkalarını Affetmek ($r=-.157$, $p<0.01$), Öfke Dışa ile Durumu Affetmek ($r=-.179$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmesi sonucunda Öfkesini dışa yansıtan bireylerde affetmeye yönelik tutum sergilemediği görülmektedir. Bununla birlikte kendini, başkalarını ve durumu affetmekte de zorlanmaktadırlar.

Öfke Kontrol ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=.326$, $p<0.01$), Öfke Kontrol ile Kendini Affetmek ($r=.253$, $p<0.01$), Öfke Kontrol ile Başkalarını Affetmek ($r=.194$, $p<0.01$), Öfke Kontrol ile Durumu Affetmek ($r=.319$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Bu bilgiler ışığında Öfkesini kontrol edebilme becerisine sahip olan bireylerin genel affetme tutumları yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bireyler kendilerini, başkalarını ve durumu affetmeye daha yatkın olmaktadır.

Çizelge 27. Young Şema Ölçeği ile Heartland Affetme Ölçeği Arasındaki İlişki

	Heartland Affetme Ölçeği	Kendini Affetmek	Başkalarını Affetmek	Durumu Affetmek
Duygusal Yoksunluk	-.208**	-.200**	-.069*	-.229**
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-.284**	-.251**	-.126**	-.298**
Kusurluluk	-.259**	-.255**	-.101**	-.263**
Duyguları Bastırma	-.256**	-.212**	-.140**	-.251**
İç İç	-.262**	-.276**	-.071**	-.283**
Geçme/Bağımlılık				
Terk Edilme	-.237**	-.250**	-.059*	-.261**
Tehditler Karşısında	-.231**	-.218**	-.088**	-.245**
Dayanısızlık				
Başarısızlık	-.272**	-.301**	-.079**	-.273**
Karamsarlık	-.272**	-.250**	-.097**	-.302**
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	-0.046	-0.032	-0.033	-0.043
Kendini Feda	-.078**	-.145**	.058*	-.112**
Cezalandırılma	-.130**	-.138**	-.057*	-.112**
Yüksek Standartlar	-.165**	-.102**	-.130**	-.152**
Onay Arayıcılık	-.165**	-.152**	-.068*	-.173**

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

Duygusal Yoksunluk ile Heartland Affetme Ölçeği ($r = -.208$, $p < 0.01$), Duygusal Yoksunluk ile Kendini Affetmek ($r = -.200$, $p < 0.01$), Duygusal Yoksunluk ile Başkalarını Affetmek ($r = -.069$, $p < 0.05$), Duygusal Yoksunluk ile Durumu Affetmek ($r = -.229$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Heartland Affetme Ölçeği ($r = -.284$, $p < 0.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Kendini Affetmek ($r = -.251$, $p < 0.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Başkalarını Affetmek ($r = -.126$, $p < 0.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Durumu Affetmek ($r = -.298$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Kusurluluk ile Heartland Affetme Ölçeği ($r = -.259$, $p < 0.01$), Kusurluluk ile Kendini Affetmek ($r = -.255$, $p < 0.01$), Kusurluluk ile Başkalarını Affetmek ($r = -.101$, $p < 0.01$), Kusurluluk ile Durumu Affetmek ($r = -.263$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlara saptanmıştır.

Duyguları Bastırma ile Heartland Affetme Ölçeği ($r = -.256$, $p < 0.01$), Duyguları Bastırma ile Kendini Affetmek ($r = -.212$, $p < 0.01$), Duyguları Bastırma

ile Başkalarını Affetmek ($r=-.140$, $p<0.01$), Duyguları Bastırma ile Durumu Affetmek ($r=-.251$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

İç İç Geçme/Bağımlılık ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.262$, $p<0.01$), İç İç Geçme/Bağımlılık ile Kendini Affetmek ($r=-.276$, $p<0.01$), İç İç Geçme/Bağımlılık ile Başkalarını Affetmek ($r=-.071$, $p<0.01$), İç İç Geçme/Bağımlılık ile Durumu Affetmek ($r=-.283$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Terk Edilme ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.237$, $p<0.01$), Terk Edilme ile Kendini Affetmek ($r=-.250$, $p<0.01$), Terk Edilme ile Başkalarını Affetmek ($r=-.059$, $p<0.05$), Terk Edilme ile Durumu Affetmek ($r=-.261$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.231$, $p<0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile Kendini Affetmek ($r=-.218$, $p<0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile Başkalarını Affetmek ($r=-.088$, $p<0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile Durumu Affetmek ($r=-.245$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Başarısızlık ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.272$, $p<0.01$), Başarısızlık ile Kendini Affetmek ($r=-.301$, $p<0.01$) değişkenleri arasında orta düzey negatif korelasyon, Başarısızlık ile Başkalarını Affetmek ($r=-.079$, $p<0.01$), Başarısızlık ile Durumu Affetmek ($r=-.273$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Karamsarlık ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.272$, $p<0.01$), Karamsarlık ile Kendini Affetmek ($r=-.250$, $p<0.01$), Karamsarlık ile Başkalarını Affetmek ($r=-.097$, $p<0.01$), Karamsarlık ile Durumu Affetmek ($r=-.302$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Kendini Feda ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.078$, $p<0.01$), Kendini Feda ile Kendini Affetmek ($r=-.145$, $p<0.01$), Kendini Feda ile Başkalarını Affetmek ($r=.058$, $p<0.05$), Kendini Feda ile Durumu Affetmek ($r=-.112$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Cezalandırma ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.130$, $p<0.01$), Cezalandırma ile Kendini Affetmek ($r=-.138$, $p<0.01$), Cezalandırma ile

Başkalarını Affetmek ($r=-.057$, $p<0.05$), Cezalandırma ile Durumu Affetmek ($r=-.112$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Yüksek Standartlar ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.165$, $p<0.01$), Yüksek Standartlar ile Kendini Affetmek ($r=-.102$, $p<0.01$), Yüksek Standartlar ile Başkalarını Affetmek ($r=-.130$, $p<0.01$), Yüksek Standartlar ile Durumu Affetmek ($r=-.152$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Onay Arayıcılık ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.165$, $p<0.01$), Onay Arayıcılık ile Kendini Affetmek ($r=-.152$, $p<0.01$), Onay Arayıcılık ile Başkalarını Affetmek ($r=-.068$, $p<0.05$), Onay Arayıcılık ile Durumu Affetmek ($r=-.173$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Elde edilen veriler doğrultusunda erken dönem uyum bozucu şemalar içerisinde duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, kendini feda, cezalandırma, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemalarının bireyde bulunmasının; kendini, başkalarını ve durumu affetme durumlarının bulunmamasını veya daha az bulunması sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir yandan tam tersi şekilde bu affetme tutumlarını sergileyen bireylerde bahsi geçen şemaların olmayacağı durumu da söz konusudur.

Çizelge 28. Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Form Ölçeği ile Heartland Affetme Ölçeği Arasındaki İlişki

	Heartland Affetme Ölçeği	Kendini Affetmek	Başkalarını Affetmek	Durumu Affetmek
Dışadönüklük-İçedönüklük	.252**	.227**	.116**	.255**
Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık	.223**	.127**	.169**	.224**
Sorumluluk-Dağınıklık	.237**	.244**	.080**	.242**
Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik	-.295**	-.263**	-.133**	-.304**
Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık	.220**	.232**	.072**	.221**

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

Dışadönüklük-İçedönüklük ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=.252$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Kendini Affetmek ($r=.227$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Başkalarını Affetmek ($r=.116$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Durumu Affetmek ($r=.255$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=.223$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Kendini Affetmek ($r=.127$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Başkalarını Affetmek ($r=.169$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Durumu Affetmek ($r=.224$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Sorumluluk-Dağınıklık ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=.237$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Kendini Affetmek ($r=.244$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Başkalarını Affetmek ($r=.080$, $p<0.05$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Durumu Affetmek ($r=.242$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Duygusal Denge/Duygusal Dengesizlik ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=-.295$, $p<0.01$), Duygusal Denge/Duygusal Dengesizlik ile Kendini Affetmek ($r=-.263$, $p<0.01$), Duygusal Denge/Duygusal Dengesizlik ile Başkalarını Affetmek ($r=-.133$, $p<0.01$), Duygusal Denge/Duygusal Dengesizlik ile Durumu Affetmek ($r=-.304$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Gelişime Açıklık ile Heartland Affetme Ölçeği ($r=.192$, $p<0.01$), Gelişime Açıklık ile Kendini Affetmek ($r=.207$, $p<0.01$), Gelişime Açıklık ile Başkalarını Affetmek ($r=.062$, $p<0.05$), Gelişime Açıklık ile Durumu Affetmek ($r=.191$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Araştırma sonuçları değerlendirildiğinde bireyin dışadönük, yumuşakbaşlı, sorumlu, gelişime açık kişilik özellikleri göstermesi ile kendini, başkalarını veya durumu affedici tutumlar sergilemesi yakından ilişkili görülmektedir. Diğer bir yandan duygusal dengesizlik gösteren bireylerde kendini, başkalarını ve durumu affetmenin daha güç olabileceği de görülmektedir.

Çizelge 29. Young Şema Ölçeği ile Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişki

	Sürekli Öfke	Öfke İç	Öfke Dışa	Öfke Kontrol
Duygusal Yoksunluk	.329**	.382**	.323**	-.114**
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	.450**	.519**	.428**	-.153**
Kusurluluk	.339**	.410**	.355**	-.159**
Duyguları Bastırma	.351**	.497**	.331**	-.083**
İç İç Geçme/Bağımlılık	.357**	.456**	.360**	-.165**
Terk Edilme	.372**	.413**	.358**	-.154**
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	.431**	.479**	.406**	-.126**
Başarısızlık	.355**	.414**	.346**	-.160**
Karamsarlık	.465**	.465**	.433**	-.212**
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	.360**	.305**	.357**	-0.008
Kendini Fedâ	.302**	.382**	.252**	-0.031
Cezalandırılma	.372**	.407**	.338**	-0.003
Yüksek Standartlar	.449**	.367**	.400**	-.093**
Onay Arayıcılık	.467**	.424**	.408**	-.079**

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

Duygusal Yoksunluk ile Sürekli Öfke ($r=.329$, $p < 0.01$), Duygusal Yoksunluk ile Öfke İç ($r=.382$, $p < 0.01$), Duygusal Yoksunluk ile Öfke Dışa ($r=.323$, $p < 0.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Sürekli Öfke ($r=.450$, $p < 0.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Öfke İç ($r=.519$, $p < 0.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Öfke Dışa ($r=.428$, $p < 0.01$), Kusurluluk ile Sürekli Öfke ($r=.339$, $p < 0.01$), Kusurluluk ile Öfke İç ($r=.410$, $p < 0.01$), Kusurluluk ile Öfke Dışa ($r=.355$, $p < 0.01$), Duyguları Bastırma ile Sürekli Öfke ($r=.351$, $p < 0.01$), Duyguları Bastırma ile Öfke İç ($r=.497$, $p < 0.01$), Duyguları Bastırma ile Öfke Dışa ($r=.331$, $p < 0.01$), İç İç Geçme/Bağımlılık ile Sürekli Öfke ($r=.357$, $p < 0.01$), İç İç Geçme/Bağımlılık ile Öfke İç ($r=.456$, $p < 0.01$), İç İç Geçme/Bağımlılık ile Öfke Dışa ($r=.360$, $p < 0.01$), Terk Edilme ile Sürekli Öfke ($r=.372$, $p < 0.01$), Terk Edilme ile Öfke İç ($r=.413$, $p < 0.01$), Terk Edilme ile Öfke Dışa ($r=.358$, $p < 0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile Sürekli Öfke ($r=.431$, $p < 0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile Öfke İç ($r=.479$, $p < 0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile Öfke Dışa ($r=.406$, $p < 0.01$), Başarısızlık ile Sürekli Öfke ($r=.355$, $p < 0.01$), Başarısızlık ile Öfke İç ($r=.414$, $p < 0.01$), Başarısızlık ile Öfke Dışa ($r=.346$, $p < 0.01$), Karamsarlık ile Sürekli Öfke ($r=.465$, $p < 0.01$), Karamsarlık ile Öfke İç ($r=.465$, $p < 0.01$), Karamsarlık ile

Öfke Dışa ($r=.433$, $p<0.01$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ile Sürekli Öfke ($r=.360$, $p<0.01$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ile Öfke İçe ($r=.305$, $p<0.01$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ile Öfke Dışa ($r=.357$, $p<0.01$), Kendini Feda ile Sürekli Öfke ($r=.302$, $p<0.01$), Kendini Feda ile Öfke İçe ($r=.382$, $p<0.01$), Kendini Feda ile Öfke Dışa ($r=.252$, $p<0.01$), Cezalandırma ile Sürekli Öfke ($r=.372$, $p<0.01$), Cezalandırma ile Öfke İçe ($r=.407$, $p<0.01$), Cezalandırma ile Öfke Dışa ($r=.338$, $p<0.01$), Yüksek Standartlar ile Sürekli Öfke ($r=.449$, $p<0.01$), Yüksek Standartlar ile Öfke İçe ($r=.367$, $p<0.01$), Yüksek Standartlar ile Öfke Dışa ($r=.400$, $p<0.01$), Onay Arayıcılık ile Sürekli Öfke ($r=.467$, $p<0.01$), Onay Arayıcılık ile Öfke İçe ($r=.424$, $p<0.01$), Onay Arayıcılık ile Öfke Dışa ($r=.408$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Araştırma bulguları sonucunda elde edilen verilere göre duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırma, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemalarının Öfke boyutlarından olan sürekli Öfke, Öfke içe ve Öfke dışa ile yakından ilişkili olduğu bulgusuna varılmıştır. Bahsi geçen şemaların artmasının Öfke boyutlarını yükseltebileceği gibi Öfke boyutlarının yükselmesinin de şemaları tetikleyebileceği öngörülmektedir.

Duygusal Yoksunluk ile Öfke Kontrol ($r=-.114$, $p<0.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile Öfke Kontrol ($r=-.153$, $p<0.01$), Kusurluluk ile Öfke Kontrol ($r=-.159$, $p<0.01$), Duyguları Bastırma ile Öfke Kontrol ($r=-.083$, $p<0.01$), İç İçe Geçme/Bağımlılık ile Öfke Kontrol ($r=-.165$, $p<0.01$), Terk Edilme ile Öfke Kontrol ($r=-.154$, $p<0.01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ile Öfke Kontrol ($r=-.126$, $p<0.01$), Başarısızlık ile Öfke Kontrol ($r=-.160$, $p<0.01$), Karamsarlık ile Öfke Kontrol ($r=-.212$, $p<0.01$), Yüksek Standartlar ile Öfke Kontrol ($r=-.093$, $p<0.01$) Onay Arayıcılık ile Öfke Kontrol ($r=-.079$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Bulgular ışığında Öfkeyi kontrol edebilme becerisi olan bireylerde duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemalarının olmayabileceği

veya bahsi geçen şemaları olan bireylerin Öfke kontrolünde zorlanabileceği görülmektedir.

Çizelge 30. Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Form Ölçeği ile Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişki

	Sürekli Öfke	Öfke İçer	Öfke Dışa	Öfke Kontrol
Dışadönüklük-İçedönüklük	-.129**	-.343**	-.061*	.101**
Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık	-.139**	-.142**	-.182**	.192**
Sorumluluk-Dağınıklılık	-.182**	-.173**	-.209**	.249**
Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik	.592**	.463**	.495**	-.277**
Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık	.063*	-0.017	.085**	.192**

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

Dışadönüklük-İçedönüklük ile Sürekli Öfke ($r = -.129$, $p < 0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Öfke İçer ($r = -.343$, $p < 0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Öfke Dışa ($r = -.061$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Dışadönük kişilik özelliğine sahip olan bireylerin sürekli Öfke, Öfkeyi içe yansıtma ve Öfkeyi dışa yansıtma tutumlarını diğer bireylere göre daha az göstermektedir.

Dışadönüklük-İçedönüklük ile Öfke Kontrol ($r = .101$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Dışadönük bireylerin Öfke kontrol edebilme becerisinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Sürekli Öfke ($r = -.139$, $p < 0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Öfke İçer ($r = -.142$, $p < 0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Öfke Dışa ($r = -.182$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Yumuşakbaşlılık kişilik özelliği gösteren bireylerin bu özelliği göstermeyen bireylere oranla daha az Öfke tutumlarına sahip olabilmektedir. Bu tutumlar sürekli Öfke, Öfkeyi içe yansıtma ve Öfkeyi dışa yansıtma olarak sıralanabilmektedir.

Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Öfke Kontrol ($r = .192$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Öfke kontrol edebilme becerisinin yumuşakbaşlı kişilik özelliğine sahip olan bireylerde daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Sorumluluk-Dağınıklılık ile Sürekli Öfke ($r = -.182$, $p < 0.01$), Sorumluluk-Dağınıklılık ile Öfke İçer ($r = -.173$, $p < 0.01$), Sorumluluk-Dağınıklılık ile Öfke Dışa ($r = -.209$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar

gözlemlenmiştir. Sorumlu kişilik özelliği gösteren bireylerin sürekli Öfke, Öfkeyi içe yansıtma ve Öfkeyi dışa yansıtma tutumlarının daha düşük olduğu bulgusuna varılmıştır.

Sorumluluk-Dağınıklık ile Öfke Kontrol ($r=.249$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Bulgular değerlendirildiğinde Öfke kontrol becerisi yüksek olan kişilerin sorumluluk kişilik özelliğine daha yatkın olduğu saptanmıştır.

Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Sürekli Öfke ($r=.592$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Öfke İçe ($r=.463$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Öfke Dışa ($r=.495$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Öfke Kontrol ($r=-.277$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Araştırmada elde edilen veriler doğrultusunda duygusal anlamda denge durumunu sağlayamayan bireylerin sürekli Öfke halinde olma, Öfkeyi içe veya dışa yansıtma tutumlarını sergileyebileceği görülmüştür.

Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Sürekli Öfke ($r=.063$, $p<0.05$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Öfke Dışa ($r=.085$, $p<0.01$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Öfke Kontrol ($r=.195$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Gelişime açık olma kişilik özelliğine sahip olan bireylerde sürekli Öfke halinde olma, Öfkeyi içe veya dışa yansıtma tutumlarına daha yatkın olduğu görülmüştür.

Çizelge 31. Young Şema Ölçeği ile Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Form Ölçeği Arasındaki İlişki

	Dışadönüklük-İçedönüklük	Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık	Sorumluluk-Dağınıklık	Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik	Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık
Duygusal Yoksunluk	-.305**	-.288**	-.317**	.349**	-.082**
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-.407**	-.319**	-.344**	.518**	-.060**
Kusurluluk	-.399**	-.423**	-.443**	.372**	-.170**
Duyguları Bastırma	-.511**	-.448**	-.319**	.357**	-.143**
İç İçe Geçme/Bağımlılık	-.434**	-.345**	-.456**	.402**	-.212**
Terk Edilme	-.341**	-.278**	-.402**	.400**	-.128**
Tehditler Karşısında Dayanaksızlık	-.302**	-.246**	-.321**	.513**	-0.038
Başarısızlık	-.431**	-.331**	-.517**	.424**	-.260**
Kararsızlık	-.309**	-.208**	-.308**	.587**	-0.031
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	-0.008	-0.026	-.086**	.362**	.247**
Kendini Feda	-.163**	.076**	-.089**	.373**	.063**
Cezalandırılma	-.190**	-0.030	-.056**	.441**	.081**
Yüksek Standartlar	-.083**	-.092**	-0.040	.386**	.168**
Onay Arayıcılık	-.122**	0.052	-.129**	.485**	.099**

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

Dışadönüklük-İçedönüklük ile Duygusal Yoksunluk ($r=-.305$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($r=-.407$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Kusurluluk ($r=-.399$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Duyguları Bastırma ($r=-.511$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile İç İçe Geçme/Bağımlılık ($r=-.434$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Terk Edilme ($r=-.341$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ($r=-.302$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Başarısızlık ($r=-.431$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Karamsarlık ($r=-.309$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Kendini Feda ($r=-.163$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Cezalandırılma ($r=-.190$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Yüksek Standartlar ($r=-.083$, $p<0.01$), Dışadönüklük-İçedönüklük ile Onay Arayıcılık ($r=-.122$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Bireyin dışadönük kişilik özelliği göstermesi ile duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemalarına sahip olması yakından ilişkili görünmektedir. bu durumda bahsi geçen şemalara sahip olma durumunda bireyin daha dışa dönük olabileceği veya dışa dönük bireylerin bahsi geçen şemalara sahip olabileceği düşünülmektedir.

Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Duygusal Yoksunluk ($r=-.288$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($r=-.319$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Kusurluluk ($r=-.423$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Duyguları Bastırma ($r=-.448$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile İç İçe Geçme/Bağımlılık ($r=-.345$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Terk Edilme ($r=-.278$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ($r=-.246$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Başarısızlık ($r=-.331$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Karamsarlık ($r=-.208$, $p<0.01$), Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Yüksek Standartlar ($r=-.092$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Yumuşakbaşlı kişilik özellikleri gösterme durumunda duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe

geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık ve yüksek standartlar şemalarına sahip olmasının ihtimal dahilinde olabileceği görülmüştür. Bunun akabinde bahsi geçen şemalara sahip olan bireylerin yumuşak başlı kişilik özelliği gösterebileceği de görülmüştür.

Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Kendini Feda ($r=.076$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Bu bulgu kendini feda şemasına sahip olan bireylerde yumuşakbaşlı kişilik özelliği olabileceğini vurgularken yumuşak başlı kişilik özelliklerine sahip olan bireylerin kendini feda etmeye daha yatkın olduğunu ifade etmektedir.

Sorumluluk-Dağınıklık ile Duygusal Yoksunluk ($r=-.317$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($r=-.344$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Kusurluluk ($r=-.443$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Duyguları Bastırma ($r=-.319$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile İç İç Geçme/Bağımlılık ($r=-.456$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Terk Edilme ($r=-.402$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ($r=-.321$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Başarısızlık ($r=-.517$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Karamsarlık ($r=-.308$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ($r=-.086$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Kendini Feda ($r=-.089$, $p<0.01$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Cezalandırılma ($r=-.056$, $p<0.05$), Sorumluluk-Dağınıklık ile Onay Arayıcılık ($r=-.129$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük ve orta düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Araştırma sonucunda elde edilen verilere göre sorumlu kişilik özelliklerine sahip olan bireylerin duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma ve onay arayıcılık şemalarına sahip olabileceği veya bahsi geçen şemalara sahip olan bireylerin sorumluluk sahibi olabileceği saptanmıştır.

Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Duygusal Yoksunluk ($r=.349$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($r=.518$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Kusurluluk($r=.372$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile

Duyguları Bastırma ($r=.357$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile İç İçe Geçme/Bağımlılık ($r=.402$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Terk Edilme ($r=.400$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ($r=.513$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Başarısızlık ($r=.424$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Karamsarlık ($r=.587$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ($r=.362$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Kendini Feda ($r=.373$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Cezalandırılma ($r=.441$, $p<0.05$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Yüksek Standartlar ($r=.386$, $p<0.01$), Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik ile Onay Arayıcılık ($r=.485$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük ve orta düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Araştırmadan elde edilen bulgular ışığında duygusal dengeyi sağlamakta güçlük çeken bireylerde duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemalarına sahip olma durumu görülmektedir.

Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Duygusal Yoksunluk ($r=-.082$, $p<0.01$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($r=-.060$, $p<0.05$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Kusurluluk ($r=-.170$, $p<0.01$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Duyguları Bastırma ($r=-.143$, $p<0.01$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile İç İçe Geçme/Bağımlılık ($r=-.212$, $p<0.01$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Terk Edilme ($r=-.128$, $p<0.01$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Başarısızlık ($r=-.260$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey negatif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Bulgular değerlendirildiğinde gelişime açık olan bireylerin duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme ve başarısızlık şemalarına sahip olma durumunun daha düşük olasılıkta olduğu saptanmıştır.

Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ($r=.247$, $p<0.01$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Kendini Feda ($r=.063$, $p<0.05$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Cezalandırılma ($r=.081$,

$p < 0.01$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Yüksek Standartlar ($r = .168$, $p < 0.01$), Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık ile Onay Arayıcılık ($r = .099$, $p < 0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Gelişime ve yeniliğe açık olan bireylerde ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemalarının daha düşük yapılanmada olduğu görülmektedir.

C. Regresyon Analizi

Bu bölümde, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni yordayıcılığını test etmek için Çoklu Doğrusal Regresyon analizi yapılmıştır. Bulgulara ilişkin sonuçlar aşağıda verilmiştir.

Çizelge 32. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Reddedilme Duyarlılığını Yordaması

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p	Tolerans	VIF
(Sabit)	25.12	1.44		17.47	0.000*		
İç İçe Geçme/Bağımlılık	0.26	0.09	0.13	2.86	0.004*	0.27	3.69
Duyguları Bastırma	0.64	0.13	0.17	5.04	0.000*	0.45	2.20
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	0.47	0.12	0.14	3.90	0.000*	0.43	2.33
Kendini Feda	0.34	0.10	0.10	3.51	0.000*	0.67	1.48
Başarısızlık	0.27	0.12	0.09	2.19	0.029*	0.31	3.25

$R = .53$ $R^2 = .27$ $F_{(5, 1353)} = 102.92$
 $p = 0.000^*$

* $p < 0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepwise Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Bulgu tablosu ele alındığında, iç içe geçme/bağımlılık, duyguları bastırma, tehditler karşısında dayanıksızlık, kendini feda ve başarısızlık şemasının bağımlı değişken olan reddedilme duyarlılığı üzerinde yordayıcılığı gözlemlenmiştir ($R = .53$, $R^2 = .27$, $p < 0.05$). Reddedilme duyarlılığı puanlarındaki değişimin %27'sini yordayıcı değişkenler tarafından açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerin etki sırası; duyguları bastırma ($\beta = .17$), tehditler karşısında dayanıksızlık ($\beta = .14$), iç içe geçme/bağımlılık ($\beta = .13$), kendini feda ($\beta = .10$), başarısızlık ($\beta = .09$) şeklindedir. Bulgular dahilinde elde edilen verilere göre bireyde bulunan reddedilme yönelik kaygının artmasına sebep olan şemalar sırasıyla tehditler karşısında dayanıksızlık, iç içe geçme/bağımlılık, kendini feda ve başarısızlık olarak bulunmuştur.

Çizelge 33. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Affediciliği Yordaması

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p	Tolerans	VIF
(Sabit)	75.06	0.91		82.70	0.000*		
Sosyal	-0.23	0.07	-0.13	-3.34	0.001*	0.42	2.39
İzolasyon/Güvensizlik							
Başarısızlık	-0.22	0.07	-0.11	-3.07	0.002*	0.48	2.09
Karamsarlık	-0.22	0.08	-0.10	-2.69	0.007*	0.45	2.22

$R=.31$ $R^2=.10$ $F_{(3,1355)}=48.60$
 $p=0.000^*$

** $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepwise Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi*

Bulgu tablosu ele alındığında, sosyal izolasyon/güvensizlik, başarısızlık ve karamsarlık şemasının bağımlı değişken olan affedicilik üzerinde yordayıcılığı gözlemlenmiştir ($R=.31$, $R^2=.10$, $p<0.05$). Affedicilik puanlarındaki değişimin %10'unun yordayıcı değişkenler tarafından açıklanmaktadır. Bağımsız değişkenlerin etki sırası; sosyal izolasyon/güvensizlik ($\beta=-.13$), başarısızlık ($\beta=-.11$), karamsarlık ($\beta=-.10$) şeklindedir. Araştırma sonuçları göz önüne alındığında bireyin affetme tutumunu sergileyebilme durumunda sosyal izolasyon/güvensizlik, başarısızlık ve karamsarlık şemaları etkili olmaktadır.

Çizelge 34. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aldatma Eğilimini Yordaması

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p	Tolerans	VIF
(Sabit)	42.24	1.32		31.91	0.000*		
Kusurluluk	0.96	0.11	0.32	8.54	0.000*	0.45	2.21
Sosyal	0.31	0.10	0.11	3.09	0.002*	0.45	2.21
İzolasyon/Güvensizlik							

$R=.41$ $R^2=.16$ $F_{(2,1356)}=134.33$
 $p=0.000^*$

** $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepwise Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi*

Bulgu tablosu ele alındığında, kusurluluk ve sosyal izolasyon/güvensizlik şemasının bağımlı değişken olan aldatma eğilimi üzerinde yordayıcılığı gözlemlenmiştir ($R=.41$, $R^2=.16$, $p<0.05$). Aldatma eğilimi puanlarındaki değişimin %16'sını yordayıcı değişkenler tarafından açıklanmaktadır. Bağımsız değişkenlerin etki sırası; kusurluluk ($\beta=.32$), sosyal izolasyon/güvensizlik ($\beta=.11$) şeklindedir. Araştırmada elde edilen veriler doğrultusunda kusurluluk ve

sosyal izolasyon/güvensizlik şemalarının bireyde aldatmaya yönelik eğilimini arttırdığı bulunmuştur.

Çizelge 35. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Sürekli Öfkeyi Yordaması

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p	Tolerans	VIF
(Sabit)	12.01	0.50		23.95	0.000*		
Onay Arayıcılık	0.19	0.03	0.19	6.34	0.000*	0.56	1.80
Karamsarlık	0.21	0.04	0.19	5.87	0.000*	0.47	2.12
Yüksek Standartlar	0.34	0.05	0.20	6.90	0.000*	0.63	1.59
Sosyal	0.10	0.03	0.11	3.26	0.001*	0.44	2.25
İzolasyon/Güvensizlik							
$R=.56$ $R^2=.31$ $F_{(4,1354)}=156.40$ $p=0.000*$							

* $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepwise Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Bulgu tablosu ele alındığında, onay arayıcılık, karamsarlık, yüksek standartlar ve sosyal izolasyon/güvensizlik şemasının bağımlı değişken olan sürekli Öfke üzerinde yordayıcılığı gözlemlenmiştir ($R=.56$, $R^2=.31$, $p<0.05$). Sürekli Öfke puanlarındaki değişimin %31'ini yordayıcı değişkenler tarafından açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerin etki sırası; yüksek standartlar ($\beta=.20$), karamsarlık ($\beta=.19$), onay arayıcılık ($\beta=.19$), sosyal izolasyon/güvensizlik ($\beta=.11$) şeklindedir. Araştırma bulguları ışığında bireyde sürekli Öfke tutumuna sahip olma durumunda yüksek standartlar, karamsarlık, onay arayıcılık ve sosyal izolasyon/güvensizlik şemalarının etkili olduğu saptanmıştır.

Çizelge 36. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların İç Öfkeyi Yordaması

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p	Tolerans	VIF
(Sabit)	9.65	0.37		26.25	0.000*		
Sosyal	0.12	0.03	0.18	4.72	0.000*	0.34	2.95
İzolasyon/Güvensizlik							
Duyuları Bastırma	0.21	0.03	0.23	7.24	0.000*	0.48	2.09
Onay Arayıcılık	0.12	0.02	0.16	5.79	0.000*	0.64	1.56
Karamsarlık	0.09	0.03	0.12	3.58	0.000*	0.47	2.15
$R=.58$ $R^2=.33$ $F_{(4,1354)}=167.80$ $p=0.000*$							

* $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepwise Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Bulgu tablosu ele alındığında, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık ve karamsarlık şemasının bağımlı değişken olan iç Öfke üzerinde yordayıcılığı gözlemlenmiştir ($R=.58$, $R^2=.33$, $p<0.05$). İç Öfke

puanlarındaki değişimin %33'ünü yordayıcı değişkenler tarafından açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerin etki sırası; duyguları bastırma ($\beta=.23$), sosyal izolasyon/güvensizlik ($\beta=.18$), onay arayıcılık ($\beta=.16$), karamsarlık ($\beta=.12$) şeklindedir. Elde edilen veriler doğrultusunda Öfkeyi içe yansıtma tutumunda duyguları bastırma, sosyal izolasyon/güvensizlik, onay arayıcılık ve karamsarlık şemalarının etkili olduğu görülmektedir.

Çizelge 37. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Dışa Öfkeyi Yordaması

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p	Tolerans	VIF
(Sabit)	9.28	0.44		21.02	0.000*		
Karamsarlık	0.15	0.03	0.18	5.32	0.000*	0.47	2.13
Yüksek Standartlar	0.19	0.04	0.15	4.98	0.000*	0.61	1.65
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	0.07	0.02	0.10	3.33	0.001*	0.63	1.58
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	0.08	0.02	0.12	3.51	0.000*	0.44	2.29
Onay Arayıcılık	0.08	0.02	0.10	3.13	0.002*	0.50	1.99
$R=.58$ $R^2=.33$ $F_{(4,1354)}=167.80$ $p=0.000*$							

* $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepwise Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Bulgu tablosu ele alındığında, karamsarlık, yüksek standartlar, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, sosyal izolasyon/güvensizlik ve onay arayıcılık şemasının bağımlı değişken olan dışa Öfke üzerinde yordayıcılığı gözlemlenmiştir ($R=.58$, $R^2=.33$, $p<0.05$). Dışa Öfke puanlarındaki değişimin %33'ünü yordayıcı değişkenler tarafından açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerin etki sırası; karamsarlık ($\beta=.18$), yüksek standartlar ($\beta=.15$), sosyal izolasyon/güvensizlik ($\beta=.12$), ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim ($\beta=.10$), onay arayıcılık ($\beta=.10$) şeklindedir. Elde edilen veriler doğrultusunda Öfkeyi dışa yansıtma tutumunda sırasıyla karamsarlık, yüksek standartlar, sosyal izolasyon/güvensizlik, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim ve onay arayıcılık şemalarının etki ettiği bulgusuna ulaşılmıştır.

Çizelge 38. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Öfke Kontrolünü Yordaması

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p	Tolerans	VIF
(Sabit)	24.95	0.33		76.75	0.00*0		
Karamsarlık	-0.18	0.02	-0.21	-7.99	0.000*	1.00	1.00
$R=.21$ $R^2=.05$ $F_{(1,1357)}=63.87$ $p=0.000*$							

* $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepwise Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Bulgu tablosu ele alındığında, regresyon modelinin bağımsız değişkeni olan karamsarlık şemasının bağımlı değişken olan Öfke kontrolü üzerinde yordayıcılığı gözlemlenmiştir ($R=21$, $R^2=.05$, $p<0.05$). Öfke kontrolü puanlarındaki değişimin %5'ini yordayıcı değişkenler tarafından açıklamaktadır. Bu doğrultuda karamsarlık şemasının Öfke kontrolünü sağlayabilme üzerinde etkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Çizelge 39. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Dışa Dönüklüğü Yordaması

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p	Tolerans	VIF
(Sabit)	35.60	0.35		102.41	0.000*		
Duyguları Bastırma	-0.44	0.03	-0.40	-13.11	0.000*	0.58	1.73
Başarısızlık	-0.15	0.03	-0.17	-5.67	0.000*	0.58	1.73
$R=.53$ $R^2=.28$ $F_{(2,1356)}=206.70$ $p=0.000*$							

* $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepwise Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Bulgu tablosu ele alındığında, duyguları bastırma ve başarısızlık şemasının bağımlı değişken olan dışa dönüklük üzerinde yordayıcılığı gözlemlenmiştir ($R=53$, $R^2=.28$, $p<0.05$). Dışa dönüklük puanlarındaki değişimin %28'ini yordayıcı değişkenler tarafından açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerin etki sırası; duyguları bastırma ($\beta=-.40$), başarısızlık ($\beta=-.17$) şeklindedir. Bireyin dışa dönük özellikler göstermesinde duyguları bastırma ve başarısızlık şemalarının etkili olduğu saptanmıştır.

Çizelge 40. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Yumuşak Başlılığı Yordaması

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p	Tolerans	VIF
(Sabit)	35.06	0.31		114.90	0.000*		
Duyguları Bastırma	-0.29	0.03	-0.30	-8.60	0.000*	0.48	2.09
Kusurluluk	-0.16	0.03	-0.21	-5.98	0.000*	0.48	2.09
$R=.47$ $R^2=.22$ $F_{(2,1356)}=192.64$ $p=0.000*$							

* $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepwise Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Bulgu tablosu ele alındığında, duyguları bastırma ve kusurluluk şemasının bağımlı değişken olan yumuşakbaşlılığı üzerinde yordayıcılığı gözlemlenmiştir ($R=47$, $R^2=.22$, $p<0.05$). Yumuşakbaşlılık puanlarındaki değişimin %22'sini yordayıcı değişkenler tarafından açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerin etki

sırası; duyguları bastırma ($\beta=-.30$), kusurluluk ($\beta=-.21$) şeklindedir. Araştırmadan elde edilen verilere göre yumuşakbaşlı kişilik özelliği göstermede duyguları bastırma ve kusurluluk şemaları etkili olmaktadır.

Çizelge 41. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Sorumluluğu Yordaması

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p	Tolerans	VIF
(Sabit)	39.95	0.33		119.77	0.000		
Başarısızlık	-0.39	0.04	-0.43	-10.81	0.000	0.34	2.94
İç İçe Geçme/Bağımlılık	-0.07	0.02	-0.11	-2.68	0.007	0.34	2.94

$R=.52$ $R^2=.27$ $F_{(2,1356)}=251.65$
 $p=0.000^*$

** $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepwise Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi*

Bulgu tablosu ele alındığında, başarısızlık ve içi içe geçme/bağımlılık şemasının bağımlı değişken olan sorumluluk üzerinde yordayıcılığı gözlemlenmiştir ($R=.52$, $R^2=.27$, $p<0.05$). Sorumluluk puanlarındaki değişimin %27'sini yordayıcı değişkenler tarafından açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerin etki sırası; başarısızlık ($\beta=-.43$), içi içe geçme/bağımlılık ($\beta=-.21$) şeklindedir. Araştırma bulguları sonuçları ışığında bireyin sorumluluk alabilmesi başarısızlık ve içi içe geçme/bağımlılık şemaları ile yakından ilişkilidir.

Çizelge 42. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Duygusal Dengesizliği Yordaması

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p	Tolerans	VIF
(Sabit)	10.79	0.51		20.96	0.000*		
Karamsarlık	0.47	0.04	0.39	12.66	0.000*	0.48	2.09
Onay Arayıcılık	0.23	0.03	0.20	7.73	0.000*	0.64	1.56
Sosyal	0.13	0.03	0.13	4.12	0.000*	0.45	2.20

$R=.63$ $R^2=.39$ $F_{(3,1355)}=293.10$
 $p=0.000^*$

** $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepwise Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi*

Bulgu tablosu ele alındığında, karamsarlık, onay arayıcılık, sosyal izolasyon/güvensizlik şemasının bağımlı değişken olan duygusal dengesizlik üzerinde yordayıcılığı gözlemlenmiştir ($R=.63$, $R^2=.39$, $p<0.05$). Duygusal dengesizlik puanlarındaki değişimin %39'unu yordayıcı değişkenler tarafından

açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlerin etki sırası; karamsarlık ($\beta=.39$), onay arayıcılık ($\beta=.20$), sosyal izolasyon/güvensizlik ($\beta=.13$) şeklindedir. Bulgular ışığında duygusal olarak dengesizlik tutumu sergileyen bireylerde karamsarlık, onay arayıcılık ve sosyal izolasyon/güvensizlik şemalarının bulunduğu sonucuna varılmıştır.

Çizelge 43. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Gelişime Açıklığı Yordaması

Bağımsız Değişkenler	B	SH	β	t	p	Tolerans	VIF
(Sabit)	27.33	0.29		93.04	0.000*		
İç İçe Geçme/Bağımlılık	-0.11	0.01	-0.21	-8.00	0.000*	1.00	1.00

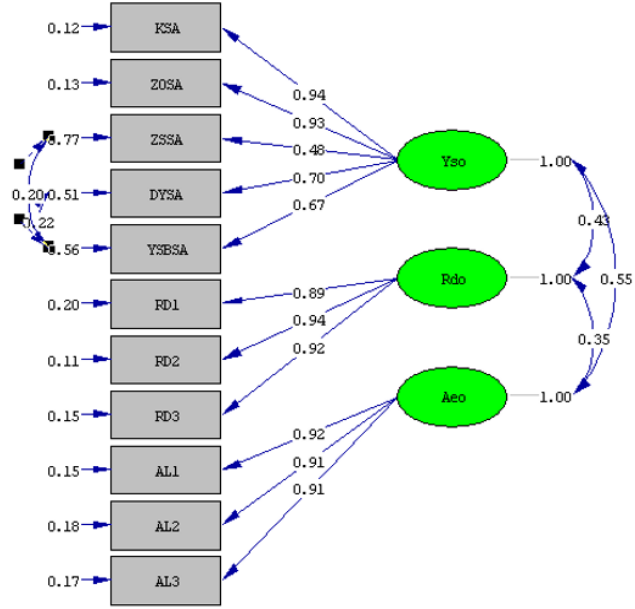
$R=.21$ $R^2=.04$ $F_{(1,1357)}=64.08$
 $p=0.000^*$

** $p<0.05$ Uygulanan testin ismi: Stepwise Yöntemi: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi*

Bulgu tablosu ele alındığında, regresyon modelinin bağımsız değişkeni olan iç içe geçme/bağımlılık şemasının bağımlı değişken olan gelişime açıklık üzerinde yordayıcılığı gözlemlenmiştir ($R=.21$, $R^2=.04$, $p<0.05$). Gelişime açıklık puanlarındaki değişimin %4'ünü yordayıcı değişkenler tarafından açıklamaktadır. Bireyin gelişime açıklık özelliğinin düzeyini iç içe geçme/bağımlılık şemasının etkileyebileceği araştırma sonucunda görülmüştür.

D. Ölçüm Modeli Sonuçları

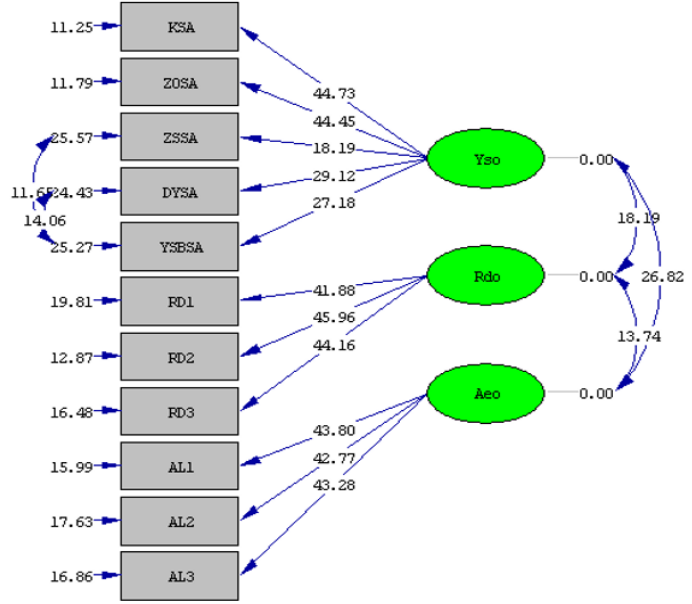
Bu araştırma kapsamında uygulanan ölçme araçlarının yapı geçerliliğini test etmek nedeniyle doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. YSO, AEO, RDO'ya ait ölçme modelinin standardize edilmiş katsayıları ve t-değerlerine ilişkin bulgular aşağıdaki diyagramda verilmiştir.



Chi-Square=323.26, df=39, P-value=0.00000, RMSEA=0.073

Şekil 2. YSO, AEO, RDO'ya İlişkin DFA Sonuçları (Standardize Çözümleme Değerleri)

Not: N:1359, YSO: Young Şema Ölçeği, KSA: Kopukluk Şema Alanı, ZOSA: Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı, ZSSA: Zayıf Sınırlar Şema Alanı, DYSA: Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı YSBSA: Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Şema Alanı, AEO: Aldatma Eğilimi Ölçeği, AL1: Aldatma Eğilimi Ölçeği Parsel 1, AL2: Aldatma Eğilimi Ölçeği Parsel 2, AL3: Aldatma Eğilimi Ölçeği Parsel 3, RDO: Aldatma Eğilimi Ölçeği, RD1: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Parsel 1, RD2: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Parsel 2, RD3: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Parsel 3



Chi-Square=323.26, df=39, P-value=0.00000, RMSEA=0.073

Şekil 3. YSO, AEO, RDO'ya İlişkin DFA Sonuçları (T-Değerleri)

Not: N:1359, YSO: Young Şema Ölçeği, KSA: Kopukluk Şema Alanı, ZOSA: Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı, ZSSA: Zayıf Sınırlar Şema Alanı, DYSA: Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı YSBSA: Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Şema Alanı, AEO: Aldatma Eğilimi Ölçeği, AL1: Aldatma Eğilimi Ölçeği Parsel 1, AL2: Aldatma Eğilimi Ölçeği Parsel 2, AL3: Aldatma Eğilimi Ölçeği Parsel 3, RDO: Aldatma Eğilimi Ölçeği, RD1: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Parsel 1, RD2: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Parsel 2, RD3: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Parsel 3

Çizelge 44. DFA Sonuçlarına Göre Ölçme Modeline ait Faktör Yükleri, Standart Hata ve T- Değerleri

Örtük ve Gözlenen Değişkenler	Standardize Edilmemiş Faktör Yükleri	SH	t	Standardize Faktör Yük Değerleri
YSO				
KSA	21.53	0.12	44.73	0.94
ZOSA	28.24	0.13	44.45	0.93
ZSSA	3.42	0.77	18.19	0.48
DYSA	7.68	0.51	29.12	0.70
YSBSA	6.16	0.56	27.18	0.67
AEO				
AL1	6.78	0.20	41.88	0.80
AL2	7.18	0.11	45.96	0.94
AL3	7.27	0.15	44.16	0.92
RDO				
RD1	6.46	0.15	43.80	0.92
RD2	6.31	0.17	42.77	0.91
RD3	6.55	0.17	43.28	0.91

Tabloya ilişkin bulgular ele alındığında, Yso örtük değişkeni için standardize edilmiş faktör yüklerinin 0.48-0.94, Aeo örtük değişkeni için standardize edilmiş faktör yüklerinin 0.80-0.94, Rdo örtük değişkeni için Standardize edilmiş faktör yüklerinin 0.91-0.92 arasında kaldığı tespit edilmiştir. Standardize edilmiş faktör yük değerinin .45'in üzerinde olması dikkate alınmıştır (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2016).

T değeri 1.96'yı üzerindeyse p değeri 0.05, 2.56'yı üzerindeyse p değeri 0.001 seviyesinde anlamlı olduğunu söylemektedir. (Şimşek 2007; Schumacker and Lomax 2010). Tabloyu incelediğimizde, değişkenlere ilişkin t değerlerinin 1.96'nın üzerinde olduğu görülmemektedir. Bu sebepten dolayı hiçbir değişken modelden çıkarılmamıştır.

Örtük değişkenler birbiri arasındaki ilişkilerin 0.35- 0.55 arasında olduğu tespit edilmiştir. Bu değerler .80'in üzerinde olmadığı için uygun aralıkta olduğu tespit edilmiştir.

Çizelge 45. Ölçme Modeline İlişkin Uyum İyiliği Değerleri

İndeks	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Ölçüm Modeli	Değerlendirme
χ^2 /sd	<2	<5	8.28	Kabul edilebilir Uyum
GFI	>.95	>.90	.96	Normal Uyum
AGFI	>.95	>.90	.93	Kabul edilebilir Uyum
CFI	>.95	>.90	.98	Normal Uyum
NFI	>.95	>.90	.97	Normal Uyum
RMSEA	<.05	<.08	.07	Kabul edilebilir Uyum
SRMR	<.05	<.08	.05	Normal Uyum

Kaynaklar: (Munro, 2005; Schreiber, Nora, Stage, Barlow and King, 2006; Şimşek, 2007; Hooper and Mullen 2008; Schumacker and Lomax, 2010; Waltz, Strickland and Lenz 2010; Wang and Wang, 2012).

YSO, AEO, RDO için yapılan DFA bulguları uyum indeksleri yönünden değerlendirildiğinde, bu araştırmadaki örneklem için yapının doğrulandığı ve kabul edilir seviyede olduğu tespit edilmiştir ($\chi^2 /sd=8.28$, GFI= .96, AGFI=.93, CFI=.98, NFI=.97, RMSEA=.07, SRMR=.05). Çok büyük örneklem (n>700) için χ^2 /sd değeri 5'in üzerine çıkabilmektedir.

Çizelge 46. Örtük Değişkenlere İlişkin Kovaryans Matrisi

	1	2	3
1-YSO	1		
2-RDO	0.43**	1	
3-AEO	0.55**	0.35**	1

Tabloya ilişkin bulgular ele alındığında, YSO ile RDO (0.43) arasında orta düzey pozitif yönlü ilişki, YSO ile AEO (0.55) arasında orta düzey pozitif yönlü ilişki, AEO ile RDO (0.35) arasında orta düzey pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Araştırma verileri sonucunda elde edilen bilgilere göre bireyde bulunan şemaların reddedilme duyarlılığını etkileyebileceği dolayısıyla şemaların artmasının reddedilmeye yönelik kaygıyı yükseltebileceği bulgusuna ulaşılmıştır. Diğer bir yandan yine erken dönem uyum bozucu şemaların var olmasının aldatmaya yönelik eğilimde artmaya sebep olduğu görülmektedir. Aldatma eğiliminin yüksek olduğu kişilerde reddedilmeye karşı duyarlılığın da yüksek olduğu araştırma bulgularında yer almıştır.

E. Yapısal Model Sonuçları

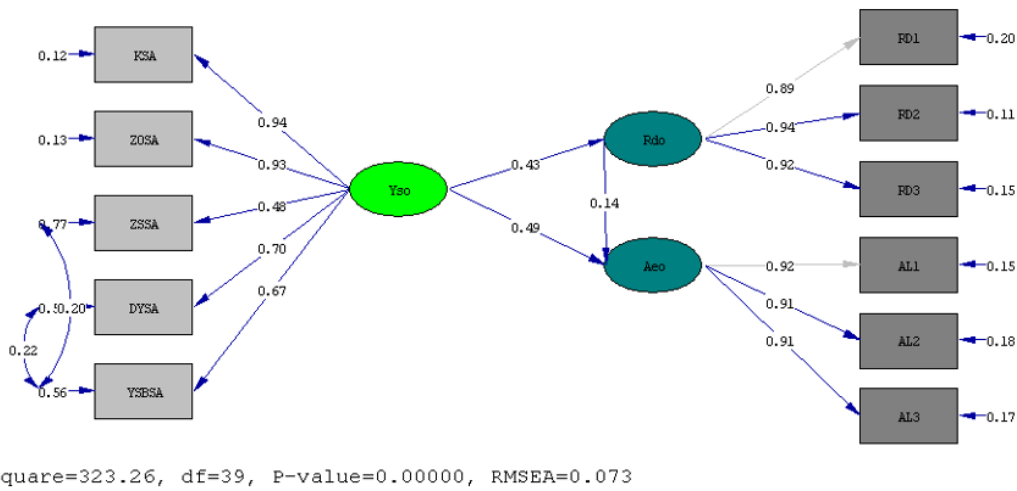
Bu araştırmada kurulan yapısal model için uyum iyiliği değerleri aşağıdaki tabloda verilmiştir. Buna değerlere göre, bu araştırmanın yapısal modelinin genel olarak kabul edilebilir değerde veya normal değerde olduğunu söylemek mümkündür.

Çizelge 47. Yapısal Modele İlişkin Uyum İyiliği Değerleri

İndeks	Normal Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Yapısal Model	Değerlendirme
χ^2 /sd	<2	<5	8.28	Kabul edilebilir Uyum
GFI	>.95	>.90	.96	Normal Uyum
AGFI	>.95	>.90	.93	Kabul edilebilir Uyum
CFI	>.95	>.90	.98	Normal Uyum
NFI	>.95	>.90	.97	Normal Uyum
RMSEA	<.05	<.08	.07	Kabul edilebilir Uyum
SRMR	<.05	<.08	.05	Normal Uyum

Kaynaklar: (Munro, 2005; Schreiber, Nora, Stage, Barlow and King, 2006; Şimşek, 2007; Hooper and Mullen 2008; Schumacker and Lomax, 2010; Waltz, Strickland and Lenz 2010; Wang and Wang, 2012).

YSO, AEO, RDO için yapılan YEM bulguları uyum indeksleri yönünden değerlendirildiğinde, bu araştırmadaki örneklem için yapının doğrulandığı ve kabul edilir seviyede olduğu tespit edilmiştir ($\chi^2 /sd=8.28$, GFI= .96, AGFI=.93, CFI=.98, NFI=.97, RMSEA=.07, SRMR=.05). Çok büyük örneklem (n>700) için χ^2 /sd değeri 5'in üzerine çıkabilmektedir.



Şekil 4. Yapısal Modele Ait Standardize Faktör Yük Değerleri

Not: N:1359, YSO: Young Şema Ölçeği, KSA: Kopukluk Şema Alanı, ZOSA: Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı, ZSSA: Zayıf Sınırlar Şema Alanı, DYSA: Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı YSBSA: Yüksek Standartlar ve Bastırılmışlık Şema Alanı, AEO: Aldatma Eğilimi Ölçeği, AL1: Aldatma Eğilimi Ölçeği Parsel 1, AL2: Aldatma Eğilimi Ölçeği Parsel 2, AL3: Aldatma Eğilimi Ölçeği Parsel 3, RDO: Aldatma Eğilimi Ölçeği, RD1: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Parsel 1, RD2: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Parsel 2, RD3: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği Parsel 3

Çizelge 48. Yapısal Modele İlişkin Yol Katsayıları

Yol	Standardize β	t
YSO \rightarrow RDO	0.43	15.45
YSO \rightarrow AEO	0.49	16.91
RDO \rightarrow AEO	0.14	4.99

Yapısal eşitlik modeline ilişkin, standardize faktör yükleri ve t-değerleri yukarıdaki tabloda verilmiştir. Bir değişkenin aracılık etkisinin olması için, bağımsız ve bağımlı değişkenin ilişkine aracı değişken katıldığında ilişkinin anlamsız (tam aracı) çıkması veya ilişkide azalma (kısmi aracı) olması gerekmektedir (Şahin, 2009). Şekil 3'deki diyagramı değerlendirildiğinde YSO ile AEO arasındaki ilişki ilk olarak 0.55 iken RDO aracılık etmesi ile 0.49'a gerilemiştir ve YSO'ye ait t- değerini kontrol ettiğimizde anlamlı olduğu görülmektedir ($\beta=0.49$, $t=16.91$, $p<0.05$). Bu sonuca göre YSO ile AEO arasındaki ilişkide RDO'nun kısmi aracı rolü olduğu saptanmıştır. Dolaylı olmayan etkiyi test ettiğimizde, bu etkinin anlamlı olduğu saptanmıştır ($\beta=0.06$, $SH=0.01$; $t=5.03$). Verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgulara göre erken dönem uyum bozucu şemalar ile aldatmaya yönelik eğilim arasındaki ilişkide reddedilmeye yönelik kaygının artış sağlayan bir etmen olduğu görülmektedir.

V.TARTIŞMA VE YORUM

Bu çalışma aldatma eğilimi, affetme eğilimi (kendini affetme, başkalarını affetme, durumu affetme), reddedilme duyarlılığı, öfke tarzları (sürekli öfke, Öfke içe, Öfke dışa ve Öfke kontrol) ve kişilik özellikleri (içe dönüklük-dışa dönüklük, yumuşak başlılık-düşmanlık, sorumluluk-dağınıklık, duygusal denge-duygusal dengesizlik, gelişme açıklık-yeniliğe kapalılık) arasındaki ilişkinin şema modeli (duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar, onay arayıcılık) bağlamında inceleyerek ve ilgili kavramların hangi erken dönem uyum bozucu şemaların varlığından kaynaklandığını ortaya koymaya çalışmaktadır. Araştırmanın bu kısmında ulaşılan bulgular, ilgili literatür kapsamında ele alınmıştır. Bu bağlamda, öncelikle değişkenler ve değişkenlerin alt boyutu, erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişkisi incelenecek; daha sonra, sosyodemografik bilgilere yer verilerek, cinsiyete ve eğitim durumuna göre bulguların karşılaştırılması tartışılacaktır.

A. Erken dönem uyum bozucu şemalar, aldatma eğilimi, Öfke tarzları ve reddedilme duyarlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi

Bu bölümde aldatma eğilimi, öfke tarzları ve reddedilme duyarlılığının erken dönem uyum bozucu şemalar bağlamında karşılaştırılmasına ilişkin bulgular değerlendirilmiştir.

Araştırmadan elde edilen verilere göre erken dönem uyum bozucu şemalar, aldatma eğilimi, öfke tarzları ve reddedilme duyarlılığı arasında pozitif korelasyon vardır. Bu bulgular ışığında değişkenlerin birbirleri ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Bireylerin sahip olduğu erken dönem uyum bozucu şemaları, öfke tarzı alt boyutları (öfke kontrol hariç), reddedilme duyarlılık düzeyleri ve aldatma eğilimleri birbirleri ile ilişkili olarak artmakta veya azalmaktadır. Öfke kontrol alt

boyutu bu bölümde hariç tutulmuştur çünkü öfke kontrolü bahsedilen erken dönem uyum bozucu şemalar, aldatma eğilimi ve reddedilme duyarlılığı ile negatif korelasyon göstermektedir. İlgili alanyazın incelendiğinde araştırma bulgularını destekleyen sonuçlara ulaşılmıştır. Güzel (2016), yakın ilişkilerde aldatma ve affetme eğilimini şema terapi çerçevesinde incelediği bir çalışmada; erken dönem uyum bozucu şemaların aldatma eğilimini ve affetme eğilimini yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Öfke tarzı alt boyutlarından sürekli öfke, Öfke içe ve Öfke dışı boyutlarından herhangi birine veya birkaçına sahip olmanın reddedilme duyarlılığını, aldatmaya yönelik eğilimi arttırabileceği ve tüm bunların kişide bulunan duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, ayrıcalıklık/yetersiz özenetim, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar, onay arayıcılık şemalarına sahip olması ile ilişkili olabileceği bulgusuna varılmıştır. Reddedilme duyarlılığı ve aldatma eğilimi (Ateş, 2023), reddedilme duyarlılığı ve Öfke tarzı (Önürme, 2023), erken dönem uyum bozucu şemalar ve reddedilme duyarlılığı (Bozdoğan, 2023), aldatma eğilimi ve erken dönem uyum bozucu şemalar (Tortamış, 2014), Öfke tarzları ve erken dönem uyum bozucu şemalar (Yıldız, 2023) arasında anlamlı düzeyde pozitif korelasyonun var olduğu bulgusunu belirten çalışmalar bulunmaktadır. Ayrıca araştırmadan elde edilen verilerle yapılan regresyon analizleri doğrultusunda bireyin aldatma tutumunda belirleyici rol olarak yer alan erken dönem uyum bozucu şemalara karşın reddedilme duyarlılığı bu iki değişken arasındaki aracı role sahiptir.

B. Erken dönem uyum bozucu şemalar, aldatma eğilimi ve öfke tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi

Araştırma bulguları doğrultusunda erken dönem uyum bozucu şemalar, aldatma eğilimi ve öfke tarzları arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. Diğer bir yandan erken dönem uyum bozucu şemalar ve aldatma eğiliminin Öfke tarzları alt boyutlarından olan Öfke kontrol ile arasında negatif korelasyon vardır. Erken dönem uyum bozucu şemaların aldatma eğilimini yordadığı regresyon analizleri sonucunda elde edilmiş ve bu iki değişken arasındaki ilişkinin anlamlı pozitif korelasyona sahip olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bilgiler ışığında bireyde

Öfke kontrol edebilme becerisinin yüksek olması ile erken dönem uyum bozucu şemalarının az olması ve aldatma eğiliminin düşük olması sonucuna varılmıştır. Kadın ve erkekler arasında Öfke kontrol düzeyi ile erken dönem uyum bozucu şemaların incelendiği çalışmada iki değişken arasındaki ilişkinin anlamlı bulunması da çalışmayı destekler niteliktedir (Şendağ ve Haspolat 2018). Bu araştırmayı destekleyen bir diğer çalışmayı gerçekleştiren Hoşgör (2013), evli çiftler üzerinde yaptığı çalışmasında aldatma eğilimi ile Öfke kontrol becerisinin birbiri ile negatif bir ilişkisi olduğu bulgusuna varmıştır.

C. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Reddedilme Duyarlılığını Yordaması

Çalışma kapsamında, bulgulara ilişkin sonuçlar değerlendirilip erken dönem uyum bozucu şemaların, reddedilme duyarlılığı üzerindeki yordayıcı rolüne bakıldığında; iç içe geçmişlik/bağımlılık, duyguları bastırma, tehditler karşısında dayanıksızlık, kendini feda ve başarısızlık şemalarının reddedilme duyarlılığı için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Reddedilme duyarlılığı puanlarındaki değişimi en çok açıklayan değişkenin ise duyguları bastırma şeması olduğu tespit edilmiştir.

Literatür kapsamında elde edilen bilgilere göre, erken dönem deneyimlerinde, istek ve arzuları ebeveynleri tarafından reddedilmiş, bakım verenleri duygusal süreçlerine eşlik etmemiş, kabul görmemiş veya reddedilmiş bireylerin, reddedilmeye karşı daha fazla hassasiyet gösterdiği saptanmış (Downey ve Feldman, 1996; McLachan vd., 2010), şemaların ve reddedilme duyarlılığının da yordayıcı rol oynamasının söz konusu olduğu görülmüştür. Romero-Canyas ve Downey, 2005 yılında reddedilme duyarlılığının erken dönem çocukluk süreçleriyle ilgili olduğunu ele aldığı bir çalışmada, bireylerde var olan şemaların davranışsal değişimler veya geri çekilmeler yarattığını, bu sebeple, kişide sosyal kaygı veya reddedilmeye dair korku oluştuğunu öne sürmesi bu çalışmanın bulgularını desteklemektedir.

Bunun yanı sıra, Young ve arkadaşlarına göre (2003), beş şema alanı, erken çocukluk deneyimlerinde yerine getirilmemiş duygusal gereksinimlere karşılık geldiğini öne sürmüştür. Bunlar; ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş özerklik ve performans, zedelenmiş sınırlar, başkalarına yönelimlilik ve aşırı uyanıklık ve aşırı tetikte olmalıdır. Bağlanma modeline göre, erken dönem uyumsuz şemaların ve

reddedilme duyarlılığının çevresel olarak öğrenilen tehditlerden kaynaklandığı varsayılır ve istismarcı veya ihmalkar bir ortamda yetişen çocuklarda sıklıkla karşılaşılan ve öğretilmiş reddedilme beklentisi, bireyin tercihen olumsuz, veya kafa karıştırıcı sosyal ipuçlarına dikkat etmesine ve belirsiz her noktayı reddedilme olarak algılamasına neden olur (Bowlby, 1988; Downey, vd., 2004). Çalışmalarda yer alan bilgilerden hareketle, reddedilme duyarlılığı olan bireylerin erken çocukluk deneyimlerinde pekiştiği, bu sebeple var olan şemalar ile reddedilme hassasiyetine karşın yordayıcı rolün anlamlı olduğu da söylenebilmektedir. Ayrıca, DePaoli ve arkadaşlarının (2017) yaptığı, şemalar ve reddedilme duyarlılığı arasındaki bağlantıyı ilişkilendiren çalışmada, şemaların reddedilme hassasiyetine karşı, teorik çerçevede geçerlilik sağlayarak birbirleri arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur.

Reddedilme duyarlılığı, şemalar açısından ele alınacak olursa, başarısızlık şeması, bireylerin kendilerini diğerlerine göre yetersiz, yeteneksiz, başarısız veya eksik görmesine sebep olması ile başarıya dair umutsuzluğa sebep olmaktadır (Young vd., 2015). Bu durum, kişinin başarıya dair olumsuz inancının getirdiği, başarısızlığı sebebi ile kabul görmeyeceği inancını besler ve reddedilmeye karşı hassasiyetini arttırdığı söylenebilmektedir. Zörer (2015) yaptığı bir çalışmada, reddedilme hassasiyeti ve başarısızlık şeması olan bireylerin, kendilerine dair işlevsiz inançlarını ortaya koymuş, olguların birbirlerini yordadığını saptamıştır. Aynı çalışmada yer alan, dayanıksızlık şemasına sahip bireylerin, karşılaşacakları durumların üstesinden gelemeyeceklerine dair inançları, yetersizlik duygusunu ortaya çıkardığı için reddedilmeye karşı hassasiyetini arttırdığı görülmektedir (Güler, 2020). Bu bilgiler ışığında, duyguları bastırma, iç içe geçme, kendini feda, başarısızlık ve dayanıksızlık şemalarının kökeninde yetersizlik duygusunun varlığı yer almakta ve bu alanlarda daha yüksek puanlar almış bireylerin diğerleri tarafından kabul görmeme, yargılanma ve dışlanma ihtimalleri ile reddedilme hassasiyetlerinde artış görülmektedir. Bu kişiler, başkalarının onayını ve sevgisini kazanabilmek için aşırı fedakâr tutumlar sergileyebilmektedir (McLachan vd., 2010). Bu durum, Zörer'in (2015) de değindiği üzere, kendini feda davranışının reddedilme hassasiyeti üzerinde yordayıcı rol oynadığı görülmüştür. Alanyazında, ilgili konuların ele alındığı çalışmaların yetersizliği olmasına karşın mevcut çalışmaların, bulgulara paralel olduğu görülmüştür.

D. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aldatma Eğilimini Yordaması

Bulgulara ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde, kusurluluk ve sosyal izolasyon/güvensizlik şemalarının, aldatma eğilimi için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Regresyon analizine baktığımızda, aldatma eğilimi puanlarındaki değişimi en fazla açıklayan değişken kusurluluk şemasıdır. Bu bulgular ışığında, kopukluk ve reddedilmişlik şema alanının da aldatma eğilimini yordadığı söylenebilmektedir. McGinn ve Young'a göre (1996), bu bireylerde yoğun olarak var olan sevgiyi sürdürmemeye veya sevgiyi nasıl alacağını bilememeye durumunun olması, sevgiye layık olmadığına inançlara sahip olduğu görülmektedir.

Literatürdeki çalışmalar ele alındığında, kusurluluk şemasına sahip bireyler, değersizlik, yetersizlik gibi duyguları içselleştirmeleri ve sevgiye layık olmadıklarına dair inançları sebebi ile ilişki sırasında partnerleri tarafından terk edileceklerine dair korkuları bulunur (Young ve Klosko, 2011). Kişi kendini yoğun yetersiz ve değersiz hissetmesi ile ilişkide kusurluluk inancı aktive olur. Bu durum, bireyin kendini daha fazla sevdirebileceğine inandığı, beğenildiği ilişkilere doğru yönelmesine ve dolayısıyla aldatma eğilimi içerisinde bulunmasına sebep olabilmektedir. Bu durumda, bireyin partneri tarafından terk edilen kişi olmamak için, terk eden taraf olduğu görülmektedir (Young, 2003). Buna ek olarak, regresyon katsayıları değerlendirildiğinde, aldatma eğilimi ile kadın ve erkekleri yordayan şemalar farklılık göstermektedir.

Şehitoğlu'nun (2021) çalışmasında, erkeklerin aldatma eğilimini yordayan şema boyutunun, yüksek standartlar şeması olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu şeması aktif olan kişiler, hayatlarının pek çok alanında tatmin olamazlar (Young ve Klosko, 2011). Sürekli olarak yüksek standartlara sahip olarak, kendilerini daha çok seven, daha çok ilgilenen ve onu her şekilde memnun edebilecek başka bir seçenek olduğunu düşünürler. Duygusal gereksinimlerinin ilişki içinde oldukları kişiler tarafından asla karşılanamayacağı hissi sonucunda partnerlerinin sürekli olarak sevgiyi ve ilişkinin diğer yönlerini kabul etmede yetersizlikler göstereceğine inanırlar. Bu durum olduğunda, partnerlerinin bu isteklerini her zaman karşılamayarak durumu telafi etmek ve yetersizlik duygusundan

çıkabilmek için başka bir ilişkiye başlamaları beklenmektedir (Young ve Klosko, 2011).

Bu bilgilere ek olarak, araştırma bulgularında sosyal izolasyon şemasının aldatma eğilimi ile ilişkili olduğu görülmektedir. Sosyal izolasyon şeması bulunan bireyler kendisini toplumun ve insanlığın geri kalanından kopmuş hissederek kabul görmeme korkusuna sahiptirler. Bireyler, ilişki sırasında yaşadıkları güven, tartışma veya aldatma gibi durumlar sebebi ile kendini dış dünyadan soyutlar, partner kaybını kendilerini korumak için gerçekleştirdikleri görülür (Young ve Klosko, 2013). Sosyal izolasyon şemasında görülen kişinin sosyal çevreden uzaklaşması ile kendini soyutlaştırması ve aldatma davranışı, bireyin var olan değersizlik, farklı hissetme ve koşulsuz kabul yoksunluğu inancı sebebi ile aldatma eğilimi içerisinde oldukları söylenebilir. Herhangi bir gruba ve topluma ait hissetmeyen bu bireyler, ilişki normlarını kabul etmeyi reddederek aldatma davranışına koşullandığı görülür. Bu sebeple, ilişki içerisinde etkileşimde bulunmayı minimize ederek, ilişki doyumunu düşürücü sonuçlara neler olurlar. Ayrıca, toplumsal aitliği hissedebilmek için, şemanın aşırı telafi davranışı olan buldukları örneklem grubun benimsediği inançlar doğrultusunda hareket ettiği görülür. Eğer bulunduğu çevre, aldatmaya dair bakış açılarının negatif olmadığı ve onaylanması söz konusu ise, aldatma eğilim oranlarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Çiftçi, 2020)

Ayrıca Güler'e (2022) göre, aldatmanın erken dönem uyumsuz şemalar ve duygusal yoksunluk şemalarını içeren bağlanma stili ile anlamlı bir korelasyon olduğu saptanmıştır. Fakat mevcut çalışma bulguları, duygusal yoksunluk şemasının aldatma eğilimini yordadığını göstermemektedir. Araştırmanın bu anlamda alanyazındaki çalışma ile farklılık gösterdiği ve gerçekleştirilmiş diğer araştırmaların birçoğunun da ortak bir noktada buluşmadığı tespit edilmiştir.

E. 6Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Affediciliği Yordaması

Bulgulara ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde, sosyal izolasyon/güvensizlik, başarısızlık ve karamsarlık şemalarının, affedicilik için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Affedicilik puanlarındaki değişimi en iyi açıklayan değişken sosyal izolasyon/güvensizlik şemasıdır. Veri analizinde kullanılan, çoklu regresyon analizine göre, erken dönem

deneyimlerinin oluşturduğu şemaların, bireylerin affetme eğilim düzeylerini yordadığını göstermektedir. Affetmenin pek çok sayıda tanımı ve açıklaması olmasına karşın, affetmenin var olan hataya verilen öfkenin veya kırgınlığın bilişsel, duygusal ve davranışsal tepki düzeyinin azalması sonucu bağışlama olduğu kabul edilmiştir (Strelanand ve Covic, 2006). Affetmekte zorlanan bireylerde hayal kırıklığı, düşmanlık, panik, kin veya Öfke gibi duyguların, bir hatanın ardından suçlu olan kişiye karşı intikam çağrılarının veya uzaklaşma davranışının belirdiği görülmektedir (Worthington ve Wade, 1999). Araştırma kapsamında, affetme eğilimi şema kuramı bağlamında ele alındığında, affetme eğiliminin karamsarlık, duyguları bastırma ve kusurluluk şemalarının bireylerin özerklik, duygusal bütünlük, bağımsızlık ve yaşamsal faaliyetleri sürdürme becerileri bağlamında tutarsızlıkların var olmasına karşın, üç şemanın yakın ilişkilerde affetme eğiliminde anlamlı etkileri mevcuttur (Young, vd., 2009; Güzel, 2016).

Literatür kapsamında yapılmış çalışmalar değerlendirildiğinde, Rafaeli ve arkadaşlarına (2012) göre, gündelik hayatın olumsuzluklarına odaklanan, olumlu yönden bakmayı reddeden karamsarlık şemasına sahip bireylerin affetme davranışları, şema kimyası bağlamında daha fazla olumsuz yaşantıyı koşullamak için affetmeye eğilim gösterdiklerinden bahsedilmektedir. Bireyde, karamsarlık şema alanında var olan nedenselliğin getirdiği affetmeye olan eğilimi pekiştirdiği söylenilmektedir (Çardak, 2013). Çalışma analizleri sonucu ulaşılan, sosyal izolasyon/güvensizlik, başarısızlık ve karamsarlık şemalarının, affedicilik üzerindeki yordayıcı rolüne bakıldığında, karamsarlık şemasının varlığında, affetme eğiliminin alt boyutu olan öz-affediciliğin daha az olduğu görülmüştür.

Güzel'in (2016) erken dönem uyum bozucu şemalar ile affetme eğilimini ele alan çalışmasında, erken dönem uyumsuz şemalar ölçeğinin, Duygusal Yoksunluk, Başarısızlık, Karamsarlık, Sosyal İzolasyon, Güvensizlik, Duyguları Bastırma, Onay Arama, ve Yüksek Standartlar alt boyutları ile affetme eğilimi arasında yüksek düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bulgulardan hareketle, mevcut çalışmada ulaşılan yordayıcı rol bulguları ile paralellik gösterdiği görülmektedir.

F. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Kişilik Özelliklerini Yordaması

Bulgulara ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde, bireyin dışadönük kişilik özelliği göstermesi ile duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemalarına sahip olması yakından ilişkili görünmektedir. Bu durumda bahsi geçen şemalara sahip olma durumunda bireyin daha dışa dönük olabileceği veya dışa dönük bireylerin bahsi geçen şemalara sahip olabileceği düşünülmektedir.

Yumuşakbaşlı kişilik özellikleri gösterme durumunda duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık ve yüksek standartlar şemalarına sahip olmasının ihtimal dahilinde olabileceği görülmüştür. Bunun akabinde bahsi geçen şemalara sahip olan bireylerin yumuşak başlı kişilik özelliği gösterebileceği de görülmüştür.

Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık ile Kendini Feda ($r=.076$, $p<0.01$) değişkenleri arasında düşük düzey pozitif korelasyonlar gözlemlenmiştir. Bu bulgu kendini feda şemasına sahip olan bireylerde yumuşakbaşlı kişilik özelliği olabileceğini vurgularken yumuşak başlı kişilik özelliklerine sahip olan bireylerin kendini feda etmeye daha yatkın olduğunu ifade etmektedir.

Araştırma sonucunda elde edilen verilere göre sorumlu kişilik özelliklerine sahip olan bireylerin duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, ayrıcalıklık/yetersiz özenetim, kendini feda, cezalandırılma ve onay arayıcılık şemalarına sahip olabileceği veya bahsi geçen şemalara sahip olan bireylerin sorumluluk sahibi olabileceği saptanmıştır.

Bulgular değerlendirildiğinde gelişime açık olan bireylerin duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme ve başarısızlık şemalarına sahip olma durumunun daha düşük olasılıkta olduğu saptanmıştır.

Gelişime ve yeniliğe açık olan bireylerde ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemalarının daha düşük yapılanmada olduğu görülmektedir.

Erken dönem uyum bozucu şemalar ve kişilik özelliklerine bakıldığında, şema terapi kapsamında kişide var olan bağlanma biçimi ve mizacın önemli olduğu görülmüştür (Young vd., 2003). Bireyin bakım verenleri tarafından yetiştirilme şekli, bireyin duygularını, olayları değerlendirme şeklini ve davranışlarını etkilemesi ile kişiliğin oluşmasında önemli role sahiptir (Murdock, 2013). Yürütülen araştırmalarda erken dönem uyum bozucu şemaların çeşitli şekillerde kişilik özelliklerinde değişime neden olabildiği bulgularına saptanmıştır (Güler, 2022). Bir başka çalışmada, kişilik özelliklerinin ve alt boyutlarının erken dönem uyum bozucu şemalar ile kişilik özellikleri arasında anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuş ve yordayıcı role sahip olduğu görülmüştür (Çakırca, 2020).

G. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Dışa Dönüklüğü Yordaması

Bulgulara ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde, duyguları bastırma ve başarısızlık şemalarının dışa dönüklük için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, dışa dönüklük puanlarındaki değişimi en çok açıklayan değişkenin duyguları bastırma şeması olduğu tespit edilmiştir. Literatür içerisinde kişiliği ve kişilik özelliklerini tanımlamayı hedefleyen birçok kuram mevcuttur (Burger, 2006). Araştırmacılar, kişiliğin temel boyutlarını ortaya çıkarmayı hedefleyen çalışmalar sonrasında, beş boyutta açıklanacağına kanaat getirmiş ve Beş Faktörlü Kişilik modelini oluşturmuşlardır. Modelde, dışadönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık, nevrozizm ve deneyime açıklık alt boyutları ortaya çıkarılmıştır (McCrae ve Costa, 1987). Dışadönüklük, bireyin enerjisini dış dünyaya daha çok olacak şekilde yönlendirmesi olarak tanımlanabilmektedir (Chauvin, vd., 2007). Dışadönük bireyler, daha girişken ve sosyal olarak karakterize edilmektedir. Ayrıca, dışadönüklük puanı yüksek bireyler, sosyal, enerjik, riski seven ve hayata dair olumlu duyguları daha fazla yaşama eğiliminde olmaktadır (Watson, vd., 1994). Yapılan araştırmalara göre, sessiz, mesafeli ve çekingen olmakla karakterize olan bireylerin dışadönüklük boyutundan düşük puan aldıkları görülmüştür (McCrae ve John, 1992).

Duyguları bastırma şemasına sahip kişilerin incinmişliklerini göstermekte zorlandıkları ve duygularını göz ardı ederken rasyonelliğe aşırı önem verdikleri göz önüne alındığında, bulgular, bireyin kendini korumak için yakınlık, duyarlılık ve sıcaklık gibi duygular yerine hayal kırıklığı, Öfke, düşmanlık ve intikam gibi duyguları yaşantıladığı görülür (Turan Çatık, 2021). Ayrıca, bu grubun rasyonelliği koruyucu bir teknik olarak kullanmasının duygusal bastırma anlamına gelebileceği düşünülmektedir. Buradan hareketle, duyguları bastırma şemasına sahip bireylerin, başa çıkma mekanizması olarak dışa dönük tutumları minimize ederek dış dünyaya karşı kendini koruduğu görülmektedir. Bu durum, bireylerin sosyal ortamlarda içe çekilme, yargılanmamak için fikirlerini ve duygularını kendine saklama davranışları dolayısıyla dışadönük tutumların yoksunluğunda yordayıcı rol olarak yer almaktadır (McCrae ve Costa, 2006; Thimm, 2010, Ekşi, vd., 2020). Bir diğer yordayıcı şema olan başarısızlık şeması ele alındığında, bireylerde görülen temel inancın başarısız bir birey olduğu inancıdır. Kişi başarısızlık ve yetersizlik duygusunun getirdiği, kıyaslama ve içe çekilme sonucu dışa dönük tutumlar sergilenmektedir (Özmen, 2006). Ekşi ve arkadaşlarının (2020) yürüttüğü bir çalışmada, dışadönüklük ile başarısızlık şeması arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buradan hareketle, başarısızlık şemasının hakimiyeti ile kişinin yetersizlik hissi, şema teslim davranışını gerçekleştirerek kendini sabote edici davranışlar ile sosyal çekilme yaşadığı görülür. Özetle hem duyguları bastırma hem de başarısızlık şemalarında görülen kendini sabotaj, bireylerin dışadönük davranışlarda bulunmamasına sebep olmaktadır.

Yapılan bir başka araştırma incelendiğinde, Beş Faktör Kişilik Modelinin dışadönüklük boyutu ile duyguları bastırma ve başarısızlık şemaları arasında, negatif yönlü bir ilişki bulunmuş olup sosyal izolasyon ve duyguları bastırma şemalarının, önemli bir yordayıcısı olduğu belirtilmiştir (Thimm, 2010). Mevcut çalışma bulgularının, literatürde yapılan çalışmalar ile benzerlik gösterdiği görülmüş fakat, erken dönem uyum bozucu şemalar ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi ele alan oldukça az sayıda araştırma bulunmaktadır.

H. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Yumuşakbaşlılığı Yordaması

Bulgulara ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde, duyguları bastırma ve kusurluluk şemasının yumuşakbaşlılık için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, yumuşakbaşlılık puanlarındaki değişimi en çok açıklayan değişkenin duyguları bastırma şeması olduğu tespit edilmiştir. Beş faktörlü kişilik özellikleri modelinde yer alan ve literatürde uyumluluk veya yumuşakbaşlılık adı altında yer verilen bu kişilik alt boyutu, kişinin insani tarafına değinmekte (Costa ve McCrae, 1992) ve sempatiklik, samimiyet, anlayış, değer, güven gibi özelliklerden yüksek puan alınmasına karşılık gelmektedir (Morsünbül, 2014).

Alanyazında yer alan çalışmalara bakıldığında, araştırmada regresyon katsayı bulgularına göre, t-test analizlerinde kişilik ölçeği ele alınmış, yumuşak başlılık alt boyutunun başkaları yönelimlik ve ayrılma şema alanlarını yordadığı saptanmıştır (Ekşi vd., 2020). Yumuşakbaşlılık puanı düşük olan kişilerin davranış kalıplarında benmerkezcilik, çıkarıcılık, şüphencilik ve karamsarlık bulunurken bu kişilerin ilişkilerinde kaba, kindar, acımasız, sinirli, rekabetçi, güvenilmez veya vefasız oldukları görülmektedir. Ayrıca, bu alanda düşük puan alan kişilerin, kişilik özelliklerinden dolayı şüphe içeren duyguları, kuşkucu yanları ve yararsız tutumları nedeniyle çevrelerine karşı anlayışsız tutum içerisinde oldukları araştırmalar tarafından belirtilmektedir (Digman, 1990; Burger, 2006). Bu noktada, duyguları bastırma ve kusurluluk şemaları ele alındığında, her iki şema boyutunda bireyin kusurluluk inancı, özdeğer eksikliği, sevgiye layık olmama, kabul görmeyeceği inancı gibi algıları, kişiyi dış dünyaya ve çevreye daha uyumlu davranmaya yönelttiği görülmektedir. Young ve arkadaşlarına (2003) göre, kusurluluk şemasına sahip bireylerde kendi kusurlarının fark edilmemesi için çaba harcar ve eylemleri kusurlu bulunmamaya yönelik olması sebebi ile fazla empatik, fedakâr, anlayışlı tutum sergilemektedirler. Özetle, yumuşak başlılık alt boyutunda yer alan anlayış ve empati içeren davranışlar sergiledikleri görülmektedir.

Literatürde yer alan çalışmalara bakıldığında, bir çalışmadan elde edilen bulgulara göre yumuşak başlılık ile aşırı tetikte olma ve baskılama şema alanları arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki bulunurken (Ekşi vd., 2020); başka bir

çalışmada korelasyonel analizlerin sonucu erken dönem uyum bozucu şemaların yumuşak başlılık ile negatif ilişkisi olduğunu tespit edilmiştir (Ehsan ve Bahramizadeh, 2011). Aynı çalışmada regresyon analizleri; Güvensizlik, Sosyal İzolasyon, Yüksek Standartlar ve Başarısızlık gibi erken dönem uyumsuz şemaların yumuşak başlılığı yordadığını göstermiştir (Ehsan ve Bahramizadeh, 2011). Buradan hareketle, çalışmalar arası şema bağlamında uyumsuzlukların olduğu, paralellik göstermediği söylenebilmektedir. Mevcut çalışmada yordayıcı rol olarak alınan duyguları bastırma ve kusurluluk şemalarının alanyazında yumuşak başlılık alt boyutu ile değerlendirilmesi sınırlıdır. Gelecek araştırmalar için ele alınması literatüre katkı sağlayacaktır.

İ. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Sorumluluğu Yordaması

Bulgulara ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde, başarısızlık ve içi içe geçmişlik /bağımlılık şemalarının sorumluluk için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Sorumluluk puanlarındaki değişimi en çok açıklayan değişkenin başarısızlık şeması olduğu tespit edilmiştir. Sorumluluk alt boyutundan yüksek puan alan bireylerin günlük yaşamlarında öz disipline sahip oldukları ve genel olarak planlı davrandıkları öngörülmektedir (Morsünbül, 2014). Bu bireyler, olaylar karşısında harekete geçmeden önce etraflıca düşünebilme kapasitesi gösterirler (Neuman ve Wright, 1999). Başka bir deyişle, sorumluluk boyutu, bireyin öz disiplin düzeyini ve kendini ne kadar kontrol edebildiğini değerlendirerek, bireyin kendini kontrol etmesini, amaçlara ulaşmaya istekli olmasını, düzenli, kararlı ve organize davranma eğilimine sahip olmasını sağlamakta ve bu bireyler çalışkan, azimli, hırslı, kontrollü, temkinli, ileri görüşlü, istikrarlı ve ilkeli olarak tanımlanmaktadırlar (Costa ve McCrae, 1995 ; Somer, vd., 2002).

Yapılan bir çalışmanın bulgularından yola çıkarak, Zedelenmiş Otonomi ve Özerklik şema alanı ile sorumluluk alt ölçeği arasında düşük düzeyli pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Çakır, 2007). Araştırmanın regresyon katsayılarının anlamlılığına yönelik sonuçlar değerlendirildiğinde, sorumluluk alt boyutunun, Zedelenmiş Otonomi ve Özerklik şema alanını anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (Thimm, 2010). Buna ek olarak, Beş Faktör Kişilik Modelinde yer alan Sorumluluk kişilik özelliği ile Bağımlılık şeması arasında

negatif bir ilişki olduğu da saptanmıştır (Somer vd., 2002). Bu bilgilerden hareketle, mevcut çalışmamızda yordayıcı rol oynayan başarısızlık şeması ele alındığında, şemanın aşırı telafi davranışı ile koşullanması, bireyin başarısızlıktan korktuğu ve algıladığı yeteneksizliği telafi ederek işkoliklik için çaba harcadıkları görülmektedir (Çiçek ve Aslan, 2020). Sorumluluk boyutunda yer alan, azim, hırs, prensip ve çalışkanlık gibi tutumları benimseyen bu kişiler, yordayıcı etkiyi klinik gözlem ile desteklediği söylenebilir (Çivitçi ve Arıcıoğlu, 2012). Buna ek olarak, yapılan bir diğer çalışma incelendiğinde, Beş Faktör Kişilik Modelinde bulunan Sorumluluk kişilik özelliği ile Bağımlılık şeması arasında negatif bir ilişki olduğu bulunmuş (Somer vd., 2002; Thimm, 2010), ve temel inancı ‘beceriksizim bu sebeple sana ihtiyacım var’ olması ile aşırı telafi davranışını kişiyi kaybetmemek üzere, sorumluluk alt boyutu ile ilişkilendirildiği görülmektedir (Ehsan ve Bahramizadeh, 2011).

Elde edilen bilgiler kapsamında, mevcut çalışma sonuçları, literatür içerisinde var olan araştırma bulgularını destekler niteliktedir.

J. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Duygusal Dengesizliği Yordaması

Bulgulara ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde, karamsarlık, onay arayıcılık, sosyal izolasyon/güvensizlik şemalarının Nörotizm/Nevrotiklik (duygusal dengesizlik) için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiş, buna ek olarak ise duygusal dengesizlik (nevrotiklik) puanlarındaki değişimi en iyi açıklayan değişkenin, karamsarlık şeması olduğu yapılan analizlerin ardından ortaya çıkmıştır. Beş faktör kişilik özellikleri modelinde, dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, deneyime açıklık ve nörotikliğin eş uyumunun çalışıldığı pek çalışma mevcuttur (Bamelis vd., 2014). Nörotizm/Nevrotiklik (duygusal dengesizlik) boyutunun kökenlerinde, kaygı, Öfke, nefret, kin gibi olumsuz duygulara yönelim olduğu görülmüş ve bu boyutta yüksek puan almış kişilerin, diğer bireylere göre stres ile mücadele konusunda zorlandığı, olağan durumlarda olumsuzluklara odaklandığı ve duygusal süreçlerini olaylar karşısında kontrol edemediği görülmektedir (Costa ve McCrae, 1992). Kısaca, nevrotiklik, bir bireyin olumsuz duyguları deneyimlemeye karşı eğilimini temsil etmesiyle bilinmektedir. Bu tanımlamadan yola çıkacak olursak, bireylerin var olan şemalarının bu eğilimi desteklediği düşünülebilir (Ayduk vd., 2003). Ek olarak,

nörotizm yani diğer adıyla nevroitiklik alt boyutundan yüksek puan almış bireylerin, yaşamış olduğu negatif duygularla başa edebilme gücünün zayıf oluşu, kişinin dürtü kontrolünü sağlayamamasına sebep olmasına ve bu bireylerde, dürtüsel davranışların olduğu literatür çalışmaları ile desteklenmekte ve sık karşılaşılmaktadır (Widiger Simonsen, 2005).

Yapılan bir başka çalışma bulgularına göre, duygusal dengesizlik boyutundan yüksek puan almış kişiler, depresif semptomlar, irrasyonel düşünceler, düşük özgüven ve gerginlik hissi ile boğuştukları görülmektedir (Yurdakul, 2019). Buna ek olarak, çalışmaların t-test sonuçlarından yola çıkıldığında kişilik ölçek boyutunun, başkaları odaklı/yönelimlilik şema alanını yordadığı ve anlamlı ilişkisi olduğu öne sürülmüştür (Ayduk vd., 2003; Yurdakul, 2019). Ayrıca, Ekşi ve arkadaşlarının, 2020 yılında, uluslararası kişilik envanteri özellikleri ve erken dönem uyumsuz şemaların yordayıcı rolünü araştırmayı amaçlayarak yaptığı çalışmada pearson korelasyon analizi sonucunda bulgular şu şekildedir: nevroitiklik ve sorumluluk alt boyutları kapsamında, kopukluk, reddedilmişlik, zedelenmiş özerklik, aşırı tetikte olma, başkalarına yönelimlilik gibi şema alanlarında anlamlı bir ilişki bulunmuş; nevroitiklik ve uyumluluk alt boyutları arasında ise zedelenmiş sınırlar şema alanları ile anlamlı ilişkisi olduğu ortaya konulmuştur. Aynı çalışma sonucunda, regresyon analizi ile nevroitiklik (duygusal dengesizlik) alt boyutunun, erken dönem uyum bozucu şema alanlarını yordadığı saptanmıştır (Ekşi, vd., 2020).

Literatür kapsamında yapılan çalışmalar ve mevcut çalışma bulguları ele alındığında, nevroitiklik (Duygusal Dengesizlik) alt boyutunun, karamsarlık, onay arayıcılık ve sosyal izolasyon şemaları üzerinde yordayıcı role sahip olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, çalışma bulgularında nevroitiklik alt boyutundan en çok açıklayan karamsarlık şemasına sahip olan bireylerin kişilik özelliklerinde, her duruma karşı negatif düşünceler ile boğuşma, her şeyin kötü gideceğine dair inanç ve olumsuzlukları kolay benimseme (Güler, 2020) gibi özelliklerinin bulunması sebebi bahsedilen nevroitiklik tanımlamasıyla örtüştüğü söylenebilir.

K. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Gelişime Açıklığı Yordaması

Yapılan analizler sonucu çalışma bulgularına ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde, iç içe geçme/bağımlılık şemasının gelişime açıklığı için

anlamli düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Kişilik özellikleri üzerinde çalışmalar yapan araştırmacıların, uluslararası kişilik envanteri özelliği ölçeğinin ayırıcı ve tanımlayıcı olduğunu destekleyen bulgular öne sürdüğu görölmektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2017). Bu ölçeğin alt boyutları arasında yer alan gelişime açıklık, diğer bir adıyla deneyime açıklık alt boyutu, yeniliklere açık olma, meraklı, geleneksellikten uzak, yaratıcı, geniş bakış açısına sahip ve bağımsız olma ile ilgilidir (McCrae ve Costa, 2006). Bu boyuta sahip bireylerin bir başka özelliğinde ise iç duyarlılıklarının yüksek olduğu belirtilmektedir (Ekşi vd., 2020). Bu bilgilerden hareketle, erken dönem uyum bozucu şemaların gelişime açıklık alt boyutu üzerinde etkisinin olabileceği düşünölmektedir. Buradan hareketle, alanyazında incelenen çalışmalarda gelişime/deneyime açık bireylerin, iç içe geçme şeması ile ilişkili olduğunu destekleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır.

2010 yılında Kapçı ve Hamamcı'nın yürttüğu, örneklemi 241 kız ve 111 erkekten oluşan 352 katılımcı ile yapılan bir çalışmada, toplanan veriler regresyon analizi ile ele alındığında, zedelenmiş sınırlar şema alanında yer alan şemaların gelişime açıklık alt boyutu ile yordayıcı role sahip olduğu görölmektedir. Ayrıca, bu şema alanının gelişime açıklık kişilik boyutunda var olan, psikolojik semptomları yordadığı ve desteklediği saptanmıştır. Young şema Ölçeği'nde sadece duyguları bastırma şemasının algılanan psikolojik semptomlar açısından var olan ilişkide aracı bir rol oynadığı görölmüştür (Ehsan ve Bahramizadeh, 2011). Bu bulgulardan hareketle, kişilik gelişimi sürecinde, kişinin yaşamında çoğu açıdan önemli rol oynayan duygusal yoksunluk şemasının bireylerin gelişim aşamasına ve gelişime açıklık eğiliminde belirleyici bir faktör olduğu söylenebilir. Ele alınan çalışmalarda, gelişime açıklık boyutunun yordayıcı rolü ile duygusal yoksunluğa vurgu yapılmaktadır (Kapçı ve Hamamcı, 2010; Ehsan ve Bahramizadeh, 2011). Ek olarak, kişilik özelliklerinin, gelişime açıklık boyutundan etkilendiği de görölmüştür (Işık, 2021). Özetle, bahsedilen bu çalışmada, bireylerde var olan erken dönem uyum bozucu şemaların, gelişime açıklığı yordadığı görölmektedir (Thimm, 2010). Fakat, mevcut çalışma bulguları sonucunda, iç içe geçme/bağımlılık şemasının daha yüksek puan alarak yordayıcı rol oynadığı bulunurken bahsi geçen Kapçı ve Hamamcı'nın (2010) çalışmasında, duyguları bastırma şemasının yordayıcı etkiye

sahip olduğu vurgulanmıştır. Bu açıdan, mevcut çalışma bulgularının alanyazın ile paralellik göstermediği görülmektedir.

L. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Öfke Tarzlarını Yordaması

Ebeveynlerin bazı aşırı otoriter tutum ve davranışlarının ve görülen ihmal veya istismar gibi yaşam deneyimlerinin erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişkisi olduğuna ve bu durumun kişi için yüklenen anlamlar ve şema aktivasyonu sebebi ile Öfkeyi yansıtma tarzlarında farklılıklara yol açtığı saptanmıştır (Waller vd., 2001; Harris ve Curtin, 2002). Ayrıca, Özmen'e (2016) göre, erken dönem uyum bozucu şemaların Öfke tarzları ve çok boyutlu Öfke ölçeği alt boyutları üzerinde yordayıcı bir etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir.

M. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Sürekli Öfkeyi Yordaması

Bulgulara ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde, onay arayıcılık, karamsarlık, yüksek standartlar ve sosyal izolasyon şemalarının sürekli Öfke için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Bulgular ışığında, sürekli Öfkeyi yordayan aşırı tetikte olma ve baskılama şema alanlarına sahip bireylerde, mutluluğu bastırma, içe çekilme, kendi ifade etmekte zorlanma, seçimlerde kararsızlık hali bulunmakla birlikte katı bir tutum içerisinde olan bireylerin Öfke davranışında erken dönem deneyimlerinde ebeveynleri tarafından ceza odaklı yaklaşıma maruz kalması veya ebeveynin talepleri doğrultusunda hayatlarını sürdürmüş olmasının belirleyici rol olarak yer aldığı görülmektedir (Spielberger, vd., 1995; Erdoğan, 2018). Ayrılma ve Reddedilme şema alanlarının sürekli Öfkeyi yordadığını gösteren çalışmalara göre, bu şema alanında daha yüksek puan almış kişilerde diğerlerine karşı güven ve bağlanma problemlerinin sıklığı daha fazla olduğu görülmüştür (Muris vd., 2004; Özmen, 2006).

Ayrıca literatür kapsamında pek çok çalışmada ebeveyni red veya kabul davranışına göre depresyon düzeyini yordarken Öfke davranışını aracı rol olarak aldığı görülmüş ve böylelikle çalışma bulgularımızın desteklendiği saptanmıştır. Sürekli Öfke içerisinde, bireylerde güvensizlik, sevgi bağından yoksun ilişkiler kurma, utanç duygusunda artış, duygusal yoksunluk veya istismar, taciz izleriyle çok sık karşılaşıldığı da diğer bir önemli nokta olduğu öne sürülmüştür (Akse,

vd., 2004; Erdoğan, 2018). Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Ölçeği ve Young Şema Ölçeği'nin kullanıldığı bir çalışmada, erken dönem uyum bozucu şemalar ile Öfke tarzları arasındaki ilişkiler incelenmiş ve sonuçlarda sürekli Öfke ile zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, kopukluk ve reddedilme şema alanlarının yanı sıra yüksek standartlar şeması arasında da pozitif anlamlı bir ilişki olduğu saptanmış ve çalışma bulgularımızla örtüştüğü görülmüştür (Haspolat ve Şendağ, 2019). Bütün bu bilgilere ek olarak, çalışma bulguları göz önüne alındığında, sürekli Öfke puanlarındaki değişimi en çok açıklayan değişkenin yüksek standartlar şeması olduğu tespit edilmiştir.

N. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların İç Öfkeyi Yordaması

Bulgulara ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde; sosyal izolasyon, duyguları bastırma, onay arama ve karamsarlık şemalarının iç Öfke için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak iç Öfke puanlarındaki değişimi en çok açıklayan değişkenin duyguları bastırma şeması olduğu tespit edilmiştir. Konu ile ilişkili bir çalışmada Öfkenin iç yansıtılması ile zedelenmiş sınırlar şema alanı ve diğerleri yönelimlilik şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Haspolat ve Şendağ, 2019). Mevcut araştırmaların bulguları, örneklem olarak benzerlik gösteren çalışmalarda, Öfkenin iç vurum düzeyinin yüksekliğini duyguları bastırma, güvensizlik ve boyun eğicilik şemaları ile karşılaştırmalı olarak ele alan çalışma sonuçları ile uyumlu olduğu görülmektedir (Starnes ve Peters, 2004). Çalışmanın bulguları ışığında, iç yönelen öfkeyi en çok yordayan şema alanının başkaları yönelimlilik şema alanı olduğunun saptanması ile bu şema alanında mevcut olan şemalara sahip bireylerde, başkaları odaklılık ve diğer bireylerin gereksinimlerini kendi ihtiyaçlarının önünde tutması görülmektedir. Bu durum, bireylerin reddedilmeye karşı hassasiyet içerisinde olması sebebi ile gereksinimlerini görmezden gelmesi ve öfkeyi yansıtmaktan kaçınmasına sebep olmaktadır. Bu bağlamda, kişinin iç yönelen öfkesinin artışı söylenebilmektedir.

Alanyazında yer alan çalışmaların kısıtlı olmasına karşın, ilgili sonuçlar Kapçı ve Hamamcı (2010) bulguları ile örtüşmektedir. Bir diğer şema alanı olan zedelenmiş sınırların da iç yönelen Öfkeyi yordadığı saptanmıştır. Bu bulgu ele alındığında bu şema alanında, bireylerin içsel sınırlarının zayıf olması ve

özdenetimin kaybedilmesine dair korkunun içsel Öfkeyi doğurduğu düşünülmüştür. Öte yandan ihmal edilen ve sevgisiz bir ortamda; mesafeli, katı, empati yoksunu veya duygusal bütünlüğü olmayan ailelerde büyüyen bu bireylerin, ilgili çalışma bulgularında yüksek çıkan şemalardan yola çıkıldığında izole olarak hata, utanç, güvensiz ve terk hisleri ile boğuştukları görülür (Young vd., 2003; Cecero vd., 2004). Bu duygular ile boğuşan bireylerin Öfke hissi içte tutulmaktadır. Erken dönem olumsuz deneyimlerin yarattığı bu içsel Öfkenin kişiye psikolojik veya fiziksel zararlar vermesi de söz konusudur. Camara ve Calvete'in (2012) yürüttüğü bir çalışmada, ilgili şemaların Öfke kontrolü üzerindeki etkisi sebebi ile depresyona neden olabileceği öne sürülmüştür. Sonuç olarak şema alanlarının varlığının bireyin Öfkesini içe yöneltmesine neden olduğu; alanyazında yer alan bulgular ve çalışma sonuçları ile örtüşmektedir. Çalışma bulgularına ek olarak, haklılık ve yetersiz özdenetim şemalarının da içe Öfke değişkeni ile anlamlı ilişkisi olduğu bulgusu da çalışmalar tarafından desteklenmekte, kişide aktif olan şemaların duygusal bütünlüğe zarar vererek yetersizlik hissi ile içe Öfkenin varlığını beslediğinden söz edilmektedir (Erdoğan, 2018; Kapçı ve Hamamcı, 2010; Kula, 2012).

O. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Dışa Öfkeyi Yordaması

Bulgulara ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde, karamsarlık, yüksek standartlar, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, sosyal izolasyon, dış Öfke alt boyutu için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, dışa Öfke puanlarındaki değişimi en çok açıklayan değişkenin karamsarlık şeması olduğu tespit edilmiştir. Alanyazında yer alan çalışmalar da dışa Öfke ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasında anlamlı ilişkilerin mevcudiyetini desteklemektedir. Literatürde yer alan çalışmalar kapsamında Young'a (1991) göre, kopukluk/reddedilmişlik ve zedelenmiş özerklik şema alanlarının, fiziksel şiddet ve ruh sağlığı ilişkisi açısından tam aracı rol oynamaktadır. Bireyin fiziksel şiddet yanlısı davranış kalıplarının, ilgili şemaların oluşmasına zemin hazırlayacağından söz edilmektedir.

Erken çocukluk deneyimlerinde bakım verenleri tarafından fiziksel şiddet, suistimal, ceza, korku, güvensizlik veya kabul görmeme gibi durumlar ile karşılaşan bu bireylerde oluşan şemalar, dış dünyaya karşı tepkili ve agresif

tutumlar içerisinde olmasına sebebiyet verir (McGinn ve Young, 1996). Bu durum ise şemaların beraberinde getirdiği dışa yönelik Öfkenin gelişmesine, güçlenmesine ve beslenmesine neden olmaktadır. Ayrıca, bir başka çalışmaya göre, dışa Öfke ile zedelenmiş otonomi şema alanı ve kopukluk/reddedilme şema alanı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır (Haspolat ve Şendağ, 2019). Özetle, dış Öfke alt boyutu bireylerin erken dönem deneyimlerinde olumsuz koşulların varlığı ile ilişkili olmakla birlikte, analiz bulgularında en yüksek puanı almış karamsarlık şeması ile anlamlı ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Çalışma bulguları, alanyazın ile tutarlılık göstermektedir.

P. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Öfke Kontrolünü Yordaması

Bulgulara ilişkin sonuçları değerlendirdiğimizde, Öfke kontrolünün aşırı tetikte olma ve baskılama şema alanıyla ilişkili olduğu ve karamsarlık şemasının, Öfke kontrolü için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Farklı bir çalışmada da Öfke kontrolü ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (Oktay, 2010). Sonuçlara göre, öfke kontrol ile zedelenmiş sınırlar şema alanı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır (Haspolat ve Şendağ, 2019). İnsanlar öfkelerini kontrol edemediklerinde ve birinin bunu şiddetle ifade ettiğine tanık olduklarında, öfkelerini uygun şekilde düzenleyemezler ve öfkelerini bu şekilde ifade etmeyi öğrenirler (Özmen, 2006). Öfke ile baş edebilmenin en önemli adımının kabul etmek olduğu vurgulanmıştır. Duygularını bastıran veya duygusal yoksunluk şemasına sahip bu bireyler ise duygularını tanımlayamadıkları için öfke kontrolünde zorlanırlar (Erözkan, 2009).

Çakırca'ya (2020) göre, öfke kontrolü ve uyum bozucu şema alt boyutları olan başarısızlık, karamsarlık, duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon, onay arayıcılık, yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırıcılık, kusurluluk ve yüksek standartlar arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür. Ayrılma ve reddedilme şema alanında bulunan sosyal izolasyon, duygusal yoksunluk ve kusurluluk şemalarının öfke kontrolü ile negatif yönde anlamlı şekilde ilişkili olduğu saptanmıştır (Oktay, 2010).

Edinilen bilgilerden yola çıkarak, öfke kontrol düzeyi şemalar ile iç içe geçtiğini ve birbirlerini etkisi altına aldığı söylenebilir. Öfke kontrolü ve erken

dönem uyum bozucu şemalar arasında bulunan anlamlı ilişkilerin, zedelenmiş sınırlar şema alanının ve öfke kontrol arasında bulunan negatif ilişki; bireylerin olumsuz hislere karşı öfke kontrolü, kendilerini koruma mekanizması haline getirdikleri düşünülmektedir.

Q. Cinsiyete Göre Ana Değişkenlerin Tartışılması

1. Cinsiyete Göre Affetme

Araştırmada kullanılan ölçeklerin cinsiyete göre sonuçları incelendiğinde birbirinden farklı sonuçlarla karşılaşılmış fakat anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bulgulara göre Kendini Affetmek alt ölçeği ile cinsiyet arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın olduğu görülmüştür. Ortalamalar karşılaştırıldığında kadınlara kıyasla erkeklerin daha yüksek ortalamaya sahip oldukları açığa çıkmıştır.

Kaleta ve Mroz'un 2018 yılında yürüttükleri çalışmanın örneklemini 19-69 yaş arası 478'i kadın, 148'i erkek olmak üzere 625 katılımcıdan oluşmaktadır. Çalışma bulgularında, erkeklerin kadınlara göre daha yüksek puan alarak genel bağımlılıklarının fazla olduğunu göstermektedir. Bir başka çalışmada ise 166'sı kadın, 234'ü erkek 400 katılımcı yer almaktadır. Bu araştırma, daha yüksek duygusal emek puanına sahip olan erkeklerin affedicilik puanının kadınlara kıyasla daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Çetinkaya ve Şener, 2016).

Ele alınan bu araştırmalara karşı, Taliaferro ve arkadaşlarının 2008 yılında gerçekleştirdiği bir araştırma sonucuna göre, affetme puanları değerlendirildiğinde kadınların affedicilik puanlarının, erkeklerin affedicilik puanlarından istatistiksel olarak daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca aynı çalışmada cinsiyet ve affetme arasındaki ilişkiyi analiz eden 70 farklı çalışma ele alınmış, sonucunda ise affetme eğiliminin kadınlarda erkeklerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bazı araştırmalarda, cinsiyet farklılığının affetme üzerinde etkisi bulunmadığı tespit edilmiştir. Bu noktada kültürel farklılıklar, kişisel mizaçlar ve cinsiyet dinamiklerinin affetme üzerinde oynadığı rol tanımlanabilmektedir (Toussaint ve Webb, 2005). Ayrıca Topbaşoğlu (2016) yaptığı çalışmada,

başkalarını affetme ve kendini affetme puanlarının cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığı bulunmadığına değinmiştir.

Literatür kapsamında birden çok farklı çalışma bulunması ve affetmenin cinsiyete göre farklılıkları görülmesi dolayısıyla araştırmamızın bulguları desteklenmemektedir. Alanyazında bulunan bu farklılıkların, yürütülen araştırmalarda örneklem grubunun sosyodemografik değişiklikleri, yaş gruplarındaki farklılıklar ve cinsiyet dağılımının homojen olmaması açısından değişkenlik gösterme payı olabileceği düşünülmektedir. Fakat yetersiz ve sınırlı çalışma sebebi ile bulguları her açıdan ele alıp değerlendirmek mümkün değildir.

2. Cinsiyete Göre Aldatma Eğilimi

Cinsiyet ile aldatma eğilimi ölçeği kıyaslandığında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Çalışma bulguları değerlendirildiğinde, erkekler kadınlardan daha yüksek ortalamaya sahiptir. Güzel'in (2016), Yakın İlişkilerde Aldatma ve Affetme Eğilimini Şema Modeli perspektifinden incelediği çalışmasının bulgularına göre, aldatma eğiliminin cinsiyete göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmış ve erkeklerin kadınlara göre daha fazla aldatma eğilimi içerisinde olduğunu ortaya koymuştur.

Cinsiyetin evlilik dışı ilişkileri etkileyen önemli bir faktör olduğu düşünülmektedir ki bu da çalışmanın bulgularıyla anlamlı şekilde uyumludur. Bir başka çalışma sonuçlarına göre erkekler kadınlardan daha fazla evlilik dışı ilişki yaşamış olup erkek ve kadın sadakatsizliğini açıklamak için faktörler gösterilmiş ve bu noktada erkeklerde sadakatsizliğin nedenlerinden birinin yenilik arayışı olduğu kanısına varılmıştır (Norment, 1998). Yenilik arayışı, partnere olan ilginin azalması, can sıkıntısı gibi bazı sorunlara yol açıp erkekleri aldatmaya yöneltirken günümüzde kadınların aldatma eğilimindeki artışı, kadınların heyecan araması ve ilişkideki memnuniyetsizliklerini göz ardı etmemeleri olarak anlaşılabilir (Dökmen ve Tokgöz, 2002).

ASAGEM (2006) tarafından gerçekleştirilen "Aile Yapısı Araştırması"na göre boşanmış bireylerde önemli boşanma nedenlerini erkeklerde de kadınlarda da aldatma sonucu olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca alanyazında yer alan cinsiyet ve şemaları aldatma eğilimi açısından ele alınan araştırmalara göre, erkeklerde

aldatma eğiliminin erken dönem uyum bozucu şemalar ile komborditesinin daha fazla olduğu görülmüştür (Güzel, 2016).

Literatürde cinsiyetin aldatma eğilimini yordaması üzerine birçok çalışma mevcuttur. Aldatma eğiliminin cinsiyete göre farklılık göstermediği (Duran, 2022; Çavuşoğlu 2011) veya kadınların aldatmaya daha fazla eğilimli olduğu (Yılmaz, 2016; Seyfi 2017) sonucuna ulaşan çalışmalara ek olarak ilgili alanyazında aksi yönde erkeklerin aldatma eğiliminin daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşan oldukça fazla çalışma mevcuttur. Örneğin; Özcan (2014) 42 kadın ve 42 erkek katılımcıyla, Yonar (2022) 154 kadın ve 148 erkek katılımcıyla, Endirlik (2021) 112 kadın ve 91 erkek katılımcıyla ve Şatiroğlu (2012) 124 kadın 133 erkek katılımcıyla yaptıkları romantik ilişkide aldatma eğilimini araştırdıkları çalışmalarında erkek katılımcıların aldatma eğiliminin kadın katılımcılara oranla daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Evli çiftler arasında da aldatma eğilimi ve cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık olduğunu ve erkeklerin kadınlara oranla aldatmaya daha eğilimli olduklarını gösteren çok sayıda çalışma bulunmaktadır (Gezer, 2022; Ergün 2022; Dursun, 2016).

Mevcut çalışmamızın bulguları ve literatür değerlendirildiğinde, erkeklerin aldatma eğiliminin kadınlara göre daha fazla olduğu sonucu geçmiş çalışmalar ile uyum göstermektedir. Bu kapsamda, cinsiyetin aldatma eğilimi için belirleyici bir faktör olabileceği düşünülmektedir.

3. Cinsiyete Göre Öfke Tarzları ve Sürekli Öfke

Araştırmaya katılan katılımcılar ile sürekli öfke, dışa öfke, içe öfke ve kontrollü öfke karşılaştırması için yapılan çalışmanın sonuçları göz önüne alındığında; cinsiyet ile Öfke tarzları ölçeği karşılaştırıldığında, dışa Öfke ve Öfke kontrolü ile cinsiyet arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Ortalamalar karşılaştırıldığında erkeklerin kadınlara nazaran daha yüksek bir orana sahip olduğu saptanmıştır. Bu bilgiler ışığında, erkeklerin kadınlara göre, Öfkesini kontrol etmekte daha zorlandığı ve hem içsel hem dışsal olarak Öfkeyi yansıttığı söylenilmektedir.

Barber vd., (2005), yaptığı bir çalışmada, Öfkeyi ya içe ya da dışa yansıtan kişilerin Öfke kontrolünde güçlük çektiğini ortaya çıkarmıştır. Bir başka çalışmada ise Güvendi ve Keskin'in (2020) yaptıkları araştırmada, cinsiyete göre

Öfke alt boyutunda anlamlı derecede farklılık gösterdiği saptanmış, bireylerde Öfkenin alt boyutlarının belirleyicilerine değinilmiştir. Mevcut çalışmanın bulguları literatür bağlamında değerlendirildiğinde, erkeklerin Öfke duygusunu dolaysız bir biçimde aktarmalarına karşın kadınların dolaylı olarak gösterdiğini ve kadınların kontrol altına alınmış Öfke puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu söylenebilmektedir (Lerner, 2007). Buna ek olarak, içe ve dışa Öfke düzeyinin artmasının Öfke kontrol davranışını azalttığı söylenebilmektedir. Bu bulgular 2004 yılında Starner ve Peters tarafından yapılan çalışma ile uyumludur. Soysal vd.'nin (2009) çalışması incelendiğinde ise sürekli Öfke puanının erkeklerde, kadınlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiş, kadınlarda içe yönelik Öfke puanlarının ise diğer Öfke tarzlarına göre daha yüksek olduğundan bahsedilmiştir.

Bütün bunlara ek olarak Öfke tarzları kapsamında cinsiyetin göz önüne alındığı araştırmalarda, Öfkenin yansıtılma şekline karşı tutarsız bir rol oynadığı görülmüştür. Bu sebeple, Öfkenin yansıtılış şekli pek çok değişkene göre değişeceği (toplumsal, bireysel, mizaç, yetiştirme farklılıkları) için çalışmada cinsiyet rolü bu bağlamda değerlendirilmeye alınmamıştır. Sonuç olarak, çalışma bulgularının ve literatür ile örtüştüğü ve cinsiyetin, Öfke türleri üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu ortaya çıkmıştır.

4. Cinsiyete Göre Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar

Cinsiyet ile Young Şema Ölçeği arasındaki ilişki incelendiğinde anlamlı ilişkilere rastlanmıştır. Sonuçlara göre Cinsiyet ile Duygusal Yoksunluk, Kusurluluk, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Duyguları Bastırma, Cezalandırıcılık ve Yüksek Standartlar arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve erkeklerin kadınlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Ayrıca, cinsiyet ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkinin ele alındığı araştırma bulguları, erkeklerin kopukluk ve diğerleri yönelimlilik şema alanındaki düzeylerin, kadınların kopukluk ve diğerleri yönelimlilik düzeylerine göre daha anlamlı olacak şekilde yüksek olduğu görülmüştür (Yiğit ve Çelik, 2016).

Literatür kapsamında Güler ve Tuncay'ın 2021 yılında yaptığı bir çalışma kapsamında, cinsiyete göre kopukluk şema alanında yer alan alt boyutlar,

cinsiyete göre farklılaştığını belirtmiş ve kadınların şema alt boyutlarında, erkeklerden daha yüksek puan aldığını ortaya koymuşlardır. Bu çalışmanın sonucundan farklı olarak bir başka araştırma sonucunda, duyguları bastırma, yüksek standartlar, kusurluluk şema alt boyutlarının erkeklerde kadınlara nazaran daha yüksek olduğu bulunmuştur (Çakırca, 2020).

Özgül ve arkadaşlarının (2019) yürüttüğü bir araştırmanın bulgularına göre, erkeklerin kontrolsüzlüğe olan tahammülü kadınlara göre daha düşüktür. Bulgulara göre endişe ve kaygının artması kontrol duygusunu azaltmakta ve yetersiz özdenetim şemasını aktive etmektedir. Bu bulgulara göre, bu kişiler duygularının kabul edilmeyeceğini, hoşla gitmeyen duyguların zayıflık olarak görüldüğünü, kendilerini ifade edemediklerini ve kötü duygulara sahip oldukları için kendilerini suçladıklarını düşünmektedir. Bu sebeple bireylerde karamsarlık, duyguları bastırma, başarısızlık, sosyal izolasyon, kusurluluk ve yetersiz özdenetim şemalarının aktive olduğu görülmektedir.

Özetle, pek çok araştırma erkeklerin bazı şema alanlarında daha yüksek puan aldıklarını gösteriyor olsa da tam tersi çalışmalar da mevcuttur. Araştırma bulguları, literatürü desteklediği ve katkı sağladığı düşünülmektedir. Fakat araştırma sınırlılıkları arasında yer alan, Young Şema ölçeğinin bir öz bildirim değerlendirmesi olması sebebi ile ölçüme dair olabilecek sorunlar göz önüne alınmalıdır.

5. Cinsiyete Göre Kişilik Özellikleri

Cinsiyet ile Uluslararası Kişilik Envanterinin alt boyutları değerlendirildiğinde anlamlı düzeyde pozitif ilişkilere rastlanmıştır. Sonuçlara göre, Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık, Sorumluluk-Dağınıklılık ve Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve kadınların daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık alt ölçeği ile cinsiyet arasındaki ilişkiye bakıldığında ise anlamlı bir ilişkiden ve kadınların daha yüksek bir ortalamaya sahip olduklarından söz edilebilmektedir.

Benzer bir çalışmada yapılan analizlere göre, alt boyut olan duygusal denge ve uyumluluk alt ölçeklerinin, cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterdiği saptanmış, bu bilgilerden yola çıkarak kadınlar uyumluluk özellikleri açısından

karşı cinsten daha yüksek bir ortalamaya; sahipken erkekler ise duygusal denge özelliği açısından kadınlardan daha yüksek bir ortalamaya sahip olmaktadır (Polatçı ve Tınaz, 2021).

Aliyev (2008) yapmış olduğu çalışmada; kişilik özellikleri ile cinsiyet arasındaki ilişkiye bakıldığında, dışadönüklük ve gelişime açıklık alt boyutlarının kadınlarda erkeklere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca, nevroitiklik alt boyut puanları kadınlarda erkeklerden daha anlamlı şekilde yüksek olduğu çalışmalar arasında mevcuttur (Tatlıhoğlu, 2014; Işık, 2021). Bu bilgilerden yola çıkarak kadın ve erkekler arasında, cinsiyetin kişilik alt boyutları açısından belirleyici olduğu ve araştırma bulguları kapsamında alt boyutlar ile ilişkiler incelendiğinde yukarıda belirtildiği üzere, kadınların erkeklere göre daha yüksek ortalamalara sahip olması ve mevcut literatürde yer alan araştırmalar destekler nitelikte olsa da kadın ve erkek sayılarının eşit olmaması, örnekleme etkileyen faktörleri düşündürmektedir.

6. Cinsiyete Göre Reddedilme Duyarlılığı

Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği alınan puanlar cinsiyet grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark olmadığı saptanmıştır.

R. Eğitim Durumuna Göre Ana Değişkenlerin Tartışılması

1. Eğitim Durumuna Göre Öfke Tarzları

Ölçeklerin eğitim durumuna göre sonuçları incelendiğinde birbirinden farklı sonuçlarla karşılaşmıştır. Sonuçlara göre, Öfke kontrol alt ölçeği ile yüksek lisans ve üzeri mezunu olan bireylerin aldığı puanların lise mezunu olan bireylere göre kıyaslandığında anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği alt boyutları eğitim durumu değişkenine bakıldığında sürekli Öfke, Öfke içe vurumu ve Öfke dışa vurumunun ortaya çıkmasında anlamlı farklılıklar vardır. Bu bağlamda, ailesel boyut ile ele alındığında babanın eğitim düzeyi yükseldikçe bireyin Öfkeyi içe vurumunda da bir yükselişten bahsedilmektedir (Özmen, 2006). Sürekli Öfke ve Öfkeyi dışa vurumunda üniversite eğitimi sırasında bir yükseliş meydana geldiğinden bahsedilirken mezun olduktan sonra düşüş ve yüksek lisans sırasında yeniden bir yükselişin yaşanması görülmektedir (Oktay, 2010). Bu bulgudan yola çıkarak

eđitim dűzeyinin yűkselmesi, çocuklarına yeteri kadar zaman ayıramama neden olmakla birlikte çocukların öfkeyi ie yansıtmasında yűkseliř olduđu sűylenebilir.

Cihan ve Baykan (2018) yűrűttűđű çalıřmada, bireylerin eđitim seviyeleri ve kontrol altına almıř öfke alt boyutu arasında anlamlı bir sayısal farklılıđın olmadığı belirtmiřtir. Fakat, aynı çalıřmada sűrekli öfke, ie vurulan öfke ve dıřa vurulan öfke alt boyutları ile eđitim seviyeleri arasında istatiksels açıdan anlamlı bir farklılık mevcuttur. Ek olarak, bireylerde eđitim seviyelerinin dűzeyi arttıka öfke ifade tarzlarına dair farkındalık geliřtirdikleri, ancak bu kanının bařka arařtırmalara konu olarak deđerlendirilmesinin daha uygun olabileceđi dűřűnűlmektedir. Yapılan alanyazın deđerlendirmesi ve mevcut çalıřma bulgularından yola çıkılması sonucunda eđitim dűzeyi arttıka, öfke kontrol dűzeyinin arttıđı; eđitim dűzeyi azaldıkça ise öfke ifade tarzlarının daha baskın ortaya çıktıđı saptanmıřtır.

2. Eđitim Durumuna Erken Dűnem Uyum Bozucu řemalar

Young řema leđi ve eđitim durumu karřılařtırıldıđında birbirinden farklı sonuçlar ile karřılařılmıřtır. Sonuçlara gűre, Duygusal Yoksunluk řemasında, ortaokul mezunu olanların aldıđı puanların yűksek lisans ve űzeri mezunu olan bireylere gűre anlamlı dűzeyde daha yűksek olduđu tespit edilmiřtir. Ayrıca, Tehditler Karřısında Dayanıksızlık ile eđitim durumunu gűre kıyasladıđımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiřtir. Bulgulara gűre, lise mezunu olanların aldıđı puanların yűksek lisans ve űzeri mezunu olanlara gűre kıyaslandıđında anlamlı dűzeyde daha yűksek puana sahip olduđu tespit edilmiřtir.

Yetersiz zdenetim ve cezalandırıcılık řemaları eđitim dűzeyine gűre deđerlendirildiđinde bulgular arasında anlamlı bir farklılıđın mevcut olduđu tespit edilmiřtir. Kılınç ve arkadaşlarının (2018) ele aldıđı bir arařtırmaya dayanarak çocukluk ađı uyumsuz řemalar ile bireyin annesinin eđitim seviyesi arasında anlamlı farklılıklar bulunmuřtur. Erken dűnem uyum bozucu řema alt boyutlarından yűksek puan alan bireylerin annelerinin ortaokul, ilkokul ya da okur-yazar olmayan anneler olduđu tespit edilmiřtir. Üniversite veya daha űstű eđitim dűzeyine sahip annelerin çocuklarının, řema alt boyut puanlarının daha

düşük olduğu görülmüştür. Bu çalışmada, annenin eğitim düzeyi arttıkça bireyin uyumsuz şema alt boyutlarından elde ettikleri puan düşüş göstermektedir. Benzer şekilde Altun'un (2019) erken dönem uyumsuz şemalar ile eğitim düzeyi arasındaki ilişkiye yönelik çalışmasında da güçlü sonuçlara ulaşılmıştır. Eğitim düzeyini ortaokul, lise ve üniversite olarak ikiye ayıran araştırmaya göre, kusurluluk şeması en çok lise mezunlarında görülürken yüksek standartlar şeması en çok ortaokul mezunlarında görülmektedir. Diğer şemalar ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki gözlemlenmese de sonuçlar eğitim düzeyi düştükçe anlamlı bir ilişkiye sahip şemaların fark edilme olasılığının arttığını ortaya koymaktadır. Bütün bunlara ek olarak, zedelenmiş sınırlar şema alanının, eğitim düzeyi ile ilişkisi bulunmadığı çalışmalar tarafından ortaya çıkmıştır (Güler ve Tuncay, 2021). Özetle, bireylerin hem kendi hem de ailesinin eğitim durumunun, erken dönem uyum bozucu şemaların oluşumunda rol oynadığı söylenebilmektedir. Araştırma bulguları, literatürle paralellik göstermektedir.

3. Eğitim Durumuna Kişilik Özellikleri

Uluslararası Kişilik Envanterinin Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik alt boyutu tarafından elde edilen puanlar eğitim durumuna göre kıyaslandığında ortalamalar arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Bu sonuca göre eğitim seviyesi düştükçe bireyin duygusal açıdan dengesizliğinin artacağı görülmektedir. Duygusal olarak dengesizliğin kavramsal olarak ifadesi nörotizmdir. Nörotizm, kaygı, güvensizlik, depresyon ve Öfke gibi olumsuz duyguları içermektedir. Nörotik kişiliğe yatkın olan bireylerde, bu olumsuz duygulara eğilim daha fazla gözlenmektedir. Bunun tam tersi olarak, duygusal olarak dengeli bireyler daha sakin olmaya eğilimlidir (ChamorroPremuzic, 2007; Çivitci ve Arıcıoğlu, 2012). Kısacası nörotizm, duygusal dengesizlik anlamına gelmektedir (Goldberg, 1990).

Alanyazında yer alan bazı çalışmalarda da duygusal dengesizliği işaret eden depresyon ve kaygı ile eğitim seviyesi arasında anlamlı ilişkilere rastlanmıştır. Buna göre, düşük eğitim seviyesi depresyon ve kaygıyı artırırken yüksek eğitim düzeyinin bireyleri yaşam boyu biriken depresyon ve anksiyeteden koruduğu görülebilmektedir (Bjelland ve diğerleri, 2008). Beş faktör kişilik özellikleri açısından eğitim düzeyi incelendiğinde, deneyime açıklık boyutunun derecelendirilmesi ile lisansüstü eğitim düzeyi ile araştırmaya katılanlar arasında

önemli bir ilişki olduğu ortaya çıkmış ve bu sonuç literatür tarafından da desteklenmiştir. Ayrıca, deneyime açık kişilik özelliğine sahip kişilerin, kendilerini geliştirmek için yüksek öğrenime devam etme olasılıkları daha yüksek olabilmektedir.

Acar'ın (1998) yapmış olduğu çalışma değerlendirildiğinde, uluslararası kişilik envanteri kişilik özellikleri ile eğitim durumu arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. Deneyime açıklık özelliği, insanlara birçok kural ve sınır karşısında esneklik sağlar. Yüksek düzeyde deneyime açıklık sergileyen bireyler; geleneksel, sıradan, basit ve alışılmış olanı es geçerek gelişim ve ilerleme odaklı, deneyimin birçok alanına imkân verecek şekilde davranabilecek esnekliğe sahiptir (Somer, vd., 2002). Johnson ve Ostendorf (1993) gelişime açıklık kişilik boyutunu ilgi alanları geniş, meraklı, kültürlü, yenilikçi gibi sıfatlarla betimlemiştir. Bu bilgiler ışığında bulguların literatürle paralellik gösterdiğini söylemek mümkündür.

4. Eğitim Durumuna Göre Reddedilme Duyarlılığı

Reddedilme Duyarlılığı Ölçeğinden alınan puanlar eğitim durumu üzerinden değerlendirildiğinde bulgular arasında anlamı düzeyde bir farkın olmadığı saptanmıştır. Kişilerarası reddedilme duyarlılığı; reddedilme korkusu, başkalarının davranışlarının yanlış yorumlanması, yetersizlik duyguları, tehlikeli davranışlar ve kişilerarası ortamlardan kaçınma ile özetlenebilir. Çocukluk dönemindeki ebeveynin reddedici davranışları ile reddedilme duyarlılığı arasındaki bağlantı çeşitli araştırmalarda araştırılmış ve reddedilme duyarlılığı fikrinin çocukluk dönemindeki reddedilmeden kaynaklandığı tespit edilmiştir (Erözkan, 2004). Reddedilmeye duyarlı kişiler, kişilerarası yeteneklerine olan güven eksikliği ve reddedilme korkusunun bir sonucu olarak ilişkilerini sınırlı etkileşim ve anlaşmazlıktan kaçınmaya bağlar ve bu nedenle ilişkilerini sınırlayıcı olarak algırlar (Boyce ve Parker, 1989; Erözkan, 2004b).

Varlı (2022) reddedilme duyarlılığı ve duygu düzenleme becerilerini ele aldığı çalışmada, bireylerin eğitim durumunu da reddedilme duyarlılık düzeylerinin bir yordayıcısı olarak incelemiş ve bahsedilen çalışmada yalnız lisans ve lisansüstü düzeyde eğitimlerine devam eden kişilerden veriler toplamıştır. Regresyon analizine göre, lisans öğrencilerinin duygu yönetimi

becerileri, öz-destek ve hoşgörü değişkenlerindeki değişimler tarafından olumlu, reddedilme duyarlılığı tarafından olumsuz olarak yordanmıştır. Buradan hareketle, reddedilme duyarlılığı negatif bir yordayıcı olup bireylerin iyimserlik düzeylerini düşürdüğü söylenebilmektedir (Bozkuş ve Araz, 2015). Bu durum ise, bireyin eğitim ve entelektüel birikiminin yetersizliği sonucu baş etme mekanizmalarının gelişmemesinden kaynaklanmaktadır. Ayrıca, reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireylerin, aile eğitim düzeylerinin ilkokul, ortaokul ve lise puanlarının nispeten daha yüksek olduğu görülmüştür (Horney, 2007). Önemli düzeyde reddedilme duyarlılığı olan bireylerin, düşük reddedilme duyarlılığı olanlara göre lisans ve lisansüstü seviyelerinde eğitim düzeyine sahip olmadığı, ailesinin eğitim düzeyinin düşük olduğu, eşlerine karşı daha saldırgan ve soğuk davrandıkları bildirilmiştir (Downey ve Feldman, 1996).

Bütün bunlara ek olarak, alanyazında eğitim düzeyini ve reddedilme duyarlılığını ele alan sınırlı çalışma olduğu belirtilmelidir. Bu sınırlılığa rağmen araştırma bulguları sonucunda eğitim düzeyi ve reddedilme duyarlılığı arasında anlamlı bir rol olmadığını saptanmıştır. Literatürde yer alan çalışmalar, bu bulguyu destekler nitelikte olsa da eğitim düzeyinin etkisini vurgulamamaktadır. Özetleyecek olursak, reddedilme duyarlılığının ailenin davranışları sebebi ile oluştuğunu ve bu davranışların ancak bilinçli bir ebeveyn haline gelmesi ile sonlandırabileceğini, bilinçli olabilmek adına da eğitim düzeyinin gelişmesi gerektiği düşünülmektedir. Bu sebeple birbiri ile anlamlı olmasa da ilişkili olduğu söylenebilmektedir.

5. Eğitim Durumuna Göre Heartland Affetme Eğilimi

Heartland Affetme Ölçeği, Kendini Affetmek, Başkalarını Affetmek, Durumu Affetmek alt boyutundan alınan puanlar eğitim durumu grupları açısından incelendiğinde, gruplar arası fark olmadığı saptanmıştır.

6. Eğitim Durumuna Göre Aldatma Eğilimi

Aldatma Eğilimi Ölçeği eğitim durumu değişkenini üzerinden kıyaslandığında ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın olmadığı saptanmıştır.

VI.SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma, aldatma eğilimi, affetme eğilimi, reddedilme duyarlılığı, Öfke tarzları ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin şema modeli bağlamında incelenmesini içermekte ve ilgili kavramların hangi erken dönem uyum bozucu şemaların varlığından kaynaklandığını ortaya koymaktadır. Çalışma bulgularına göre, erken dönem uyum bozucu şemaların ilgili değişkenler ve değişkenlerin alt boyutları üzerinde anlamlı yordayıcı role sahip olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda, araştırmada elde edilen sonuçlar sosyodemografik bilgilere yer verilerek cinsiyete ve eğitim durumuna göre çalışmada var olan değişkenlerin şema ile ilişkileri karşılaştırılmıştır.

Araştırma bulgularına göre, reddedilme duyarlılığı puanlarındaki değişimi en çok açıklayan değişkenin ise duyguları bastırma şeması olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, erken dönem uyum bozucu şemaların reddedilme duyarlılığı üzerindeki yordayıcı rolüne bakıldığında; iç içe geçme/bağımlılık, duyguları bastırma, tehditler karşısında dayanıksızlık, kendini feda ve başarısızlık şemalarının reddedilme duyarlılığı için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Regresyon analizinde baktığımızda, aldatma eğilimi puanlarındaki değişimi en çok açıklayan değişkenin kusurluluk şeması olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular ışığında, kopukluk ve reddedilmişlik şema alanının da aldatma eğilimini yordadığı söylenilmektedir. Ayrıca, affedicilik ile en fazla ilişkili değişkeninin sosyal izolasyon şeması olduğu tespit edilmiştir. Veri analizine göre erken dönem deneyimlerinin oluşturduğu şemaların, bireylerin affetme eğilim düzeylerini yordadığını göstermektedir. Araştırmanın bir diğer değişkeni olanı Öfkeye bakıldığında, erken dönem uyum bozucu şemalar ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Alt boyutlardan olan, Öfke kontrolünün aşırı tetikte olma ve baskılama şema alanıyla ilişkili ve karamsarlık şemasının, Öfke kontrolü için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Dışa Öfke puanlarındaki değişimi en çok açıklayan değişken ise karamsarlık şeması olmasına karşın, içe Öfkeyi en çok açıklayan değişken ise duyguları bastırma şeması olduğu tespit

edilmiştir. Ek olarak, Uluslararası Kişilik Envanteri cinsiyet bağlamında değerlendirildiğinde anlamlı düzeyde pozitif ilişkilere rastlanmıştır. Sonuçlara göre, Yumuşakbaşlılık-Düşmanlık, Sorumluluk-Dağınıklılık ve Duygusal Denge-Duygusal Dengesizlik arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve kadınların daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Gelişime Açıklık-Yeniliğe Kapalılık alt ölçeği ile cinsiyet arasındaki ilişkiye bakıldığında ise anlamlı bir ilişkiden ve kadınların daha yüksek bir ortalamaya sahip olduklarından söz edilebilmektedir.

Çalışmada elde edilen bulgular, alanyazında yer alan araştırmalar ile tutarlılık göstermekte, ancak şema modlarının ve başa çıkma biçimlerinin çalışmada kullanılan mevcut değişkenler ve şema aktivasyon düzeyi ile ilişkisi sınırlılıklar arasında bulunmakta ve gelecek araştırmaların bu noktaya değinmesi literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Buna ek olarak çalışmada elde edilen bulgular değişkenler arasında bulunan kişilik özelliklerinin erken dönem uyum bozucu şemalar ile ilişkili olduğunu ve erken dönem uyum bozucu şemaların bireyler üzerinde bazı kişilik özelliklerini ortaya çıkarabileceğini öne sürse de alanyazına katkı sağlamak için boylamsal çalışmalara yer verilmesi önerilmektedir. Çalışmada yer alan örneklem grubunda kadın ve erkek sayısının eşitsizliği, sosyodemografik verilerin cinsiyet boyutunda yanıltıcı olma ihtimali göz önünde bulundurulmalıdır. Çalışmanın gelecekteki araştırmalara ışık tutacağı ve ilgili literatürü desteklediği düşünülmektedir. Bu noktada çalışma birçok güçlü yön barındırmaktadır. Alanyazında bulunan ilgili araştırmalarının birçoğunun sunulması elde edilen bulguların desteklenmesi, araştırmalar arasındaki ilişkinin kuvvetli bir şekilde kurulması ve sonuçların anlamlı çıkması örnek gösterilebilmektedir. Bununla birlikte çalışmadan elde edilen bulgularla paralellik gösteren çalışmalarda kullanılan veri toplama araçlarının da bu çalışmada kullanılan ölçeklerle aynı olmasına özen gösterilmiş ve bulguların sağlıklı karşılaştırılması amaçlanmıştır. Son olarak, şema modları ve başa çıkma stratejileri çalışma kapsamında ele alınan değişkenler ile değerlendirildiğinde, şema aktivasyon düzeyinin belirsizliği sınırlılıklar arasında bulunması sebebi ile gelecek araştırmalarda konu edinilmesi önerilmektedir.

VII. KAYNAKÇA

KİTAPLAR

- ADAMS, J. F. (1995). **Ergenliği Anlamak**, ev. A. Dönmez, Ankara, İmge Kitabevi.
- AINSWORTH, M., BLEHAR, M., WATERS, E., & WALL, S. (1978). **Patterns of Attachment: A Psychological Study of The Strange Situation**, Hillsdale, Nj: Erlbaum.
- AMERİKAN PSİKİYATRİ BİRLİĞİ. (2013). **Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı**, ev. E. Köroğlu, Ankara, Hekimler Yayın Birliği, 5. Baskı.
- ARNTZ, A. & JACOB, G. (2013). **Schema Therapy In Practice: An Introductory Guide to the Schema Mode Approach**, West Sussex, UK, Wiley-Blackwell.
- ARNTZ, A. ve VAN GENDEREN, H. (2009). **Sınır Kişilik Bozukluğu için Şema Terapi**, ev. M. Şaşıoğlu ve S. Kohen, İstanbul: Psikonet Yayınları, 2. Baskı.
- ATKINSON, R. L., ATKINSON, R. C., SMITH, E. E., BEM, D. J., HOEKSEMA, S. (1999). **Psikolojiye Giriş**, ev. A. Yavuz, İstanbul, Arkadaş Yayınları.
- BECK, A. T. ve ALFORD, B. A. (2009). **Depression: Causes and Treatment**, Philadelphia, University of Pennsylvania Press.
- BECK, A. T. ve WEISHAAR, M. (1989). **Cognitive Therapy. Comprehensive Handbook of Cognitive Therapy**, Springer, Boston, MA.
- BEHARY, W.T. ve DIECKMANN, E. (2011). **Schema Therapy for Narcissism: In The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder**, Ed. W.K. Campbell ve J.D. Miller, <https://doi.org/10.1002/9781118093108.Ch40>

- BERENS, L. V. ve NARDÍ, D. (1999). **Sixteen Personality Types: Descriptions for Self-Discovery**, California, Telos Publications.
- BERNSTEIN, D.P., RAFAELI, E., YOUNG, J.E. (2013). **Şema Terapi: Ayırıcı Özellikler**, Çev. M.Şaşıoğlu, İstanbul Psikonet yayınları, 2. Basım.
- BORKOVEC, T. D., WEERTS, T. C., BERNSTEIN, D. A., (1977). **Assessment of Anxiety. Handbook of Behavioral Assessment**, Ed. En Ciminero, A. R., Calhon, K. S. Adams, H. E. Wiley, New York, 2. Basım.
- BOWLBY, J. (1973). **Attachment and Loss: Separation, Anxiety and Anger**, New York, Perseus Books Group, 2. Baskı.
- BOWLBY, J. (1988). **A Secure Base**, London, Routledge, Basic Books..
- BRICKER, D. C., Young, J. E. (2012). “A Client’s Guide to Schema Therapy”.
<http://davidbricker.com/clientsguideSchemaTherapy.pdf>
- BUDAK, S. (2000). **Psikoloji Sözlüğü**, Ankara, Bilim ve Sanat Yayınları.
- BURGER, J. M. (2006). **Kişilik**, Çev. İ. D. Erguvan-Sarıoğlu, İstanbul, Kaknüs Yayınları.
- BURGER, J. M. (2006). **Kişilik: Psikoloji Biliminin İnsan Doğasına Dair Söyledikleri**, Çev. İ.D. Ergüvansarıoğlu, İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- BUSS, D. M. (1994). **The Evolution of Desire: Strategies of Human Mating**. New York, BasicBooks.
- CHAMORRO-PREMUZIC, T. (2007). **Personality and Individual Differences**, Oxford, Wiley Blackwell.
- CÜCELOĞLU, D. (2017). **İnsan ve Davranışı**, İstanbul, Remzi Kitabevi
- CÜCELOĞLU, Doğan (2000), **İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları**, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- ÇAVUŞOĞLU, Z. Ş. (2011). **Bağlanma Stilleri Evlilik Uyumu ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**, İstanbul.

- ÇOKLUK, Ö., ŞEKERCİOĞLU, G., BÜYÜKÖZTÜRK, Ş. (2016). **Sosyal Bilimler için Çok Değişkenli İstatistik: SPSS ve LISREL Uygulamaları**, Ankara: Pegem Akademi, 4. Baskı.
- DALY, M. ve WILSON, M. (1988). **Homicide**, New York, De Gruyter.
- EMMONS, R.A. (2000). **Personality and Forgiveness**, Ed. M. E. McCullough, K. I. Pargament, C. E. Thoresen, *The Frontiers of Forgiving: Conceptual, Empirical, and Clinical Perspectives* (pp. 156–175). New York, The Guildford Press.
- EREN, E. (1998). **Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi**, İstanbul: Beta Yayıncılık.
- ERİKSON, E. H. (1984), **İnsanın Sekiz Çağı**, Çev. T. B. Üstün ve V. Şar, Ankara, Birey ve Toplum Yayınları.
- EROĞLU, F. (1996). **Davranış Bilimleri**, İstanbul: Beta Yayınları.
- FARRELL, J.M., REISS, N., SHAW, I.A. (2018). **Şema Terapi Klinisyen Rehberi**, Çev. S. G. Alkan ve E. Alkan, İstanbul, Psikonet Yayınları.
- FRANK, R. H. (1988). **Passions Within Reason: The Strategic Role of The Emotions**. New York, Norton Company.
- GAMBESCIA, N., JENKINS, R. E., WEEKS, G. R. (2003). **Treating Infidelity: Therapeutic Dilemmas and Effective Strategies**, New York, W. W. Norton Company.
- GEÇTAN, E. (2004). **İnsan Olmak**, İstanbul, Varlık Yayınları.
- GEEN, R. (1998). **Aggression and Antisocial Behavior**, Ed. D. Gilbert, and S. Fiske, *The Handbook of Social Psychology*, Vol. 2, New York, Mcgraw Hill.
- GORDON, K.C., BAUCOM, D.H. And SNYDER, D.K. (2005). **Forgiveness in Couples: Divorce, Infidelity, and Couples Therapy**, Ed. E.L. Worthington, New York, Taylor & Francis Group.
- GOTTMAN, J. ve SILVER, N. (2019). **Aşk Nasıl Sürdürülür?**, Varlık Yayınları.

- GRISWOLD, C.L. (2007a). **“Forgiveness: A philosophical Exploration”**, Cambridge, England, Cambridge University Press.
- GROSS, E., STELZER, N., JACOB, G. (2012). **Treating OCD With The Schema Mode Model: The Wiley Blackwell Handbook of Schema Therapy**, Oxford, John Wiley & Sons Ltd.
- HAHS-VAUGHN, D.L. ve LOMAX, R.G. (2020). **An Introduction to Statistical Concepts**, Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315624358>.
- HARGRAVE, T. (2001). **Forgiving The Devil: Coming to Terms With Damaged Relationships**, Phoenix, Tucker & Theisen.
- HELMICK, R. ve PETERSEN, R. (2001). **Forgiveness and Reconciliation: Religion, Public Policy, & Conflict Transformation**, Radnor, Philadelphia, Templeton Foundation Press.
- HENDRICK, S. S. (2009). **Understanding Close Relationships**, Çev. A. Dönmez, Ankara, Nobel Yayın Dağıtım, 1. Basım.
- HIRSHLEIFER, J. (1987). **On the Emotions as Guarantors of Threats and Promises**, Ed. J. Dupré, The Latest on the Best: Essays on Evolution and Optimality ss.307–326. Boston, Mıt Press.
- HORNEY, K. (2007). **Çağımızın Nevrotik Kişiliği**, Çev. S. Koçak, İstanbul, Doruk Yayınları, ss.119.
- HUNTINGFORD, F. A. ve TURNER, A. K. (1987). **Animal Conflict**, New York.
- İNANÇ, B. Y. ve YERLIKAYA, E. E. (2017). **Kişilik kuramları**. Ankara, Pegem Yayıncılık.
- İNANÇ, B. Y., BILGIN, M., ATICI, M. (2004). **Gelişim Psikolojisi: Çocuk ve Ergen Gelişimi**, Adana, Nobel Yayınevi, 1. Basım.
- KARASAR, N. (2012). **Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar, İlkeler, Teknikler**. Nobel Yayın Dağıtım.
- KARTAL, S. (2007). **Eğitimde Örgütsel Sosyalleşme**. Ankara, Maya Akademi Yayın Dağıtım.

- KOWALSKI, R. M. (2001). **Behaving Badly: Aversive Behaviors in Interpersonal Relationships**, Washington, Dc: American Psychological Association.
- KÖKNEL, Ö. (2005). **Kaygıdan Mutluluğa Kişilik**, İstanbul, Altın Kitaplar Yayınevi.
- KÖROĞLU, E. ve BAYRAKTAR, S. (2011). **Kişilik Bozuklukları**, Ankara, Hyb Basım Yayın.
- LAZARUS, R. (1991). **Emotion and Adaptation**, Oxford, Oxford University Press.
- LERNER, H. (2007). **Öfke Dansı**, Çev. S. Gül, İstanbul, Varlık Yayınları, 7. Baskı.
- LOCKWOOD, G. VE PERRIS, P. (2012). **A New Look at Core Emotional Needs: The Wiley-Blackwell Handbook of Schema Therapy**, Ed. M. V. Vreeswijk, J. Broersen, M. Nadort, John Wiley & Sons Ltd.
- LUSTERMAN, D. D. (1998). **Infidelity: A Survival Guide**. Oakland, New Harbinger Publications.
- MARTİN, R. ve YOUNF, J. (2010). **Schema Therapy**, Ed. K. S. Dobson, New York, Guilford Press.
- MCCRAE R.R. ve COSTA, P.T. (2006). **Personality in Adulthood**, New York, The Guilford Press.
- MCCULLOUGH, M.E. (2008). **Beyond Revenge: The Evolution of the Forgiveness Instinct**, Jossey- Bass.
- MCCULLOUGH, M.E., EXLINE, J.J., BAUMEISTER, R.F. (1998). **Dimensions of Forgiveness: Psychological Research and Theological Perspectives**, Pennsylvania, Templeton Foundation Press.
- MCCULLOUGH, M.E., PARGAMENT, K.I., THORESEN, C.E. (2000). **Forgiveness: Theory, Research, and Practice**, New York, Guilford Press.

- MCCULLOUGH, M.E., ROOT, L.M., TABAK, B., WITVLIET, C.V.O. (2009). **Forgiveness: Handbook of Positive Psychology**, Ed. S. J. Lopez., New York, Oxford University Press.
- MCGINN, L. K. ve YOUNG, J. E. (1996). **Schema-Focused Therapy**, Ed. P. M. Salkovskis, The Guilford Press.
- MORRIS, C.T. (2002). **Psikolojiyi Anlamak**, Çev. M. Sayıl ve H. B. Ayvaşık, Ankara, Türk Psikologlar Derneği Yayını.
- MULLET, E., NETO, F., VE RIVIERE, S. (2005). **Personality and its Effects on Resentment, Revenge, Forgiveness, and Self-Forgiveness**, Ed. E.L. Worthington (Ed.), New York, Routledge.
- MURDOCK, N.L. (2012). **Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları**, Çev. F. Akkoyun, Ankara, Nobel Yayınevi.
- MUSEKURA, C. (2010). **An Assessment of Contemporary Models of Forgiveness**, New York, Peter Lang, 302. Basım.
- PIETRZAK, J., DOWNEY, G., AYDUK, O. (2005). **Rejection Sensitivity as an Interpersonal Vulnerability**, Ed. M. W. Baldwin, The Guilford Press.
- PRICHARD, J. C. (1835). **A Treatise on Insanity and Other Disorders Affecting the Mind**. Sherwood, Gilbert, And Piper. <https://doi.org/10.1037/10551-000>
- RAFAELI, E., BERNSTEIN, D. P., YOUNG, J. E. (2011). **Şema Terapi Ayırıcı Özellikler**, Çev. M. Şaşıoğlu, Bilişsel ve Davranışçı Terapiler Serisi, İstanbul, Psikonet Yayınları.
- RAFAELI, E., BERNSTEIN, D. P., YOUNG, J. E. (2012). **Şema Terapi Ayırıcı Özellikler**, Çev. M. Şaşıoğlu, Bilişsel ve Davranışçı Terapiler Serisi, İstanbul, Psikonet Yayınları. (Orijinal Çalışma Basım Tarihi 2011)
- RAFAELI, E., BERNSTEIN, D. P., YOUNG, J. E. (2013). **Şema Terapi Ayırıcı Özellikler**, Çev. M. Şaşıoğlu, Bilişsel ve Davranışçı Terapiler Serisi, İstanbul, Psikonet Yayınları. (Orijinal Çalışma Basım Tarihi 2011)

- ROEDIGER, E. (2015). **Şema Terapi Nedir? Şema Terapinin Temellerine, Modellerine ve Uygulamasına Giriş**, Çev. S. Ataman, İstanbul, Nobel Akademi Yayıncılık.
- ROMERO-CANYAS, R. ve DOWNEY, G. (2005). **Rejection Sensitivity as a Predictor of Affective and Behavioral Responses to Interpersonal Stress: A Defensive Motivational System**, Ed. K.D. Williams, J. P. Forgas, W. Hoppel, New York, Psychology Press.
- RYE, M.S., PARGAMENT, K. I., ALI, M. A., BECK, G. L., DORFF, E. N., HALLISEY, C., WILLIAMS, J.G. (2000). **Religious Perspectives on Forgiveness**. Ed. M. E. McCullough, K.I. Pargament, C.E. Thoresen, New York, Guilford Press.
- SCHUMACKER, R.E. ve LOMAX, R.G. (2010) **A Beginners Guide to Structural Equation Modeling**, New York, Routledge.
- SIMEONE-DIFRANCESCO, C., ROEDIGER, E., STEVENS, B. A. (2015). **Schema Therapy with Couples: A Practitioner's Guide to Healing Relationships**, John Wiley & Sons.
- SKINNER, B. F. (1953). **Science and Human Behavior**, Newyork, Mc Millan.
- SPIELBERGER C. D., REHEISER E. C., SYDEMAN S. J. (1995). **Measuring the experience, Expression, and Control of Anger**, Ed. H. Kassino, Washington, Taylor ve Francis.
- SPIELBERGER, C. D. (1980). **Test Anxiety Inventory, Sampler Set, Manual Test Scoring, Test Attitude Inventory, Preliminary Professional Manual**, Mind Garden.
- SPIELBERGER, C. D., JACOBS, G., RUSSELL, S., CRANE, R. S. (2013). **Assessment of Anger: The State-Trait Anger Scale. In Advances in Personality Assessment**, Routledge.
- ŞİMŞEK, Ö. F. (2007). **Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş, Temel İlkeler ve Lisrel Uygulamaları**, Ankara, Ekinoks Yayınları.
- THIBAUT, J. W. ve KELLEY, H. H. (1959). **The Social Psychology of Groups**, New York, John Wiley & Sons.

- TOOBY, J., COSMIDES, L., SELL, A., LIBERMAN, D., SZNYCER, D. (2008). **Internal Regulatory Variables and the Design of Human Motivation: A Computational and Evolutionary Approach**, Ed. A. Elliot, Mahwah, Lawrence Erlbaum Associates.
- TOUSSAINT, L. VE WEBB, J.R. (2005). **Theoretical and Empirical Connections Between Forgiveness, Mental Health, and Well-Being**, Ed. E. L. Jr. Worthington, New York, Brunner-Routledge.
- TÜRK DİL KURUMU. (1955). **Türkçe Sözlük**, Ankara, 2. Baskı.
- WEIL, E. (1975). **The Place of Logic in Aristotle's Thought**, Ed. J. Barnes, M. Schofield, R. Sorabji, Article on Aristotle, London, Duckworth.
- WORTHINGTON, E.L., JR. (1998a). **The Pyramid Model of Forgiveness: Some Interdisciplinary Speculations About Unforgiveness and the Promotion of Forgiveness**. Ed. E.L. WORTHINGTON, Philadelphia, Templeton Foundation Press.
- WORTHINGTON, E.L., JR. (2001). **Five Steps to Forgiveness**, New York, Crown.
- WORTHINGTON, E. L, JR. (2005). **Initial Questions About the Art and Science of Forgiving**, Ed. E. L. Worthington Jr., Handbook Of Forgiveness (Pp. 1–14). New York, Routledge.
- WORTHINGTON, E.L. JR. (2005). **More Questions About Forgiveness: Research Agenda for 2005–2015**, Ed. E. L. Worthington Jr. (Ed.), Handbook Of Forgiveness (Pp. 557-73). New York, Ny: Routledge.
- WORTHINGTON, E.L. (2006). **Forgiveness and Reconciliation: Theory on Application**, New York, Routledge.
- YAZGAN-İNANÇ, B. VE YERLİKAYA, E.E. (2012). **Kişilik Kuramları**, Ankara, Pegem Akademi, 6. Baskı.
- YOLAÇAN, S. (2008). **Erdemin Dili Affedicilik**, İstanbul, Erkam Yayınları.
- YOUNG, J. E. (1990). **Practitioner's Resource Series. Cognitive Therapy for Personality Disorders: A Schema-Focused Approach**, England, Professional Resource Exchange.

- YOUNG, J. E. (1999). **Cognitive Therapy for Personality Disorders: A Schema-Focused Approach**, Professional Resource Press.
- YOUNG, J. E. ve KLOSKO, J. S. (1994). **Reinventing Your Life**, New York, Plume.
- YOUNG, J. E. ve KLOSKO, J. S., (2011). **Hayatı Yeniden Keşfedin**, Çev. A. Karaosmanoğlu, E. Tuncer, İstanbul, Psikonet Yayınları.
- YOUNG, J. E., KLOSKO, J. S., WEİSHAAR, M. E. (2003). **Schema Therapy: A Practitioner's Guide**, New York, The Guilford Press.
- YOUNG, J. E., KLOSKO, J. S., WEİSHAAR, M. E. (2013). **Şema Terapi**, Ed. T. Özakkaş, Çev. T. V. Soylu, Litera Yayıncılık.
- YOUNG, J. E., KOLOSKO, J. S., WEEISHAAR, M. E. (2009). **Şema Terapi**, Ed. T. Özakkaş, Çev. T. V. Soylu, İstanbul, Litera Yayıncılık.
- YOUNG, J., BERNSTEIN, D.P., RAFAELI, E., (2015). **Şema Terapi: Ayırıcı Özellikler**, Çev. M. Şaşıoğlu, İstanbul, Psikonet Yayınları.

MAKALELER

- ADAN, A., SERRA-GRABULOSA, J.M., CACI, H., NATALE, V. (2009). "A Reduced Temperament and Character Inventory (Tc1-56). Psychometric Properties in A Non-Clinical Sample", **Personality and Individual Differences**, sayı 46, ss.687-692.
- AINSWORTH, M. D. S. (1979). "Infant, Mother Attachment", **American Psychologist**, cilt 34, sayı 10, ss.932.
- AKGÜN, C. (2016). "Affetmenin Koşulu: Utanmak ve Söz Vermek", **Psikeart**, sayı 47, ss.6-11.
- AKSE, J, HALE WWIII, ENGELS RCME, RAAIJMAKERS QAW, MEEUS WHJ. (2004). "Personality, Perceived Parental Rejection and Problem Behavior in Adolescence", **Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol**, sayı 39, ss.980-988.
- AKTO, A. (2011). "Kişilik Oluşumunda Dinin Rolü", **Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, cilt 52, sayı 2, ss.191-217.

- ALBAYRAK, B. ve KUTLU, Y. (2009). “Ergenlerde Öfke İfade Tarzı ve İlişkili Faktörler”, **Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi**, cilt 2, sayı 2, ss.57-69.
- ALLEN, E. S., & BAUCOM, D. H. (2004). “Adult Attachment and Patterns of Extradynamic Involvement” **Family Process**, cilt 43, sayı 4, ss.467-488.
- ARKAR, H. (2008). “Cloninger’in Mizaç ve Karakter Boyutları ile Kişilik Bozuklukları Arasındaki İlişki”, **Klinik Psikiyatri**, sayı 11, ss.115-124.
- ASICI, E. (2019). “Çocuk ve Ergenlere Yönelik Affetme Müdahaleleri: Sistematik Gözden Geçirme”, **Psikoloji Çalışmaları**, cilt 39, sayı 2, ss.429-457.
- ATAK, H., ve TAŞTAN, N. (2012). “Romantik ilişkiler ve aşk”, **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, cilt 4, sayı 4, ss.520-546.
- ATKINS, D. C., BAUCOM D. H, JACOBSON, N. S. (2001). “Understanding Infidelity: Correlates in a National Random Sample”, **Journal of Family Psychology**, cilt 15, sayı 4, ss.735-749.
- ATWOOD, J. D. ve SCHWARTZ, L. (2002). **Cyber-Sex. Journal of Couple & Relationship Therapy**, cilt 1, sayı 3, ss.37-56 DOI: 10.1300/J398v01n03_03
- AYDUK, O., MAY, D., DOWNEY, G., HIGGINS, E. T. (2003). “Tactical Differences in Coping With Rejection Sensitivity: The Role Of Prevention Pride”, **Personality and Social Psychology Bulletin**, cilt 29, sayı 4, ss.435-448.
- AYDUK, Ö. N., DOWNEY, G., FELDMAN, S. (2000). “Regulating the Interpersonal Self Strategic Self-Regulation for Coping With Rejection Sensitivity”, **Journal of Personality and Social Psychology**, cilt 79, sayı 2, ss.776-792.
- AYTEN, A. (2009). “Affedicilik ve Din: Affetme Eğilimi ve Dindarlıkla İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma”, **Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, sayı 37, ss.111-128.

- BACANLI, H., İLHAN, T., ASLAN, S. (2009). “Beş Faktör Kuramına Dayalı Bir Kişilik Ölçeğinin Geliştirilmesi: Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT)”, **Türk Eğitim Bilimleri Dergisi**, cilt 7, sayı 2, ss.261-279.
- Balkaya, F. (2001). “Öfke: Temel Boyutları, Nedenleri ve Sonuçları”, **Türk Psikoloji Yazıları**, cilt 4, sayı 7, ss.21-45.
- BALKAYA, F. ve ŞAHİN, NH. (2003). “Çok Boyutlu Öfke Ölçeği”, **Türk Psikiyatri Dergisi**, cilt 14, sayı 3, ss.192-202.
- BAMELIS, L., EVERS, S., SPINHOVEN, P., ARNTZ, A. (2014). “Results of a Multicenter Randomized Controlled Trial of The Clinical Effectiveness of Schema Therapy for Personality Disorders”, **The American Journal Of Psychiatry**, sayı 171, ss.305-322.
- BARBER, L., MALTBY, J., MACASKILL, A. (2005). “Angry Memories and Thoughts of Revenge: The Relationship Between Forgiveness and Anger Rumination”, **Personality and Individual Differences**, sayı 39, ss.253-262.
- BARRETT, P. M. ve HOLMES, J. (2001). “Attachment Relationships as Predictors of Cognitive Interpretation and Response Bias in Late Adolescence”, **Journal of Child And Family Studies**, cilt 10, sayı 1, ss.51-64.
- BATEMAN, A. W., GUNDERSON, J., MULDER, R. (2015). Treatment of Personality Disorder. **The Lancet**, cilt 385, sayı 9969, ss.735-743.
- BATIGÜN, AD. (2004). “İntihar ile İlişkili Bazı Değişkenler: Öfke/Saldırganlık, Dürtüsel Davranışlar, Problem Çözme Becerileri, Yaşamı Sürdürme Nedenleri”, **Kriz Dergisi**, cilt 12, sayı 2, ss.49-61.
- BAUMEISTER, R. F., LEARY, M. R. (1995). “The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachment as a Fundamental Human Motivation”, **Psychological Bulletin**, cilt 113, sayı 3, ss.497-529.
- BENET-MARTÍNEZ,V. ve JOHN, O.P. (1998). “Los Cinco Grandes Across Cultures and Ethnic Groups: Multitrait Multimethod Analysis of The Big Five in Spanish and English” **Journal of Personality And Social Psychology**, sayı 75, ss.729-750.

- BERG, I. ve FOX, V. (1947). “Factors in Homicides Committed By 200 Males”, **Journal of Social Psychology**, sayı 26, ss.109–119.
- BINICI-AZIZOĞLU, S. ve HOVARDAOĞLU, S. (1996). “Evlilik için Karşılaştırma Düzeyi Ölçeğinin (EKDÖ) Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, **Türk Psikoloji Dergisi**, cilt 11, sayı 38, ss.66-77.
- BİLGE, F. (1997). “Eğitim Bilimleri Öğrencilerinin Sürekli Kızgınlık ve Kızgınlıklarını İfade Biçimlerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi”, **Hacettepe Eğitim Fakültesi Dergisi** sayı 13, ss.75-80.
- BJELLAND, I., KROKSTAD, S., MYKLETUN, A., DAHL, A. A., TELL, G. S., TAMBS, K. (2008). “Does A Higher Educational Level Protect Against Anxiety and Depression? The Hunt Study”, **Social Science & Medicine**, cilt 66,sayı 6, ss.1334-1345.
- BLOW, A. J. ve HARTNETT, K. (2005). “Infidelity in Committed Relationships Ii: A Substantive Review”, **Journal of Marital and Family Therapy**, cilt 31, sayı 2, ss.217–233.
- BOEKHOUT, B. A., HENDRICK, S. S., & HENDRICK, C. (2003). Exploring Infidelity: Developing The Relationship Issues Scale, **Journal of Loss & Trauma**, cilt 8, sayı 4, ss.283-306.
- BOSTANCI, N., ÇOBAN, Ş., TEKİN, Z., ÖZEN, A. (2006). “Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Öfke İfade Etme Biçimleri”, **Kriz Dergisi**, cilt 14, sayı 3, ss.9-18.
- BOWKER, J. C., THOMAS, K. K., NORMAN, K. E., SPENCER, S. V. (2011). “Mutual Best Friendship Involvement, Best Friends’ Rejection Sensitivity, and Psychological Maladaptation”, **Journal of Youth And Adolescence**, cilt 40, sayı 5, ss.545.
- BOWLBY, J. (1977). “The Making and Breaking of Affectional Bonds: Etiology and Psychopathology in The Light of Attachment Theory”, **British Journal of Psychiatry**, sayı 130, ss.201–210.
- BOWLBY, J. (1982). “Attachment and Loss: Retrospect and Prospect”, **American Journal of Orthopsychiatry**, cilt 52, sayı 4, ss.664.

- BOYCE, P. ve PARKER, G. (1989). "Development of a Scale to Measure Interpersonal Sensitivity", **Australian and New Zealand Journal of Psychiatry**, sayı 23, ss.341-351.
- BOZKUŞ, O. ve ARAZ, A. (2015). "Narsisizm ve Evlilik Uyumu İlişkisinde Reddedilme Duyarlılığı ve Olumlu Yanılsamaların Aracı Rolü", **Nesne Psikoloji Dergisi**, cilt 3, sayı 6, ss.29-54.
- BRAITHWAITE, S. R., MITCHELL, C. M., SELBY, E. A., FINCHAM, F. D. (2016). "Trait Forgiveness and Enduring Vulnerabilities: Neuroticism and Catastrophizing Influence Relationship Satisfaction via Less Forgiveness", **Personality and Individual Differences**, sayı 94, ss.237- 246.
- BRENNING, K. M. VE BRAET, C. (2013). "The Emotion Regulation Model of Attachment: An Emotion-Specific Approach", **Personal Relationships**, cilt 20, sayı 1, ss.107–123.
- BRIDEWELL, BW. ve CHANGE, E. (1997). "Distinguishing Between Anxiety, Depression And Hostility: Relations to Anger-In, Anger-Out And Anger Control", **Personality and Individual Differences**, cilt 22, sayı 4, ss.587-90.
- BUGAY, A. ve DEMİR, A. (2012). "Affetme Arttırılabilir mi?: Affetmeyi Geliştirme Grubu", **Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal**, cilt 4, sayı 37, ss.96-106.
- BUUNK, B. P., & BAKKER, A. B. (1995). "Extradynamic Sex: The Role of Descriptive and Injunctive Norms", **Journal of Sex Research**, cilt 32, sayı 4, ss.313-318.
- CALAMARI, E. ve PINI, M. (2003). "Dissociative Experiences and Anger Proneness in Late Adolescent Females with Different Attachment Styles", **Adolescence**, cilt 38, sayı 150, ss.287–303.
- CÁMARA, M., & CALVETE, E. (2012). "Early Maladaptive Schemas as Moderators of the Impact of Stressful Events on Anxiety And Depression In University Students", **Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment**, cilt 34, ss.58-68.

- CAPRARA, G. V., MANZI, J., PERUGINI, M. (1992). "Investigating Guilt in Relation to Emotionality and Aggression", **Personality and Individual Differences**, cilt 13, sayı 5, ss.519-532.
- CECERO JJ, NELSON JD, GILLIE JM (2004). "Tools and Tenets of Schema Therapy: Toward The Construct Validity of The Early Maladaptive Schema Questionnaire–Research Version (Emsq-R)", **Clinic Psychology & Psychother**, sayı 11, ss.344-357.
- CHAN, M. E. (2009). "Why Did You Hurt Me?:Victim's Interpersonal Betrayal Attribution and Trust Implications", **Review of General Psychology**, sayı 3, ss.262–274.
- CHAUVIN B, HERMAND D, MULLET E. (2007). "Risk Perception and Personality Facets", **Risk Analysis**, cilt 27, sayı 1, ss.171-85.
- CİHAN, B. B. ve BAYKAN, E. (2018). "Y Ve Z Nesil Taekwondocuların Sürekli Öfke Düzeylerinin Saptanması ve İlişkili Faktörlerin İncelenmesi", **Social Sciences**, cilt 13, sayı 26, ss.267-280.
- CLONINGER, C.R. (1987). "A Systematic Medhod for Clinical Description and Classification of Personality Variants", **Archieves Of General Psychiatry**, sayı 44, ss.573-588.
- CLONİNGER, C.R. (1986). "A Unified Biosocial Theory of Personality and Its Role in The Development of Anxiety States", **Psychiatric Development**, sayı 3, ss.167-226.
- COSTA, P. T. ve MCCRAE, R. R. (1987). "Neuroticism, Somatic Complaints, and Disease: Is The Bark Worse Than The Bite?", **Journal of Personality**, cilt 55, sayı 2, ss.299-316.
- COSTA, P.T., MCCRAE, R.R. (1995). "Domains and Facets: Hierarchical Personality Assessment Using The Revised Neo Personality Inventory", **Journal of Personality Assessment**, cilt 64, sayı 1, ss.21-50.
- COYLE, C.T. ve ENRIGHT, R.D. (1997). "Forgiveness Intervention with Post-Abortion Men", **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, sayı 65, ss.1042–1045.

- ÇARDAK, M. (2013). "The Relationship Between Forgiveness and Humility: A Case Study for University Students", **Educational Research and Reviews**, cilt 8, sayı 8, ss.425-430.
- ÇATINKAYA, F. ve Şener, E. (2016). "Çalışma Yaşamında Affetme Eğilimi ve Duygusal Emek İlişkisi", **Kastamonu Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi**, cilt 14, sayı 4, ss.108-117.
- ÇAVUŞOĞLU, S. ve YALÇIN, M. (2018). "Banka Çalışanlarının Kişilik Özelliklerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerine Etkisi", **Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, cilt 16, sayı 2, ss.49-76.
- ÇİÇEK, İ., & ASLAN, A. E. (2020). "Kişilik ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri: Kuramsal Bir Çerçeve", **Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi**, cilt 10, sayı 1, ss.137-147.
- ÇİVİTÇİ, N. ve ARICIOĞLU, A. (2012). "Beş Faktör Kuramına Dayalı Kişilik Özellikleri", **Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, cilt 12, sayı 23, ss.78-96.
- ÇOKLAR, İ. ve DÖNMEZ, A. (2014). "Kişiler Arası İlişkilerde Bağışlama Üzerine Bir Gözden Geçirme", **Nesne Psikoloji Dergisi**, cilt 2, sayı 4, ss.33-54.
- DE PAOLI, T., FULLER-TYSZKIEWICZ, M., KRUG, I. (2017). "Insecure Attachment and Maladaptive Schema in Disordered Eating: The Mediating Role of Rejection Sensitivity", **Clinical Psychology & Psychotherapy**, cilt 24, sayı 6, ss.1273-1284.
- DEFFENBACHER, J. L., OETTING, E. R., LYNCH, R. S. (1994). "Development of a Driving Anger Scale", **Psychological Reports**, cilt 74, sayı 1, ss.83-91.
- DEFFENBACHER, J. L., OETTING, E. R., LYNCH, R. S., MORRIS, C. D. (1996). "The Expression of Anger And Its Consequences", **Behaviour Research and Therapy**, cilt 34, sayı 7, ss.575-590.

- DEMİRTAŞ MADRAN, H. (2008). “Duygusal ve Cinsel Kıskançlık Açısından Temel Cinsiyet Farklılıkları”, **Türk Psikiyatri Dergisi**, cilt 19, sayı 3, ss.300-309.
- DENİZ, A. ve ERCİŞ, A. (2010). “Kişilik Özellikleri, Hedonik ve Rasyonel Fayda, Marka Duygusu ve Marka Bağlılığı Arasındaki İlişkilerin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma”, **Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi**, cilt 24, sayı 2, ss.141-165.
- DICKHAUT, V. ve ARNTZ, A. (2014). “Combined Group and Individual Schema Therapy for Borderline Personality Disorder: A Pilot Study”, **Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry**, cilt 45, sayı 2, ss.242-251.
- DITOMMASO, E., BRANNEN - MCNULTY, C., ROSS, L., BURGESS, M. (2003). “Attachment Styles, Social Skills and Loneliness in Young Adults”, **Personality and Individual Differences**, cilt 35, sayı 2, ss.303.
- DİGMAN, J. M. (1990). “Personality Structure: Emergence Ofthe Five-Factor Model” **Annual Review of Psychology** sayı 441, ss.417-440.
- DOĞAN, T. (2013). “Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Öznel İyi Oluş” **Doğuş Üniversitesi Dergisi**, cilt 14, sayı 1, ss.56-64. Doı: 10.1111/J.2044-8295.1949.Tb00214.X
- DOWNEY, G. ve FELDMAN, S. I. (1996). “Implications of Rejection Sensitivity for Intimate Relationships”, **Journal of Personality and Social Psychology**, cilt 70, sayı 6, ss.1327-1343.
- DOWNEY, G., MOUGIOS, V., AYDUK, O., LONDON, B. E., SHODA, Y. (2004). “Rejection Sensitivity and The Defensive Motivational System: Insights From The Startle Response to Rejection Cues”, **Psychological Science**, cilt 15, sayı 10, ss.668-673.
- DRIGOTAS, S. M., SAFSTROM, C. A., GENTILIA, T. (1999). “An Investment Model Prediction of Dating Infidelity”, **Journal of Personality & Social Psychology**, sayı 77, ss.509-524.

- DRIGOTAS, S. M. ve BARTA, W. (2001). "The Cheating Heart: Scientific Explorations of Infidelity", **Current Directions in Psychological Science**, cilt 10, sayı 5, ss.177-180.
- DUBA, J. D., KINDSVATTER, A., LARA, T. (2008). "Treating Infidelity: Considering Narratives of Attachment", **The Family Journal**, sayı 16, ss.293.
- DUPREE, W. J., WHITE, M., OLSEN, C., LAFLEUR, C. L. (2007). "Infidelity Treatment Patterns: A Practice-Based Evidence Approach", **American Journal of Family Therapy**, cilt 35, sayı 4, ss.327- 341.
- DURAN, Ö., & ELDELEKLIOĞLU, J. (2005). "Öfke Kontrol Programının 15 ve 18 Yaş Arası Ergenler Üzerindeki Etkililiğinin Araştırılması", **Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi**, cilt 25, sayı 3, ss.267-280.
- EGAN, V. ve ANGUS, S. (2004). "Is Social Dominance a Sex-Specific Strategy for Infidelity?" **Personality and Individual Differences**, cilt 36, sayı 3, ss.575-586.
- EHSAN, H. B. ve BAHRAMÍZADEH, H. (2011). "Early Maladaptive Schemas and Agreeableness in Personality Five Factor Model", **Procedia-Social and Behavioral Sciences**, sayı 30, ss.547-551. eISSN:1309-0674 pISSN:1309-0658.
- EKŞİ, H., TUNÇER, B. VE SEVİM, E (2020), Ergenlerde Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, **Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, cilt 10, sayı 2, ss.318-328.
- ELKİN, N. ve KARADAĞLI, F. (2016). "Üniversite Öğrencilerinin Öfke İfade Tarzı ve İlişkili Faktörler", **Anatolian Clinic the Journal of Medical Sciences**, cilt 21, sayı 1, ss.64-71.
- ENRIGHT, R. D. (1996). "Counseling Within the Forgiveness Triad: On Forgiving Receiving Forgiveness, and Self Forgiveness", **Counseling and Values**, cilt 40, sayı 2, ss.107-126.

- ENRIGHT, R.D. ve ZELL, R.L. (1989). “Problems Encountered When We Forgive Another”, **Journal of Psychology and Christianity**, cilt 8, sayı 1, ss.52-60.
- ERKEK, N., ÖZGÜR, G., BABACAN GÜMÜŞ, A., (2006). Hipertansiyon Tanısı Alan Hastaların Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları. **Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi**, cilt 10, sayı 2, ss.9-18.
- ERÖZKAN, A. (2007), “Üniversite Öğrencilerinin Reddedilme Duyarlılıkları ile Sosyal Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi”, **Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, cilt 1, sayı 17, ss.225-240.
- ERÖZKAN, A. (2004b). “Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası Duyarlılıkları ile Reddedilme Duyarlılıklarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi”, **Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi**, cilt 5, sayı 2, ss.85-98.
- ERÖZKAN, A. (2009). “Rejection Sensitivity Levels Respect to Attachment Styles, Gender and Parenting Styles: A Study With Turkish Students”, **Social Behavior Personality**, sayı 37, ss.1-14.
- EŞİYOK, B., YASAK, Y., KORKUSUZ, İ. (2007). “Trafikte Öfke İfadesi: Sürücü Öfke İfadesi Envanterinin Geçerlik ve Güvenilirliği”, **Türk Psikiyatri Dergisi**, cilt 18, sayı 3, ss.231-243.
- FARAJİ, H. ve GÜLER, K. (2021). “Borderline Personality Features and Jealousy Traits in University Students,” **Aydın İnsan ve Toplum Dergisi** sayı 7, ss.137–153, https://doi.org/DOI:10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v07i2002.
- FARAJİ, H. ve SUCU, Ö. (2023). “Yetişkinlerde İlk Nesne İlişkileri ve Reddedilme Duyarlılığı ile Yakın İlişkiler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, **Journal of International Psychological Counseling and Guidance Researches**, cilt 5, sayı 3, ss.967-997.
- FARRELL, J. M., SHAW, I. A., WEBBER, M. A. (2009). “A Schema-Focused Approach to Group Psychotherapy for Outpatients with Borderline

- Personality Disorder: A Randomized Controlled Trial”, **Journal of Behavior Therapy And Experimental Psychiatry**, cilt 40, sayı 2, ss.317-328.
- FEHR, E., & GAECHTER, S. (2000). “Cooperation and Punishment in Public Goods Experiments”, **The American Economic Review**, cilt 90, sayı 4, ss.980–994.
- FELSON, R. (1982). “Impression Management and The Escalation of Aggression and Violence”, **Social Psychology Quarterly**, cilt 45, sayı 4, ss.245–254.
- FİNCHAM, F. D. (2000). “The Kiss of The Porcupines: From Attributing Responsibility to Forgiving” **Personal Relationships**, sayı 7, ss.1-23.
- FREEDMAN, S.R, ve ENRİGH, R.D. (1996). “Forgiveness as an Intervention Goal With Incest Survivors”, **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, sayı 64, ss.983–992.
- FURNHAM, A., RICHARDS, S. C., PAULHUS, D. L. (2013). “The Dark Triad of Personality: A 10 Year Review”, **Social and Personality Psychology Compass**, cilt 7, sayı 3, ss.199-216.
- FYE, A., MİMS, A. (2019). “Preventing Infidelity: A Theory of Protective Factors”, **The Family Journal**, cilt 27, Sayı 1, ss.22-30.
- GADRINI, S., CLONINGER, C.R., VENNERI, A. (2009). “Individual Differences in Personality Traits Reflect Structural Variance in Specific Brain Regions”, **Brain Reseach Bulletin**, sayı 79, ss.265-270
- GIESEN-BLOO, J., VAN DYCK, R., SPINHOVEN, P., VAN TILBURG, W. M. D, DIRKSEN, W., VAN ASSELT, T., ARNTZ, A. (2006). “Outpatient Psychotherapy for Borderline Personality Disorder: A Randomized Trial of Schema Focused Therapy Versus Transference Focused Therapy”, **Archives of General Psychiatry**, sayı 63, ss.649-658.

- GILBERT, F. ve DAFFERN, M. (2013). “The Association Between Early Maladaptive Schema and Personality Disorder Traits in an Offender Population”, **Psychology, Crime & Law**, cilt 19, sayı 10, ss.933-946.
- GOLDBERG, L. R. (1990). “An Alternative "Description of Personality": The Big-Five Factor Structure”, **Journal of Personality And Social Psychology**, cilt 59, sayı 6, ss.1216-1229.
- GOLDBERG, L.R. (1993). “The Structure of Phenotypic Personality Traits”, **American Psychologist**, sayı 48, ss.26-34.
- GONZAGA, G. C., KELTNER, D., LONDAHL, E. A., SMITH, M. D. (2001). “Love and The Commitment Problem in Romantic Relations and Friendship”,. **Journal of Personality and Social Psychology**, cilt 81, sayı 2, ss.247.
- GÖNCÜ KÖSE, A., ÖZEN ÇIĞLAK, A., ULAŞAN, E. T., SÜMER, N. (2017). “Reddedilme Duyarlılığı Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması”, **Nesne Psikoloji Dergisi**, cilt 5, sayı 11, ss.383-403.
- GÖNCÜ, A., SÜMER, N. (2011), “Rejection Sensitivity, Self-Esteem Instability, and Relationship Outcomes”, **European Psychologist**. cilt 16, sayı 4, ss.303-313.
- GÜLEÇ, M.Y. (2009). “Psikomatik Hastalıklarda Mizaç Ve Karakter”, **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, sayı 1, ss.201-214.
- GÜLER K. ve YÖNDEM K. (2023). “Investigation of the Relationship between Early Maladaptive Schemas, Obsessive Beliefs and Personality Traits” **Global Journal of Human-Social Science**, cilt 23, sayı A1, ss.41–49. Retrieved from <https://socialscienceresearch.org/index.php/GJHSS/article/view/103611>
- GÜLER, K. (2022). “Early Period Maladaptive Schemas, Psychological Symptoms and Examining The Tendency of Deception”, **The European Research Journal**, cilt 8, sayı 2, ss.232-241. Doi: 10.18621/eurj.1034350 (Kontrol No: 7682202)

- GÜLER, K. ve GÜMÜŞ, Z. (2018). “Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Yordayıcısı Olarak Çocukluk Çağı Travmalarının İncelenmesi”, **The Journal of Academic Social Science**, cilt 6, sayı 78, ss.505-521.
- GÜLER, K. ve TUNCAY, A. M. (2023). “Investigation of the Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Attachment Styles in Adults with Life Satisfaction and the Ability to Express Emotions”, **Asya Studies- Academic Social Studies / Akademik Sosyal Araştırmalar**, cilt 7, sayı 24, ss.299-310.
- GÜLER, K. ve TUNCAY, M. (2021). “Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Duyguları İfade Edebilme Becerisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, **Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi**, cilt 5, sayı 4, ss.1385-1405. DOI: 10.47525/ulasbid.1012088
- GÜNAYDIN, G., SÜMER, N., SELÇUK, E. ve UYSAL, A. (2005). “Yetişkin Bağlanma Boyutları için Yeni Bir Ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin Türk Örneğinde Psikometrik Açından Değerlendirilmesi” **Türk Psikoloji Yazıları**, cilt 8, sayı 16, ss.1-11.
- GÜVEN, E., PALAMUTÇUOĞLU, B. T. ve ÇAVUŞOĞLU, S. (2019). “Tüketicilerin Karar Verme Tarzları ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, **Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, cilt 2, sayı 33, ss.51-81.
- GÜVEN, N. ve ERDEM, T. (2020). “Affetme: Kuramsal Bir Değerlendirme”, **International Journal of Current Approaches in Language, Education and Social Sciences**, cilt 2, sayı 2, ss.578-607.
- GÜVENDİ, B., & KESKİN, B. (2020). “Sporcuların Antrenörlerinden Algıladıkları Etik Dışı Davranış Algısına Göre Saldırganlık ve Öfke Davranışlarının İncelenmesi”, **Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi**, cilt 5, sayı 2, ss.134-145.
- HALL, J.H. VE FINCHAM, F.D. (2005). “Self-Forgiveness: The Stepchild of Forgiveness Research”, **Journal of Social And Clinical Psychology**, cilt 24, sayı 5, ss.621-637.

- HALL, J.H. ve FİNCHAM, F.D. (2006). “Relationship Dissolution Following Infidelity: The Roles of Attributions and Forgiveness”, **Journal of Social and Clinical Psychology** sayı 25, ss.508-522.
- HARGRAVE, T.D. VE SELLS, J.N. (1997). “The Development of a Forgiveness Scale”, **Journal of Marital and Family Therapy**, sayı 23, ss.41–62. doi.org/10.1111/j.1752-0606.1997.tb00230.x.
- HARRİS, AE. ve CURTİN, L. (2002). “Parental Perceptions, Early Maladaptive Schemas, and Depressive Symptoms in Young Adults”, **Cognitive Therapy and Research**, sayı 26, ss.405-416.
- HARRİS, M. B. (1993). “How Provoking: What Makes Men and Women Angry?” **Aggressive Behavior**, cilt 19, sayı 3, ss.199–211.
- HASPOLAT, A. ve ANAFARTA-ŞENDAĞ, M. (2019). “Öfkeyi Yordamak: Bağlanma ve Öfke Boyutları Arasında Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Aracı Rolü”, **Türk Psikoloji Dergisi**, sayı 33, ss. 34-48.
- HATAMY, A., FATHI, E., GORJIB, Z., ESMAEILY, M. (2011). “The Relationship Between Parenting Styles and Attachment Styles in Men and Women with Infidelity”, **Procedia Social and Behavioral Sciences**, sayı 15, ss.3743-3747.
- HAZAN, C., & SHAVER, P. (1987). “Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process”, **Journal of Personality and Social Psychology**, cilt 52, sayı 3, ss.511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- HERTLEIN, K. M., WETCHLER, J. L., PIERCY, F. P. (2005). “Infidelity”, **Journal of Couple & Relationship Therapy: Innovations in Clinical and Educational Interventions**, cilt 4, sayı 2-3, ss.5- 16.
- HORZUM, M. B., TUNCAY, A., PADIR, M. A. (2017). “Beş Faktör Kişilik Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması”, **Sakarya University Journal of Education**, Cilt 7, Sayı 2, ss.398-408.
- HUNYADY, O., JOSEPHS, L., JOST, J. T. (2008). “Priming the Primal Scene: Betrayal Trauma, Narcissism, and Attitudes toward Sexual Infidelity”, **Self & Identity**, cilt 7, sayı 3, ss.278-294.

- IBRAHİM, D. M., ROHNER, R. P., SMITH, R. L., FLANNERY, K. M. (2015). “Adults’ Remembrances of Parental Acceptance - Rejection in Childhood Predict Current Rejection Sensitivity in Adulthood”, **Family and Consumer Sciences Research Journal**, cilt 44, sayı 1, ss.51.
- JAMES, IA., SOUTHAM, L., BLACKBURN, IM. (2004). “Schemas Revisited” **Clinical Psychology Psychother**, sayı 1, ss.369–377.
- JOHNSON, J. A. VE OSTENDORF, F. (1993). “Clarification of the Five-factor Model with the Abridged Big Five Dimensional Circumplex”, **Journal of Personality and Social Psychology**, cilt 65, sayı 3, ss.563–576.<https://doi.org/10.1037/0022-3514.65.3.563>
- JONASON, P. K. ve WEBSTER, G. D. (2010). “The Dirty Dozen: A Concise Measure of The Dark Triad”, **Psychological Assessment**, cilt 22, sayı 2, ss.420.
- JOVEV, M. ve JACKSON, H. J. (2004). “Early Maladaptive Schemas in Personality Disordered Individuals”, **Journal of Personality Disorders**, sayı 18, ss.467-478.
- KALETA, K. ve MRÓZ, J. (2018). “Forgiveness and Life Satisfaction Across Different Age Groups in Adults” **Personality And Individual Differences**, sayı 120, ss.17-23.
- KANG, Y. R., LEE, J. S., KANG, M. C. (2014). “Adult Attachment Styles, Self - Esteem, and Depressive Symptoms: A Comparison Between Postpartum and Nonpostpartum Women in Korea”, **Personal Relationships**, cilt 21, sayı 4, ss.546.
- Kapçı, E. G. ve Hamamcı, Z. (2010). “Aile İşlevi ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aracı Rolü” **Klinik Psikiyatri**, cilt 13, sayı 3, ss.127-136.
- KARAMAN, N.G., DOĞAN, T., & COBAN, A.E. (2010). “A Study to Adapt The Big Five Inventory to Turkish”, **Procedia-Social and Behavioral Sciences**, cilt 2, sayı 2, ss.2357-2359.

- KARATAŞ, Z. (2009). “Bilişsel Davranışçı Teknikler Kullanılarak Yapılan Öfke Yönetimi Programının Ergenlerin Saldırganlığını Azaltmadaki Etkisi”, **Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, cilt 26, sayı 26, ss.12-24.
- KAYA ÖRK, E. (2021). “Bağlanma Kuramı Çerçevesinde Aldatma ve Boşanma”. **IBAD Sosyal Bilimler Dergisi**, sayı 10, ss.248-263.
- KAYA, Ö. S. ve ORÇAN, F. (2019). “Mutluluğun Empati, Affetme ve Yaşam Doyumu Arasındaki Aracı Rolü: Bir Yol Analizi”, **Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, cilt 19, sayı 2, ss.540-554.
- KELLOGG, S. H. VE YOUNG, J. E. (2006). “Schema Therapy for Borderline Personality Disorder”, **Journal of Clinical Psychology**, cilt 62, sayı 4, ss.445-458.
- KÖSE KARACA, B. ve ATEŞ, N. (2019). “Yaygın Kaygı Bozukluğu ve Öfke Kontrol Probleminde Şema Terapiyi Kullanmak: Bir Vaka Üzerinden Anlatım”, **AYNA Klinik Psikoloji Dergisi**, cilt 6, sayı 2, ss.169-182. DOI: 10.31682/ayna.438346
- KRZEWIŃSKA, M., KILINÇ, G. M., JURAS, A., KOPTEKIN, D., CHYLEŃSKI, M., NIKITIN, A. G., GÖTHERSTRÖM, A. (2018). “Ancient Genomes Suggest the Eastern Pontic-Caspian Steppe as the Source of Western Iron Age Nomads”, **Science Advances**, cilt 4, sayı 10.
- LAWRENCE, K. A., ALLEN, J. S., CHANEN, A. M. (2011). “A Study of Maladaptive Schemas and Borderline Personality Disorder in Young People”, **Cognitive Therapy And Research**, cilt 35, sayı 1, ss.30-39.
- LEE, C.W., TAYLOR, G., DUNN, J. (1999). “Factor Structure of The Schema-Questionnaire in A Large Clinical Sample”, **Cognitive Therapy and Research**, sayı 23, ss.441-451.

- LERNER, G. H. (1996). "Finding "Face" In The Preference Structures of Talk-In-Interaction", **Social Psychology Quarterly**, cilt 59, sayı 3, ss.303-321.
- LEVINE, S. B. (1998). "Extramarital Sexual Affairs", **Journal of Sex & Marital Therapy**, cilt 24, sayı 3, ss.207-216.
- LEWIS, M., ALESSANDRI, S. M., SULLIVAN, M. W. (1990). "Violation of Expectancy, Loss of Control, and Anger Expressions in Young Infants", **Developmental Psychology**, cilt 26, sayı 5, ss.745.
- LOBBESTAEL, J., VAN VREESWIJK, M. F., ARNTZ, A. (2008). "An Empirical Test of Schema Mode Conceptualizations in Personality Disorders", **Behaviour Research and Therapy**, sayı 46, ss.854-860.
- LONDON, B., DOWNEY, G., BONICA, C., PALTIN, I. (2007). "Social Causes and Consequences Of Rejection Sensitivity", **Journal of Research on Adolescence**, cilt 17, sayı 3, ss.481.
- LUCAS, R.E., DIENER, E., GROB, A., SUH, E.M., SHAO, L. (1998). "Cross-Cultural Evidence for The Fundamental Features of Extroversion: The Case Against Sociability", **Journal of Personality and Social Psychology**, cilt 79, sayı 3, ss.452-468.
- LUCKENBILL, D. (1977). "Criminal Homicide As A Situated Transaction", **Social Problems**, sayı 25, ss.176-186.
- LUMLEY, M. A., STETTNER, L., & WEHMER, F. (1996). "How Are Alexithymia and Physical Illness Linked? A Review and Critique of Pathways", **Journal of Psychosomatic Research**, cilt 41, sayı 6, ss.505-518.
- MAIN, M., KAPLAN, N., CASSIDY, J. (1985). "Security in Infancy, Childhood, and Adulthood: A Move to the Level of Representation" **Monographs of The Society for Research in Child Development**, sayı 50, ss.66-104. <https://doi.org/10.2307/3333827>.
- MAREE, J. G. (2022). "The Psychosocial Development Theory of Erik Erikson: Critical Overview", **The Influence of Theorists and Pioneers on Early Childhood Education**, cilt 191, sayı7-8, ss.1107-1121.

- MARK KP, JANSSEN E, MILHAUSEN RR, (2011). “Infidelity in Heterosexual Couples: Demographic, Interpersonal, and Personality-Related Predictors of Extradyadic Sex”, **Archives of Sexual Behaviour**, cilt 40, sayı 5, ss.971-82.
- MASLOW, A. H. (1943). “A Theory of Human Motivation”, **Psychological Review**, cilt 50, sayı 4, ss.370.
- MCCRAE, R. R. ve COSTA, P. T. (1987). “Validation of The Five-Factor Model of Personality Across Instruments and Observers”, **Journal of Personality and Social Psychology**, cilt 52, sayı 1, ss.81.
- MCCRAE, R.R. ve JOHN, O.P. (1992). “An Introduction to the Five-Factor Model and Its Applications”, **Journal of Personality**, cilt 60, sayı 2, ss.175-215.
- MCCULLOUGH, M. E. (2001). “Forgiveness: Who Does It and How Do They Do It?” **Current Directions in Psychological Science**, sayı 10, ss194–197. [Doi.Org/10.1111/1467-8721.00147](https://doi.org/10.1111/1467-8721.00147).
- MCCULLOUGH, M. E. ve HOYT, W. T. (2002). “Transgression-Related Motivational Dispositions: Personality Substrates of Forgiveness and Their Links to The Big Five”, **Personality and Social Psychology Bulletin**, cilt 28, sayı 11, ss.1556-1573.
- MCCULLOUGH, M. E., RACHAL, K. C., SANDAGE, S. J., WORTHINGTON, E. L., BROWN, S. W., HIGHT, T. L. (1998). “Interpersonal Forgiving in Close Relationships: II. Theoretical Elaboration and Measurement”, **Journal of Personality and Social Psychology**, sayı 75, ss.1586-1603.
- MCCULLOUGH, M.E. ve HOYT, W.T. (2002). “Transgression-Related Motivational Dispositions: Personality Substrates of Forgiveness and Their Links to The Big Five”, **Personality and Social Psychology Bulletin**, sayı 28, ss.1556–1573. Doi: 10.1177/014616702237583.
- MCCULLOUGH, M.E. ve WORTHINGTON, E.L. (1999). “Religion and The Forgiving Personality”, **Journal of Personality**, cilt 67, sayı 6, ss.1141-1164.

- MCCULLOUGH, M.E., BELLAH, C.G., KILPATRICK, S.D., JOHNSON, J.L. (2001). "Vengefulness: Relationships with Forgiveness, Rumination, Well-Being, and The Big Five", **Personality and Social Psychology Bulletin**, cilt 27, sayı 5, 601-610. [Doi.Org/10.1177/0146167201275008](https://doi.org/10.1177/0146167201275008).
- MCCULLOUGH, M.E., FINCHAM, F.D., TSANG, J. (2003). "Forgiveness, Forbearance, and Time: The Temporal Unfolding of Transgression Related Interpersonal Motivations", **Journal of Personality and Social Psychology**, sayı 84, ss.540–557. Doi: 10.1037//0022-3514.84.3.540.
- Mckellar, P. (1949). "The Emotion of Anger in The Expression of Human Aggressiveness", **British Journal of Psychology**, sayı 39, ss.148–155.
- MCLACHLAN, J., ZIMMER-GEMBECK, M. J., MCGREGOR, L. (2010). "Rejection Sensitivity in Childhood and Early Adolescence: Peer Rejection and Protective Effects of Parents and Friends", **Journal of Relationships Research**, sayı 1, ss.31-40.
- MCNULTY, J. K. ve FINCHAM, F. D. (2012). "Beyond Positive Psychology? Toward A Contextual View of Psychological Processes and Well-Being", **American Psychologist**, cilt 67, sayı 2, ss.101–110. <https://doi.org/10.1037/A0024572>
- MEDORA, N. P., LARSON, J. H., HORTACSU, N., DAVE, P. (2002), "Perceived Attitudes Towards Romanticism; A Cross-Cultural Study of American, Asian-Indian, and Turkish Young Adults", **Journal of Comparative Family Studies**, cilt 33, sayı 2, ss.155-178.
- MELGES, F. T. ve BOWLBY, J. (1969). "Types of Hopelessness in Psychopathological Process", **Archives of General Psychiatry**, cilt 20, sayı 6, ss.690-699.
- MIETTUNEN, J., LAURONRN, E., KANTOJARVI, L., VEIJOLA, J., JOUKAMAA, M. (2008). "Inter-Correlation Between Cloninger's Temperament Dimensions: A Meta Analysis", **Psychiatry Reseach**, sayı 160, ss.106-114.

- MİKULİNCER, M. (1998). “Adult Attachment Style and Individual Differences in Functional Versus Dysfunctional Experiences of Anger”, **Journal of Personality and Social Psychology**, cilt 74, sayı 2, ss.513–524.
- MODRCIN-MCCARTHY, M.A., PULLEN, L., FLANNERY BARNES, A., ALPERT, J. (1998). “Childhood Anger: So Common, Yet So Misunderstood”. **Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing**, cilt 11, sayı 2, ss.69-77.
- MORSÜN BÜL, Ü. (2014). “Hızlı Büyük Beşli Kişilik Testi Türkçe Versiyonu Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması”, **Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences**, sayı 27, ss.316-322.
- MULLET, E., BARROS, J., FRONGIA, L., USAI, V., NETO F. (2003). “Religious Involvement and The Forgiving Personality”, **Journal of Personality**, sayı 71, ss.1–19. Doi.Org/10.1111/1467-6494.T01-1-00003.
- MURIS, P., MEESTERS, C., MORREN, M. VE MOORMAN, L. (2004). “Anger and Hostility in Adolescents: Relationships with Self-Reported Attachment Style and Perceived Parental Rearing Styles”, **Journal of Psychosomatic Research**, cilt 57, sayı 3, ss.257–264. Doi: 10.1016/S0022-3999(03)00616-0
- NACAR, E. H. ve GÖKKAYA, F. (2019). “Bağlanma ve Maternal Bağlanma Konusunda Bir Derleme”, **Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi**, cilt 1, sayı 1, ss.50-56, New York, Jossey-Bass.
- NEUMAN, G. A. ve WRIGHT, J. (1999). “Team Effectiveness: Beyond Skills and Cognitive Ability”, **Journal of Applied Psychology**, cilt 84, sayı 3, ss.376–389. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.84.3.376>
- NORDAHL, H. M. ve NYSÆTER, T. E. (2005). “Schema Therapy for Patients With Borderline Personality Disorder: A Single Case Series”, **Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry**, cilt 36, sayı 3, ss.254-264.
- NORDAHL, H.M., HOLTHE, H., & HAUGUM, J.A. (2005). “Early Maladaptive Schemas in Patients with or without Personality Disorders: Does

- Schema Modification Predict Symptomatic Relief?”, **Clinical Psychology and Psychotherapy**, sayı 12, ss.142- 149.
- NOREEN, S., BIERMAN, R. N. VE MACLEOD, M. D. (2014). “Forgiving You is Hard, But Forgetting Seems Easy: Can Forgiveness Facilitate Forgetting?”, **Psychological Science**, sayı 25, ss.1295-1302.
- NORMENT, L. (1998a). “Infidelity: Why Men Cheat”, **Ebony**, cilt 54, sayı 1.
- NYSÆTER, T. E. ve NORDAHL, H. M. (2008). “Principles and Clinical Application of Schema Therapy for Patients with Borderline Personality Disorder”, **Nordic Psychology**, cilt 60, sayı 2, ss.249-263.
- OEI, T. P. S. ve BARANOFF, J. (2007). “Young Schema Questionnaire: Review of Psychometric and Measurement Issues”, **Australian Journal of Psychology**, cilt 59, sayı 2, ss.78-86.
- OHBUCHI, K. ve KAMBARA, T. (1985). “Attacker’s Intent and Awareness of Outcome, Impression Management, and Retaliation”, **Journal of Experimental Social Psychology**, sayı 21, ss.321–330.
- OLLENDICK, T. H., KING, N.J., MURIS, P. (2002). “Fears and phobias in Children: Phenomenology, Epidemiology and Aetiology”, **Child Adolesc Ment Health**, sayı 7, ss.98-106.
- OLSON, M. M., RUSSELL, C. S., HIGGINS-KESSLER, M., MILLER, R. B. (2002). “Emotional Processes Following of an Extramarital Affair”, **Journal of Marital and Family Therapy**, cilt 28, sayı 4, ss.423-434.
- OSTROV, J. M. ve GODLESKI, S. A. (2010). “Toward an Integrated Gender-Linked Model of Aggression Subtypes in Early and Middle Childhood”, **Psychological Review**, cilt 117, sayı 1, ss.233–242. <https://doi.org/10.1037/A0018070>
- ÖZCAN, Ö. ÇELİK ve , G. G. (2017). “Bilişsel Davranışçı Terapi”, **Türkiye Klinikleri**, cilt 3, sayı 2, ss.115-120.

- ÖZEN, A., SÜMER, N., DEMİR, M. (2011). "Predicting Friendship Quality with Rejection Sensitivity and Attachment Security", **Journal of Social and Personal Relationships**, cilt 28, sayı 2, ss.163.
- ÖZEN, D. Ş. ve GÜNERİ, F. K. (2018). "İlişki Başarısının Temel Belirleyicisi: Reddedilme Duyarlılığı", **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, cilt 10, sayı 4, ss.454-469.
- ÖZER, A. K. (1994a), "Öfke, Kaygı ve Depresyon Eğilimlerinin Bilişsel Alt Yapısıyla İlgili Bir Çalışma", **Türk Psikoloji Dergisi**, cilt 9, sayı 31, ss.12-25.
- ÖZER, Z. (1997). "Duygu Dünyasının Bam Teli Öfke", **Bilim ve Teknik Dergisi**, sayı 354, ss.80-84.
- ÖZGÜL, S. S., DEMİR, V., ÜNÜBOL, H. (2019). "Kaygılı ve Kaçınan Bağlanma Örüntülerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Duygusal Şemalarla Olan İlişkisinin İncelenmesi", **Kıbrıs Türk Psikiyatri Ve Psikoloji Dergisi**, cilt 1, sayı 3, ss.173-179 . Doi: 10.35365/Ctjpp.19.1.22
- ÖZMEN, A. (2006). "Öfke: Kuramsal Yaklaşımlar ve Bireylerde Öfkenin Ortaya Çıkmasına Neden Olan Etmenler", **Ankara Üniv.Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi**, cilt 39, sayı 1, ss.39-56.
- ÖZMEN, A. (2006). "Öfkeyle Başa Çıkma Eğitiminin ve Etkileşim Grubu Uygulamasının İçe Yönelik Öfke Üzerine Etkisi", **Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, cilt 30, sayı 2, ss.175-185.
- ÖZSOY, E. ve YILDIZ, G. (2013). "Kişilik Kavramının Örgütler Açısından Önemi: Bir Literatür Taraması", **İşletme Bilimi Dergisi**, cilt 1, sayı 2, ss.1-12.
- PAULHUS, D. L. ve WILLIAMS, K. M. (2002). "The Dark Triad of Personality: Narcissism, Machiavellianism, and Psychopathy", **Journal of Research in Personality**, cilt 36, sayı 6, ss.556-563.
- PETROCELLI, J. V. (2001). "Early Maladaptive Schemas of Personality Subtypes" **Journal of Personal Disord**, sayı 15, ss.546-559.

- PINTO-GOUVEIA, J., CASTILHO, P., GALHARDO, A., CUNHA, M. (2006). “Early Maladaptive Schemas and Social Phobia”, **Cognitive Therapy and Research**, cilt 30, sayı 5, ss.571–584
- POLATÇI, S. ve TINAZ, Z. D. (2021, Nisan). Kişilik Özelliklerinin Psikolojik Dayanıklılık Üzerindeki Etkisi”, **Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi**, cilt 17, sayı 36, ss.2890-2917.
- PRESTON, K. ve KIMBERLEY, S. (1987). “‘What’s The Worst Thing...?’ Gender-Directed Insults”, **Sex Roles**, cilt 17, sayı 3, ss.209–219.
- PREVITI, D. ve AMATO, P. R. (2004). “Is Infidelity a Cause or a Consequence of Poor Marital Quality?”, **Journal of Social and Personal Relationships**, cilt 21, sayı 2, 217–230.
- RENNER, F., ARNTZ, A., LEEUW, I., HUIBERS, M. (2013). “Treatment for Chronic Depression Using Schema Therapy”, **Clinical Psychology: Science and Practice**, sayı 20, ss.166-180.
- RYE, M.S. ve PARGAMENT, K.I. (2002). “Forgiveness and Romantic Relationships in College: Can It Heal The Wounded Heart?”, **Journal of Clinical Psychology**, cilt 58, sayı 4, ss.419- 441.
- SALTOĞLU, S. ve IRAK, D. U. (2020). “Primary Versus Secondary Psychopathy: Coping Styles as A Mediator Between Psychopathy and Well-Being”, **Current Psychology**, cilt 41, sayı 1, ss.6534–6542.
- SANDAGE, S.J., HILL, P.C., VANG, H.C. (2003). “Toward A Multicultural Positive Psychology: Indigenous Forgiveness and Hmong Culture”, **Counseling Psychologist**, sayı 31, ss.564–592. Doi: 10.1177/0011000003256350.
- SARIŞTAŞ, D. ve GENÇÖZ, T. (2011). “Ergenlerin Duygu Düzenleme Güçlüklerinin, Annelerinin Duygu Düzenleme Güçlükleri ve Çocuk Yetiştirme Davranışları ile İlişkisi”, **Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi**, cilt 18, sayı 2, ss.117-126.

- SCOBIE, E. D. ve SCOBIE, G. E. W. (1998). “Domoging Events: The Perceived Need for Forgiveness”, **Journal of The Theory of Social Behaviour**, sayı 28, ss.373-401.
- SELL, A., COSMIDES, L., TOOBY, J., SZNYCER, D., VON RUEDEN, C., GURVEN, M. (2009). “Human Adaptations for The Visual Assessment of Strength and Fighting Ability From The Body and Face”, **Proceedings of The Royal Society B**, sayı 276, ss.575–584.
- SELL, A., TOOBY, J., COSMIDES, L. (2009). “Formidability and The Logic Of Human Anger”, **Proceedings of The National Academy of Science**, cilt 106, sayı 35, ss.15073–15078.
- SERRETTI, A., CALATI, R., GIEGLING , I., HARTMANN, A.M., MÖLLER, H.J., COLOMBO, C., RUJESCU, D. (2007) “5-Ht2a Snps and The Temperament And Character Inventory”, **Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry**, sayı 31, ss.1275–1281.
- SHERMAN, P. W. (1981). “Kinship, Demography, and Belding's Ground Squirrel Nepotism”, **Behavioral Ecology and Sociobiology**, sayı 8, ss.251-259.
- SOMER, O., KORKMAZ, M., TATAR, A. (2002). “Beş Faktör Kişilik Envanterinin Geliştirilmesi-I: Ölçek ve Alt Ölçeklerinin Oluşturulması”, **Türk Psikoloji Dergisi**, cilt 17, sayı 49, ss.21-33.
- SOYGÜT, G., KARAOSMANOĞLU, A., ÇAKIR, Z. (2009). “Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form 3’ün Psikometrik Özelliklerine İlişkin Bir İnceleme”, **Türk Psikiyatri Dergisi**, cilt 20, sayı 1, ss.75-84.
- SOYKAN, Ç. (2003). “Öfke ve Öfke Yönetimi”, **Kriz Dergisi**, cilt 11, sayı 2, ss.19-27.
- SOYSAL, A. Ş., CAN, H., KILIÇ, K. M. (2009). “Üniversite Öğrencilerinde A Tipi Davranış Örüntüsü ile Öfke İfadesi Arasındaki İlişkinin Analizi ve Cinsiyetler Açısından Karşılaştırılması”, **Klinik Psikiyatri**, cilt 12, sayı 2, ss.61-67.

- SPINHOVEN, P., GIESEN-BLOO, J., VAN DYCK, R., KOOIMAN, K., ARNTZ, A. (2007). “The Therapeutic Alliance in Schema-Focused Therapy and Transference-Focused Psychotherapy for Borderline Personality Disorder” **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, cilt 75, sayı 1, ss.104.
- SROUFE, A. (2005). “A Prospective, Longitudinal Study From Birth to Adulthood”, **Attachment and Development**, cilt 7, sayı 4, ss.349-367. Doi: 10.1080/14616730500365928.
- STALLARD, P. (2007). “Early Maladaptive Schemas in Children: Stability and Differences Between A Community and A Clinic Referred Sample”, **Clinical Psychology and Psychotherapy**, sayı 14, ss.10-18.
- STARNER, T.M. ve PETERS, R. M. (2004). “Anger Expression and Blood Pressure in Adolescents”, **The Journal of School Nursing**, cilt 20, sayı 6, ss.335-342.
- STRAYER, J. ve ROBERTS, W. (2004). “Empathy and Observed Anger and Agression in Five-Year-Olds”, **Social Development**, sayı 13, ss.1-13.
- SUNG, K. M., PUSKAR, K. R., SEREIKA, S. (2006). “Psikososyal Faktörler ve Gençlerin Baş Etme Stratejileri Bir Kırsal Pennsylvania Yüksek Okulu”, **Halk Sağlığı Hemşireliği**, cilt 23, sayı 6, ss.523-529.
- ŞİMŞEK, A. ve BALABAN, J. (2010). “Learning Strategies of Successful and Unsuccessful University Students, Online Submission”, **Contemporary Educational Technology**, cilt 1, sayı 1, ss.36–45.
- TALIAFERRO, L. A., RIENZO, B. A., PIGG JR, R. M., MILLER, M. D., DODD, V. J. (2008). “Associations Between Physical Activity and Reduced Rates of Hopelessness, Depression, and Suicidal Behavior Among College Students”, **Journal of American College Health**, cilt 57, sayı 4, ss.427-435.
- TALILIOĞLU, K. ve KARACA, M. (2013). “A Social Psychological Evaluation About Anger” **The Journal of Academic Social Science Studies**, cilt 6, sayı 6, ss.1101-1123.

- TAMBAĞ, H. ve ÖZ, F. (2005). “Aileleri ile Birlikte ve Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan Ergenlerin Öfke İfade Etme Biçimleri”, **Kriz Dergisi**, cilt 13, sayı 1, ss.11-21.
- TAŞDEMİR, M. ve TAŞDEMİR, A. (2011). “Öğretmen Adaylarının Bilimsel Araştırmaları İnceleme Yeterlikleri”, **Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, sayı 26, ss.343-353.
- TATARLAR, C. D. ve ÇANGARLI, B. G. (2018). “İntikam mı Affetme mi? Örgütsel Yaşamda Çok Bilinmeyenli Bir Denklem”, **Ege Academic Review**, cilt 18, sayı 4, ss.591-603.
- TATLIOĞLU, K. (2014). “Üniversite Öğrencilerinin Beş Faktör Kişilik Kuramı’na Göre Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi”, **Tarih Okulu Dergisi**, cilt 7, Sayı XVII, ss.939-971.
- TAYMUR, I. ve TÜRKÇAPAR, M. H. (2012). “Kişilik: Tanımı, Sınıflaması ve Değerlendirmesi”, **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, cilt 4, sayı 2, ss.154.
- THİMM, J. C. (2010). “Personality and Early Maladaptive Schemas: A Five-Factor Model Perspective” **Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry**, cilt 41, sayı 4, ss.373–380. Doi:10.1016/J.Jbtep.2010.03.009.
- THOMPSON, A. P. (1983). “Extramarital Sex: A Review of The Research Literature”, **Journal of Sex Research**, cilt 19, sayı 1, ss1-22.
- TOPBAŞOĞLU ALTAN, T. VE ÇİVİTÇİ, A. (2017). “Öfke ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Affetmenin Düzenleyici Rolü” **Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, cilt 18, sayı 9, ss.308-327.
- TOPLU DEMİRTAŞ, E. ve TEZER, E. (2013). “Aldatmaya Yönelik Niyet Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması”, **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, Cilt 4, Sayı 39, ss.37-45.

- TOUSSAINT, L. ve WEBB, J. R. (2005). "Gender Differences in The Relationship Between Empathy and Forgiveness", **The Journal of Social Psychology**, cilt 145, sayı 6, ss.673-685.
- TRINCAS R., OTTAVIANI C., COUYOUMDJIA A., TENORE K., SPITONI G., MANCINI F. (2014). "Specific Dysphoric Symptoms are Predicted By Early Maladaptive Schemas", **The Scientific World Journal**, cilt 2017, ss.1-7. <https://doi.org/10.1155/2014/231965>
- TSANG, J. A., MCCULLOUGH, M. E., FINCHAM, F. D. (2006). "The Longitudinal Association Between Forgiveness and Relationship Closeness and Commitment", **Journal of Social and Clinical Psychology**, cilt 25, sayı 4, ss.448-472.
- TSE, W. S. ve YIP, T. H. (2009). "Relationship Among Dispositional Forgiveness of Others, Interpersonal Adjustment and Psychological Well-Being: Implication for Interpersonal Theory of Depression", **Personality and Individual Differences** sayı 46, ss.365- 368.
- TÜZER, V. (2011). "İnternet, Siberseks ve Sadakatsizlik", **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi**, cilt 3, sayı 1, ss.100-116.
- ÜSTÜN, B., Ve YAVUZARSLAN, F. (1995). "Öfkenin Gücü", **Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi**, sayı 2, ss.42-46.
- VAN TONGEREN, D. R., GREEN, J. D., HOOK, J. N., DAVIS, D. E., DAVIS, J. L. ROMOS, M. (2015). "Forgiveness Increases Meaning İn Life", **Social Psychological and Personality Science**, cilt 6, sayı 1, ss.47-55.
- VON RUEDEN, C., GURVEN, M., KAPLAN, H. (2008). "The Multiple Dimensions Of Male Social Status in an Amazonian Society", **Evolution and Human Behavior**, sayı 29, ss.402-415.
- WADE, N.G. ve WORTHINTON, E.L. (2003). "Overcoming Interpersonal Offenses: Is Forgiveness The Only Way to Deal With Unforgiveness?", **Journal of Counseling and Development**, cilt 81, ss.343-353.

- WALKER, D. F., ve GORSUCH, R. L. (2002). "Forgiveness Within The Big Five Personality Model", **Personality and Individual Differences**, cilt 32, sayı 7, ss.1127-1137.
- WALKER, D. F. ve GORSUCH, R. L. (2004). "Dimensions Underlying Sixteen Models of Forgiveness", **Journal of Psychology and Theology**, sayı 32, ss.12-25.
- WALLER, G., MEYER, C., 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 Research**, sayı 25, ss.137- 147.
- WANG, J., MCDONALD, K. L., RUBIN, K. H., LAURSEN, B. (2012). "Peer Rejection as a Social Antecedent to Rejection Sensitivity in Youth: The Role of Relational Valuation", **Personality and Individual Differences**, sayı 53, ss.939-942.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.07.007>
- WATSON, D., CLARK, L. A., HARKNESS, A. R. (1994). "Structures of Personality and Their Relevance to Psychopathology", **Journal of Abnormal Psychology**, cilt 103, sayı 1, ss.18–31.
- WEINBERGER, D. R., EGAN, M. F., BERTOLINO, A., CALLICOTT, J. H., MATTAY, V. S., LIPSKA, B. K., GOLDBERG, T. E. (2001). "Prefrontal Neurons and The Genetics of Schizophrenia", **Biological Psychiatry**, cilt 50, sayı 11, ss.825-844.
- WEIL, M. W. (1975). "Extramarital Relationships: A Reappraisal", **Journal of Clinical Psychology**, cilt 31, sayı 4, ss.723–725.
- WEST, S. G. ve GRAZIANO, W. G. (1989). "Long-Term Stability and Change in Personality: an Introduction", **Journal of Personality**, cilt 57, sayı 2, ss.175-193.
- WIDIGER, T. A. ve SIMONSEN, E. (2005). "Alternative Dimensional Models of Personality Disorder: Finding A Common Ground", **Journal of Personality Disorders**, cilt 19, sayı 2, ss.110-130.

- WORTHINGTON JR, E. L., WITVLIET, C. V. O., PIETRINI, P., MILLER, A. J. (2007). "Forgiveness, Health, and Well-Being: A Review of Evidence for Emotional Versus Decisional Forgiveness, Dispositional Forgiveness, and Reduced Unforgiveness", **Journal of Behavioral Medicine**, cilt 30, sayı 4, ss.291-302.
- WORTHINGTON, E.L. JR., (1998c). "An Empathy-Humility-Commitment Model of Forgiveness Applied within Family Dyads", **Journal of Family Therapy**, cilt 20, sayı 1, ss.59-76.
- WORTHINGTON, E.L. JR., VE WADE, N.G. (1999). "The Social Psychology of Unforgiveness and Forgiveness and Implications for Clinical Practice", **Journal of Social and Clinical Psychology**, sayı 18, ss.358-415.
- WRIGHT, J. S., SOBEL A. H., SCHMIDT, G. A. (2009). "Influence of Condensate Evaporation on Water Vapor and Its Stable Isotopes in A GCM." **Geophysical Research Letters**, sayı 36, ss.1-5. L12804, Doi:10.1029/2009gl038091.
- YİĞİT, İ. ve ÇELİK, C. (2016). "İlişki Doyumunun Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Kendilik Algısı Açısından Değerlendirilmesi", **Türk Psikoloji Yazıları**, cilt 19, sayı 38, ss.77-90.
- YOUNG, I. M. (2003). "The Logic of Masculinist Protection: Reflections on The Current Security State", **Signs: Journal of Women in Culture And Society**, cilt 29, sayı 1, ss.1-25.
- YOUNG, J. E., KLOSKO, J. S., WEİSHAAR, M. E. (2017). **Schema Therapy: A Practitioner's Guide**, New York, The Guilford Press.
- YÖYEN, E. G. (2017). "Şiddet Türleri ve Kişilik Özellikleri", **Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi**, cilt 1, sayı 1, ss.35-50.
- YURTSEVER, S. S. ve SÜTÇÜ, S. T. (2017). "Algılanan Ebeveynlik Biçimleri ile Bozulmuş Yeme Tutumu Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü", **Türk Psikoloji Dergisi**, cilt 32, sayı 80, ss.20-43.

- ZARE, B. (2011). “Review of Studies on Infidelity”, **International Conference on Advanced Management Science**, sayı 19, ss.182-186.
- ZEIGLER-HILL, V., GREEN, B. A., ARNAU, R. C., SISEMORE, T. B., MYERS, E. M. (2011). “Trouble Ahead, Trouble Behind: Narcissism and Early Maladaptive Schemas”, **Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry**, cilt 42, sayı 1, ss.96-103.
- ZHANG, L. F. (2002). “Thinking Styles and The Big Five Personality Traits”, **Educational Psychology**, cilt 1, sayı 1, ss.19.
- ZIMMER GEMBECK, M. J. ve NESDALE, D. (2013). “Anxious and Angry Rejection Sensitivity, Social Withdrawal, and Retribution in High and Low Ambiguous Situations”, **Journal of Personality**, cilt 81, sayı 1, ss.29.
- ZIMMERMANN, P., MAIER, M. A., WINTER, M., GROSSMANN, K. E. (2001). “Attachment and Adolescents’ Emotion Regulation During A Joint Problem-Solving Task with a Friend”, **International Journal of Behavioral Development**, cilt 25, sayı 4, ss.331–343. Doi: 10.1080/01650250143000157

TEZ

- ACAR H. (1998). “Ankara’da Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumuna Bağlı Sosyal Hizmet Kuruluşlarında Çalışan Üniversite Mezunu Evli Personelin Evlilik Doyumları” (Yüksek Lisans Tezi), Ankara, Hacettepe Üniversitesi.
- ADAM KARDUZ, F.F. (2019). “Affetme Eğilimi Kazandırmaya Yönelik Psikoeğitim Programının Affetme Eğilimi Kazandırma ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri Üzerindeki Etkisi” (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- AKBULUT, Z. (2018). “İmago Yaklaşımına Dayalı Grupla Psikolojik Danışma Uygulamalarının Evli Çiftlerin Affetme ve Mutluluk Düzeyine Etkisi” (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.

- AKIN, F. (2022). “Öğretmenlerin Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri ile Bağışlama Eğilimleri-İş Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- AKMAZ, N. (2009). “Eğitim Yöneticilerinin Bağlanma Stilleri ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.
- ALICI DUYULER, E. (2023). “Bağlanma Boyutları ve Aldatma Eğilimi Arasında Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri ve Evlilik Doyumunun Aracı Rolü”, (Doktora Tezi), İstanbul Arel Üniversitesi.
- ALİYEV, P. (2008). “Beş Faktörlü Kişilik Özellikleri ve Cinsiyet Rollerinin Üniversite Alan Seçimi ile İlişkinin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- ALTUN, N. (2019). “Kadınlarda Toplumsal Cinsiyet Rollerine Göre Çocukluk Çağı Travmaları ile Erken Dönem Uyumsuz Şemaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- ARSLAN, S. (2019). “Öğretmen Adaylarında Kişilerarası Tarz, Affetme ve Evlilik Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- ASICI, E. (2013). “Öğretmen Adaylarının Affetme Özelliklerinin Öz-Duyarlık ve Benlik Saygısı Açısından İncelenmesi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- ASICI, E. (2018). “Affetme Odaklı Grup Rehberliğinin Ergenlerin Saldırganlık ve Öznel İyi Oluşları Üzerindeki Etkisi”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- ATEŞ, S. (2023). “Birinci Evliliğini Yapan Bireylerle Birden Fazla Evlilik Yapan Bireylerin Ayırışma Bireyleşme Düzeyleri ile Aldatma Eğilimleri Arasındaki İlişkide Reddedilme Duyarliliğinin Aracılık Rolü”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

- AVCI, R. (2006). “Şiddet Davranışı Gösteren ve Göstermeyen Ergenlerin Ailelerinin Aile İşlevleri, Öfke ve Öfke İfade Tarzları Açısından İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- BALKAYA, F. (2006). “Üniversite Öğrencilerinde Temas Biçimlerinin Öfke ve Anksiyete ile İlişkisi”, (Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- BAYAR, Ö. (2015). “Romantik İlişkilerde Aldatma ve Affetme: Empatinin Rolü”, (Yüksek Lisans Tezi), Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- BOZDUĞAN, B. N. (2023). “Genç Yetişkinlerde Yeme Tutumunun Yordayıcıları Olarak Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Benlik Saygısı ve Reddedilme Duyarlılığı”, (Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- BUGAY, A (2010). “In Partial Fulfillment of The Requirements” (Degree of Doctor of Philosophy), Department of Educational Sciences, Middle East Technical University, Ankara
- CAMPBELL, M, P, (2004), “The Efficacy of an Anger Management Program for Middle School Students with Emotional Handicaps”, (Doctoral Dissertation), Walden University, Minneapolis, USA.
- CANER, M. (2009). “Evli Bireylerde Kendi Ebeveynlerini Algılama Biçimleri, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Eşe Yönelik Değerlendirmeler Arasındaki İlişkiler: Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme”, (Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- ÇAKIR, Z. (2007). “Antisosyal Kişilik Bozukluğunda Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Algılanan Ebeveynlik Stilleri ve Şema Sürdürücü Başa Çıkma Davranışları Arasındaki İlişkiler: Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme”, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- ÇAKIRCA, F. (2020). “Kişilerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları ve Öfke Kontrol Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- ÇALIŞKAN, S. (2018). “Sınıf Öğretmenleri ve Branş Öğretmenlerinin Empatik Beceri Düzeyi, Sürekli Öfke Düzeyi ve Öfke İfade Tarzlarının Karşılaştırılması”, (Yüksek Lisans Tezi), Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.
- ÇARDAK, M. (2012). “Affetme Yönelimli Psiko-Eğitim Programının Affetme Eğilimi, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Psikolojik İyi Oluş, Sürekli Kaygı ve Öfke Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- ÇİFTÇİ, E. (2020). “Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide İlişki Doyumunun ve İlişki Bağlanımının Rolü: Aracı ve Durumsal Aracı Model Önerileri”, (Yüksek Lisans Tezi), Başkent Üniversitesi, Ankara.
- ÇOLAK, T.S. (2014). “Affetme Esnekliği Kazandırmada Logoterapi Yönelimli Grupla Psikolojik Danışmanın Etkililiği”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- DEMİRCİ, A. (2017). “Holland’ın Mesleki Tipleri ile Beş Faktörlü Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkiler”, (Yüksek Lisans Tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi.
- DEVELİ, E. (2006). “Konya’da İlköğretim Okullarında Görev Yapan Beden Eğitimi 134 Öğretmenlerinin Sürekli Kaygı Durumlarının İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi, Konya.
- DURAN, E. (2022). “Evli Bireylerde Psikolojik İyi Oluş, Güvensiz Bağlanma Boyutları, Kıskançlık Algısı, Aldatma ve Aldatılma Deneyiminin Romantik Kıskançlığı Yordama Gücü: Yakınlık Tetikleyicileri, Tepkileri Ve Nedenleri” (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul.
- DURSUN, S. (2016). “Evli Bireylerin Bağlanma Stillere Göre Aldatma Eğilimlerinin ve Evlilik Doyumlarının İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- DUYULER, E.A. (2023). “Bağlanma Boyutları ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkide Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri ve Evlilik Doyumunun Aracı Rolü”, (Doktora Tezi. İstanbul), Arel Üniversitesi, İstanbul.
- EKEN, E. (2018). “Üniversite Öğrencilerinde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Romantik İlişki Eğilimleri Arasındaki İlişki: Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme”, (Yüksek lisans tezi), Ege Üniversitesi, İzmir.
- ENDİRLİK, S. (2021). “Evli Bireyler Arasında Cinsiyete Göre Algılanan Cinsel Doyum, Evlilik Tipleri ve Aldatmaya Yönelik Niyetleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Kent Üniversitesi, İstanbul.
- ENDİRLİK, S. (2021). “Evli Bireyler Arasında Cinsiyete Göre Algılanan Cinsel Doyum, Evlilik Tipleri ve Aldatmaya Yönelik Niyetleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Kent Üniversitesi, İstanbul.
- ERDOĞDU, M. (2018). “Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Sürekli Öfke ve Öfkenin İfade Ediliş Biçimi Arasındaki İlişkiler” (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- ERGÜN, D. (2022). “Evli Bireylerde Romantik İlişkilere Yönelik Rasyonel Olmayan İnançların, İletişim Çatışması Türü ve Aldatma Eğilimi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale.
- ERÖZKAN, A. (2004), “Romantik İlişkilerde Reddedilmeye Dayalı İncinebilirlik Bilişsel Değerlendirme ve Başaçıkma”. (Basılmamış Doktora Tezi), Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Fricke, J. (2006). “Predicting Infidelity: The Role of Attachment Styles, Lovestyles, and The Investment Model”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi) Swinburne University of Technology.

- GEZER, F. (2022). “Evlilik Doyumunun Yordayıcıları: Aldatma Eğilimi ve İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar”, (Yüksek Lisans Tezi), Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- GOLDGAR, J.C. (2005). “The Emergence, Expression and Integration of Forgiveness: A Psychodynamic Explanation and Case Study”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Alliant International University, San Diego.
- GÜLER, K. (2020). “Kadınlarda Toplumsal Cinsiyet Rollerini ile Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Şema Başa Çıkma Biçimleri ve Beden İmgesi Baş Etme Stratejilerinin İlişkisi”, (Doktora Tezi), Doğu Üniversitesi, İstanbul.
- GÜNDÜZ, Ö. (2014). “Üniversite Öğrencilerinde Affetmeyi Yordayan Değişkenlerin Belirlenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- GÜZEL, İ. (2016). “Yakın İlişkilerde Aldatma ve Affetme Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde İncelenmesi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- HALİSDEMİR, D. (2013). “Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşları, Kendini Affetme Düzeyleri ve Geçmişe Yönelik Anne Kabul-Red Algıları Arasındaki İlişkiler”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gazi Üniversitesi, Ankara.
- HOŞRIK, M.E (2017) “Çocuk Evlerindeki Ergenlerde Gevşeme Tekniği ve Eft'nin Tanrı İmgesi, Affetme Eğilimi, Öfke ve Kaygı Kontrolü Üzerindeki Rol”, (Yüksek Lisans Tezi) Ankara Üniversitesi, Ankara.
- IŞIK, S. (2021). “Investigation of Five-Factor Personality Traits in Young Adults According to Attachment Styles”, (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- İMAMĞLU, S. (2003). “Öğretmen Adaylarının Öfke ve Öfke İfade Tarzları ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”,

(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Marmara Üniversitesi, İstanbul.

JOHNSON, R. L. (2010). “The Relationship of Personality and Parental and Peer Attachments with The Experience and Expression of Anger Among Juvenile Offenders”, (Unpublished Doctoral Dissertation), Graduate College of The Oklahoma State University, Oklahoma.

KANTARCI, D. (2009). “Evli bireylerin bağlanma stillerine göre aldatma eğilimleri ve çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

KARDUZ, F. F. A. (2019). “Affetme Eğilimi Kazandırmaya Yönelik Psiko-Eğitim Programının Affetme Eğilimi Kazandırma ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri Üzerindeki Etkisi”, (Doktora Tezi), Sakarya Üniversitesi.

KARPUZ İLERİCİLER, N. (2015). “Evlilik Uyumunu Açıklamada Yakın İlişkilerde Bağlanma, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Psikolojik Travmanın Rolü”, (Yüksek Lisans Tezi), Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

KARTAL, P. (2022). “Sosyal Anksiyete Bozukluğu Tanılı Hastalarda Reddedilme Duyarlılığı, Narsistik Kırılganlık, Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün İşlevsellikle İlişkisi”, (Tıpta Uzmanlık Tezi), Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul.

KAYA, F. (2010). Çocukluk Döneminde Yaşanan İstismarın Kişilerarası İlişki Tarzları Üzerindeki Etkisi: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Aracı Rolü, (Yüksek lisans tezi), Ankara Üniversitesi.

KAYA, F. (2015). “Üniversite Öğrencilerinin Affetme ve Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişki: Duygusal Zekânın Aracı Rolü”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.

KINALI, E. (2020). “Onkoloji Hastalarında Beş Faktörlü Temel Kişilik Özelliklerinin Travma Sonrası Büyümeye ve Psikolojik Sağlamlığa

- Etkisi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Okan Üniversitesi.
- KONAL, B. (2022). “Ergenlerde Karanlık Üçlü Kişilik Özelliklerinin Yordayıcıları: Beş Faktör Kişilik Özellikleri, Benlik Saygısı ve Değerleri”, (Yüksek Lisans Tezi), Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- KUBAT, D. E., (2012). “Evli Bireylerde Aldatma Eğilimi ve Evlilik Doyumu İlişkisinin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- KULA T (2012). “Ergenlerde Öfke Duygusu, Benlik Algısı, Tanrı Algısı, Suçluluk ve Utanç Duyguları Açısından Bir Değerlendirme”, (Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- MAMEGHANİ, S. S. (2017). “Türkiye ve İran’daki Üniversite Öğrencilerinin Affetme, Tolerans ve Mutluluk Düzeylerinin Karşılaştırılması”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi). 19 Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- MUZ, E. (2022). “Evli Bireylerde Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların İlişki Bağımlılığı ve Aldatma Eğilimi ile İlişkisinin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- MÜEZZİNOĞLU, S. (2014). “Romantik İlişkilerde Aldatma: Bağlanma Boyutları, Kişilik Özellikleri ve İlişki Bağlanımı”, (Doktora Tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- OKTAY, B. (2010). “Aleksitimi: Bağlanma, Kendilik Algısı, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Öfke Değişkenleri Açısından Bir Değerlendirme”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniversitesi, Ankara.
- ORAL, T. (2016). “Üniversite Öğrencilerinin Affetme Düzeylerinin Öz Anlayış, Kişiler Arası Hataya İlişkin Ruminasyon ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.

- ÖNÜRME, G. B. (2023). “Algılanan Ebeveyn Reddi ve Borderline Kişilik Bozukluğu İnançları Arasındaki İlişkide Reddedilme Duyarlılığı ve Öfkenin Aracı Rolü”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Işık Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- ÖZCAN, S. G. (2014). “Evli Bireylerin Cinsiyete Göre Aldatma Eğilimleri, Evlilik Doyum Düzeyleri ve Cinsel Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul.
- ÖZKUR, S. (2022). “Yetişkinlerde Aldatma Eğiliminin Duygusal Özyeterlik ve Cinsel Tutumla İlişkisi”, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- PAY, B. (2020). “Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Sosyal Kaygı Belirtileri ile İlişkisinde Öz-Şefkatin Aracı Rolünün İncelenmesi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- POLAT, D. (2006). “Evli Bireylerin Evlilik Uyumları, Aldatma Eğilimleri ve Çatışma Eğilimleri Arasındaki İlişkilerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Psikoloji Anabilim Dalı, Sosyal Psikoloji Bilim Dalı, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara Üniversitesi.
- SAPMAZ, F. (2011). “Bilişsel Davranışçı Yaklaşım Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Sosyal Anksiyete, Reddedilme Duyarlılığı ve Kişilerarası Duyarlılık Üzerine Etkisi”, (Yüksek Lisans Tezi), Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- SARISOY, G. (2017). “Personality Disorders in Relation to Early Childhood Experiences, Rejection Sensitivity, and Emotion Regulation Processes”, (Unpublished Master Thesis), Middle East Technical University Graduate School Of Social Sciences, Ankara.
- SATICI, S.A. (2016). “Üniversite Öğrencilerinin Affetme, İntikam, Sosyal Bağlılık ve Öznel İyi Oluşları: Farklı Yapısal Modellerin Denenmesi Üzerine Bir Araştırma”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.

- SCHONIAN, S. (2013). "Perceptions and Definition of Infidelity: A Multimethod Study", (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), University of Nevada Department of Marriage and Family Therapy, Las Vegas.
- SEÇER, K.A. (2005). "Bipolar Bozukluk Tanılı Bireylerde ve Kardeşlerinde Mizaç ve Karakter Özellikleri", (Uzmanlık Tezi), Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Isparta.
- SEVİNİŞ, S. (2017). "Yetişkinlerde Sosyal Ağ Kullanımının Beş Faktör Kişilik Özellikleriyle İlişkisi", (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çukurova Üniversitesi.
- SEYFİ, S. (2017). "Evli Bireylerin Aldatma Eğilimleri ve Affetme Düzeylerinin Bağlanma Stillerine Göre İncelenmesi", (Yüksek Lisans Tezi), Adana.
- ŞAHİN, M. (2013). "Affedicilik ile Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi", (Doktora Tezi), Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- ŞAHİN, Z. A. (2009). "Kemoterapi Hastalarına Bakım Veren Bireylerin Gösterdikleri Tepkiler ile Öfke İfade Tarzlarının Belirlenmesi", (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- ŞAMATACI, G., (2013). "Romantik İlişkilerde Affetme: Transaksiyonel Analiz Ego Durumları Açısından Bir İnceleme", (Yüksek Lisans Tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- ŞATIROĞLU, G. (2017). "Evli Bireylerde Aldatma Eğilimi, Bilişsel Duygu Düzenleme ve Kişilik Özellikleri", (Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- ŞEHİTOĞLU, G. (2021). "Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar, Romantik Kıskançlık ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- TANG, S. S. (2009) "Social Context In Traumatic Stress: Gender, Ethnicity, And Betrayal", (Doctoral's Thesis), University of Oregon.

- TANIŞ, Z. İ. (2014). “Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri ve Öfke Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- TAYSİ, E. (2007). “İkili İlişkilerde Bağışlama: İlişki Kalitesi ve Yüklemelerin Rolü”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi, Ankara.
- TOKATLI, A. (2020). “Mentorluk Fonksiyonları ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki ve Kişilik Özelliklerinin Mentorluk Fonksiyonlarına Etkisi: Beş Faktör Kişilik Modeli Çerçevesinde Bir Araştırma”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.
- TOPBAŞOĞLU, T. (2016). “Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Öfke ve Affetme: Affetmenin Düzenleyici Rolü”, (Master's Thesis), Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- TOPÇU, F. (2017). “Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinde Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- TORTAMIŞ, M. (2014). “Evli Bireylerde Romantik Kıskançlık Düzeyi ve Aldatma Eğilimlerinin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Değerlendirilmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- TOWNSEND, S.T. (2012). “Becoming A More Forgiving Sibling: Effects of The R.E.A.C.H. Forgiveness Pyramid Model”, (Doctoral Dissertation), Wilmington University, New Castle, USA.
- TURAN ÇATIK, B. (2021), “Bağlanma Stillерinin Romantik İlişkilerde Reddedilme Duyarlılığı, Kıskançlık Nedenleri ve Öfke İfade Tarzıyla İlişkinin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- ULU, S. (2011). “Ergenlerde Algılanan Duygusal İstismar İle Sürekli Öfke Düzeyi ve Öfke İfade Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- ÜNAL, E. (2014). “The Effects of Child Abuse and Neglect on Psychopathological Symptomatology: The Roles of Early Maladaptive Schemas and Schema Coping Processes”, (Unpublished Master's Thesis), Middle East Technical University, Ankara.
- ÜZÜMCÜ, E. (2016). “Büyükleme ve Kırılgan Narsisistik Kişilik Özellikleri ile İlişkili Faktörlerin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde İncelenmesi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- VARLI, S. (2022). “Reddedilme Duyarlılığı ve Duygu Düzenleme Becerilerinin Yaşam Yönelimi Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- VELİBAŞOĞLU, B. (2021). “Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Young Pozitif Şema Ölçeği ile Değerlendirilen Erken Dönem Uyumlu Şemalar Üzerinden Obsesif Kompulsif Bozukluk Belirtileri ve Müdahale”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- WADE, N. (2002). “Understanding REACH: A Component Analysis of a Group Intervention to Promote Forgiveness” (Doctoral Dissertation), Virginia Commonwealth University, USA.
- YILDIRIM, H. (2003). “Empati ile Beş Faktör Kişilik Modeli Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- YILDIZ, A. E. (2023). “Evli Bireylerde Aile Huzuru, Öfke Tarzları ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Arasındaki İlişki”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi), İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

- YILDIZ, S. İ. (2021). “Beliren Yetişkinlerde Yalnızlığın Yordayıcıları Olarak Bağlanma Stilleri, Reddedilme Duyarlılığı ve Mükemmeliyetçiliğin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- YILMAZ, S. (2016). “Güvensiz Bağlanma Stiline Sahip Olan Evli Bireylerin Aldatma ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yüksek Lisans Tezi), Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- YONAR, M.T. (2022). “Evli Bireylerde Bağlanma Boyutları ve Benlik Saygısının Aldatma Eğilimini Yordayıcı Etkisi”, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- YÖNDEM, K. (2021). “Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Obsesif İnanışlar”, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- YURDAKUL, G. (2019). “Sosyal Kaytarma Davranışı ile İşe Yabancılaşma Arasındaki İlişki: Bir Vaka İncelemesi Örneği”, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Kırıkkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırıkkale.
- ZÖRER, P. B. (2015). “Bağlanma Kuramı Perspektifinden Sosyal Kaygı: Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Reddedilme Duyarlılığının Rolü”, (Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi, Bursa.

DİĞER KAYNAKLAR

- ASAGEM. (2006). “Türkiye’de Aile Yapısı Araştırması” Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Yayını, Ankara.
- BUGAY, A. ve DEMİR, A. (2011). “Yaşam Doyumu ile Affetme Arasındaki İlişkide Ruminasyon Eğiliminin Aracı Rolü”, XI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Selçuk, İzmir, Ekim, 3-5.
- CANATAN, A., SARIÇAM, H., BIÇER, B. (2015). “Affediciliğin Yaşamda Anlam Üzerindeki Etkisi”, Eğitim ve Bilim Tarihi Sempozyumu, 12-14.

- DIFRANCESCO, C. (2009). "Schema Therapy For Couples & Marriages".
Erişim tarihi: 2018, [Committee on S.T. for Couples and Marriages](http://www.wisconsinfamily.org/pdf/Couples-and-Marriages.pdf)
<http://www.wisconsinfamily.org/pdf/Couples-and-Marriages.pdf>.
- DÖKMEN, Z. Y. ve TOKGÖZ, Ö. (2002). "Cinsiyet, Eğitim, Cinsiyet Rolü ile
Evlilik Doyumu, Eşle Algılanan Benzerlik Arasındaki İlişkiler". XII.
Ulusal Psikoloji Kongresi, 9-13.

EKLER

EK-1: Kişisel Bilgi Formu

EK-2: Aldatma Eğilimi Ölçeği

EK-3: Heartland Affetme Ölçeği

EK-4: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği

EK-5: Sürekli Öfke ve Öfke Tarzı Ölçeği

EK-6: Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Formu (IPISV) Soruları

EK-7: Young Şema Ölçeği

EK-8: Etik Kurul Kararı

EK-1: Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyet

Kadın Erkek Diğer

2. Yaş...

3. Çalışma durumunuz nedir? () Çalışmıyorum. () Çalışıyorum

4. Günde kaç saat çalışırsınız? 0-6 saat 6-8 saat 9 saat ve üzeri

5. Maddi gelirinizden memnun musunuz? Evet Hayır

6. Bilinen bir rahatsızlığınız var mı (bedensel ya da tıbbi)? Evet Hayır

7. Ruhsal bir rahatsızlığınız var mı? Evet ise..... Hayır

8. Mesleğiniz.....

9. Maddi kazancınız.....

10. Eğitim süreniz

İlkokul mezunu Ortaokul mezunu
Lise mezunu Üniversite mezunu Yüksek lisans
(Uzman statüsü) ve üzeri

11. Medeni haliniz? Evli Bekar

diğer.....

Evliyseniz 12.- 16. arasındaki soruları yanıtlayınız...

12. İlk evliliğiniz mi? Evet Hayır ise ayrılma nedeniniz

() Ölüm () Boşanma

13. Kaç yıldır evlisiniz?

1 yıldan az 1-3 yıl 3-5 yıl 5 yıl üzeri

14. Eşinizin eğitim durumu nedir?

Okur-yazar değil Okur -yazar İlkokul mezunu
Ortaokul mezunu
Lise mezunu Üniversite mezunu Yüksek lisans (Uzman statüsü) ve üzeri

15. Kaç kardeşiniz?....

16. Kaçınıcı çocuksunuz?.....

17. Anne-babanız birlikte mi? Evet Hayır

18. Ayrı ise kaç yaşındaydınız?.....

EK-2: Aldatma Eğilimi Ölçeği

Bu ölçekte, evliliğiniz ile ilgili duygu ve düşüncelerinizi değerlendirmeniz istenmektedir. Her bir ifadeyi okuduktan sonra, buna ne derecede katıldığınızı ya da katılmadığınızı cevap için ayrılan yere (X) koyarak işaretleyiniz.		Tamamen katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
1.	Eşimle iletişim çatışması yaşadığım dönemlerde, beni anlayacak bir partner isterim.					
2.	Eşimle düzenli aralıklarla cinsel ilişkiye giremediğimde (iş seyahatleri vs.), bu dönemlerde başkasıyla birlikte olmayı deneyebilirim.					
3.	Zaman zaman, beni daha mutlu edebilecek bir başkasıyla birlikte olmayı düşünürüm.					
4.	Eşimden aldığım cinsel doyum düşük olsa da, başkasıyla birlikte olmayı düşünmem.					
5.	Evliliğimi artık kurtaramayacağımı hissettiğimde (her şeye rağmen devam edecek ya da boşanmayla sonuçlanacak), hayatımda başka birinin olması için açık kapı bırakırım.					
6.	Eşim kendine ayrı bir sosyal çevre edinip onlarla yoğun bir ilişki içine girdiğinde; ben de ortak ilgilerimizi, hobilerimizi paylaşacağım bir partnerle vakit geçirmeyi deneyebilirim.					
7.	Eşimden daha güzel/yakışıklı, çekici bir partnerle birlikte olmayı da düşünürüm.					
8.	Giderek eşime olan sadakatim azalıyor.					
9.	Evliliğimdeki romantizm bitse de, bunu bir başkasıyla gidermeyi düşünmem.					
10.	Eşimden başka bir partneri düşünmek bile kendimi suçlu hissetmeme neden olur.					
11.	Sevgi, anlayış ve desteğe ihtiyacım olduğunda; yine de bu isteğime eşimden başka bir partnerin karşılık vereceğine inanmıyorum.					
12.	Eşimle yaşayamadığım fantezileri gerçekleştirebileceğim bir teklif aldığımda, bunu değerlendirebilirim.					
13.	Eşimin kıskanç davranışları, başka bir partnere yönelmeme neden olabilir.					
14.	Salt farklı bir heyecan yaşamak için, eşimden başkasıyla birlikte olmam.					
15.	Tek eşlilik bana göre değil.					
16.	Eşimden ayrılmayı düşünsem de, başka biriyle birlikte olmam.					
17.	Evliliğimdeki mutsuzluğun, başkasıyla birlikte olmama neden olacağını sanmıyorum.					

18.	Eşimin fiziksel çekiciliği azalsa da, başka bir insanı çekici olduğu için tercih etmem.					
19.	Eşimin yoğun ilgisi, beni başka bir partnere itebilir.					
20.	Eşimle anlaşamam da “keşke başka biriyle evli olsaydım” diye düşünmem.					
21.	Eşim bakımsız olduğunda, bakımlı ve hoş biriyle birlikte olmayı isterim.					
22.	Eşim karı-koca rolünü, ana-baba rolünün arkasına atarsa başkasıyla birlikte olabilirim.					
23.	Evliliğimi hiçbir koşulda riske atmam.					
24.	Eşimin başka biriyle birlikte olduğunu öğrensem, ben de bir başkasıyla birlikte olmayı denerim.					
25.	İlişkimiz rutinleştiğinde yeni heyecanlar yaşamak için başkasıyla birlikte olabilirim.					
26.	Elimde olmadan, salt ortamın uygun olması nedeniyle; başkasıyla birlikte olabilirim.					
27.	Eşim bana zaman ayırmasa da, hayatıma başka bir partneri almayı düşünmem.					
28.	Karşımdaki insan istedi diye, onunla birlikte olmam.					
29.	Eşim başkasıyla birlikte olmamı hak ediyor.					
30.	Eşim geçici cinsel işlev bozukluğu yaşarsa, cinsel ilişki için bir başkasıyla birlikte olmayı düşünürüm.					

EK-3: Heartland Affetme Ölçeği

Hayatımız boyunca, kendi davranışlarımız, başkalarının davranışları veya kontrolümüz dışındaki durumlar nedeniyle olumsuz olaylar yaşayabiliriz. Bu olumsuz yaşantıların ardından belli bir zaman geçtikten sonra, kendimiz, diğer insanlar veya yaşanan durumlar hakkında olumsuz duygu veya düşüncelerimiz olabilir. Bu tür olumsuz olaylara genel olarak nasıl tepki verdiğinizi düşününüz ve aşağıda verilen her ifadenin yanına, tarif edilen olumsuz duruma genellikle nasıl tepki verdiğinizi ifade eden sayıyı (aşağıdaki 7'li değerlendirme ölçeğine göre) yazınız. Vereceğiniz yanıtlarda doğru veya yanlış cevap yoktur. Lütfen yanıtlarınızda olabildiğince dürüst ve samimi olunuz.

1 **2** **3** **4** **5** **6** **7**

Beni hiç **Beni pek** **Beni biraz** **Beni tamamen**
yansıtıyor **yansıtıyor** **yansıtıyor** **yansıtıyor**

___ İşleri berbat ettiğimde önce kötü hissetmeme rağmen zamanla kendimi rahatlatabilirim.

___ Yaptığım olumsuz şeyler için kendime kin tutarım.

___ Yaptığım kötü şeylerden öğrendiklerim onlarla baş etmemde bana yardımcı olur.

___ İşleri berbat ettiğimde, kendimi kabul etmek benim için gerçekten çok zordur.

___ Yaptığım hatalara, zamanla daha anlayışlı olurum.

___ Hissettiğim, düşündüğüm, söylediğim ya da yaptığım olumsuz şeyler için kendimi eleştirmeyi durduramam.

___ Yaptığının yanlış olduğunu düşündüğüm kişiyi cezalandırmayı sürdürürüm.

___ Beni incitenlere karşı zamanla daha anlayışlı olurum.

___ Beni incitenlere karşı katı olmaya devam ederim.

___ Başkaları bana geçmişte zarar vermiş de olsa, eninde sonunda onları iyi insanlar olarak görebilirim.

___ Başkaları bana kötü davranırsa, onların hakkında kötü düşünmeye devam ederim.

___ Biri beni hayal kırıklığına uğrattığında, bu olayı eninde sonunda geçmişte bırakabilirim.

___ Kontrol edilemeyen nedenlerden dolayı işler ters gittiğinde, onlar hakkında olumsuz düşüncelere takılıp kalırım.

___ Hayatımdaki kötü durumlara zamanla daha anlayışlı olabilirim.

___ Hayatımdaki kontrol edilemeyen durumlar yüzünden hayal kırıklığına uğrarsam, onlar hakkında olumsuz düşünmeyi sürdürürüm.

___ Hayatımdaki kötü durumlarla eninde sonunda barışıırım.

___ Kimsenin hatası olmayan olumsuz durumları kabullenmek benim için gerçekten çok zordur.

___ Kimsenin kontrolünde olmayan kötü durumlarla ilgili olumsuz düşüncelerimden, eninde sonunda kurtulurum.

EK-4: Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği

Açıklama: Aşağıda varsayım dayalı “muhtemel hayır denme ve reddedilme” durumlarına ilişkin ifadeler yer almaktadır. Lütfen her maddeyi dikkatlice okuyup, böyle bir yaşantının sizde ne tür bir etki yapabileceğini düşününüz. Cevabınızı 1 ile 6 arasındaki (1) Beni hiç endişelendirmez ile, (6) Beni çok endişelendirir aralığında belirleyerek, aşağıdaki her cümleyi size uygun olan ifadelerle tamamlayıp işaretlemenizi gerçekleştiriniz.

1. Sınıftaki birinden ödünç olarak notlarını istemek	1	2	3	4	5	6
2. Kız/erkek arkadaşına onunla birlikte eve taşınmak istediğimi söylemek	1	2	3	4	5	6
3. Hangi programa başvurmam gerektiği ile ilgili ebeveynlerimden yardım istemek	1	2	3	4	5	6
4. İyi tanımadığım, çıktığım kişi hakkında başka birinden bilgi almak	1	2	3	4	5	6
5. Kız/erkek arkadaşımın geceyi arkadaşlarıyla geçirmek için plan yapması, fakat benim gerçekten geceyi onunla geçirmek istediğimi söylemek	1	2	3	4	5	6
6. Ailemden günlük harcamalarım için daha fazla para istemek	1	2	3	4	5	6
7. Ders sonrası, ders hocasından anlamadığım bir bölümle ilgili daha fazla bilgi istemek	1	2	3	4	5	6
8. Yakın bir arkadaşına yaklaşarak onu ciddi bir şekilde kızdıran bir şeyden sonra onunla konuşmak	1	2	3	4	5	6
9. Sınıftaki birine kahve ısmarlamak	1	2	3	4	5	6
10. Mezuniyet sonrası bir iş bulamadığımda aileme bir süre daha beni desteklemeleri gerektiğini söylemek	1	2	3	4	5	6
11. Arkadaşımdan Şubat tatilinde benimle birlikte bir yere gelmesini istemek	1	2	3	4	5	6
12. Sert bir tartışma sonrası kız/erkek arkadaşımı arayarak onu görmek istediğimi söylemek	1	2	3	4	5	6
13. Bir arkadaşımın onun herhangi bir şeyini ödünç alıp alamayacağımı sormak	1	2	3	4	5	6
14. Ailemden benim için önemli bir davete (güne) gelmelerini istemek	1	2	3	4	5	6
15. Arkadaşımdan bana büyük bir iyilik yapmasını istemek	1	2	3	4	5	6
16. Kız/erkek arkadaşımın beni gerçekten sevip sevmediğini sormak	1	2	3	4	5	6
17. Bir partide salondaki kız/erkeklerden birine onunla dans etmek istediğimi söylemek	1	2	3	4	5	6
18. Kız/erkek arkadaşımın ebeveynlerimi ziyaret etmesi için eve gelmesini istemek	1	2	3	4	5	6

EK-5: Sürekli Öfke Ve Öfke Tarzı Ölçeği

1. BÖLÜM

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatırken kullandıkları birtakım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da genel olarak nasıl hissettiğinizi düşünün ve ifadelerin sağ taraflarındaki sayılar arasında sizi en iyi tanımlayan ifadeyi seçerek, üzerine (X) işareti koyun. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman kaybetmeksizin, genel olarak nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

(1) Hiç Tanımlamıyor

(2) Biraz Tanımlıyor

(3) Oldukça Tanımlıyor

(4) Tümüyle Tanımlıyor

	Hiç	Biraz	Oldukça	Tümüyle
1- Çabuk Parlarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
2- Kızgın mizaçlıyım.	(1)	(2)	(3)	(4)
3- Öfkesi burnunda bir insanımdır.	(1)	(2)	(3)	(4)
4- Başkalarının hataları, yaptığım işi yavaşlatınca kızarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
5- Yaptığım iyi bir işten sonar takdir edilmemek canımı sıkır.	(1)	(2)	(3)	(4)
6- Öfkelenince kontrolümü kaybederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
7- Öfkelenildiğimde ağızıma geleni söylerim.	(1)	(2)	(3)	(4)
8- Başkalarının önünde eleştirilmek beni hiddetlendirir.	(1)	(2)	(3)	(4)
9- Engellendiğimde içimden birilerine vurmak gelir.	(1)	(2)	(3)	(4)
10- Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılgına dönerim.	(1)	(2)	(3)	(4)

2. BÖLÜM

YÖNERGE: Herkes zaman zaman kızgınlık veya Öfke duyabilir. Ancak, kişilerin Öfke duygularıyla ilgili tepkileri farklıdır. Aşağıda, kişilerin Öfke ve kızgınlık tepkilerini tanımlarken kullandıkları ifadeleri göreceksiniz. Her bir ifadeyi okuyun ve Öfke ve kızgınlık duyduğunuzda genelde ne yaptığınızı düşünerek o ifadenin yanında sizi en iyi tanımlayan sayının üzerine (x) işareti

koyarak belirtin. Doğru veya yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeyiniz.

- (1) Hiç
- (2) Biraz
- (3) Oldukça
- (4) Tanımıyor

	Hiç	Biraz	Oldukça	Tümüyle
11- Öfkemi kontrol ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
12- Kızgınlığımı gösteririm.	(1)	(2)	(3)	(4)
13- Öfkemi içime atarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
14- Başkalarına karşı sabırlıyım.	(1)	(2)	(3)	(4)
15- Somurtur ya da sürat asarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
16- İnsanlardan uzak dururum.	(1)	(2)	(3)	(4)
17- Başkalarına iğneli sözler söylerim.	(1)	(2)	(3)	(4)
18- Soğukkanlılığımı korurum.	(1)	(2)	(3)	(4)
19- Kapıları çarpmak gibi şeyler yaparım.	(1)	(2)	(3)	(4)
20- İçin için köpürürüm ama gösteremem.	(1)	(2)	(3)	(4)
21- Davranışlarımı kontrol ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
22- Başkalarıyla tartışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)
23- İçimde, kimseye söyleyemediğim kinler beslerim.	(1)	(2)	(3)	(4)
24- Beni çileden çıkararak her neyse saldırırım.	(1)	(2)	(3)	(4)
25- Öfkem kontrolden çıkmadan kendimi	(1)	(2)	(3)	(4)
26- Gizliden gizliye insanları epeyce eleştiririm..	(1)	(2)	(3)	(4)
27- Belli ettiğimden daha Öfkeliyimdir.	(1)	(2)	(3)	(4)
28- Çoğu kimseye kıyasla daha çabuk sakinleşirim.	(1)	(2)	(3)	(4)
29- Kötü şeyler söylerim.	(1)	(2)	(3)	(4)
30- Hoşgörülü ve anlayışlı olmaya çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)
31- İçimden insanların fark ettiğinden daha fazla sinirlenirim.	(1)	(2)	(3)	(4)
32- Sinirlerime hakim olamam.	(1)	(2)	(3)	(4)
33- Beni sinirlendirenlere, ne hissettiğimi söylerim.	(1)	(2)	(3)	(4)
34 Kızgınlık duygularımı kontrol ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)

EK-6: Uluslararası Kişilik Envanteri Kısa Formu (IPISV) Soruları

Aşağıdaki tabloda 1-40 arası her ifade için 1-5 arasında bir puan seçerek verilen ifadeyle ne derecede mutabık olduğunuzu ifadenin solundaki kutucukta belirtiniz

	Ben....	1=katılımyorum	2=kısmenkatılmıyorum	3=kararsızım	4=kısmenkatılıyorum	5=katılıyorum
1.	Etrafa neşe saçan biriyim					
2.	Başkalarına karşı fazla alaka duymam					
3.	Her zaman hazırlıklıyım					
4.	Kolayca strese girerim					
5.	Zengin bir sözcük dağarcığım var					
6.	Fazla konuşmam					
7.	İnsanlara karşı ilgiliyimdir					
8.	Kişisel eşyalarımı etrafta bırakırım					
9.	İnsanların yanındaiken kendimi rahat hissederim					
10.	Detaylara dikkat ederim					
11.	Olaylar hakkında kaygı duyarım					
12.	Canlı bir hayal gücüm var					
13.	Geri planda kalan biriyim					
14.	Başkalarının hislerine yakınlık gösteririm/hislerini paylaşıyorum					
15.	İşleri yüzüme gözüme bulaştırırım					
16.	Diyalog başlatan biriyim					
17.	Başkalarının sorunları beni ilgilendirmez					
18.	Kolayca rahatsız olurum					
19.	Mükemmel fikirleri olan biriyim					
20.	Söyleyecek fazla şeyim yoktur					
21.	Yumuşak kalpli biriyim					
22.	Eşyaları ait oldukları yerlere geri koymayı sık sık unuturum					
23.	Kolay sinirlenirim					
24.	İyi bir hayal gücüm yok					
25.	Partilerde birçok farklı insanla sohbet ederim					
26.	Başkaları beni pek ilgilendirmez					

27.	Düzeni severim					
28.	Duygu durumumu sıkça değiştiririm					
29.	Anlamakta çabudumdur/çabuk anlarım					
30.	Başkalarına zaman ayırmak için işlerime ara veririm					
31.	Vazifeden kaçırım					
32.	Sık duygu değişimlerim vardır					
33.	Zor kelimeler kullanırım					
34.	Belli bir programa göre çalışırım					
35.	Kolayca asabileşirim					
36.	Tanımadığım kişilerin yanında sessiz kalırım					
37.	İnsanların rahat hissetmelerini sağlarım					
38.	İşim konusunda titiz ve detaycıyım					
39.	Sık sık efkarlı hissederim					
40.	Fikirlerle doluyum					

EK-7: Young Şema Ölçeği

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

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

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

Derecelendirme:

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

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

2. _____ Beni terkedeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.

3. _____ İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum

4. _____ Uyumsuzum.

5. _____ Beğendiğim hiçbir erkek/kadın, kusurlarımı görürse beni sevmez.

6. _____ İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum

7. _____ Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.

8. _____ Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.
9. _____ Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşıtılarım kadar, başaramadım.
10. _____ Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.
11. _____ Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.
12. _____ Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseddiğimi göstermek gibi).
13. _____ Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.
14. _____ Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” 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 hakkederim.
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. _____ Yakınlarımla beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım
39. _____ Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.
40. _____ Bir yere ait değilim, yalnızım.
41. _____ Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.

42. _____ İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.
43. _____ Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.
44. _____ Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.
45. _____ Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hisseder veya suçluluk duyarız
46. _____ İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.
47. _____ Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.
48. _____ İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur.
49. _____ Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.
50. _____ İstediğimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.
51. _____ Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakarlık etmekte zorlanırım
52. _____ Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissederim.
53. _____ Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.
54. _____ Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.
55. _____ Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek 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 sevilebilecek biri gibi hissetmiyorum.
60. _____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.

61. _____ Gündelik işler için benim kararlarım güvenilemez.
62. _____ Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.
63. _____ Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum-Benim kendime ait bir hayatım yok.
64. _____ Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.
65. _____ Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.
66. _____ Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.
67. _____ Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.
68. _____ Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.
69. _____ Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.
70. _____ Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.
71. _____ Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.
72. _____ Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.
73. _____ Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.
74. _____ İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.
75. _____ Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.
76. _____ Kendimi hep grupların dışında hissederim.
77. _____ Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımlarına izin vermiyorum.

78. _____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.
79. _____ Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum.
80. _____ Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.
81. _____ Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum.
82. _____ Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum.
83. _____ Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar.
84. _____ Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar.
85. _____ Kendimi sorumluluktan kolayca sıyıramıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.
86. _____ Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.
87. _____ Kararlarıma nadiren sadık kalabilirim.
88. _____ Bir dolu övgü ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.
89. _____ Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.
90. _____ Ben cezalandırılmayı hakeden kötü bir insanım.

EK-8: Etik Kurul Kararı

Evrak Tarih ve Sayısı: 09.09.2022-61244



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

Sayı :E-88083623-020-61244
Konu : Etik Onayı Hk.

09.09.2022

Sayın Cansu Selin YURTSEVEN

Tez çalışmanızda kullanmak üzere yapmayı talep ettiğiniz anketiniz İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Komisyonu'nun 04.08.2022 tarihli ve 2022/13 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur. Bilgilerinize rica ederim.

Dr.Öğr.Üyesi Alper FİDAN
Müdür Yardımcısı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : BS44LE4S7Z Pin Kodu : 35772

Belge Takip Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/istanbul-aydin-universitesi-ebys?>

Adres : Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Küçükçekmece / İSTANBUL

Telefon : 444 1 428

Web : <http://www.aydin.edu.tr/>

Kep Adresi : iau.yazisleri@iau.hs03.kep.tr

Bilgi için : Tuğba SÜNNETÇİ

Unvanı : Yazı İşleri Uzmanı

Tel No : 31002



ÖZGEÇMİŞ

Ad-Soyad : Cansu Selin Yurtseven

Öğrenim Durumu

Doktora : İstanbul Aydın Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji Doktora

Yüksek Lisans: : İstanbul Gelişim Üniversitesi
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans

Lisans: : İstanbul Bilgi Üniversitesi
Psikoloji Bölümü

İletişim : pskcansuyurtseven@gmail.com

Yayınlar

Yurtseven, C. S. (2019). *Yetişkinlerde erken dönem uyum bozucu şemalar, yakın ilişkilerde psikolojik eğilimler ve aldatma arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Yurtseven, C. S., & Özkul, E. (2022). Examination of the relationship between early maladaptive schemas, attachment styles and adult separation anxiety in a non-clinical sample. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 16(02), 815-815.

Yurtseven, C. S., & Yulaf, Y. (2022). Yetişkinlerde Aldatma Eğiliminin Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Yakın İlişkilerde Psikolojik Eğilimler ile Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 5(5), 622-631.

Ahi, S. & Yurtseven, C. S. (2022). Sosyal Fobide Bilişsel Davranışçı Terapi Tedavi ve Teknikleri: Olgu Sunumu. *Asos Journal Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(132), 326-346.