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

FLÖRT ŞİDDETİ, ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALAR VE AFFEDİCİLİK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

EZGİCAN EREN

İSTANBUL – 2026

T.C.

İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

FLÖRT ŞİDDETİ, ERKEN DÖNEM UYUM BOZUCU ŞEMALAR VE AFFEDİCİLİK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

EZGİCAN EREN

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Kahraman GÜLER

İSTANBUL – 2026

KABUL VE ONAY

Ezgican EREN tarafından hazırlanan "Flört Şiddeti, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Affedicilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı tez çalışmasının savunma tarihi Ocak, 2026 tarihinde yapılmış olup aşağıda verilen jüri tarafından oy birliği /oy çokluğu ile İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı / Klinik Psikoloji Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri	İmza
Danışman	
Doç. Dr. Kahraman GÜLER	.....
Üye	
Dr. Öğr. Üyesi Volkan DEMİR	.....
Üye	
Dr. Öğr. Üyesi Rukiye KÖROĞLU	.....

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

.....

Doç. Dr. Bülent DEMİR

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

BEYAN

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

Ezgican EREN

29.01.2026

ÖN SÖZ

Bu tezin yazılması aşamasında, çalışmamı sahiplenerek titizlikle takip eden danışmanım Doç. Dr. Kahraman Güler'e değerli katkı ve emekleri için içten teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. Bütün süreç boyunca her anlamda yanımda olmuş, desteğini ve katkılarını esirgememiştir. Savunma sınavı sırasında jüri üyeleri çalışmamın son haline gelmesine değerli katkılar yapmışlardır. Bu vesileyle tüm hocalarıma ve tezimin son okumasında yardımlarını esirgemeyen yakınlarıma teşekkürlerimi borç bilirim. Son olarak bu günlere ulaşmamda emeklerini hiçbir zaman ödeyemeyeceğim anneme, babama, ablama, halama şükranlarımı sunarım.

Ezgican EREN

29.01.2026

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR ..... **i**
TABLO LİSTESİ ..... **ii**
ÖZET ..... **iii**
ABSTRACT ..... **iv**
GİRİŞ **1**
BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE **8**
1.1. Flört Şiddeti Nedir? 8
1.1.1. Flört Kavramı 8
1.1.2. Şiddet Kavramı 9
1.1.3. Flört Şiddeti Çeşitleri 9
1.1.3.1. Fiziksel Flört Şiddeti 10
1.1.3.2. Cinsel Flört Şiddeti 10
1.1.3.3. Psikolojik Flört Şiddeti 11
1.1.3.4. Ekonomik Flört Şiddeti 11
1.1.3.5. Dijital Flört Şiddeti 12
1.1.3.6. Sosyal Flört Şiddeti 12
1.1.4. Flört Şiddetinin Nedenleri 12
1.1.4.1. Flört Şiddetinin Sonuçları 14
1.1.5. Flört Şiddetinin Görülme Sıklığı 14
1.1.5.1. Türkiye'de Flört Şiddetinin Görülme Sıklığı 15
1.2. Affedicilik 16
1.2.1. Affedicilik Kavramı 16
1.2.2. Kendini Affetme 17
1.2.3. Kişilerarası Affetme 17
1.2.4. Durumu Affetme 18
1.2.5. Affetme Modelleri 19
1.2.5.1. Psikodinamik Model 19
1.2.5.2. Piramit Model 19
1.2.5.3. Hargrave'nin Affetme Modeli 20
1.2.5.4. Affetme Süreç Modeli 20
1.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar 21
1.3.1. Şema Nedir? 21

1.3.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Oluşumu 22
1.3.3. Şema Alanları 24
1.3.3.1. Kopukluk ve Reddedilmişlik Alanı 24
1.3.3.1.1. Terk Edilme / İstikrarsızlık Şeması 25
1.3.3.1.2. Güvensizlik / Suistimal Edilme Şeması 26
1.3.3.1.3. Duygusal Yoksunluk Şeması 26
1.3.3.1.4. Kusurluluk / Utanç Şeması 26
1.3.3.1.5. Sosyal İzolasyon / Yabancılaşma Şeması 27
1.3.3.2. Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma Alanı 27
1.3.3.2.1. Bağımlılık / Yetersizlik Şeması 28
1.3.3.2.2. Zarar Görme ve Hastalıklar Karşısında Dayanıksızlık Şeması 28
1.3.3.2.3. İç İçe Geçmişlik / Gelişmemiş Benlik Şeması 28
1.3.3.2.4. Başarısızlık Şeması 29
1.3.3.3. Zedelenmiş Sınırlar Alanı 29
1.3.3.3.1. Hak Görme / Büyüklük Şeması 29
1.3.3.3.2. Yetersiz Özdenetim Şeması 30
1.3.3.4. Başkalarına Yönelimlilik Alanı 30
1.3.3.4.1. Boyun Eğicilik Şeması 30
1.3.3.4.2. Kendini Feda Şeması 31
1.3.3.4.3. Onay Arayıcılık Şeması 31
1.3.3.5. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Alanı 31
1.3.3.5.1. Karamsarlık Şeması 31
1.3.3.5.2. Duyguları Bastırma Şeması 32
1.3.3.5.3. Yüksek Standartlar / Aşırı Eleştiricilik Şeması 32
1.3.3.5.4. Cezalandırıcılık Şeması 32
1.3.4. Uyum Bozucu Şemalar ile Baş Etme Davranışları 33
1.3.4.1. Şema Teslimi 33
1.3.4.2. Şema Kaçınması 33
1.3.4.3. Şema Aşırı Telafisi / Karşı Saldırı 34
1.3.5. Şema Kimyası 34
1.4. Değişkenler Arası İlişkinin İncelenmesi 35
1.4.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Affedicilik Arasındaki İlişki 35
1.4.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Flört Şiddeti Arasındaki İlişki 36
1.4.3. Affedicilik ile Flört Şiddeti Arasındaki İlişki 38

BÖLÜM 2: YÖNTEM **40**
2.1. Araştırmanın Modeli 40
2.2. Evren ve Örneklem 40
2.3. Veri Toplama Araçları 40
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu 40
2.3.2. Young Şema Ölçeği 41
2.3.3. Heartland Affetme Ölçeği 41
2.3.4. Flört Şiddeti Tutum Ölçeği 42
2.4. Veri Analizi 42
BÖLÜM 3: BULGULAR **43**
BÖLÜM 4: TARTIŞMA **62**
4.1. Affedicilik ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Arasındaki Bulguların Tartışılması 62
4.2. Flört Şiddeti ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Arasındaki Bulguların Tartışılması 67
4.3. Affedicilik ve Flört Şiddeti Arasındaki Bulguların Tartışılması 73
4.4. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Affedicilik Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin Tartışılması 74
4.5. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Flört Şiddetine Yönelik Tutum Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin Tartışılması 76
4.6. Cinsiyet Değişkenine Göre Bulguların Tartışılması 77
4.7. Çalışma Durumu Değişkenine Göre Bulguların Tartışılması 80
4.8. Medeni Durum Değişkenine Göre Bulguların Tartışılması 81
4.9. Eğitim Durumu Değişkenine Göre Bulguların Tartışılması 82
SONUÇ **85**
KAYNAKÇA **87**
EKLER **105**
ÖZ GEÇMİŞ **111**

KISALTMALAR

CDC **:** Centers for Disease Control and Prevention

DSÖ **:** Dünya Sağlık Örgütü

EDUBŞ **:** Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar

SPSS **:** Statistical Package for the Social Sciences

WHO **:** World Health Organization

YŞÖ **:** Young Şema Ölçeği

TABLO LİSTESİ

Tablo 1: Katılımcılara Ait Demografik Bilgilerinin Dağılımı 44
Tablo 2: Ölçeklerin Betimsel İstatistik Sonuçları 45
Tablo 3: Değişkenlere İlişkin Pearson Korelasyon Matrisi 47
Tablo 4: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Affedicilik Üzerindeki Yordayıcı Etkisi 51
Tablo 5: Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Şiddete Yönelik Tutum Üzerindeki Yordayıcı Etkisi 52
Tablo 6: Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımlı Değişkenlere İlişkin t-Testi Sonuçları 53
Tablo 7: Çalışma Durumu Değişkenine Göre Bağımlı Değişkenlere İlişkin t-Testi Sonuçları 55
Tablo 8: Medeni Durum Değişkenine Göre Bağımlı Değişkenlere İlişkin t-Testi Sonuçları 56
Tablo 9: Eğitim Durumu Değişkenine Göre Bağımlı Değişkenlere İlişkin ANOVA Testi Sonuçları 58

ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Flört Şiddeti, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Affedicilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Ezgican EREN

Yüksek Lisans Tezi

Psikoloji Anabilim Dalı/Klinik Psikoloji Bilim Dalı

Danışman: Doç. Dr. Kahraman GÜLER

Şubat, 2026 - 111 Sayfa

Bu araştırmanın amacı, genç ve yetişkin bireylerde flört şiddeti, erken dönem uyum bozucu şemalar ve affedicilik arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Flört şiddeti, romantik ilişkiler içerisinde fiziksel, psikolojik, duygusal, cinsel ve dijital boyutlarda ortaya çıkabilen ve bireylerin psikolojik iyi oluşunu olumsuz yönde etkileyen önemli bir ruh sağlığı problemi olarak değerlendirilmektedir. Erken dönem uyum bozucu şemalar ise bireyin çocukluk ve ergenlik dönemlerinde temel duygusal ihtiyaçlarının yeterince karşılanmaması sonucunda gelişen, bireyin kendisine ve başkalarına ilişkin algılarını biçimlendiren kalıcı bilişsel ve duygusal örüntülerdir. Affedicilik, bireyin kendisine, başkalarına ya da yaşanan olumsuz durumlara yönelik geliştirdiği duygusal ve bilişsel tepkilerle ilişkili çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmaktadır. Araştırma, İstanbul ilinde yaşayan 18–40 yaş aralığındaki 350 birey ile yürütülmüştür. Çalışmada Flört Şiddeti Ölçeği, Young Şema Ölçeği ve Affedicilik Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma, ilişkisel tarama modeli kapsamında gerçekleştirilmiş; veriler korelasyon, regresyon analizleri ve bağımsız gruplar t-testi ile tek yönlü varyans analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular, erken dönem uyum bozucu şemalar ile flört şiddeti arasında pozitif yönlü; erken dönem uyum bozucu şemalar ile affedicilik arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunduğunu göstermiştir. Özellikle kusurluluk/utanç, duygusal yoksunluk, terk edilme, bağımlılık ve boyun eğicilik şemalarının flört şiddeti ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Flört şiddeti ile affedicilik arasındaki ilişkiler incelendiğinde, flört şiddeti ile kendini affetme ve durumu affetme arasında pozitif; başkalarını affetme arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Ayrıca erken dönem uyum bozucu şemaların affedicilik ve şiddete yönelik tutumlar üzerinde yordayıcı etkilere sahip olduğu görülmüştür. Sonuç olarak bu araştırma, flört şiddetinin bireyin erken dönem yaşantılarında gelişen bilişsel ve duygusal şemalar ile affedicilik eğilimleriyle yakından ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Elde edilen bulguların, flört şiddetinin önlenmesine yönelik psikolojik danışma ve terapi süreçlerinde önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Flört şiddeti, erken dönem uyum bozucu şemalar, affedicilik.

ABSTRACT

Istanbul Kent University Postgraduate Education Institute

An Examination of the Relationship Between Dating Violence, Early Disruptive Schemas, and Forgiveness

Ezgican EREN

Master Thesis

Psychology / Clinical Psychology

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Kahraman GÜLER

February, 2026 - 111 Pages

The aim of this study is to examine the relationships between dating violence, early maladaptive schemas, and forgiveness among young and adult individuals. Dating violence is considered a significant mental health problem that may occur in romantic relationships in physical, psychological, emotional, sexual, and digital forms and negatively affect individuals' psychological well-being. Early maladaptive schemas are defined as persistent and dysfunctional cognitive and emotional patterns that develop as a result of unmet core emotional needs during childhood and adolescence and shape individuals' perceptions of themselves and others. Forgiveness is conceptualized as a multidimensional construct related to individuals' emotional and cognitive responses toward themselves, others, or adverse life events. The research was conducted with 350 individuals aged between 18 and 40 living in Istanbul. Data were collected using the Dating Violence Scale, the Young Schema Questionnaire, and the Forgiveness Scale. The study was designed within the relational survey model, and the data were analyzed using correlation and regression analyses, as well as independent samples t-tests and one-way analysis of variance. The findings revealed significant positive relationships between early maladaptive schemas and dating violence, while significant negative relationships were found between early maladaptive schemas and forgiveness. In particular, defectiveness/shame, emotional deprivation, abandonment, dependence, and subjugation schemas were found to be significantly associated with dating violence. When the relationships between dating violence and forgiveness were examined, dating violence was found to be positively associated with self-forgiveness and forgiveness of situations, and negatively associated with forgiveness of others. Additionally, early maladaptive schemas were found to have significant predictive effects on forgiveness and attitudes toward violence. In conclusion, this study demonstrates that dating violence is not solely a relational problem but is closely related to individuals' early-developed cognitive and emotional schemas and their forgiveness tendencies. The findings are considered to contribute to a deeper understanding of the psychological foundations of dating violence and highlight the importance of addressing early maladaptive schemas in psychological counseling and psychotherapy processes aimed at the prevention of dating violence.

Keywords: Dating violence, early maladaptive schemas, forgiveness.

GİRİŞ

Şiddet, insan haklarını ihlal eden; bireylerin yaşam kalitesini zedeleyen, fiziksel ve ruhsal sağlıklarını olumsuz yönde etkileyen ve günümüzde hemen her toplumun mücadele etmek zorunda kaldığı temel bir toplum sağlığı problemi olarak ele alınmaktadır (Gökkaya ve Öztürk, 2021). Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization [WHO], 2002), şiddeti bireyin kendisine, bir başkasına ya da bir topluluğa yönelik olarak fiziksel güç veya tehdidin kasıtlı biçimde kullanılması ve bunun yaralanma, psikolojik zarar, gelişimsel bozulma ya da ölümle sonuçlanabilmesi olarak tanımlamaktadır. Benzer şekilde Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı (2019) tarafından yapılan tanımda şiddet; bireyin fiziksel, psikolojik, cinsel veya ekonomik yönden olumsuz etkilenmesi ya da zarara uğraması ile sonuçlanan, bununla birlikte tehdit, baskı, zorlama ya da bireyin özgürlüğünün bilinçli bir şekilde kısıtlanmasını içeren her türlü eylem ve tutum olarak ifade edilmektedir (Zengin vd., 2024). Bu tanımlar, şiddetin yalnızca fiziksel zarar verme davranışlarıyla sınırlı olmadığını; bireyin ruhsal bütünlüğünü, benlik algısını ve kişilerarası ilişkilerini derinden etkileyen çok boyutlu bir olgu olduğunu ortaya koymaktadır (WHO, 2002).

Şiddetin kişilerarası ilişkiler bağlamındaki önemli yansımalarından biri olan flört şiddeti, romantik ilişkiler içerisinde ortaya çıkan ve çoğu zaman örtük ya da normalleştirilmiş biçimlerde sürdürülebilen bir şiddet türü olarak dikkat çekmektedir (Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2014). Flört şiddeti; fiziksel saldırıların yanı sıra psikolojik, duygusal, cinsel ve dijital davranışları kapsayan çok yönlü bir olgu olarak ele alınmaktadır. Alanyazında flört şiddetine maruz kalan bireylerde depresyon, kaygı belirtileri, travma sonrası stres tepkileri, düşük benlik saygısı ve kişilerarası ilişkilerde bozulma gibi olumsuz psikolojik sonuçların daha sık görüldüğü bildirilmektedir (CDC, 2014; Gözelceoğlu ve Altundağ, 2024). Özellikle flört şiddetinin genç ve genç yetişkin bireyler arasında yaygın görülmesi, bu olgunun ruh sağlığı açısından önemli bir risk faktörü olarak değerlendirilmesine neden olmaktadır.

Bireylerin romantik ilişkilerinde sergiledikleri davranış örüntülerinin, büyük ölçüde erken dönem yaşantılarında şekillenen bilişsel ve duygusal yapılarla ilişkili olduğu kabul edilmektedir (Farrell vd., 2015). Young'ın şema kuramı kapsamında ele alınan erken dönem uyum bozucu şemalar, çocukluk ve ergenlik dönemlerinde temel duygusal ihtiyaçların yeterince karşılanmaması sonucunda gelişen; bireyin kendisi, diğerleri ve dünya hakkındaki algılarını biçimlendiren kalıcı bilişsel örüntüler olarak tanımlanmaktadır (Young, vd., 2003). Bu şemalar,

bireyin yakın ilişkilerinde tekrar eden ilişki örüntülerinin oluşmasında belirleyici bir rol oynamakta ve bireyi sağlıksız ilişki dinamiklerine karşı daha kırılgan hale getirebilmektedir.

Erken dönem uyum bozucu şemaların, bireylerin romantik ilişkilerinde şiddet içeren ya da şiddetin tolere edildiği ilişki dinamiklerine yönelmesinde etkili olabileceği belirtilmektedir (Young ve Klosko, 2011). Örneğin, terk edilme ya da duygusal yoksunluk şemasına sahip bireyler, ilişkiyi kaybetme korkusuyla partnerlerinden gelen olumsuz davranışları tolere edebilmekte; boyun eğicilik ya da onay arayıcılık şemaları ise bireyin kendi ihtiyaçlarını bastırmasına ve sınır koyma becerisinin zayıflamasına yol açabilmektedir. Bu şemaların etkin olduğu bireylerin, romantik ilişkilerinde sağlıksız bağlanma örüntüleri geliştirdikleri ve ilişki içinde maruz kalınan olumsuz davranışları daha kolay normalleştirebildikleri belirtilmektedir (Calvete, vd., 2018). Benzer biçimde kusurluluk ya da cezalandırıcılık şemaları, bireyin maruz kaldığı olumsuz muameleyi hak ettiğine inanmasına neden olarak şiddetin sürdürülmesine zemin hazırlayabilmektedir (Young ve Klosko, 2011). Bu bağlamda erken dönem uyum bozucu şemalar, flört şiddetinin bilişsel ve duygusal altyapısını anlamada önemli bir kuramsal çerçeve sunmaktadır.

Bu bilişsel ve duygusal yapılar, bireyin romantik ilişkilerinde yaşadığı olumsuz deneyimlerle başa çıkma biçimlerini de doğrudan etkilemektedir. Bu noktada affedicilik, bireylerin ilişkilerinde karşılaştıkları örseleyici deneyimlere verdikleri tepkiler açısından önemli bir kavram olarak öne çıkmaktadır. North (1987), affediciliği; bireyin öfke, intikam ve kızgınlık gibi olumsuz duygularla başa çıkarak, ahlaki olarak zorunlu olmamasına rağmen kendisine zarar veren kişiye yönelik daha yapıcı bir tutum geliştirmesi olarak tanımlamaktadır. Affetme sürecinin, bireyin psikolojik iyi oluşunu destekleyebildiği; stresle başa çıkma becerilerini, duygusal düzenlemeyi ve yaşam doyumunu artırabildiği belirtilmektedir (Enright ve Fitzgibbons, 2000; Worthington, 2006). Bununla birlikte affediciliğin, flört şiddeti bağlamında her zaman koruyucu bir işlev görmeyebileceği de vurgulanmaktadır. Özellikle yakın ilişkilerde yüksek düzeyde affediciliğin, bireyin ilişkisel sınırlarını zayıflatabildiği ve zarar verici davranışlara karşı tolerans geliştirmesine yol açabildiği ifade edilmektedir (McNulty, 2011). Bazı durumlarda affetme eğilimi, bireyin maruz kaldığı şiddeti normalleştirmesine, ilişkiyi sürdürmesine ve yeniden örseleyici deneyimlere açık hale gelmesine neden olabilmektedir (Worthington, 2006). Bu nedenle affediciliğin flört şiddeti bağlamındaki rolünün, ilişkinin dinamiği ve bireyin sahip olduğu bilişsel şemalarla birlikte ele alınması gerekmektedir.

Bu çerçevede flört şiddeti, erken dönem uyum bozucu şemalar ve affedicilik arasındaki ilişkinin birlikte incelenmesi, bireylerin romantik ilişkilerde yaşadıkları şiddet deneyimlerini çok

boyutlu bir bakış açısıyla ele alma imkânı sunmaktadır. Bu doğrultuda yapılacak araştırmalar, flört şiddetinin yalnızca davranışsal boyutlarını değil, aynı zamanda bilişsel ve duygusal altyapısını da görünür kılarak psikolojik danışma ve terapi süreçlerinde daha bütüncül müdahale yaklaşımlarının geliştirilmesine katkı sağlayabilir. Ayrıca bu tür çalışmalar, bireylerin ilişkilerinde sağlıklı sınırlar kurmalarına, kendilerini koruma farkındalıklarını artırmalarına ve şiddet döngüsünün kırılmasına yönelik önleyici ruh sağlığı hizmetlerine önemli bir kuramsal zemin sunabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın Tanımı ve Önemi

Flört şiddeti, son yıllarda hem gençler hem de yetişkin bireylerin romantik ilişkilerinde giderek daha görünür hale gelen, bireylerin psikolojik ve duygusal sağlıklarını olumsuz yönde etkileyen önemli bir toplumsal ve ruh sağlığı problemi olarak ele alınmaktadır. Bu şiddet türü yalnızca fiziksel saldırılarla sınırlı olmayıp; duygusal, sözel, cinsel, psikolojik ve dijital boyutlarda da ortaya çıkabilmektedir (Güner vd., 2025). Alan yazında flört şiddetine maruz kalan bireylerin benlik algısı, özsaygısı, duygusal iyi oluşu ve kişilerarası ilişki kurma biçimlerinin olumsuz yönde etkilendiği; özellikle duygusal ve psikolojik şiddetin uzun vadeli örseleyici etkiler yaratabildiği belirtilmektedir (Peker vd., 2025).

Flört şiddetinin ortaya çıkmasında ve sürdürülmesinde etkili olabilecek bireysel faktörlerden birinin, erken dönem yaşantılarla ilişkili bilişsel ve duygusal yapılar olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda erken dönem uyum bozucu şemalar, bireylerin romantik ilişkilerinde yaşadıkları deneyimleri algılama, yorumlama ve bu deneyimlere verdikleri tepkileri biçimlendiren önemli bir psikolojik yapı olarak değerlendirilmektedir (Harmancı ve Öz, 2024; Young ve Klosko, 2011). Erken dönem uyum bozucu şemaların, flört şiddetiyle ilişkili olabilecek risk faktörleri arasında yer alabileceği, bu nedenle şiddet deneyimlerinin anlaşılmasında dikkate alınması gereken bir değişken olduğu ifade edilmektedir.

Flört şiddeti bağlamında ele alınması gereken bir diğer önemli değişken ise affediciliktir. Affedicilik, bireylerin ilişkilerinde yaşadıkları olumsuz ve örseleyici deneyimlere verdikleri tepkiler açısından belirleyici olabilmekte; bazı durumlarda bireyin yaşadığı deneyimleri anlamlandırmasına katkı sağlarken, bazı durumlarda ise şiddetin tolere edilmesine ya da sürdürülmesine zemin hazırlayabilmektedir (Şenol vd., 2022). Bu yönüyle affediciliğin, flört şiddeti bağlamında tek boyutlu bir yapı olarak değil, dikkatle ele alınması gereken bir değişken olarak değerlendirilmesi gerekmektedir.

Alan yazın incelendiğinde, flört şiddeti ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkiye odaklanan çalışmaların sınırlı sayıda olduğu; benzer şekilde affediciliğin bu ilişki içerisindeki rolünü inceleyen araştırmaların da oldukça kısıtlı kaldığı görülmektedir. Özellikle bu üç değişkenin bir arada ele alındığı çalışmaların azlığı, alan yazında önemli bir boşluğa işaret etmektedir. Bu durum, flört şiddetinin yalnızca ilişkisel ya da toplumsal düzeyde değil, aynı zamanda bireysel bilişsel ve duygusal süreçler bağlamında da ele alınmasını gerekli kılmaktadır. Bu bağlamda, flört şiddeti, erken dönem uyum bozucu şemalar ve affedicilik arasındaki ilişkilerin incelenmesi hem kuramsal hem de uygulamalı açıdan önem taşımaktadır. Bu araştırmanın, flört şiddetinin psikolojik altyapısının daha kapsamlı biçimde anlaşılmasına katkı sağlaması; psikolojik danışma ve terapi uygulamalarında risk faktörlerinin belirlenmesine ve önleyici müdahale yaklaşımlarının geliştirilmesine yönelik önemli bir kaynak oluşturması beklenmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, genç ve yetişkin bireylerde flört şiddeti, erken dönem uyum bozucu şemalar ve affedicilik arasındaki ilişkileri incelemektir. Bu doğrultuda çalışmada, bireylerin romantik ilişkilerinde yaşadıkları flört şiddeti deneyimlerinin, çocukluk ve ergenlik dönemlerinde gelişen erken dönem uyum bozucu şemalarla nasıl bir ilişki içinde olduğu belirlenmeye çalışılacaktır.

Araştırmanın bir diğer amacı, affediciliğin flört şiddeti ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkideki rolünü ortaya koymaktır. Bu kapsamda affediciliğin, söz konusu değişkenler arasındaki ilişkide düzenleyici ya da aracı bir değişken olarak işlev görüp görmediğinin incelenmesi hedeflenmektedir. Böylece affediciliğin, bireylerin flört şiddeti deneyimlerini nasıl algıladıkları ve bu deneyimlere nasıl tepki verdikleri üzerindeki etkisinin daha açık biçimde ortaya konulması amaçlanmaktadır. Bu araştırmada ayrıca erken dönem uyum bozucu şemaların flört şiddeti deneyimlerine yönelik yatkınlıkla ilişkili olabileceği, affedicilik düzeyinin ise bireylerin şiddete yönelik tutumlarını ve başa çıkma biçimlerini etkileyebileceği varsayımı temel alınmaktadır. Bu doğrultuda elde edilecek bulguların, flört şiddetinin bireysel düzeydeki bilişsel ve duygusal belirleyicilerinin anlaşılmasına katkı sağlaması beklenmektedir. Bu çalışmanın amacı, flört şiddeti, erken dönem uyum bozucu şemalar ve affedicilik arasındaki ilişkileri bütüncül bir bakış açısıyla ele alarak, flört şiddetinin psikolojik altyapısına ilişkin bilimsel bilgi üretmektir. Elde edilecek sonuçların, psikolojik danışma ve terapi uygulamalarında risk faktörlerinin belirlenmesine, önleyici ruh sağlığı

çalışmalarının geliştirilmesine ve bireylerin sağlıklı ilişki kurma becerilerinin desteklenmesine katkı sağlaması amaçlanmaktadır.

Araştırmanın Hipotezleri

H1: Erken dönem uyum bozucu şemalar ile flört şiddeti ile arasında pozitif ilişki vardır.

H1a: Kusurluluk şeması ile flört şiddeti arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H1b: Duygusal yoksunluk şeması ile flört şiddeti arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H1c: Cezalandırıcılık şeması ile flört şiddeti arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H1d: Terk edilme şeması ile flört şiddeti arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H1e: Bağımlılık şeması ile flört şiddeti arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H1f: Boyun eğicilik şeması ile flört şiddeti arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Erken dönem uyum bozucu şemalar ile affedicilik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H2a: Kusurluluk şeması ile affedicilik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H2b: Duygusal yoksunluk şeması ile affedicilik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H2c: Cezalandırıcılık şeması ile affedicilik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H2d: Terk edilme şeması ile affedicilik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H2e: Bağımlılık şeması ile affedicilik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H2f: Boyun eğicilik şeması ile affedicilik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H3: Flört şiddeti ile affedicilik arasında pozitif ilişki vardır.

H3a: Flört şiddeti ile kendini affetme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H3b: Flört şiddeti ile durumu affetme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H3c: Flört şiddeti ile başkalarını affetme arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma bazı sınırlılıklar çerçevesinde yürütülmüştür. Öncelikle çalışma, İstanbul ilinde yaşayan ve araştırmaya gönüllü olarak katılan toplam 350 birey ile sınırlıdır. Elde edilen bulgular, yalnızca bu örneklem grubunun özelliklerini yansıtmakta olup farklı şehirlerde, kültürel bağlamlarda veya sosyo-demografik özelliklere sahip gruplara genellenmesi sınırlıdır.

Araştırmada kullanılan veriler, flört şiddeti ölçeği, Young Şema Ölçeği ve affedicilik ölçeğine verilen öz-bildirimlere dayanmaktadır. Öz-bildirim yöntemleri, katılımcıların sosyal beğenirlik eğilimleri, hatırlama yanlılıkları veya duygusal durumlarına bağlı olarak yanıtlarını etkileyebileceğinden, elde edilen bulgular bu bağlamda değerlendirilmelidir. Araştırma, 18–40 yaş aralığındaki kadın ve erkek bireylerle sınırlı olup, farklı yaş gruplarındaki bireylerin flört şiddeti deneyimleri, şemaları ve affedicilik eğilimleri bu çalışma kapsamında ele alınmamıştır. Bu durum, özellikle ergenlik dönemi ya da ileri yetişkinlik dönemine ilişkin çıkarımlar yapılmasını sınırlandırmaktadır. Ayrıca araştırmanın kesitsel bir desende yürütülmüş olması, değişkenler arasındaki ilişkilerin nedensel bir çerçevede değerlendirilmesini sınırlamaktadır. Bu nedenle elde edilen bulgular, değişkenler arasındaki ilişkilerin yönü ve sürekliliği hakkında yorum yapmaya olanak tanımamakta, yalnızca ilişkisel düzeyde değerlendirmeler sunmaktadır.

Son olarak, araştırmada flört şiddeti ve affediciliğin alt boyutları arasında farklılaşan ilişkiler bulunmuş olması, söz konusu değişkenlerin çok boyutlu yapısına işaret etmektedir. Bu durum, elde edilen bulguların bütüncül bir çerçevede yorumlanmasını gerekli kılmakta ve ileride yapılacak çalışmalarda nitel yöntemler ya da boylamsal tasarımlarla desteklenmesini önemli hale getirmektedir.

Tanımlar

Flört Şiddeti: Flört şiddeti, romantik bir ilişki içerisinde bir bireyin partnerini kontrol etmeye yönelik olarak sergilediği; fiziksel, psikolojik, duygusal, cinsel veya dijital yollarla zarar vermeyi içeren davranışlar bütünü olarak tanımlanmaktadır. Bu davranışlar, bireyin partneri üzerinde baskı kurmayı, güç ve kontrol sağlamayı amaçlayan örüntüler şeklinde ortaya çıkabilmektedir (Aslan vd., 2020).

Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar: Erken dönem uyum bozucu şemalar, bireyin çocukluk ve ergenlik dönemlerinde temel duygusal ihtiyaçlarının yeterince ya da aşırı düzeyde karşılanması sonucunda gelişen; bireyin kendisine, diğerlerine ve çevresine ilişkin algılarını biçimlendiren, kalıcı ve işlevsel olmayan bilişsel, duygusal ve davranışsal örüntüler olarak

tanımlanmaktadır. Bu şemalar; inançları, duyguları, anıları ve bedensel duyumları içeren bütüncül yapılardır (Özer, 2024).

Affedicilik: Affedicilik, bireyin kendisine zarar veren kişiye yönelik olarak öfke, intikam ve kızgınlık gibi olumsuz duygularını bilinçli ve isteğe bağlı biçimde azaltarak, daha yapıcı ve uzlaştırıcı duygusal tepkiler geliştirme eğilimi olarak tanımlanarak bireyin yaşadığı olumsuz deneyimi anlamlandırmasını ve kişilerarası ilişkilerinde yeni bir tutum geliştirmesini içermektedir (Doğruer vd., 2022).

BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Flört Şiddeti Nedir?

Flört kavramı, Türk Dil Kurumu (TDK, 2019) tarafından "kadın ile erkek arasındaki duygusal ilişki" olarak tanımlanmaktadır. Bu tanım, flörtün duygusal yakınlık temelinde şekillenen bir ilişki biçimi olduğunu vurgulamaktadır. Alan yazında flört, bireylerin romantik yakınlık kurma amacıyla karşılıklı etkileşimde bulundukları ve ilişkiye dair beklentilerini deneyimledikleri bir süreç olarak ele alınmaktadır. Straus (2004), flörtü; iki kişinin birlikte yaşama ya da evlilik kararı alıncaya kadar devam edebilen, taraflardan birinin ya da her ikisinin isteği doğrultusunda sona erebilen, sosyal etkileşim ve ortak paylaşım temelli bir ilişki süreci olarak tanımlamaktadır. Bu yaklaşım, flört ilişkilerinin gönüllülük esasına dayandığını ve sürekliliğinin tarafların karşılıklı tercihleri doğrultusunda şekillendiğini ortaya koymaktadır. Benzer şekilde Murray ve Kardatzke (2007), flört ilişkisini; evlilik veya nişanlılık gibi resmî bir birliktelik içermeyen, ancak arkadaşlık ilişkisinin ötesine geçerek duygusal, romantik ve/veya cinsel yakınlık barındıran bir ilişki türü olarak tanımlamaktadır. Bu bağlamda flört, bireylerin romantik ilişki deneyimlerini yapılandırdıkları, duygusal bağlanma ve yakınlık kurma becerilerini geliştirdikleri önemli bir kişilerarası ilişki biçimi olarak değerlendirilmektedir.

1.1.1. Flört Kavramı

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ, 2002) şiddeti; bireyin kendisine, başka bir bireye ya da bir topluluk veya gruba yönelik olarak, yaralanma, ölüm, fiziksel zarar, gelişimsel bozulma veya yoksunlukla sonuçlanabilecek biçimde tehdit ya da fiziksel güç kullanımı olarak tanımlamaktadır. Şiddet, yalnızca fiziksel güç kullanımıyla sınırlı bir kavram olmayıp; saldırganlığı yansıtan her türlü tutum, yaklaşım, ifade ve davranışı kapsamaktadır. Bu bağlamda şiddet, birey üzerinde bedensel etkiler yaratabileceği gibi, ruhsal ve duygusal düzeyde de derin ve kalıcı etkiler bırakabilmektedir (Özgür vd., 2011). Psikolojik şiddet, tehdit, aşağılama, baskı kurma ve kontrol etme gibi davranışlar yoluyla bireyin özsaygısını ve psikolojik bütünlüğünü zedeleyebilmektedir. Şiddet kavramının, bilimsel, toplumsal ve tarihsel açıdan üzerinde tam anlamıyla uzlaşılmış tek bir tanımı bulunmamakla birlikte; çocuk istismarı ve ihmali, okulda ya da iş yerinde zorbalık, kadına yönelik şiddet, cinsel taciz, tecavüz, yaşlı istismarı ve özkıyım gibi çok çeşitli biçimlerde ortaya çıktığı ifade edilmektedir (T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu, 1998, Sargın ve Kapıcıoğlu, 2008). Bu durum, şiddetin yalnızca bireysel bir davranış biçimi değil, aynı zamanda toplumsal yapılar ve kültürel normlarla etkileşim içinde gelişen bir

olgu olduğunu göstermektedir. Ünsal'a (1996) göre şiddet; bireylerin fiziksel bütünlüğüne, yaşam hakkına, sağlığına ve özgürlük alanlarına yönelik olarak dışarıdan gelen, sert ve acı verici eylemler bütünü olarak tanımlanmaktadır (Kocacık ve Çağlayandereli, 2009). Bu eylemler, yaralama, cinsel saldırı, yağma, alıkoyma gibi bireyin başkasına yönelik davranışlarını kapsayabildiği gibi; özkıyım girişimleri şeklinde bireyin kendisine yönelttiği davranışları da içerebilmektedir.

1.1.2. Şiddet Kavramı

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ, 2002) şiddeti; bireyin kendisine, başka bir bireye ya da bir topluluk veya gruba yönelik olarak, yaralanma, ölüm, fiziksel zarar, gelişimsel bozulma veya yoksunlukla sonuçlanabilecek biçimde tehdit ya da fiziksel güç kullanımı olarak tanımlamaktadır. Şiddet, yalnızca fiziksel güç kullanımıyla sınırlı bir kavram olmayıp; saldırganlığı yansıtan her türlü tutum, yaklaşım, ifade ve davranışı kapsamaktadır. Bu bağlamda şiddet, birey üzerinde bedensel etkiler yaratabileceği gibi, ruhsal ve duygusal düzeyde de derin ve kalıcı etkiler bırakabilmektedir (Özgür vd., 2011). Psikolojik şiddet, tehdit, aşağılama, baskı kurma ve kontrol etme gibi davranışlar yoluyla bireyin özsaygısını ve psikolojik bütünlüğünü zedeleyebilmektedir. Şiddet kavramının, bilimsel, toplumsal ve tarihsel açıdan üzerinde tam anlamıyla uzlaşılmış tek bir tanımı bulunmamakla birlikte; çocuk istismarı ve ihmali, okulda ya da iş yerinde zorbalık, kadına yönelik şiddet, cinsel taciz, tecavüz, yaşlı istismarı ve özkıyım gibi çok çeşitli biçimlerde ortaya çıktığı ifade edilmektedir (T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu, 1998 Sargın ve Kapıcıoğlu, 2008). Bu durum, şiddetin yalnızca bireysel bir davranış biçimi değil, aynı zamanda toplumsal yapılar ve kültürel normlarla etkileşim içinde gelişen bir olgu olduğunu göstermektedir. Ünsal'a (1996) göre şiddet; bireylerin fiziksel bütünlüğüne, yaşam hakkına, sağlığına ve özgürlük alanlarına yönelik olarak dışarıdan gelen, sert ve acı verici eylemler bütünü olarak tanımlanmaktadır (Kocacık ve Çağlayandereli, 2009). Bu eylemler, yaralama, cinsel saldırı, yağma, alıkoyma gibi bireyin başkasına yönelik davranışlarını kapsayabildiği gibi; özkıyım girişimleri şeklinde bireyin kendisine yönelttiği davranışları da içerebilmektedir.

1.1.3. Flört Şiddeti Çeşitleri

Flört şiddeti, ilişkilerde farklı biçimlerde ortaya çıkabilen çok boyutlu bir olgu olup, literatürde çeşitli şiddet türleri kapsamında ele alınmaktadır. Bu bölümde flört şiddetinin başlıca türleri kuramsal çerçevede incelenmektedir.

1.1.3.1. Fiziksel Flört Şiddeti

Fiziksel flört şiddeti, flört ilişkisi içerisinde taraflardan birinin, partnerinin bedenine bilinçli ve kasıtlı biçimde zarar vermeye yönelik davranışlar sergilemesi olarak tanımlanmaktadır (Fidan ve Yeşil, 2018). Bu şiddet türü, bireyin fiziksel bütünlüğünü doğrudan hedef almakta ve çoğu zaman gözle görülür yaralanmalarla sonuçlanabilmektedir.

Fiziksel flört şiddeti kapsamında; bir nesne fırlatmak, itmek, dirsek atmak, kolunu bükmek, saç çekmek, tokatlamak, yumruklamak, tehlikeli bir cisimle vurmak, tekme atmak, nefes almasını engellemek amacıyla ağzını veya burnunu kapatmak, tutup sıkmak, yakmak, boğmak, bıçak ya da silah kullanmak gibi davranışlar yer almaktadır (Straus vd., 1996). Bu davranışlar, flört ilişkilerinde güç ve kontrol kurma amacı taşıyan ciddi fiziksel saldırılar olarak değerlendirilmektedir.

1.1.3.2. Cinsel Flört Şiddeti

Zorlama içeren her türlü cinsel deneyim cinsel şiddet kapsamında değerlendirilmektedir. Flört ilişkilerinde cinsel şiddet; cinsellik sırasında veya sonrasında küçümseyici tutumlar sergileme, partnerin rızası olmaksızın dokunma ya da öpme, cinsel ilişkiye zorlama, partner alkol ya da uyarıcı madde etkisi altındayken veya bilinci kapalıyken cinsel ilişkide bulunma, doğum kontrol yöntemlerini kullanmama ya da partnerin kullanmasına engel olma gibi davranışları içermektedir (Mor Çatı Kadın Sığınağı Vakfı, 2021; Ertürk ve Arıkan, 2022).

Dünya Sağlık Örgütü, cinsel şiddeti; iş, ev ya da herhangi bir ortamda gerçekleşebilen, cinsel ilişkiye zorlama, istenmeyen cinsel davranışlarda bulunma, rahatsız etme, cinselliği hedef alan eleştiriler ve istenmeyen cinsel içerikli konuşmalar gibi eylemler olarak tanımlamaktadır. Bu şiddet türü, fiziksel zorlamanın yanı sıra tehdit ve psikolojik baskı yoluyla da ortaya çıkabilmektedir (Atman, 2003; Çakır vd., 2014).

Cinsel şiddetin sonuçları; istenmeyen gebelikler, cinsel yolla bulaşan hastalıklar, jinekolojik rahatsızlıklar, kendine zarar verme davranışları, düşükler, baş ağrıları gibi fiziksel sonuçlar; depresyon, kaygı, korku, özgüven kaybı, cinsel işlev bozuklukları ve yeme sorunları gibi psikolojik sonuçlar; intihar, cinayet ve HIV/AIDS gibi yaşamı tehdit eden sonuçlar olmak üzere üç ana başlık altında ele alınmaktadır. Araştırmalar, flört şiddeti türlerinin çoğu zaman birbiriyle ilişkili olduğunu göstermektedir. Fiziksel ya da duygusal şiddetin görüldüğü flört ilişkilerinde, güç dengesinde belirleyici bir rol oynayan cinsel şiddetin de ortaya çıkması olasıdır (Smith ve Donnelly, 2001; Akcan, 2020).

Toplumda cinsel şiddet denildiğinde çoğunlukla yalnızca tecavüz akla gelse de partnere cinsel bir nesneymiş gibi hissettirilmesi, aşırı kıskançlık ve kuşkuculuk, cinselliğin cezalandırma aracı olarak kullanılması, partnerin onayı olmaksızın belirli cinsel davranışlara zorlanması ve istenmeyen cinsel pozisyonlara mecbur bırakılması da cinsel şiddet kapsamında değerlendirilmektedir. Cinsel şiddetin nedenleri arasında; otorite kurma, cezalandırma ve hak görme yer almaktadır. Birey, partneri üzerinde güç ve baskınlık sağlamak, algıladığı hataların bedelini ödetmek ya da cinsel davranışları gerçekleştirmeyi bir hak olarak görmek amacıyla cinsel saldırıda bulunabilmektedir (Çiftçi, 2007; Özkan ve Yaşar, 2022).

1.1.3.3. Psikolojik Flört Şiddeti

Psikolojik şiddet, bireyin benlik algısını zedelemeyi ya da yok etmeyi amaçlayan her türlü saldırı biçimi olarak tanımlanmaktadır. Bu şiddet türü, çoğu zaman uzun süreli ve sistematik biçimde gerçekleşmekte; bireyi psikolojik olarak yıpratarak yardıma muhtaç hâle getirebilmektedir.

Psikolojik flört şiddeti; alay etme, aşağılama, küçük düşürme, tehdit etme, suçlama, utandırma, toplumsal itibarını zedeleme ve duygusal baskı kurma gibi davranışları içermektedir (Davenport vd., 2003; Çakır vd., 2014). Duygusal flört şiddeti kapsamında ayrıca partnerin aile ve arkadaş çevresinden izole edilmesi, lakap takılması ve sürekli eleştirilmesi gibi davranışlar da yer almaktadır (CDC, 2016; Eslek vd., 2021). Araştırmalar, psikolojik şiddetin fiziksel şiddete kıyasla daha az görünür olmasına rağmen birey üzerinde daha derin ve kalıcı yaralar bıraktığını göstermektedir. Follingstad vd. (1990) tarafından yapılan çalışmada, kadın katılımcıların psikolojik şiddeti fiziksel şiddetten daha yıkıcı olarak deneyimledikleri ve ilişkide en fazla zararı bu şiddet türünden gördüklerini ifade ettikleri belirtilmiştir (Akcan, 2020). Günlük yaşamda en sık karşılaşılan flört şiddeti türünün psikolojik şiddet olduğu vurgulanmaktadır.

1.1.3.4. Ekonomik Flört Şiddeti

Ekonomik flört şiddeti, flört ilişkisi içerisinde bir bireyin sahip olduğu maddi gücü partneri üzerinde kontrol, baskı ve denetim aracı olarak kullanması şeklinde tanımlanmaktadır. Bu şiddet türü; partneri küçük düşürme, cezalandırma ya da yoksun bırakma amacı taşıyabilmektedir (Saraç, 2022).

Partnerin çalışmasına veya meslek sahibi olmasına engel olmak, eğitimini sürdürmesini istememek, gelirine el koymak, borçlandırmak, yatırım yapmasını kısıtlamak, harcamalarını

kontrol altına almak ve günlük yaşamını sürdüremeyecek düzeyde maddi kısıtlamalar getirmek ekonomik flört şiddeti kapsamında değerlendirilmektedir.

1.1.3.5. Dijital Flört Şiddeti

Dijital flört şiddeti, teknolojik araçlar ve sosyal medya platformları aracılığıyla gerçekleştirilen kontrol, baskı ve tehdit içeren davranışları kapsamaktadır. Partneri sürekli aramak veya mesaj göndermek, bulunduğu yerin konum bilgisini talep etmek, özel fotoğraflar üzerinden şantaj yapmak, sosyal medya hesaplarının şifrelerini istemek, izinsiz biçimde telefonunu karıştırmak ve hakaret içerikli yorumlarda bulunmak bu şiddet türüne örnek olarak verilmektedir (Öztürk ve Gökkaya, 2021). Bunun yanı sıra, ortak sosyal medya hesabı oluşturmaya zorlamak, son görülme saatini sürekli kontrol etmek, fotoğraf paylaşımı konusunda baskı uygulamak, arkadaş listesini denetlemek ve çıplak fotoğraf talep etmek de dijital flört şiddeti kapsamında değerlendirilmektedir (Kaplan, 2020). Genç Hayat Vakfı (2015) tarafından yapılan araştırmada, gençlerin en sık karşılaştıkları dijital şiddet türlerinin hakarete maruz kalma, şantaj ve dedikodu yayılması olduğu belirtilmiştir. Çalışmanın dikkat çekici bulgularından biri, dijital şiddete genç erkeklerin genç kadınlara kıyasla daha fazla maruz kaldığının ortaya konulmasıdır (Bulut, 2023).

1.1.3.6. Sosyal Flört Şiddeti

Sosyal flört şiddeti, flört ilişkisi içerisinde partnerin sosyal çevresi üzerinde kontrol kurulması, sosyal ilişkilerinin kısıtlanması ya da bireyin sosyal çevresinden izole edilmesi şeklinde ortaya çıkmaktadır. Bu şiddet türü, psikolojik şiddet kapsamında değerlendirilebilmektedir. Partnerin arkadaşlarıyla görüşmesinin engellenmesi, sosyal etkinliklere katılımının kısıtlanması, aile üyeleriyle iletişiminin sınırlandırılması ve sosyal çevreyle temasının bilinçli olarak azaltılması sosyal flört şiddetine örnek oluşturmaktadır (Fidan ve Yeşil, 2018).

1.1.4. Flört Şiddetinin Nedenleri

Flört şiddetinin nedenleri çok boyutlu bir yapıya sahip olup, bireysel, ilişkisel ve toplumsal faktörlerin etkileşimi sonucunda ortaya çıkmaktadır (Terzioğlu ve Yıldırım, 2018). Capaldi ve arkadaşları (2012), flört şiddetinin nedenlerini gelişimsel bir bakış açısıyla ele alarak bağlamsal, gelişimsel ve ilişki temelli faktörler olmak üzere üç ana başlık altında incelemiştir. Bağlamsal faktörler arasında yaş, cinsiyet ve etnik köken gibi demografik değişkenler yer almaktadır. Gelişimsel risk faktörleri kapsamında ise bireyin çocukluk döneminde şiddete maruz kalması ya da şiddete tanık olması, aile ilişkilerinin işlevsizliği, düşük benlik saygısı, depresif belirtiler, alkol ve madde kullanımı ile şiddete yönelik kabullenici tutumlara sahip olması önemli risk

etmenleri olarak değerlendirilmektedir (Yarkovsky, 2016). İlişki temelli faktörler arasında ise ilişki doyumunun düşüklüğü, çatışma çözme becerilerinin yetersizliği ve iletişim sorunları öne çıkmaktadır (Gündüz, 2019).

Flört şiddetinin temel nedenlerinden biri olarak toplumsal cinsiyet eşitsizliği gösterilmektedir (Kaplan, 2020). Cinsiyet kavramı biyolojik özelliklere dayalı olarak tanımlanırken; toplumsal cinsiyet, erillik ve dişilik rollerinin toplumsal olarak inşa edilmesini ifade etmekte ve bireyin biyolojik cinsiyetinden bağımsız olarak şekillenebilmektedir (Giddens, 2013). Alanyazında yer alan çok sayıda çalışma, toplumsal cinsiyet rollerini güçlü biçimde içselleştiren bireylerin flört şiddetine yönelik daha kabullenici tutumlar sergilediklerini ve flört şiddeti uygulama olasılıklarının daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Bu durum, bireylerin hem flört şiddeti mağduru olma hem de flört şiddeti uygulayıcısı olma risklerini artırmaktadır (Aslan vd., 2008).

Casey ve arkadaşlarının (2016) yürüttüğü bir çalışmada, geleneksel erkeklik normlarını ve toplumsal cinsiyet ideolojisini içselleştiren erkeklerin, bu normları benimsemeyen erkeklere kıyasla kadın partnerlerine yönelik fiziksel şiddet ve cinsel saldırı davranışlarını yaklaşık iki kat daha fazla sergiledikleri saptanmıştır (Ay ve Karacan, 2024). Bu bulgu, flört şiddetinin toplumsal cinsiyet temelli güç ilişkileriyle yakından bağlantılı olduğunu desteklemektedir.

Göz ardı edilmemesi gereken bir diğer önemli etken ise toplumda şiddetin nasıl algılandığı ve sunulduğudur. Şiddetin bir yaşam biçimi ya da sorun çözme yöntemi olarak benimsendiği toplumlarda, şiddet davranışlarının problem olarak görülmediği ve bu durumun şiddet oranlarını artırdığı belirtilmektedir (Erdgil, 2001; Kocacık, 2001).

Flört şiddetinin diğer nedenleri arasında düşük özsaygı önemli bir risk faktörü olarak öne çıkması ile araştırmalar, düşük özsaygıya sahip bireylerin hem flört şiddetine maruz kalma hem de flört şiddeti uygulama olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir (Çengel ve Yurdalan, 2022). Bunun yanı sıra düşük sosyoekonomik düzey ve kırsal bölgede yaşama gibi yapısal faktörler de flört şiddetine zemin hazırlayan etkenler arasında değerlendirilmektedir. Flört şiddetinin, çok sayıda ergen ve gencin yaşamını olumsuz yönde etkileyen önemli bir psikolojik ve sosyal problem olduğu bilinmektedir (Üstünel, 2020). Kızmaz (2006), flört şiddeti için risk faktörlerini; yaş, cinsiyet farklılıkları, partnerlerden birinin ya da her ikisinin alkol veya madde kullanımı, toplumsal cinsiyet rollerinin ve kadına yönelik şiddetin içselleştirilmesi, çocukluk döneminde şiddete maruz kalma veya şiddete tanık olma, kişilik bozuklukları, depresyon, düşük gelir düzeyi ve düşük akademik başarı olarak sıralamaktadır.

Bireylerin bakım verenleriyle geliştirdikleri bağlanma stillerinin güvenli, güvensiz, kaygılı ya da kaçıngan olması, romantik ilişkilerde sergilenen davranış örüntülerini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu nedenle romantik ilişkiler ve flört şiddeti konusundaki araştırmalarda bağlanma kuramına özel bir önem verilmektedir (Schröder vd., 2019). Ayrıca, yapılan bir çalışmada, güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin romantik ilişkilerinde şiddet davranışlarını daha sık tekrarladıkları sonucuna ulaşılmıştır (Bonache vd., 2017; Çengel ve Yurdalan, 2022).

1.1.4.1. Flört Şiddetinin Sonuçları

Şiddet, nedenlerinden ziyade bireysel ve toplumsal düzeyde yol açtığı sonuçlar bakımından önemli bir toplumsal sorun olarak ele alınmaktadır. Şiddet vakaları ve bu vakaların doğurduğu sonuçlar; ölüm, yaralanma, sakatlık, psikolojik travmalar ile hem mağdurun hem de şiddet uygulayan bireyin yakın çevresinin yaşadığı çok boyutlu mağduriyetleri kapsamaktadır. Bu sonuçlar, bireyleri ve toplumsal kurumları doğrudan ya da dolaylı biçimde etkilemektedir (Bayramova ve Aksan, 2022). Flört şiddetine ilişkin araştırmalar incelendiğinde, bu şiddet türünün en sık karşılaşılan psikolojik sonuçları arasında yeme bozuklukları, sigara ve madde kullanımı (Ackard vd., 2007; Set, 2020) ile depresyon ve kaygı düzeylerinde artışın yer aldığı görülmektedir (Callahan vd., 2003; Roberts vd., 2003). Bu bulgular, flört şiddetinin bireyin ruhsal sağlığı üzerinde ciddi ve kalıcı etkiler yaratabildiğini göstermektedir. İlişki içerisinde maruz kalınan flört şiddeti, kısa vadede fiziksel yaralanmalara yol açabilmekle birlikte, uzun vadede bireylerin öz güvenleri ve benlik saygıları üzerinde örseleyici etkilere neden olmaktadır (Aslan vd., 2008; Akcan, 2020). Bunun yanı sıra flört şiddetine maruz kalan bireylerde uyku ve beslenme düzeninin bozulması, akademik başarıda düşüş, bilişsel işlevlerde zorlanma, takıntılı düşünceler, günlük yaşam aktivitelerinde aksama ve özkıyım düşünceleri ile girişimleri gibi çok sayıda olumsuz sonucun ortaya çıkabildiği bildirilmektedir (Kuss ve Griffiths, 2011; Ateş vd., 2023).Flört şiddetinin birey üzerindeki etkileri yalnızca psikolojik düzeyle sınırlı kalmamakta; ciddi fiziksel sonuçlara ve yaşam kaybına da yol açabilmektedir. Yapılan bir çalışmada, flört şiddetinin dünya genelinde her yıl yaklaşık 1,6 milyon kişinin yaşamını yitirmesine neden olduğu ve 15–44 yaş arası ölümlerde şiddetin önde gelen nedenlerden biri olduğu belirtilmiştir (Polat vd., 2016).

1.1.5. Flört Şiddetinin Görülme Sıklığı

Flört şiddetine ilişkin ilk sistematik çalışmalardan biri Makepeace (1981) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada kadın katılımcıların %92'si ve erkek katılımcıların %31'i

flört ilişkilerinde şiddete maruz kaldıklarını bildirmiştir. Bu bulgular, kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek oranda flört şiddetine maruz kaldığını düşündürmekle birlikte, sonraki araştırmalar bu duruma ilişkin farklı sonuçlar ortaya koymuştur. Follette ve Alexander (1992) tarafından 100 çiftle gerçekleştirilen bir çalışmada, kadınlar ve erkekler arasında flört şiddetine maruz kalma oranları açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Benzer şekilde birçok araştırmada flört şiddetine maruz kalma oranlarının cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı belirtilmektedir (Laner ve Thompson, 1982; Eslek, Kızıltepe ve Irmak, 2021).

Straus (2004) tarafından 16 ülkede, 31 farklı üniversitede ve 8.666 flört eden üniversite öğrencisi ile yürütülen uluslararası bir çalışmada, cinsiyetten bağımsız olarak katılımcıların ortalama %29'unun son bir yıl içerisinde partnerlerine en az bir kez fiziksel şiddet uyguladıkları ifade edilmiştir. Bu bulgu, flört şiddetinin kültürler arası yaygın bir olgu olduğunu ortaya koymaktadır. Kadınların yaşam boyu yakın partner şiddetine maruz kalma oranlarının %15 ile %71 arasında değiştiği bildirilmektedir (Bailey, 2021; Kocamanoğlu ve Bahalı, 2021). Ayrıca ergenlik döneminde şiddete maruz kalan kadınların, genç yetişkinlik döneminde yeniden şiddet yaşama risklerinin arttığı belirtilmektedir (Manchikanti ve Gomez, 2010; Kocamanoğlu ve Bahalı, 2021). Flört şiddeti, özellikle gençler arasında yaygın olarak görülen ve yaşam kalitesini olumsuz etkileyen önemli bir psikososyal sorun olarak değerlendirilmektedir. Genç bireylerin yaklaşık %20–37'sinin flört ilişkilerinde şiddete maruz kaldığı tahmin edilmekte; bu bireylerin yalnızca mağdur değil, aynı zamanda şiddet uygulayıcı rollerinde de yer alabildikleri ifade edilmektedir (Cornelius ve Resseguie, 2007; Göz ve Dokuzcan, 2022).

Küresel ölçekte yapılan araştırmalar, bireylerin %10–50'sinin fiziksel şiddete maruz kaldığını (Kaukinen, 2014; Joshi vd., 2013), %80–90'ının ise duygusal şiddete maruz kaldığını ya da duygusal şiddet uyguladığını göstermektedir (Öztürk vd., 2011; Gözelceoğlu ve Altındağ, 2011). Bu bulgular, flört şiddetinin yaygınlığını ve önleyici çalışmaların gerekliliğini açık biçimde ortaya koymaktadır.

1.1.5.1. Türkiye'de Flört Şiddetinin Görülme Sıklığı

Türkiye'de flört şiddeti konusuna yönelik araştırmalar son yıllarda artış göstermiş olmakla birlikte, flört şiddetinin yaygınlığına ilişkin çalışmaların hâlen sınırlı olduğu görülmektedir. Bununla birlikte mevcut alanyazın, Türkiye'de cinsel, fiziksel ve psikolojik flört şiddetine maruz kalma ve flört şiddeti uygulama oranlarının dikkat çekici düzeylerde olduğunu ortaya koymaktadır (Schuster vd., 2016; Toplu-Demirtaş, 2015; Toplu-Demirtaş vd., 2013; Demirtaş ve Sümer, 2022).

Türkiye'de 500 kadın üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen bir çalışmada, katılımcıların %88'inin duygusal, %22'sinin sözel, %21,4'ünün ekonomik, %16,4'ünün fiziksel ve %7,2'sinin cinsel şiddete maruz kaldığı saptanmıştır (Dikmen vd., 2018; Lotfi vd., 2022). Bu bulgular, flört ilişkilerinde özellikle duygusal ve psikolojik şiddetin yaygın biçimde yaşandığını göstermektedir. Dünya genelinde yapılan çalışmalar, gençlik döneminde flört şiddeti görülme oranlarının; flört şiddetinin tanımına, ele alınan şiddet türüne ve kullanılan değerlendirme yöntemine bağlı olarak %2 ile %76 arasında değiştiğini göstermektedir (Toplu-Demirtaş ve Fincham, 2020). Türkiye'de gerçekleştirilen araştırmalarda ise flört şiddeti görülme sıklığının yaklaşık %18–34 arasında olduğu bildirilmektedir (Tarı-Selçuk, Avcıl ve Mercan, 2018; Öztürk ve Gökkaya, 2022). Bu oranlar, flört şiddetinin Türkiye'de gençler ve genç yetişkinler arasında önemli bir psikososyal sorun olduğunu ortaya koymaktadır.

1.2. Affedicilik

1.2.1. Affedicilik Kavramı

Affedicilik, bireyin kendisine zarar veren kişi ya da duruma yönelik olarak geliştirdiği olumsuz duygu, düşünce ve davranışları bilinçli bir biçimde azaltarak, daha yapıcı ve düzenleyici tepkiler geliştirmesini içeren çok boyutlu bir süreçtir (Arsu, 2017). Worthington (1998), affediciliği; bireyin kendisini inciten kişiye yönelik öfke, kızgınlık, intikam ya da misilleme arzusundan kaçınma isteği olarak tanımlamaktadır. Bu tanım, affediciliğin yalnızca bir duygu durumu değil, aynı zamanda bilinçli bir yönelim olduğunu vurgulamaktadır. Worthington (2006), affetme sürecini kararsal (decisional) ve duygusal (emotional) olmak üzere iki boyutta ele almıştır. Kararsal affetme, bireyin kendisine zarar veren kişiye yönelik olarak daha önce sergilediği olumsuz davranışları sürdürmemeye karar vermesi, öç alma ve kaçınma eğiliminin azalması ve suçlu kişiye yönelik bilişsel değerlendirmelerin değişmesi olarak tanımlanmaktadır. Duygusal affetme ise suçlu kişiye yönelik öfke, kızgınlık ve nefret gibi olumsuz duyguların yerini merhamet, iyi niyet ve şefkat gibi olumlu duyguların alması sürecini ifade etmektedir (Özgür ve Eldeleklioğlu, 2017).

Affetme süreci; nefret, misilleme ve öç alma gibi bireyi örseleyen duygu ve davranışların azalmasına katkı sağlarken, tolerans, bağışlayıcılık, hoşgörü, geçmiş yaşantıların etkisinden sıyrılarak anda kalabilme ve duygularla mücadele etmek yerine onları kabul edebilme gibi yapıcı duygusal süreçleri harekete geçirmektedir (Aydın, 2017). Bu süreçte bireyin sahip olduğu psikolojik güçlü yönler, affetme sürecini destekleyici ve koruyucu bir işlev üstlenmektedir (Ömrüuzun ve Öksüz, 2025). Bununla birlikte, affediciliğin her durumda uyumlu ve işlevsel

sonuçlar doğurmayabileceği de vurgulanmaktadır. Bazı araştırmacılar, affetmenin bireyi uzlaşmaya yönelterek yeniden zarar görme riskini artırabileceğini ileri sürmektedir (Bass ve Davis, 1994; Enright vd., 1998). Yapılan çalışmalarda, partnerleri tarafından istismara maruz kalan kadınlar arasında affetmeye yatkınlık ile zarar verici ilişkiyi sürdürme arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (Katz, Street ve Arias, 1997; Aydın, 2017). Bu bulgular, affediciliğin ilişki bağlamında çift yönlü ve dikkatle ele alınması gereken bir kavram olduğunu göstermektedir.

Affetme hem bireysel hem de kişilerarası boyutları içeren karmaşık bir süreçtir. Klinik gözlemler ve kuramsal çalışmalar doğrultusunda Enright ve arkadaşları (1996), affetmenin çok katmanlı yapısını açıklamak amacıyla "affetme üçlüsü" kavramını öne sürmüştür. Bu yaklaşımda yalnızca başkalarını affetme değil; aynı zamanda başkaları tarafından affedilme algısı ve kendini affetme süreçlerinin de psikolojik iyilik hâli açısından önemli olduğu vurgulanmaktadır (Kaya vd., 2023).

1.2.2. Kendini Affetme

Kendini affetme, bireyin kendi davranışlarına yönelik olarak geliştirdiği suçluluk, pişmanlık ve öfke gibi olumsuz duyguları dönüştürme sürecini ifade etmektedir. Kendini affetme; bireyin kendi kabul ettiği nesnel bir yanlışı karşısında kendisine yönelik öfkeyi bırakma isteği geliştirmesi ve kendine şefkat, cömertlik ve sevgi duyguları hissedebilmesi olarak tanımlamaktadır (Enright 1996; Baysal, 2023).

Bir başka yaklaşıma göre kendini affetme, bireyin yaptığı hatayı fark etmesi, bu hatanın sorumluluğunu üstlenmesi ve buna eşlik eden suçluluk ve pişmanlık duygularıyla yüzleşmesi sonucunda ortaya çıkmaktadır. Bu süreçte, bireyin suçluluk ve pişmanlık duygularını bastırmadan ya da inkâr etmeden ele alması önem taşımaktadır. Suçluluk ve pişmanlık hissedilmeden gerçekleştirilen affetme girişimleri, gerçek bir kendini affetme olarak değerlendirilmemekte; aksine bireyin kendisini kandırmasına ve sorumluluktan kaçınmasına yol açabilmektedir (Ağaççanak, 2022).

1.2.3. Kişilerarası Affetme

Kişilerarası affetme, bireyin kendisine zarar verdiğine inandığı başka bir kişiye yönelik olarak geliştirdiği öfke, kızgınlık, düşmanlık ve intikam arzusu gibi olumsuz duyguları zaman içerisinde azaltması ve bu duyguların yerine daha yapıcı, düzenleyici ya da nötr tepkiler geliştirmesi süreci olarak tanımlanmaktadır (McCullough, vd., 1997; McCullough vd., 1998).

Bu süreç, bireyin yaşadığı incinmişliği inkâr etmeden ve yapılan yanlışı meşrulaştırmadan, duygusal yükünü yeniden yapılandırmasına olanak tanımaktadır.

Enright ve arkadaşlarına (1996) göre kişilerarası affetme, yalnızca olumsuz duyguların azalmasını değil, aynı zamanda bireyin suçlu olarak algıladığı kişiye yönelik bilişsel değerlendirmelerinde değişimi de içermektedir. Bu bağlamda affetme, bireyin yaşanan zararı kabul etmesiyle birlikte, bu zararın yaşamının tümünü belirlemesine izin vermemesi anlamına gelmektedir. Affetme süreci, bireyin içsel iyilik hâlini destekleyen bilinçli ve aşamalı bir psikolojik yeniden düzenleme olarak ele alınmaktadır.

McCullough (2000), kişilerarası affetmenin üç temel motivasyonel boyutu olduğunu ileri sürmüştür. Buna göre affetme süreci; suçlu kişiden kaçınma isteğinin azalması, intikam alma motivasyonunun zayıflaması ve suçlu kişiye yönelik iyi niyet geliştirme eğiliminin artmasıyla karakterize edilmektedir. Bu motivasyonel değişimler, affetmenin yalnızca pasif bir kabullenme değil, aktif bir psikolojik dönüşüm süreci olduğunu göstermektedir.

Araştırmalar, kişilerarası affetmenin bireyin psikolojik iyi oluşu üzerinde olumlu etkileri olduğunu ortaya koymaktadır. Affetme eğilimi yüksek bireylerde depresyon, kaygı ve öfke düzeylerinin daha düşük; yaşam doyumu ve psikolojik dayanıklılığın ise daha yüksek olduğu bulunmuştur (Toussaint, vd., 2015). Ayrıca kişilerarası affetme, stresle başa çıkma becerilerini güçlendiren ve kişilerarası ilişkilerde daha sağlıklı sınırlar kurulmasına katkı sağlayan bir düzenleyici mekanizma olarak değerlendirilmektedir (Worthington ve Scherer, 2004).

1.2.4. Durumu Affetme

Durumu affetme kavramı, Thompson ve arkadaşları (2005) tarafından bireyin kontrolü dışında gelişen ve olumsuz olarak değerlendirilen yaşam olaylarına yönelik bilişsel, duygusal ve tutumsal tepkileri bağlamında ele alınmaktadır. Bu yaklaşıma göre, bireyin olumsuz bir durumla karşılaşması, genel iyilik hâlini ve olumlu bakış açısını zayıflatmakta; buna bağlı olarak öfke, hayal kırıklığı ve kaçınma gibi olumsuz tepkilerin ortaya çıkmasına yol açmaktadır (Akdemir ve Ebadi, 2024). Durumu affetme, bireyin yaşamak istemediği olumsuz bir deneyimin ardından bu duruma ilişkin geliştirdiği olumsuz bilişsel ve duygusal tepkileri zaman içerisinde azaltması, yeniden yapılandırması ya da nötr bir tutuma dönüştürmesi sürecini ifade etmektedir. Bu bağlamda durumu affetme, olayın kendisini onaylama ya da yaşanan durumu yok sayma anlamına gelmemekte; aksine bireyin yaşanan olumsuzluğa yönelik işlevsel olmayan tepkilerinden uzaklaşarak daha uyumlu bir değerlendirme biçimi geliştirmesini kapsamaktadır (Thompson vd., 2005).Literatürde durumu affetme, bireyin kendisini olumsuz

etkileyen bir yaşantıya yönelik süreğen olumsuz tepkilerden vazgeçmesi ve söz konusu durumu daha kabul edilebilir ya da tarafsız bir çerçevede ele alması olarak tanımlanmaktadır (Zengin, 2021).

1.2.5. Affetme Modelleri

Pozitif psikoloji alanında affetme kavramına yönelik ilginin artması, araştırmacıların affetmeyi açıklamaya yönelik çeşitli kuramsal modeller geliştirmesine zemin hazırlamıştır. Bu modeller, affetme olgusunu farklı kuramsal çerçeveler içinde ele alsa da temel varsayımlar açısından bazı ortak özellikler taşımaktadır (Walker ve Gorsuch, 2002; Güven ve Erdem, 2020). Söz konusu modelleri birleştiren temel nokta, affetmenin öncelikle olumsuz bir yaşantıdan etkilenen bireyin psikolojik işlevselliği ve ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler oluşturduğu görüşüdür. Bu bağlamda affetme, karşı tarafa yönelik bir iyilik ya da ahlaki bir yükümlülükten ziyade, bireyin kendi duygusal yükünü azaltmasına ve psikolojik uyumunu artırmasına hizmet eden bir süreç olarak ele alınmaktadır (Bugay ve Demir, 2012).

1.2.5.1. Psikodinamik Model

Psikodinamik modele göre affetme, bireyin öfke ve saldırganlık gibi yoğun olumsuz duygularını bırakarak, bu duyguların yerine şefkat ve iyilik yönelimli duygular geliştirmeye yönelik bilinçli ve bilinçdışı süreçleri içeren bir çaba olarak ele alınmaktadır. Bu modeli benimseyen araştırmacılara göre affedicilik kavramının temelinde, farkında olunmayan bağlanma örüntüleri ve sevme kapasitesi yer alarak zarar veren bireye yönelik daha olumlu ve uzlaşmacı, hatta sevgi temelli duyguların gelişmesini içermektedir (Scobie ve Scobie, 1998; Çardak, 2012).

Psikodinamik model kapsamında Pingleton (1989), affetme sürecinin bireyin benlik algısında yaşanan bir kırılma ile başladığını ifade ederek bireyin dürüstlük, adalet ve değer algısının zarar görmesiyle birlikte, benliğin narsistik bütünlüğünün sarsılmasını içermektedir. Ancak bu süreç, bireyin insani sınırlılıklarını fark etmesine ve daha gerçekçi bir benlik algısı geliştirmesine olanak tanımaktadır. Bu içgörü sayesinde birey, kendisinin de başkaları gibi incinebilir olduğunu, sevgi ve saygıya ihtiyaç duyduğunu ve bazı yaşam olayları üzerinde kontrolünün sınırlı olabileceğini kabul etmektedir (Bowman, 2003; Çardak, 2012).

1.2.5.2. Piramit Model

Affetme Piramit Modeli'ne göre affetme süreci üç temel kavram üzerine yapılandırılmaktadır. Bu kavramlar empati, alçakgönüllülük (humility) ve affetmenin açık biçimde ifade edilmesidir (Gordon vd., 2005). Bu modelde affetme, empati ve alçakgönüllülüğün doğal bir sonucu olarak

ele alınmakta; bireyin bilişsel ve duygusal değerlendirmelerinin bir ürünü olarak değerlendirilmektedir (Worthington, 1998b; Çağlayan vd., 2017). Piramit modelde, bireylerin kişilerarası ilişkilerinde karşılaştıkları hataları affedebilmelerinin, öznel iyi oluş düzeyleri ve psikolojik iyilik hâlleri üzerinde olumlu etkiler oluşturabileceği belirtilerek modeli affetmeyi doğrusal olmayan ancak yapılandırılmış bir süreç olarak ele almaktadır (Altıntaş, 2022). Bu bağlamda Piramit Modeli; acının hatırlanması, empati geliştirme, affedilecek kişiye yönelik fedakârlıkta bulunma, affetmenin gerçekleştirilmesi ve affetmenin sürdürülmesi olmak üzere beş aşamadan oluşmaktadır (Gürbüz, 2016). Model kapsamında affetme, kararsal affetme ve duygusal affetme olmak üzere iki boyutta ele alınmaktadır. Kararsal affetme, bireyin zarar veren kişiye yönelik davranışsal tutumlarında bilinçli bir değişimi ifade etmekte; intikam alma ya da misilleme davranışlarından vazgeçmeyi kapsamaktadır (Worthington, 2005). Duygusal affetme ise öfke, kızgınlık ve kırgınlık gibi olumsuz duyguların zamanla azalması ve yerini daha nötr ya da olumlu duyguların alması sürecini içermektedir (Bayrakcı ve Gültekin, 2021).

1.2.5.3. Hargrave'nin Affetme Modeli

Hargrave'nin Affetme Modeli, affetme sürecini özellikle aile içi ilişkiler bağlamında ele alan bir kuramsal yaklaşım olarak aile üyeleri arasında yaşanan örseleyici yaşantıların, bireylerde yoğun öfke, intikam ve güvensizlik duygularına yol açtığını ve bu duyguların aile ilişkilerini zedelediğini ileri sürmektedir (Hargrave ve Sells, 1997; Sells ve Hargrave, 1998). Aile içi örseleyici yaşantılar sonucunda zarar gören birey, yalnızca öfke ve güvensizlik değil; aynı zamanda suçluluk ve utanç gibi içe yönelmiş duygular da deneyimleyebilmektedir. Bu nedenle modelde, yaşanan olumsuz deneyimin aşılabilmesi için ilişkisel güvenin yeniden inşa edilmesi temel bir gereklilik olarak vurgulanmaktadır (Gür ve Çapri, 2021).

Hargrave (2001), affetme sürecini engelleyen temel unsurun ilişkide yaşanan güven kaybı olduğunu belirtmektedir. Modelde iki temel kategori ve bu kategorilere bağlı dört istasyon yer almaktadır (Güven ve Erdem, 2020). Aklama kategorisi; farkındalık ve empati istasyonlarını içerirken, affetme kategorisi telafi için fırsat tanıma ve açık affetme istasyonlarından oluşmaktadır. Bu kategoriler, birbirleriyle sürekli etkileşim hâlinde ilerleyen dinamik süreçler olarak ele alınmaktadır (Bayın ve Kaya, 2020).

1.2.5.4. Affetme Süreç Modeli

Affetme Süreç Modeli, Enright ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş olup affetmenin öğrenilebilir bir beceri olduğu ve kişilerarası ilişkilerde iyileştirici bir rol üstlendiği varsayımına

dayanmaktadır. Modelin kuramsal temeli, Piaget'in bilişsel gelişim kuramı ve Kohlberg'in ahlaki gelişim kuramı üzerine inşa edilmiştir (Gündüz, 2014; Bozkaya, 2023).

Enright'ın (1991) geliştirdiği modele göre affetme; bilişsel, duygusal ve davranışsal bileşenleri içeren çok boyutlu bir yapı olarak değerlendirilmektedir. Süreç doğrusal olmayıp, bireyin aşamalar arasında zaman zaman ilerleme ya da gerileme yaşamasının doğal kabul edildiği esnek bir yapı sunmaktadır.

Bu modele göre hem başkalarını hem de bireyin kendisini affetmesi; keşfetme, karar, eylem ve derinleşme olmak üzere dört temel aşamada gerçekleşmektedir (Enright ve Fitzgibbons, 2000). Affetme sürecinin başlangıcında bireyin yaşadığı incinmeye yönelik farkındalık kazanması ve bilişsel hazırlık yapması önem taşıyarak bireyin zamanla öfke ve yoğun olumsuz duyguların azalması, duygusal affetmenin gelişmesini kolaylaştırmaktadır (Karahan, 2023).

Bu dört aşamanın tamamlanmasının ardından birey, yaşama yönelik yeni anlamlar geliştirebilmekte ve kişilerarası ilişkilerini daha işlevsel biçimde yeniden düzenleyebilmektedir (Fincan ve Özbay, 2019). Süreç içerisinde yazma çalışmaları gibi yapılandırılmış tekniklerin kullanılması, bireyin duygu ve düşüncelerindeki değişimi değerlendirmesine katkı sağlamaktadır (Aydın, 2016).

1.3. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar

1.3.1. Şema Nedir?

Şema kavramı, psikoloji biliminin gelişim süreci boyunca farklı kuramsal yaklaşımlar içinde sıklıkla ele alınmış ve bireyin zihinsel süreçlerini açıklamada temel bir yapı olarak kullanılmıştır. Özellikle bireyin yaşantılarını nasıl algıladığı, yorumladığı ve anlamlandırdığına ilişkin açıklamalarda şema kavramı merkezi bir rol üstlenmektedir. Alan yazında "schemata" terimini sistematik biçimde kullanan ilk araştırmacı Bartlett olarak kabul edilmektedir (Başçelik vd., 2021).

Bartlett (1932), şemaları bireyin geçmiş yaşantılarından edinilen eylem ve deneyimlerin sembolik temsillerinin örgütlenmesi yoluyla oluşan zihinsel yapılar olarak tanımlamıştır. Bu yapılar, bireyin yeni yaşantıları yorumlamasına rehberlik etmekte ve hatırlama sürecinin yeniden kurucu niteliğini açıklamaktadır. Bartlett'in çalışmaları, anıların pasif biçimde depolanmadığını; aksine bireyin mevcut şema örüntüleri doğrultusunda yeniden yapılandırılarak geri çağrıldığını ortaya koyması bakımından şema kavramının psikoloji literatüründe yerleşmesine önemli katkı sağlamıştır (Günaydın ve Arı, 2016).

Bilişsel gelişim kuramları bağlamında ise şema, bireyin çevresini, yaşadığı olayları ve karşılaştığı durumları anlamlandırmasına yardımcı olan bilişsel örüntüler olarak ele alınması ile bireyin bilgiyi organize etmesini, yeni bilgileri mevcut zihinsel yapılarla ilişkilendirmesini ve karşılaştığı sorunlara çözüm üretmesini sağlayan soyut zihinsel planlar olarak tanımlanmaktadır (Young vd., 2009). Şema terapisi literatüründe şemalar, yalnızca bilişsel içeriklerle sınırlı olmayan; aynı zamanda duygular, düşünceler, davranışlar, anılar ve bedensel duyumları içeren kapsamlı örüntüler olarak değerlendirilmektedir. Bu örüntüler, bireyin kendisi ve başkalarıyla ilişkilerine dair temel varsayımlarını şekillendirmekte; zamanla katı ve genelleyici bir nitelik kazanarak önyargılar ve değişime dirençli tutumlar içerebilmektedir (Martin ve Young, 2010).

1.3.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Oluşumu

Young'a (2003) göre, erken dönem uyum bozucu şemalar, çocukluk döneminde temel psikolojik ihtiyaçların yeterli ve tutarlı biçimde karşılanmaması sonucunda gelişmektedir. Bu temel ihtiyaçlar; başkalarıyla güvenli bağlanma (güvenlik, istikrar, bakım ve kabul görme), özerklik ve olumlu kimlik algısı, ihtiyaç ve duyguların ifade edilebilmesi, kendiliğindenlik ile oyun ve son olarak akılcı sınırlar ve özdenetim olarak tanımlanmaktadır. Young, söz konusu ihtiyaçların karşılanmamasının, bireyin kendisi ve çevresiyle ilgili işlevsel olmayan temel inançlar geliştirmesine zemin hazırladığını vurgulamaktadır. İhtiyaçların yoğun biçimde engellenmesi, travmatik yaşantılara maruz kalma ya da kurban olma, bakım verenlerin aşırı koruyucu veya kontrol edici tutumları ile seçici içselleştirme gibi erken dönem yaşam deneyimleri, uyum bozucu şemaların oluşumunu destekleyen başlıca etmenler arasında yer almaktadır (Rafaeli vd., 2011).

Erken dönem uyum bozucu şemalar, çocukluk ve ergenlik dönemleri boyunca oluşmaya ve yapı kazanmaya devam etmekte; bireyin yaşamı boyunca daha karmaşık bir hâl alarak süreklilik göstermektedir (Young vd., 2013). Şema terapi yaklaşımına göre bu şemaların temelinde, örseleyici-zedeleyici çocukluk yaşantıları ve temel duygusal ihtiyaçların yeterince karşılanmaması ya da iyi şeylerin aşırı verilmesi bulunmaktadır. Bu ihtiyaçlar, şema terapi literatüründe beş ana alan altında sınıflandırılmaktadır: (1) başkalarına güvenli bağlanma (güvenlik, istikrar, bakım ve benimsenme), (2) özerklik, yeterlilik ve olumlu kimlik algısı, (3) ihtiyaç ve duyguların ifade edilme özgürlüğü, (4) kendiliğindenlik ve oyun ile (5) akılcı sınırlar ve özdenetim (Young vd., 2003; Güler, 2020). Erken dönem uyum bozucu şemaların oluşumuna katkı sağlayan bir diğer önemli etmen ise bireyin duygusal mizacıdır. Young ve arkadaşları (2003) ile Gör ve arkadaşları (2017) çalışmaları göz önüne alındığında, çocuğun doğuştan

getirdiği mizaç özelliklerinin, çevresel yaşantılara verilen tepkileri şekillendirdiğini ve şema gelişiminde belirleyici rol oynadığını ifade etmektedir. Mizaç; bebeklik döneminden itibaren bireyin çevresel uyaranlara verdiği duygusal, motor ve dikkatle ilişkili tepkilerde gözlenen bireysel farklılıkları kapsamaktadır. Bu özellikler, çocuğun yaşadığı deneyimleri nasıl algıladığı ve içselleştirdiği üzerinde etkili olmaktadır (Rothbart, 2007).Bireyin sahip olduğu uyum bozucu şemalarla başa çıkmak amacıyla geliştirdiği bazı davranış örüntüleri ise bu şemaların sürdürülmesine ve pekişmesine neden olabilmektedir. Şema terapisi literatüründe bu başa çıkma biçimleri; şema teslimi, şema kaçınması ve şema aşırı telafisi olmak üzere üç temel başlık altında ele alınmaktadır (Young ve Lindemann, 2002; Anlı ve Can, 2016).

Şema teslimi̇nde birey, şemaya uyum göstererek onun doğruluğunu kabul etmekte ve şemayla ilişkili duygusal acıyı doğrudan deneyimlemektedir. Bu durumda birey, şemadan kaçınmaya ya da onunla mücadele etmeye çalışmaksızın, şemanın yönlendirdiği düşünce, duygu ve davranış örüntülerini sürdürmektedir (Young vd., 2003).

Şema kaçınması ise şemaların tetiklenmesi sonucunda ortaya çıkan incinme, utanç, kaygı ve öfke gibi yoğun duyguları deneyimlememek amacıyla bireyin şemayla ilişkili uyaranlardan kaçınmasını ifade etmektedir. Bu kaçınma, hem şemayı harekete geçirebilecek kişi, yer ve durumlardan uzak durmayı hem de şemanın yol açtığı duygusal acıyı hissetmemeye yönelik bilişsel ve davranışsal stratejileri içermektedir (Young ve Klosko, 2011).

Şema aşırı telafisi ise bireyin sahip olduğu şemaların tam tersi yönde davranışlar sergilemesiyle karakterizedir. Bu başa çıkma biçiminde birey, şemanın yarattığı acıyı hissetmemek amacıyla kendisini ve çevresini, şemanın karşıtının doğru olduğuna inandırmaya çalışmaktadır. Dışarıdan işlevsel ya da güçlü bir duruş sergiliyor gibi görünse de bu strateji, altta yatan uyum bozucu inançları beslemeye devam etmekte ve bireyi eleştiriye karşı aşırı duyarlı hâle getirebilmektedir (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2021).

Şema terapinin temel amacı, bireyin geçmiş yaşantıları sonucunda geliştirdiği olumsuz ve işlevsel olmayan şemaları fark etmesini sağlamak, bu şemaları daha uyumlu ve gerçekçi şemalarla değiştirmek ve uyum bozucu başa çıkma davranışlarını azaltmaktır (Young vd., 2003). Bu süreçte bireyin kendisi ve yaşamla ilgili daha sağlıklı bilişsel ve duygusal değerlendirmeler geliştirmesi hedeflenmektedir (Demirdöğen ve Karaaziz, 2024). Diğer bir ifadeyle şema terapi, uyum bozucu şemaların dönüştürülmesi ve bu şemaları sürdüren başa çıkma biçimlerinin işlevsel yollarla yeniden yapılandırılmasını amaçlayan bütüncül bir psikoterapi yaklaşımıdır (Vreeswijk vd., 2023).

1.3.3. Şema Alanları

Young ve arkadaşları (1993), erken dönem uyum bozucu şemaları beş temel şema alanı altında sınıflandırmış ve bu alanlar kapsamında toplam 18 erken dönem uyum bozucu şema tanımlamıştır. Şema alanları, bireyin çocukluk ve ergenlik döneminde karşılanmayan temel duygusal ihtiyaçların ortak temalar altında toplanmış hâlini yansıtmaktadır. Bu şema alanları ve kapsadıkları erken dönem uyum bozucu şemalar aşağıda sunulmuştur:

i. **Kopukluk ve Reddedilmişlik Şema Alanı:**
   Terk edilme/istikrarsızlık, güvensizlik/suistimal edilme, duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanç ve sosyal izolasyon/yabancılaşma şemalarını kapsamaktadır.
ii. **Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma Şema Alanı:**
   Bağımlılık/yetersizlik, hastalıklar ve tehditler karşısında dayanıksızlık, iç içelik/gelişmemiş benlik ve başarısızlık şemalarını içermektedir.
iii. **Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı:**
   Hak görme/büyüklük ve yetersiz özdenetim şemalarından oluşmaktadır.
iv. **Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı:**
   Boyun eğicilik, onay arayıcılık ve kendini feda şemalarını kapsamaktadır.
v. **Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanı:**
   Karamsarlık, duyguları bastırma, yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik ve cezalandırıcılık şemalarını içermektedir.

Şema kuramına göre, çocukluk döneminde temel duygusal ihtiyaçların yeterince karşılanmaması sonucunda gelişen erken dönem uyum bozucu şemalar, bireyin yetişkinlik döneminde yakın ve doyum sağlayıcı ilişkiler kurmasını güçleştirmektedir. Young ve Gluhoski (1997), tanımlanan 18 erken dönem uyum bozucu şemadan 11'inin doğrudan yakın ilişkiler üzerinde belirleyici etkiye sahip olduğunu belirtmiştir. Bu şemalar; terk edilme, kusurluluk, güvensizlik, duygusal yoksunluk, boyun eğicilik, yüksek standartlar, iç içelik (yapışıklık), onay arayıcılık, cezalandırıcılık ve hak görme/büyüklük şemalarıdır (Young ve Gluhoski, 1997; Yiğit ve Çelik, 2016).

1.3.3.1. Kopukluk ve Reddedilmişlik Alanı

Kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı, bireyin çocukluk döneminde bakım verenlerle kurduğu ilişkilerde güvenli bağlanma gereksiniminin yeterli ve tutarlı biçimde karşılanmaması sonucunda gelişen erken dönem uyum bozucu şemaları kapsamaktadır. Young ve arkadaşlarına (2003) göre bu şema alanının temelinde, bireyin sevgi, güven, kabul, duygusal yakınlık ve

istikrar gibi temel duygusal ihtiyaçlarının karşılanmadığına ilişkin kalıcı inançlar yer almaktadır. Bu şema alanına sahip bireylerin erken dönem yaşantılarında bakım verenlerin duygusal olarak ulaşılmaz, reddedici, ihmalkâr, tutarsız ya da aşırı eleştirel tutumlar sergilediği bildirilmektedir. Ayrıca istismar, ihmal, terk edilme ya da duygusal soğukluk içeren aile ortamlarının da bu şema alanının gelişiminde önemli rol oynadığı belirtilmektedir (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011). Bu tür yaşantılar, bireyin başkalarından sevgi ve destek görmeyeceğine, yakın ilişkilerde incineceğine ya da terk edileceğine dair temel varsayımlar geliştirmesine yol açmaktadır. Kopukluk ve reddedilmişlik alanındaki şemalara sahip bireyler, kişilerarası ilişkilerde güvenli bağlanma kurmakta güçlük yaşayabilmekte; yakın ilişkilerde sürekli bir reddedilme, terk edilme ya da istismar edilme beklentisiyle hareket edebilmektedir. Bu durum, yetişkinlik döneminde ya duygusal açıdan yıkıcı ve işlevsiz ilişkilerin sürdürülmesine ya da duygusal yakınlıktan kaçınarak ilişkilerden geri çekilme eğilimine neden olabilmektedir (Young ve Gluhoski, 1997; Young vd., 2003). Alan yazında, bu şema alanının depresyon, kaygı bozuklukları ve kişilerarası ilişki sorunlarıyla anlamlı biçimde ilişkili olduğu da vurgulanmaktadır (Bach vd., 2018). Kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı beş erken dönem uyum bozucu şemadan oluşmaktadır. Bu şemalar; terk edilme/istikrarsızlık, güvensizlik/suistimal edilme, duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanç ve sosyal izolasyon/yabancılaşma şemalarıdır (Young vd., 2003; Young, 2014). Bu şemaların ortak özelliği, bireyin başkalarıyla güvenli, istikrarlı ve doyum verici ilişkiler kuramayacağına yönelik temel inançlar içermesidir.

1.3.3.1.1. Terk Edilme / İstikrarsızlık Şeması

Terk edilme/istikrarsızlık şeması, bireyin kendisi için önemli olan kişilerin duygusal ya da fiziksel olarak süreklilik göstermeyeceğine yönelik yoğun ve kalıcı bir beklentiye sahip olmasıyla karakterizedir. Bu şemaya sahip bireyler, yakın ilişkilerinde sürekli bir terk edilme korkusu yaşamakta; reddedilme, yalnız kalma ya da ilişki kaybına ilişkin yoğun kaygılar geliştirmektedir. Bu beklenti, duygusal ilişkilerde aşırı bağlanma, sürekli onay arama ve ilişkiye tutunma davranışlarının ortaya çıkmasına yol açabilmektedir (Young, 1990; akt. Osmangil ve Kansu, 2024). Ayrıca, bu şemaya sahip bireyler, önemli ötekilerin kendilerini terk edeceğine, uzaklaşacağına ya da hastalık, ölüm gibi nedenlerle kaybedileceğine inanma eğilimindedir. Bu inançlar, ilişkilerde yoğun kaygı, kıskançlık ve kontrol edici davranışların gelişmesine zemin hazırlayabilmektedir (Young vd., 2003).

1.3.3.1.2. Güvensizlik / Suistimal Edilme Şeması

Güvensizlik/suistimal edilme şeması, bireyin başkaları tarafından istismar edileceği, kandırılacağı, aşağılanacağı ya da zarar göreceği yönünde yaygın ve kalıcı bir beklentiye sahip olmasıyla tanımlanmaktadır (Young ve Klosko, 1993). Bu şema, çoğunlukla bakım verenlerin çocuğun fiziksel ve duygusal sınırlarına saygı göstermemesi; fiziksel, duygusal ya da cinsel istismar yaşantıları ya da bakım verenlerin dürüst ve güvenilir olmayan tutumları sonucunda gelişmektedir (Young, vd., 2003; Young ve Klosko, 1993). Bu şemaya sahip bireyler, somut kanıtlar bulunmasa dahi başkalarının kendilerini kötüye kullanacağına, inciteceğine ya da zarar vereceğine inanma eğilimindedir (Yılmazörnek, Tatar, 2019). Bu nedenle kişilerarası ilişkilerde sürekli tetikte olma, kuşkuculuk ve yakınlıktan kaçınma davranışları sergileyebilmektedirler (Rafaeli vd., 2011). Güvensizlik şemasının temel özelliği, bireyin başkalarına karşı güven duygusu geliştirmekte zorlanması ve çoğunlukla kandırıldığı ya da ihmal edildiği düşüncesini taşımasıdır.

1.3.3.1.3. Duygusal Yoksunluk Şeması

Duygusal yoksunluk şeması, bireyin yaşamı boyunca sevgi, ilgi, şefkat, anlayış ve rehberlik gibi temel duygusal ihtiyaçlarının başkaları tarafından karşılanmayacağına dair güçlü bir inanç geliştirmesiyle karakterizedir (Young, vd., 2003). Bu şemaya sahip bireylerde sıklıkla yalnızlık, boşluk hissi ve nedeni tam olarak açıklanamayan bir mutsuzluk duygusu gözlenmektedir (Rafaeli vd., 2011). Bu şema, bireyin çocukluk döneminde ihtiyaç duyduğu duygusal yakınlık, bakım ve ilgiye yeterli ve tutarlı biçimde ulaşamaması sonucunda gelişmekte ve erken dönem yaşantılarında güven hissi ve yönlendirilme ihtiyacının karşılanmaması, bireyin ilerleyen yaşam dönemlerinde de önemli ötekiler tarafından bu gereksinimlerinin giderilmeyeceğine dair kalıcı bir inanç geliştirmesine yol açmaktadır (Young ve Klosko, 1994; Koç, 2023). Duygusal yoksunluk şemasına sahip bireyler, sevilmeyeceklerine, önemsenmeyeceklerine ve zor zamanlarda destek görmeyeceklerine inanma eğilimindedir (Weishaar, 2003).

1.3.3.1.4. Kusurluluk / Utanç Şeması

Kusurluluk/utanç şemasında birey, kendisini doğuştan kusurlu, değersiz, kötü ya da aşağılık olarak algılamakta ve bu algıya yoğun bir utanç duygusu eşlik etmektedir (Rafaeli, vd., 2011). Bu şemaya sahip bireyler, gerçek benliklerinin başkaları tarafından fark edilmesi hâlinde reddedilecekleri ya da küçük düşürülecekleri yönünde güçlü bir beklenti geliştirmektedir (Young, vd., 2003). Algılanan kusurlar, bireyin fiziksel özellikleriyle ilişkili olabileceği gibi (örneğin beden görünümü), gerçekte sahip olmadığı hâlde sahip olduğuna inandığı özellikleri

de kapsayabilmektedir. Bunun yanı sıra bu kusurlar; özel alana ilişkin (örneğin kabul edilemez olarak değerlendirilen cinsel arzular, saldırgan dürtüler, bencillik) ya da toplumsal alana ilişkin (örneğin çekici olmama, gariplik, sosyal olarak yetersiz olma) inançlar biçiminde ortaya çıkabilmektedir (Koç, 2023). Bu tür inançlar, bireyin yakın ilişkilerde kendisini açmaktan kaçınmasına ve kişilerarası ilişkilerde mesafeli bir tutum sergilemesine neden olabilmektedir (Young vd., 2003).

1.3.3.1.5. Sosyal İzolasyon / Yabancılaşma Şeması

Sosyal izolasyon/yabancılaşma şeması, bireyin kendisini diğer insanlardan farklı, dışlanmış ya da herhangi bir sosyal gruba ait değilmiş gibi hissetmesiyle karakterizedir. Bu şemaya sahip bireyler, sosyal ortamlarda kendilerine özgü bir farklılık bulunduğuna inanmakta ve bu nedenle hiçbir yere ait olamadıkları düşüncesini taşımaktadır (Arntz ve Jacob, 2019). Bu şemanın gelişiminde, çocukluk döneminde sosyal dışlanma yaşantıları, akran zorbalığı, sosyal ortamlardan izole bir yaşam sürdürme ya da benzer şemalara sahip bireylerden oluşan aile ortamlarının etkili olduğu belirtilmektedir (Young vd., 2003). Sosyal izolasyon şemasına sahip bireyler, yetişkinlik döneminde sosyal ilişkilerden kaçınma, yalnızlığı tercih etme ya da kendilerini sürekli dışarıda hissetme eğilimi gösterebilmektedir.

1.3.3.2. Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma Alanı

Zedelenmiş özerklik ve kendini ortaya koyma şema alanı, bireyin kendisini bağımsız bir kişi olarak algılamakta, yaşamını sürdürmekte ve çevresinden ayrışarak işlevsel bir benlik geliştirmekte zorlanmasına neden olan erken dönem uyum bozucu şemaları kapsamaktadır. Bu şema alanına sahip bireyler, aileden psikolojik olarak ayrışma sürecinde güçlük yaşamakta; bağımsız karar alma, sorumluluk üstlenme ve kendi yaşamını yönlendirme konularında kendilerini yetersiz hissetmektedirler (Young, vd., 2003). Bu şema alanının gelişiminde bakım verenlerin tutumları belirleyici bir rol oynamaktadır. Young ve arkadaşlarına (2009) göre, bakım verenlerin aşırı koruyucu, müdahaleci ve çocuğun özerkliğini sınırlayan tutumları ya da tam tersi biçimde ihmal edici ve yönlendirmeden yoksun ebeveynlik yaklaşımları, bireyin özerklik ve yeterlilik duygusunun gelişmesini olumsuz yönde etkilemektedir. Bu tür erken dönem yaşantılar, bireyin kendi başına işlevsel olamayacağına ve yaşamla baş edemeyeceğine yönelik kalıcı inançlar geliştirmesine zemin hazırlamaktadır (Young vd., 2009; Güler ve Tuncay, 2021).

1.3.3.2.1. Bağımlılık / Yetersizlik Şeması

Bağımlılık/yetersizlik şeması, bireyin günlük yaşamda karşılaştığı sorunları başkalarının desteği olmadan çözemeyeceğine yönelik güçlü ve katı bir inanca sahip olmasıyla tanımlanmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler, karar verme, sorumluluk alma ve bağımsız hareket etme gerektiren durumlarda kendilerini çoğunlukla çaresiz ve yetersiz hissetmektedirler (Rafaeli, vd., 2011). Bu çaresizlik hissi, özellikle önemli kararların alınması ya da bireysel sorumlulukların üstlenilmesi gereken durumlarda yoğunlaşabilmekte; bazı durumlarda geçici olarak azalırken, şemanın aktifleştiği durumlarda yeniden ortaya çıkabilmektedir. Şemanın şiddeti arttıkça bireyler, gündelik işleri tek başlarına yapamayacaklarına, temel ihtiyaçlarını karşılayamayacaklarına ve yaşamlarını bağımsız biçimde sürdüremeyeceklerine inanma eğilimi göstermektedirler (Young vd., 2003).

1.3.3.2.2. Zarar Görme ve Hastalıklar Karşısında Dayanıksızlık Şeması

Zarar görme ve hastalıklar karşısında dayanıksızlık şeması, bireyin kontrolü dışında gelişebilecek bir felaketin her an gerçekleşeceğine dair yoğun ve süreğen bir korku yaşamasıyla karakterizedir. Bu şemaya sahip bireyler, yaşamlarının herhangi bir anında ciddi bir zarar görebileceklerine ya da baş edemeyecekleri bir krizle karşılaşacaklarına inanmaktadırlar (Young vd., 2003). Bu şemanın gelişiminde, bakım verenlerin aşırı koruyucu tutumları, kendi kaygı ve korkularını çocuğa yansıtması ya da kendilerinin de benzer dayanıksızlık şemalarına sahip olmaları etkili olabilmektedir. Bu durum, çocuğun bakım verenin korkularını içselleştirmesine ve dünyayı tehlikeli bir yer olarak algılamasına yol açmaktadır (Rafaeli vd., 2011). Zarar görme ve hastalıklar karşısında dayanıksızlık şemasına sahip bireylerde korku; sağlık ve hastalıklar, fiziksel tehlikeler, maddi kayıp ya da parasızlık ve kontrolü kaybetme gibi farklı alanlarda ortaya çıkabilmektedir (Young ve Klosko, 2011).

1.3.3.2.3. İç İçe Geçmişlik / Gelişmemiş Benlik Şeması

İç içe geçmişlik/gelişmemiş benlik şeması, bireyin kendisini önemli ötekilerden psikolojik olarak ayrıştıramaması ve bağımsız bir kimlik geliştirmekte zorlanmasıyla tanımlanmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler, kendilerini başkalarıyla aşırı derecede bütünleşmiş hissedebilir ya da tek başlarına yeterli bir birey olamayacaklarına inanabilirler (Young vd., 2003). Bu şema kapsamında bireyler sıklıkla içsel bir boşluk hissi yaşamakta; ne kadar çaba gösterirlerse göstersinler yaşamda ilerleyemeyeceklerine dair umutsuz inançlar geliştirebilmektedirler. Şemanın ileri düzeylerinde, bireyin kimlik algısına yönelik varoluşsal sorgulamalar ve kendilik bütünlüğünde belirgin zayıflıklar gözlenebilmektedir (Rafaeli vd., 2011).

1.3.3.2.4. Başarısızlık Şeması

Başarısızlık şeması, bireyin akademik, mesleki ya da kişisel başarı gerektiren alanlarda temelde yetersiz olduğuna ve yaşıtlarına kıyasla başarısız kalacağına yönelik kalıcı inançlar geliştirmesiyle karakterizedir. Bu şemaya sahip bireyler, başarısızlığın geçici değil, yaşam boyu sürecek bir durum olduğuna inanma eğilimindedirler (Young vd., 2003). Bu şema kapsamında bireyler, kendilerini aptal, beceriksiz, yeteneksiz, bilgisiz ya da statü açısından yetersiz olarak değerlendirebilmekte; başkalarının kendilerinden daha başarılı olduğuna yönelik sürekli bir karşılaştırma içinde olabilmektedirler (Rafaeli vd., 2011). Bu tür inançlar, bireyin potansiyelini ortaya koymasını engelleyerek kaçınma, erteleme ve kendini sabote edici davranışlara yol açabilmektedir.

1.3.3.3. Zedelenmiş Sınırlar Alanı

Zedelenmiş sınırlar şema alanı, bireyin kendisini yönetme, içsel sınırlar oluşturma ve dürtülerini düzenleme konusunda güçlük yaşamasına neden olan erken dönem uyum bozucu şemaları kapsamaktadır. Bu alandaki şemalara sahip bireyler, sorumluluk alma, kurallara uyma ve özdenetim sağlama konularında belirgin zorluklar yaşayabilmektedirler (Young, vd., 2003).

Bu şema alanının gelişiminde, çocukluk döneminde bakım verenlerin sınır koymada yetersiz kalması, aşırı hoşgörülü ya da tutarsız ebeveynlik tutumları sergilemesi önemli bir rol oynamaktadır. Çocuğun ihtiyaçlarının gerçekçi sınırlar içinde düzenlenmemesi ve davranışlarının yeterince yapılandırılmaması, bireyin içsel denetim mekanizmalarının gelişmesini olumsuz yönde etkilemektedir. Bu tür yaşantılar sonucunda çocukluk döneminde narsistik eğilimler, kurallara uymakta zorlanma, aşırı bencillik, dürtüsellik ve şımarıklık gibi davranış örüntüleri gözlenebilmektedir (Young vd., 2003, Baba ve Somay, 2021). Zedelenmiş sınırlar şema alanına sahip bireyler, yetişkinlik döneminde de öz disiplin geliştirmede, sorumluluklarını yerine getirmede, verdiği sözleri sürdürmede ve uzun vadeli hedefler belirleyip bu hedefler doğrultusunda çaba göstermede güçlük yaşayabilmektedir. Ayrıca bu bireylerin dürtülerini kontrol etmekte ve haz erteleme becerisi geliştirmekte zorlandıkları belirtilmektedir (Young vd., 2009; Oran ve Cömert, 2021).

1.3.3.3.1. Hak Görme / Büyüklük Şeması

Hak görme/büyüklük şeması, bireyin kendisini diğerlerinden üstün görmesi, özel haklara ve ayrıcalıklara sahip olduğuna inanması ve başkalarının duygu ile ihtiyaçlarına karşı sınırlı bir duyarlılık göstermesiyle karakterizedir. Bu şemaya sahip bireyler, kendi istek ve beklentilerinin öncelikli olması gerektiğine inanmakta ve kişilerarası ilişkilerde empati kurmakta

zorlanabilmektedirler (Rödiger, 2015; akt. Savaş ve Sevim, 2021).Bu şemanın kökeninde, çocukluk döneminde ebeveynlerin sosyal açıdan uygun sınırlar koymaması, çocuğun davranışlarını yeterince yönlendirmemesi ve aşırı ayrıcalık tanıyan ebeveynlik tutumları yer almaktadır. Bu tür ortamlar, çocuğun gerçekçi sınırlar geliştirmesini engelleyerek büyüklük ve hak görme inançlarının pekişmesine yol açmaktadır (Bricker ve Young, 2012; akt. Savaş ve Sevim, 2021).

1.3.3.3.2. Yetersiz Özdenetim Şeması

Yetersiz özdenetim şeması, bireyin dürtülerini kontrol etmekte, duygularını düzenlemekte ve sorumluluk gerektiren davranışları sürdürmekte zorlanmasıyla tanımlanmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler, kendilerini zorlayan ya da ilgi çekici olmayan görevlerden kaçınma eğiliminde olmakta; sorumluluk almaktan kaçınabilmektedirler (Young vd., 2003). Bu şemanın gelişiminde, çocukluk döneminde sınırların net biçimde belirlenmediği ya da ebeveynlerin çocuğun özdenetim becerilerini desteklemediği ortamlar etkili olmaktadır. Ayrıca bazı durumlarda aşırı kontrolcü ebeveyn tutumlarının da çocuğun öz düzenleme becerilerinin gelişimini olumsuz yönde etkileyebildiği belirtilmektedir (Young vd., 2003).

1.3.3.4. Başkalarına Yönelimlilik Alanı

Diğerleri yönelimlilik şema alanı, bireyin kendi ihtiyaç ve isteklerinden ziyade önemli ötekilerin beklenti, arzu ve gereksinimlerini önceliklendirmesiyle karakterizedir. Bu şema alanının gelişiminde, çocukluk döneminde bakım verenlerden sevgi, kabul ve onayın koşullu olarak alınması belirleyici olmaktadır. Çocuktan, kendi ihtiyaçlarına göre değil, bakım verenlerin duygusal beklentilerine göre davranması beklenmektedir (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011). Bu tür erken dönem yaşantılar sonucunda birey, yetişkinlik döneminde sevilme, onaylanma ve kabul görme ihtiyacını karşılamak amacıyla kendi duygu ve ihtiyaçlarını geri planda tutmakta; önemli ötekilerin isteklerini sürekli olarak önceliklendirmektedir (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2011; akt. Şaroğlu ve Saltukoğlu, 2023).

1.3.3.4.1. Boyun Eğicilik Şeması

Boyun eğicilik şeması, bireyin başkalarının onayını kaybetmemek, yalnız kalmamak ya da çatışmadan kaçınmak amacıyla kendi ihtiyaç ve isteklerini bastırmasıyla tanımlanmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler, diğerlerinin taleplerine aşırı uyum göstererek kendi sınırlarını ihmal edebilmektedirler (Young, vd., 2009; akt. Şimşek ve Sevim, 2021).

1.3.3.4.2. Kendini Feda Şeması

Kendini feda şeması, bireyin kendi ihtiyaçlarından ziyade önemli ötekilerin ihtiyaçlarını öncelikli görmesiyle karakterizedir. Bu şemaya sahip bireyler, kendilerini ön plana aldıklarında suçluluk duygusu yaşamakta ve başkalarının iyi oluşundan kendilerini sorumlu hissetmektedirler. Özellikle aile üyelerinin mutluluğunun kendi fedakârlıklarıyla sağlanabileceğine yönelik bir inanç geliştirdikleri görülmektedir (Bricker ve Young, 2012; akt. Özyüksel ve Elemo, 2022).

1.3.3.4.3. Onay Arayıcılık Şeması

Onay arayıcılık şeması, bireyin başkaları tarafından onaylanmaya, fark edilmeye ve takdir edilmeye aşırı önem vermesiyle tanımlanmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler, güvenli ve istikrarlı bir benlik algısı geliştirmekte zorlanmakta; özsaygıları büyük ölçüde başkalarından aldıkları geri bildirimlere bağlı hâle gelmektedir (Young vd., 2003). Onay ve takdir elde edebilmek amacıyla bu bireyler, statü, fiziksel görünüm, maddi başarı ve toplumsal kabul gibi dışsal ölçütlere aşırı değer verebilmekte; bu durum, bireyin kendi gerçek ihtiyaç ve değerlerinden uzaklaşmasına yol açabilmektedir (Alfasfos, 2009; Kavurmacı ve Türkçapar, 2016).

1.3.3.5. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Alanı

Aşırı tetikte olma ve bastırılmışlık şema alanı, bireyin kendiliğindenlik, oyun ve duygusal ifade gibi temel psikolojik gereksinimlerinin yeterince karşılanmaması ve buna bağlı olarak bireyin doğal duygularını ve dürtülerini sürekli olarak kontrol altına almasıyla ilişkilidir. Bu şema alanı, çoğunlukla çocukluk döneminde aşırı eleştirel, cezalandırıcı, yüksek beklentilere sahip, duyguların açıkça ifade edilmesini engelleyen ve hataya tolerans göstermeyen bakım veren tutumlarıyla ilişkili olarak gelişmektedir (Rafaeli vd., 2011; Tökel ve Saygılı, 2019). Bu şema alanına sahip bireyler, hata yapmanın kabul edilemez olduğuna, duyguların zayıflık göstergesi olduğuna ve sürekli tetikte olmanın gerekli olduğuna dair katı inançlar geliştirmektedirler. Bu durum, bireyin yaşamdan aldığı doyumu azaltmakta ve kronik bir gerilim, kaygı ve içsel baskı hissi yaşamasına yol açmaktadır (Young, vd., 2003).

1.3.3.5.1. Karamsarlık Şeması

Karamsarlık şeması, bireyin yaşam olaylarının olası olumlu yönlerini göz ardı ederek, sürekli olarak olumsuz sonuçlara odaklanmasıyla karakterizedir. Bu şemaya sahip bireyler, iş yaşamı, maddi durum ya da kişilerarası ilişkiler gibi alanlarda yaşanan olayların sonuçlarının kaçınılmaz biçimde olumsuz olacağına dair abartılı beklentiler geliştirmektedirler. Ayrıca

yaşamlarında iyi giden durumların dahi zamanla bozulacağına ilişkin güçlü bir inanç taşımaktadırlar (Rafaeli vd., 2011; Eriş ve Kurtoğlu, 2022). Karamsarlık şeması, bireyin çevresi açısından da zorlayıcı bir örüntü oluşturmaktadır. Çevredeki kişiler, durumu daha gerçekçi ya da olumlu bir bakış açısıyla ele almaları için çaba gösterse de bu şemaya sahip bireyler sıklıkla yeniden olumsuz bir dünya görüşüne geri dönmektedirler (Arntz ve Jacob, 2013).

1.3.3.5.2. Duyguları Bastırma Şeması

Duyguları bastırma şeması, bireyin hissettiği duyguları açıkça ifade etmekten kaçınması ve bu duyguları bilinçli ya da bilinçdışı biçimde bastırmasıyla tanımlanmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler, utanç duygusu yaşamamak, eleştirilmekten kaçınmak ya da başkalarını rahatsız etmemek amacıyla duygusal ifadelerini sınırlandırmaktadırlar (Young vd., 2003; Tökel ve Saygılı, 2019).

Bastırma davranışı farklı alanlarda gözlenebilmektedir. Bunlar; (a) öfke ve saldırganlık gibi duyguların bastırılması, (b) neşe, şefkat ve cinsel heyecan gibi olumlu duyguların ifade edilmesinden kaçınılması, (c) incinme ve üzüntü gibi duyguların sağlıklı biçimde dışa vurulamaması ve (d) duygusal yaşantıların yerine aşırı mantıkçılığa başvurulması şeklinde sıralanabilmektedir (Young vd., 2003; Mutlu ve Vural, 2022).

1.3.3.5.3. Yüksek Standartlar / Aşırı Eleştiricilik Şeması

Yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik şeması, bireyin kendisine yönelik gerçekçi olmayan ölçütler belirlemesi ve bu ölçütleri karşılamak amacıyla sürekli bir baskı ve zorlanma yaşamasıyla karakterizedir. Bu şemaya sahip bireyler, rahatlama ve tatmin duygusu yaşamakta güçlük çekmekte; sürekli olarak daha iyi, daha kusursuz ve daha üretken olma yönünde kendilerini zorlamaktadırlar (Young ve Klosko, 2011). Bu şemanın temel inançlarından biri mükemmeliyetçiliktir. Bireyler, hata yapmayı başarısızlıkla eşdeğer görmekte ve bu nedenle yoğun huzursuzluk, gerginlik ve zaman zaman öfke duyguları deneyimlemektedirler (Young vd., 2003).

1.3.3.5.4. Cezalandırıcılık Şeması

Cezalandırıcılık şeması, bireyin kendisi de dâhil olmak üzere hata yapan kişilerin, durumu hafifletebilecek koşullar dikkate alınmaksızın katı ve sert biçimde cezalandırılması gerektiğine yönelik bir inancı içermektedir. Bu şemaya sahip bireyler, kendi standartlarını ya da beklentilerini karşılamayan kişilere karşı hoşgörüsüz, sabırsız ve sert tutumlar sergileyebilmektedirler (Martin ve Young, 2010). Cezalandırıcılık şemasında empati kurma becerisi sınırlıdır ve verilen cezanın algılanan hatayla orantısız olması sıkça gözlenmektedir.

Bu durum, bireyin hem kendisiyle hem de başkalarıyla ilişkilerinde katı ve eleştirel bir ilişki örüntüsünün sürdürülmesine neden olmaktadır (Young vd., 2003).

1.3.4. Uyum Bozucu Şemalar ile Baş Etme Davranışları

Birey, çocukluk ve ergenlik döneminde maruz kaldığı örseleyici yaşantılarla baş edebilmek amacıyla çeşitli baş etme davranışları geliştirmektedir. Bu erken dönemde öğrenilen baş etme örüntüleri, bireyin yetişkinlik döneminde de benzer biçimlerde kullanılmaya devam etmektedir. Şema terapisi yaklaşımına göre baş etme davranışları, erken dönem uyum bozucu şemaların doğrudan bir parçası olmamakla birlikte, bu şemaların sürekliliğini ve işlevselliğini sürdürmesine katkıda bulunmaktadır (Young, vd., 2003).

Baş etme davranışları bireyler arasında farklılık gösterebilmektedir. Bu farklılıkların temelinde bireyin doğuştan getirdiği mizaç özellikleri ile çocukluk döneminde model aldığı bakım veren davranışları yer almaktadır. Şema terapisi literatüründe baş etme davranışları üç temel başlık altında ele alınmaktadır: şema teslimi, şema kaçınması ve şema aşırı telafisi (Young vd., 2003).

1.3.4.1. Şema Teslimi

Şema teslimi baş etme davranışında birey, sahip olduğu uyum bozucu şemayı doğrulayan ve pekiştiren davranışlar sergilemektedir. Bu süreçte birey, yaşadığı olayları şemasını destekleyecek biçimde algılamakta ve yorumlamaktadır. Şema tesliminin temelinde, bireyin çocukluk döneminde öğrendiği ilişki kalıplarını yetişkinlik yaşamında da tekrar etmesi bulunmaktadır (Young vd., 2003).

Bu baş etme biçimine örnek olarak, kusurluluk/utanç şemasına sahip bir bireyin kendisini küçümseyen, eleştiren ya da aşağılayan partnerlere yönelmesi gösterilebilmektedir. Bu tür ilişkiler, bireyin şematik inançlarını doğrulamakta ve şemanın sürekliliğini pekiştirmektedir (Usluca, 2021).

1.3.4.2. Şema Kaçınması

Şema kaçınması, bireyin şemanın tetiklenmesiyle ortaya çıkan yoğun duygusal acıyı yaşamamak amacıyla geliştirdiği bir baş etme biçimidir. Bu baş etme davranışında birey, şemayı harekete geçirme potansiyeli taşıyan kişilerden, durumlardan ve duygusal yaşantılardan uzak durma eğilimindedir. Birey, şema hiç yokmuş gibi davranarak duygularını, düşüncelerini ve ihtiyaçlarını bastırmakta ya da inkâr etmektedir (Young vd., 2003). Şema kaçınmasına örnek olarak işkolik davranışlar, aşırı yeme, aşırı uyuma ya da madde kullanımına yönelme gibi davranış örüntüleri gösterilebilmektedir. Ayrıca kusurluluk/utanç şemasına sahip bir bireyin

aynaya bakmaktan kaçınması ya da öz bakım davranışlarını ihmal etmesi de bu baş etme biçimi kapsamında değerlendirilmektedir (Baysal, 2024).

1.3.4.3. Şema Aşırı Telafisi / Karşı Saldırı

Şema aşırı telafisi, bireyin sahip olduğu uyum bozucu şemanın tam tersi yönde davranışlar sergilemesiyle karakterizedir. Bu baş etme biçiminde birey, şemanın yarattığı acıyı hissetmemek amacıyla aşırı ve katı davranış örüntüleri geliştirmektedir. Ancak bu davranışlar, yüzeyde işlevsel görünse dahi, altta yatan şematik inançları beslemeye devam etmektedir (Young vd., 2003).

1.3.5. Şema Kimyası

Alan yazında yapılan çalışmalar, erken çocukluk döneminde yaşanan olumsuz yaşam olaylarının, sevgi, ilgi ve bakım gibi temel duygusal ihtiyaçların karşılanmamasının ve olumsuz ebeveyn tutumlarının, erken dönem uyum bozucu şemaların gelişiminde belirleyici rol oynadığını göstermektedir. Bu yıkıcı bilişsel örüntülerin, yetişkinlik döneminde özellikle kişilerarası ve romantik ilişkilerde çeşitli zorluklara yol açtığı ifade edilmektedir (Rafaeli vd., 2011). Bağlanma kuramına göre birey, yaşamın erken dönemlerinde bağlanma figürleriyle kurduğu ilişkilere dayanarak kendisi ve başkaları hakkında zihinsel temsiller geliştirmektedir. Bu temsiller, bireyin tüm yaşamı boyunca ilişkisel örüntülerini ve yakın ilişkilerdeki beklentilerini etkilemektedir (Bowlby, 1973; akt. Durmaz ve Kansu, 2025). Bu bağlamda erken dönem uyum bozucu şemalar ile romantik ilişkiler arasındaki ilişki, bağlanma kuramı çerçevesinde açıklanabilmektedir (Young vd., 2009; Hazan ve Shaver, 1987; akt. Eşici ve Özbay, 2020).

Romantik ilişkilerde bireyin erken çocukluk dönemine ait duygusal gereksinimleri ile yetişkinlikteki ilişki ihtiyaçları karşılandığında, ilişkiden alınan doyumun arttığı belirtilmektedir. Ancak literatürde, 18 erken dönem uyum bozucu şemadan 11'inin doğrudan romantik ilişkiler üzerinde etkili olduğu vurgulanmaktadır. Bu şemalar; terk edilme/istikrarsızlık, güvensizlik/kötüye kullanılma, duygusal yoksunluk, bağımlılık/yetersizlik, yüksek standartlar, iç içelik/gelişmemiş benlik, onay arayıcılık, kusurluluk/utanç, cezalandırıcılık ve hak görme/büyüklük şemalarıdır (Young ve Gluhoski, 1997; akt. Ertürk ve Arıkan, 2022). Bu doğrultuda yapılan araştırmalar, erken çocukluk döneminde duygusal ihtiyaçları yeterince karşılanmayan bireylerin, yetişkinlik döneminde partner seçimleri ve ilişki dinamiklerinde bu şemaları yeniden ürettiklerini göstermektedir. Özellikle güvenli bağlanma ihtiyacının zedelenmesi, özerkliğin desteklenmemesi, özdeğeri

olumsuz etkileyen yaşantılar ve sınır ihlallerinin, uyum bozucu şemaların gelişiminde belirleyici olduğu belirtilmektedir (Güler ve Özgörüş, 2021).

Birey, romantik ilişkilerinde bu şematik yapıları sürdürmeye çalışırken sıklıkla kişilerarası çatışmalarla karşılaşmakta; bu durum da bireyin duygusal ve psikolojik açıdan zorlanmasına yol açmaktadır. Şema terapisi yaklaşımına göre, bu tekrar eden ilişki örüntüleri, bireyin şemalarının etkinliğini koruduğunu ve terapötik müdahale gerektirdiğini göstermektedir (Young, vd., 2006).

1.4. Değişkenler Arası İlişkinin İncelenmesi

1.4.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Affedicilik Arasındaki İlişki

Erken dönem uyum bozucu şemalar, temel gelişimsel ihtiyaçların ısrarlı bir biçimde karşılanmaması veya ihtiyaçların olması gerekenden fazla karşılanması, olumsuz erken dönem yaşam tecrübeleri, kötüye kullanım, ihmal gibi aile içi durumlardan köken alabileceği gibi mizaç ve kültürel faktörlerden de etkilenerek gelişmektedir (Young vd., 2003; akt: Açıkgöz, Erdoğan, 2024). Aynı zamanda şemaların bireyin yetişkinlik döneminde de karar verme süreçlerine etki ettiği düşünülmektedir ve şemalar, kişinin genellikle farkındalık olmadan şemaya uygun karar vermesine neden olabilmektedir (James, vd., 2004: 370; akt: Güler ve Tuncay, 2021). Bu bağlamda birey yaşamış olduğu olaylar arasında kendi şemalarına uyacak bir şekilde olumsuz olan yanları görebilir ve şemaları ile uyumlu olmayan kısımları görmezden gelebilir böylelikle şemalar bireyin yaşamındaki deneyimlerini objektif biçimde değerlendirmesini de engeller (Welburn, vd., 2002: 520; akt: Güler, Tuncay, 2021). Şemalar çocuk için bir yere kadar yaşamsal açıdan önemli bir yere sahipken, kişi yetişkinlik dönemine geldiğinde çoğunlukla bilinçli farkındalığın olmadığı engelleyici ve yanıltıcı biçime gelirler (Farrell ve Shaw, 2012; akt: Erkan ve Yüksel, 2024). Tüm bu bilgilerin ışığında erken çocukluk döneminde gelişmeye başlayan uyum bozucu şemaların kişinin yetişkinlik döneminde de ilişkilerinde rol oynayacağı düşünülmektedir. Kişilerarası problem türlerinin erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkisinin incelendiği sınırlı sayıdaki çalışmalar incelendiğinde, şemaların çoğunun farklı kişilerarası problem türlerinde pozitif yönde bir ilişkisi olduğunu sonucuna ulaşılmıştır. (Mojallal vd., 2015; Moore, vd., 2007; Thimm, 2013; akt: Gütekin ve Akyunus, 2022). Bu noktada erken dönem uyum bozucu şemaların bireyin kişilerarası ilişkilerinde affedicilik düzeyine de etki edeceği düşünülmektedir.

İçsel değerlerden biri olan affetme kavramı, kişinin önemli ötekilere ve kendisine yönelik sahip olduğu olumsuz duygulardan isteyerek vazgeçmesi ve bu duyguların yerini pozitif duygulara

bırakması şeklinde tanımlanmaktadır (Enright, 1996; akt: Aslan ve Kabakçı, 2025). Yapılan çalışmalar da incelendiğinde kişiler arası ilişkilerde affetme ile uyum bozucu şemalar arasında ilişki olduğu sonucuna ulaşıldığı gözlemlenmektedir. Affetmenin negatif yordayıcıları; karamsarlık şeması, ayrıcalıklılık/ yetersiz öz denetim şeması ve duygusal yoksunluk şemaları olduğu sonucuna varılırken; kendini feda şeması, cezalandırma şeması ve terk edilme şemaları ise affetmenin pozitif yönlü birer yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Ulaş ve Balcı 2024).

Yapılan bir başka çalışmada cezalandırıcılık şemasına sahip kişiler kendileri ve diğer bireylerin yapmış olduğu hatalar sonucunda hatayı yapanın şiddetli bir şekilde cezalandırılması gerektiğini düşündüklerini, ifade ettikleri sonucuna varılmıştır (Ekşi ve Okan, 2021). Bu doğrulta yapılan bir başka araştırmada ise şemaların affedicilik üzerindeki etkisi, bireyin içselleştirdiği temel inançlar ve yaşam tecrübeleriyle yakından ilişkili olduğu ve bu ilişkilerin anlaşılması, iyileşme ve gelişim sürecinde önemli bir temel oluşturduğu sonucuna varılmıştır (Yavuz, 2023). Bu bilgiler ışığında cezalandırıcılık şeması ile affedicilik arasında anlamlı bir ilişki olduğu düşünülmektedir.

Her bir şema alanı tek tek araştırıldığında, ayrılma ve dışlanma/reddedilme alanında, güven, sevgi, istikrar gibi temel ihtiyaçlarının önemli ötekiler tarafından karşılanmayacağı inancı ve bağlanma ile ilgili problemlere sebep olduğu görülmektedir (Aslan Cevheroğlu ve Say, 2021). Literatür incelendiğinde Tirtashi ve arkadaşları (2013) gerçekleştirdikleri çalışmada güvenli bağlanma ve affetme arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğunu bununla beraber kaçınan bağlanma ile affetme arasında ise negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varmışlardır (Sezer ve Murat, 2020).

1.4.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile Flört Şiddeti Arasındaki İlişki

Çocukluk dönemimizde ailemizin veya akranlarımızın kötü davranması sonucunda gelişen şemalar, yaşam boyu tekrar eden bir kalıptır. Çocukluk döneminde terk edilmiş, ihmal edilmiş, yargılanmış, yok sayılmış yani bir şekilde zarar görmüşüzdür. Yetişkinlik hayatımıza geldiğimizde bile ihmal edildiğimiz, kontrol edildiğimiz ve hedefimize bir şekilde ulaşamadığımız durumlar yaratmaya devam ederiz (Young ve Klosko, 2011). Yani bireylerin yetişkinlik hayatları da çocukluk dönemindeki şemalardan bağımsız değildir. Tam tersine yetişkin hayatındaki birçok yaklaşımın temelini erken dönem yaşantılarımız oluşturmaktadır (Güler ve Aydın, 2022). Bu bağlamda flört şiddetine maruz kalma ve flört şiddeti uygulamada erken dönem uyum bozucu şemaların etkili olduğu düşünülmektedir. Flört şiddeti, romantik ilişkilerde taraflardan birinin ötekine karşı uyguladığı fiziksel, duygusal, cinsel ve dijital şiddeti

içeren geniş bir kavramdır. Bu şiddet türü, kişilerin psikolojik ve fiziksel sağlığını negatif yönde etkileyerek, uzun süre içinde ciddi travmalara sebep olabilmektedir (Gedik, vd., 2025). Bireylerin flört şiddeti uygulama oranları çocukluk döneminde aile içi şiddete maruz kalma ya da tanık olma, alkol madde kullanımı, ilgisiz ebeveyne sahip olma, istismara maruz kalma, psikolojik problem varlığı, erken cinsel tecrübeler gibi faktörlerden de etkilenmektedir (Karatay ve ark., 2018; akt: Devrim ve Beydağ, 2022).

Uyum bozucu şemaların gelişimini sebep olan faktörlerden biri olan cinsel istismar, cinsel gelişim süreci devam eden bir çocuk ya da ergenin, bir yetişkinin cinsel dürtülerini tatmin etmesi niyetiyle güç kullanma, tehdit veya aldatma yoluyla istismar edilmesi durumudur. İstismarı gerçekleştiren kişi ile çocuk arasında kan bağı bulunuyorsa, bu durum ensest olarak tanımlanmaktadır. (Aktepe, 2009:33; akt: Güler, Tuncay, 2021). Çocukluk döneminde cinsel istismara maruz kalan her beş kadından birinden fazlası genç yetişkinlikte de cinsel istismara uğramaktadır. Cinsel istismara maruz kalan erkek çocukların ise aile içi şiddet gösterme riskinin 45 kat arttığı saptanmıştır (Perepletchikova ve Kaufman, 2010; akt: Serçe ve Bişkin, 2023). Flört şiddetine yönelik yapılan bir başka çalışmada ise Atıf Kuramı bakış açısından yola çıkılmıştır. Atıf kuramı, temelde araştırmacıların eylemleri anlamayı kolaylaştırmak ve gelecekteki eylemi şekillendirebilmek için nedensel açıklamalar bulmaya yönelik çalışmaları olarak tanımlanmaktadır (Seçer, 2012). Bu kuramın varsayımlarına göre, çiftlerin flört şiddeti nedenlerinin ilk düzeyinde araştırmacılara göre flört şiddetini gerçekleştiren kişi ya da maruz kalan bireyin geçmiş yaşantısı, kişilik özellikleri, tutum ve inançları yer almaktadır (Aktaş ve Aydın, 2023). Bu araştırma doğrultusunda da kişinin inançlarını, davranışlarını doğrudan etkilediği bilinen erken dönem uyum bozucu şemaların flört şiddeti ile ilişkili olduğunu düşünülmektedir. Erken dönem uyum bozucu şemalar ve flört şiddeti üzerine yapılan bir başka çalışma incelendiğinde şemaların uyumlu olması, kişilerde baş etme becerileri oluşturmalarına yardımcı olup, psikolojik dayanıklılığın artmasına yardımcı oluyorken, şemaların uyumsuz olması ise, kişileri oluşabilecek psikolojik ve davranışsal durumlar karşısında daha savunmasız olmalarına sebep olmaktadır. Bu uyumsuz şemalar ile bireylerin ötekilere karşı hissettiği güven duygusunun ve dünyanın güvenilir bir yer olduğuna dair olan inancın zedelenmesine, kendi hayatına yönelik kontrol kaybı hissetmesine ve yaşamının tehlikelerle dolu olduğunu düşünmesine, ilişki içeresinde yaşanılan şiddet mağduriyetine karşı daha zayıf ve yatkın olmasına sebep olduğu bulunmuştur (Dutton vd., 1994: 249; akt: Sırrım ve Cohen, 2021).

Gerçekleştirilen bir başka araştırmada ise, erken dönem uyum bozucu şemaların zedelenmiş otonomi, diğerlerine yönelimlilik alt boyutlarının flört şiddetinin anlamlı yordayıcıları olduğu

sonucuna varılmıştır (Karabacak Çelik ve Balcı Çelik, 2023). Erkeklik normları ile flört şiddeti ilişkisini inceleyen bir başka çalışmada ise şiddete şahit olmak, şiddeti sıradanlaştırmak ve şiddetin cezalandırılan bir şey olmaması erkeklerin flört şiddetini uygulama ihtimallerini arttırdığı ve erkek çocuklarının ailelerindeki şiddeti model alabilmekte ve taklit edebildikleri sonucuna ulaşılmıştır (Şahin, 2023). Buradan hareketle flört şiddetinin cezalandırıcılık şeması ile de ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bu şemaya sahip olan kişiler hata işlendiyse, işleyen kişinin bunun için cezalandırılması gerektiğine inanan ve bu duruma kendisini de dahil eden aynı zamanda tahammülsüzlük ve öfke hali olan ve bağışlamakta zorlanan kişilerdir (Güler ve Aydın, 2022). Tüm bu bilgiler doğrultusunda erken çocukluk döneminde gelişmeye başlayan uyum bozucu şemalar ile flört şiddeti uygulama ve maruz kalma durumu arasında bir anlamlı bir ilişki olduğu düşünülmektedir.

1.4.3. Affedicilik ile Flört Şiddeti Arasındaki İlişki

Literatür incelendiğinde affetme kavramının sıkça bağışlama terimiyle eş anlamlı bir şekilde kullanıldığı görülmektedir. Affedicilik kavramı, kişilerin kendilerine uygulanan haksızlıkları affetme ve kin tutmama eğilimini temsil etmektedir (Alsancak Pamak ve Ümmet, 2025). Affetme eyleminin öteki ucunda intikam, kin, öfke gibi yıkıcı duygular bulunmaktadır. Bu yıkıcı duygular hem kişinin beden ve ruh sağlığı için hem de bireyin ilişkilerin dinamiği için bir zorluk oluşturmaktadır (Witvliet, vd., 2001; akt: Ömrüuzun ve Öksüz, 2025). Affetmenin bu faydalı etkileri, nadiren olumsuz davranışlarda bulunan partnerler arasında daha olasıyken, affetmenin, sıklıkla olumsuz davranışlarda bulunan eşlerle evli olan eşler için zamanla zararlı olduğu görülmektedir (McNulty, 2008; akt: Paleari, vd., 2011). Kişilerarası şiddet çeşidi olarak değerlendirilen flört şiddeti ise, partnerlerin ilişki içinde birbirlerine fiziksel, sözel veya duygusal şiddet göstermeleri ve davranışlarına yönelik sosyal kısıtlamalar uygulanması olarak tanımlanmaktadır (Aslan vd., 2008; Set, 2020).

Alan yazında yapılan farklı bir çalışma incelendiğinde flört şiddeti uygulayıcılarını affetmek genellikle mağdurları daha uzun süreli bir cinsel şiddet döngüsüne soktuğu sonucuna ulaşılmıştır (Ednadita, vd., ve Christia, 2024). Ayrıca, Baldry ve arkadaşları (2017) tarafından yapılan yakın tarihli bir çalışma, yardımsever davranmanın ve flört şiddeti uygulayan kişiye karşı olumsuz duyguların üstesinden gelmenin, yakın partner tacizi mağdurlarında daha düşük post travmatik stres seviyeleriyle ilişkili olmadığını ortaya çıkarmıştır. Bu sonuçlar, affetme eyleminin her zaman olumlu olmadığını göstermektedir (Ednadita, vd., 2024). Bunlara ek olarak olarak "Aşk her şeyi affeder" gibi olumlu aşk inançları aracılığıyla flört şiddetinin

normalleştirilmesi, istismarcı davranışları affetme ve zarara rağmen şiddet içeren ilişkilerde kalma riskini de artırabilir (Cravens vd., 2015; akt: Oldac, Ustunel, ve Erdem, 2025).

Benzer şekilde flört şiddetinin ve diğer şiddet çeşitlerinin temel belirleyici faktörleri arasında, şiddetin kabul edilebilirliğine ilişkin inançlar bulunmaktadır. Örneğin, flört şiddetini destekleyen tutumlar, ırksal/etnik açıdan farklı ergenlerde flört şiddeti uygulama olasılığının daha yüksek olmasıyla ilişkilendirilmiştir (Ali vd., 2011; akt: Espinoza, vd., 2024).

BÖLÜM 2: YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma ilişkisel tarama modeli baz alınarak uygulananacaktır. İlişkisel tarama modeli iki ve/veya daha fazla değişkenler arasındaki ilişkinin varlığını ve/veya derecesini belirleme amacına dayanmaktadır (Karasar, 1999). Bu çalışmada katılımcıların flört şiddeti ve erken dönem uyum bozucu şemalar üzerinden ilişkisi için kullanılan ilişkisel tarama modeli, genel tarama modellenin bir türü olmasına karşın iki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimin varlığına ya da ne derecede değiştini tespit etmekte uygulanan araştırma modelidir (Büyüköztürk vd., 2014; Karasar, 2005). İlişkisel tarama modelinde değişkenlerden ölçme araçları kullanılmakta ve elde edilen verilerin bazı istatistiksel yöntemlerle analiz edilmesi ile değişkenler arasındaki olası ilişki sayısal değerler ile ifade edilir (Creswell, 2014). İlişkisel tarama modelinde bir değişkenin durumu üzerinden bir diğer değişkenin durumunun tahmin edilmesini sağlamaktadır (Karasar, 2005). Araştırmanın yürütülebilmesi amacıyla Kent Üniversitesi Etik Kurulu'na başvurulmuş ve 30.09.2024 tarihli 2024/11 sayılı karar ile etik kurul onayı alınmıştır.

2.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini İstanbul'da yaşayan 18 yaş üstü yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubu İstanbul'da yaşayan 18 yaş üstü 400 katılımcıdan oluşmaktadır. Çalışma özellikle bir kurum veya kuruluşta gerçekleştirilmemiştir. Araştırma kapsamında katılımcılar basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilmiştir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada katılımcılara Katılımcılara Kişisel Bilgi Formu (Ek-1), Flört Şiddeti Ölçeği (Ek-2), Young Şema Ölçeği (Ek-3), Affedicilik Ölçeği (Ek-4) uygulanmıştır. Araştırma kapsamında yararlanılan formlar Ek 1, 2, 3 ve 4 de yer almaktadır. Araştırma anketi daha fazla katılımcıya ulaşabilmek adına "Google Form" aracılığıyla ölçekler katılımcılara online platformdan gönderilmiştir. Uygulama öncesi yapılacak araştırmanın gönüllülük esasına göre yapılacağı katılımcılara bildirilmiştir.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın amaçları doğrultusunda araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu aracılığı ile katılımcıların araştırma ile ilgisi olduğu düşünülen demografik bilgilerine dair veri toplanması amaçlanmaktadır. (Yaş, cinsiyet, medeni durum, maddi gelir)

2.3.2. Young Şema Ölçeği

Jeffrey Young tarafından erken dönem uyum bozucu şemaları değerlendirmek amacıyla Young (1994) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe geçerlik ve güvenirlik 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; Diğeri 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 Diğeri 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 α=0,63–0,80, şema boyutları için α=0,53–0,81 arasındadır. Ölçeğin test tekrar test güvenirliği şema alanları r=0,66–0,83 (p r=0,66–0,83 (p <0,01), şema boyutları ise r=0,66–0,82 (p < 0,01) arasındadır. Ölçeğin güvenilir olduğunu göstermiştir . Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları ise ".53-.81" arasında değişmektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısının YŞÖ-KF3 alt ölçekleri için ".63-.80" arasındadeğiştiği görülmüştür. Üst sıra faktör analizi sonucu belirlenen şema alanla rının Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları ise ".53-.81" arasında değişmektedir (Soygüt, Karaosmanoğlu, ve Çakır, 2009).

2.3.3. Heartland Affetme Ölçeği

Üniversite öğrencilerinin kendilerini, başkalarını ve durumsal affetme düzeylerini ölçmek amacıyla Thompson ve diğerleri (2005) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 7'li likert tipi puanlamalı (1: Beni hiç yansıtmıyor, 7: Beni tamamen yansıtıyor) 18 madde ve kendine, başkalarına ve durumlara yönelik affedicilikten oluşan üç alt boyuttan oluşmaktadır. Türk kültürüne uyarlama çalışması Bugay ve Demir (2010) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe formunun Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı kendini affetme alt ölçeği için .64, başkalarını affetme alt ölçeği için .79 ve durumu affetme alt ölçeği için .76 olarak bulunmuştur. Ölçeğin

tümü için Cronbach alfa değeri ise .81 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca ölçeğin orijinal 3 faktörlü yapısının Türk örneklemi için uygunluğunu test etmek amacıyla açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucunda ölçeğin 18 madde ve kendini affetme, başkalarını affetme ve durumu affetme olmak üzere 3 faktörden oluşan formu için tanımlanan modelin, araştırma verisine GFI = .92, AGFI = .90, RMSEA = .06 uyum değerleri yeterli düzeyde bulunmuştur (Bugay ve Demir, 2010). Bu çalışma kapsamında ölçeğin Cronbach alpha katsayılarının kendini affetme alt ölçeği için .73, başkalarını affetme alt ölçeği için .70 ve durumu affetme alt ölçeği için .74 olarak bulunmuştur.

2.3.4. Flört Şiddeti Tutum Ölçeği

Öğrencilerin flört şiddetine yönelik tutumlarının değerlendirilmesi Terzioğlu ve arkadaşları (2015) tarafından geliştirilen "Flört Şiddeti Tutum Ölçeği (Ek 2) ile yapılmıştır. Ölçek 5 alt boyuttan oluşmaktadır ve cinsel şiddet 7 madde, duygusal şiddet 6 madde, genel şiddet 5 madde, ekonomik şiddet 5 madde ve fiziksel şiddet 5 madde olmak üzere ölçekte toplamda 28 madde yer almaktadır. Ölçeğin cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0.91 ve alt boyutlarının cronbach alfa güvenirlik katsayıları 'cinsel şiddet' için 0.84, 'duygusal şiddet' için 0.85, 'genel şiddet' için 0.72, 'ekonomik şiddet' için 0.75, 'fiziksel şiddet' için 0.72 bulunmuştur (220). Bizim çalışmamızda ise ölçeğin cronbach alfa güvenirlik katsayısının 0,88 olduğu belirlenmiştir. Flört Şiddeti Tutum Ölçeği'ne verilen yanıtlar her bir maddeye verilen toplam puanlar üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçekte yer alan maddeler 5'li likert tipindedir ve 1) "kesinlikle katılmıyorum", 2) "Katılmıyorum", 3) "Kararsızım", 4) "Katılıyorum", 5) 41 "Tamamen Katılıyorum" şeklindedir. Bu puanlamaya göre ölçekte yer alan her bir madde için alınabilecek en yüksek puan 5, en düşük puan ise 1'dir. Ölçek puan ortalamasının 5'e yaklaşması bireylerin flört şiddetine yönelik sahip olduğu tutumlarının, flört şiddetini desteklemediğini göstermektedir.

2.4. Veri Analizi

Elde edilen veriler uygun şekilde kodlanıp SPSS 27 ile analiz edilecektir. Araştırmada ölçüm araçları arasındaki ilişkileri test etmek için normal dağılım sağlandığında Pearson Korelasyon Analizi, sağlanmadığında Spearman Korelasyon Analizi yapılacaktır. Sosyal kaygısı olan ve olmayan gruba göre ve demografik değişkenlere göre ölçeklere ilişkin puanları kıyaslamak için normal dağılım sağlandığında Bağımsız Gruplar T-Testi, ANOVA, sağlanmadığında Mann Whitney-U, Kruskal Wallis-H yapılacaktır. Bağımsız değişken veya değişkenlerin bağımlı değişkeni yordamasını test etmek için Basit veya Çoklu Doğrusal Regresyon kullanılacaktır. Elde edilen sonuçlar daha önceki literatür ışığında tartışılacak ve değerlendirilecektir.

BÖLÜM 3: BULGULAR

Bu araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizleri IBM SPSS Statistics 27 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların demografik özellikleri ile araştırma değişkenlerine ilişkin puan dağılımlarını betimlemek amacıyla frekans (f), yüzde (%), ortalama ($\bar{X}$), standart sapma (SS), minimum ve maksimum değerlerden oluşan betimsel istatistikler hesaplanmıştır. Araştırmanın ilişkisel ve yordayıcı hipotezlerini test etmek amacıyla çeşitli istatistiksel analizler yürütülmüştür. Değişkenler arasındaki doğrusal ilişkinin yönü ve gücü Pearson Korelasyon Analizi ile incelenmiştir. Erken dönem uyumsuz şemaların, affedicilik ve flört şiddeti tutumu üzerindeki yordayıcı etkilerini belirlemek amacıyla ise Aşamalı (Stepwise) Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi uygulanmıştır. Regresyon modellerinin varsayımları kapsamında çoklu doğrusal bağlantı (multicollinearity) durumu, Tolerans ve VIF değerleri üzerinden kontrol edilmiştir.Katılımcıların demografik değişkenlere göre ölçek puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için karşılaştırma testleri kullanılmıştır. İki bağımsız grup (örneğin, cinsiyet, çalışma durumu, medeni durum) arasındaki farkları incelemek üzere Bağımsız Örneklemler t-testi, ikiden fazla grubun (örneğin, eğitim durumu) karşılaştırılması için ise Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) tercih edilmiştir. Anlamlı ANOVA sonuçlarında farkın hangi gruplar arasında ortaya çıktığını belirlemek için post-hoc testler uygulanmıştır. Tüm istatistiksel değerlendirmelerde I. Tip hata olasılığını temsil eden alfa (α) düzeyi .05 olarak belirlenmiş; $p < .05$ düzeyindeki sonuçlar istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

A. Demografik Değişkenlere Göre Dağılımlar

Tablo 1

Katılımcılara Ait Demografik Bilgilerinin Dağılımı

		n	%
Yaş	Ort.±SS (Min-Maks)	26.83±6.52 (18-60)	
Cinsiyet			
	Erkek	152	43.4
	Kadın	198	56.6
Eğitim Durumu			
	Lise	98	28.0
	Yüksek lisans/Doktora	59	16.9
	Üniversite	193	55.1
Çalışma Durumu			
	Evet	182	52.0
	Hayır	168	48.0
Medeni Durumu			
	Bekar	247	70.6
	Evli	103	29.4

Elde edilen sonuçlara göre, katılımcıların yaş ortalaması 26.83, standart sapması ise 6.52 olarak hesaplanmıştır. Yaş değişkeninin minimum 18, maksimum 60 değerleri arasında bir dağılım sergilediği saptanmıştır (Ort.=26.83, SS=6.52). Katılımcıların %43.4'ü erkektir (n=152), %56.6'sı ise kadındır (n=198). Eğitim durumu açısından dağılım şu şekildedir: %28.0'ı lise (n=98), %16.9'u yüksek lisans/doktora (n=59) ve %55.1'i üniversite (n=193) mezunudur. Çalışma durumu değişkeni açısından katılımcıların %52.0'ı çalışmaktadır (n=182), %48.0'ı ise çalışmamaktadır (n=168). Medeni durum açısından katılımcıların %70.6'sı bekardır (n=247), %29.4'ü ise evlidir (n=103).

B. Betimsel İstatistik Bulguları

Tablo 2

Ölçeklerin Betimsel İstatistik Sonuçları

	n	Min	Maks	Ort.	SS	Basıklık	Çarpıklık	A
YŞÖ-Duygusal Yoksunluk	350	5	29	13.13	7.23	0.56	-0.92	0.90
YŞÖ-Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	350	7	40	19.60	7.31	0.30	-0.66	0.81
YŞÖ-Kusurluluk	350	6	29	12.13	6.10	0.80	-0.54	0.86
YŞÖ-Duyguları Bastırma	350	5	30	13.65	5.93	0.35	-0.64	0.80
YŞÖ-İç İçe Geçme/Bağımlılık	350	9	43	18.66	8.49	0.84	-0.14	0.85
YŞÖ-Terk Edilme	350	5	28	11.47	5.62	0.69	-0.48	0.82
YŞÖ-Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	350	5	30	12.87	5.61	0.57	-0.38	0.74
YŞÖ-Başarısızlık	350	6	34	12.78	6.13	0.87	0.00	0.85
YŞÖ-Karamsarlık	350	5	29	13.39	5.79	0.53	-0.24	0.79
YŞÖ-Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	350	7	40	23.32	6.76	-0.09	-0.44	0.72
YŞÖ-Kendini Feda	350	5	30	16.73	6.08	-0.01	-0.95	0.77
YŞÖ-Cezalandırılma	350	6	36	20.23	6.24	-0.03	-0.51	0.75
YŞÖ-Yüksek Standartlar	350	3	18	9.68	4.17	0.17	-0.88	0.75
YŞÖ-Onay Arayıcılık	350	6	35	21.76	6.41	-0.07	-0.46	0.77
Heartland Affedicilik Ölçeği	350	32	120	76.35	13.49	-0.37	0.74	0.73
Kendini Affetme	350	6	41	26.53	7.66	-0.73	0.50	0.81
Diğerlerini Affetme	350	6	42	24.05	7.43	-0.15	-0.67	0.78
Durumu Affetme	350	6	42	25.77	7.24	-0.88	1.11	0.79
Flört Şiddeti Tutum Ölçeği	350	2	5	4.11	0.67	-0.84	0.13	0.93
Genel Şiddet	350	2	5	4.40	0.74	-1.27	1.02	0.74
Fiziksel Şiddet	350	1	5	4.30	0.83	-1.20	0.74	0.83
Duygusal Şiddet	350	1	5	3.87	0.87	-0.51	-0.42	0.81
Ekonomik Şiddet	350	1	5	3.57	0.96	-0.44	-0.50	0.80
Cinsel Şiddet	350	2	5	4.37	0.68	-1.24	1.06	0.78

Araştırmanın bu bölümünde, çalışmada kullanılan Young Şema Ölçeği (YŞÖ), Heartland Affedicilik Ölçeği ve Flört Şiddeti Tutum Ölçeği ile bu ölçeklerin alt boyutlarına ait betimsel istatistikler, dağılım özellikleri ve iç tutarlılık katsayıları, 350 katılımcıdan toplanan veriler üzerinden detaylı olarak incelenmiştir. Yapılan analizde, değişkenlere ait çarpıklık katsayılarının -0.95 ile 1.11 arasında, basıklık katsayılarının ise -1.27 ile 0.87 arasında değiştiği belirlenmiştir. Gözlemlenen tüm bu değerlerin, normal dağılım için referans kabul edilen ±2 aralığında kaldığı görülmektedir (Gravetter ve Wallnau, 2014). Bu bulgu, veri setindeki tüm değişkenlerin dağılımının normalden aşırı bir sapma göstermediğini ve parametrik analizlerin ön koşulunun sağlandığını ortaya koymaktadır.

Ölçüm araçlarının güvenirliğini değerlendirmek amacıyla hesaplanan Cronbach's Alpha (α) iç tutarlılık katsayılarının kabul edilebilir ile mükemmel arasında değişen düzeylerde olduğu saptanmıştır. Flört Şiddeti Tutum Ölçeği'nin toplam puanı için mükemmel düzeyde (α = .93) güvenilirlik saptanmıştır. Young Şema Ölçeği alt boyutları, Heartland Affedicilik Ölçeği alt boyutları ve Flört Şiddeti Tutum Ölçeği alt boyutlarının alfa katsayıları ise .72 ile .90 arasında değişerek kabul edilebilir ile mükemmel arasında güvenilirlik düzeylerine sahiptir. Bu değerler, kullanılan ölçüm araçlarının psikometrik açıdan güvenilir olduğunu teyit etmektedir (George ve Mallery, 2019).

C. Korelasyon Analizi Bulguları

Tablo 3

Değişkenlere İlişkin Pearson Korelasyon Matrisi

Değişken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
1. Duygusal Yoksunluk	—																							
2. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	.71**	—																						
3. Kusurluluk	.74**	.71**	—																					
4. Duyguları Bastırma	.57**	.66**	.61**	—																				
5. İç İçe Geçme/Bağımlılık	.55**	.60**	.73**	.60**	—																			
6. Terk Edilme	.72**	.69**	.81**	.55**	.65**	—																		
7. Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	.54**	.70**	.61**	.55**	.58**	.64**	—																	
8. Başarısızlık	.56**	.65**	.78**	.53**	.76**	.67**	.61**	—																
9. Karamsarlık	.44**	.59**	.62**	.51**	.59**	.58**	.58**	.58**	—															
10. Ayrıcalıklılık/Yetersiz	.22**	.45**	.24**	.31**	.25**	.24**	.40**	.30**	.40**	—														
11. Kendini Feda	.55**	.54**	.47**	.52**	.50**	.54**	.46**	.44**	.45**	.31**	—													
12. Cezalandırılma	.44**	.55**	.39**	.48**	.38**	.37**	.57**	.31**	.43**	.40**	.54**	—												
13. Yüksek Standartlar	.31**	.38**	.25**	.42**	.18**	.27**	.31**	.11*	.37**	.46**	.28**	.49**	—											
14. Onay Arayıcılık	.49**	.54**	.47**	.47**	.39**	.54**	.57**	.44**	.43**	.45**	.60**	.57**	.35**	—										
15.Heartland Affedicilik Ölçeği	-.15**	-.27**	-.22**	-.22**	-.19**	-.18**	-.24**	-.21**	-.27**	-.06	-.11*	-.25**	-.19**	-.04	—									
16.Kendini Affetme	-.37**	-.39**	-.40**	-.37**	-.32**	-.42**	-.32**	-.39**	-.34**	.01	-.36**	-.31**	-.10	-.25**	.60**	—								
17.Diğerlerini Affetme	.27**	.12*	.23**	.13*	.22**	.28**	.08	.22**	.09	-.06	.26**	.07	-.09	.21**	.47**	-.23**	—							
18.Durumu Affetme	-.16**	-.22**	-.22**	-.16**	-.23**	-.19**	-.20**	-.21**	-.25**	-.07	-.08	-.20**	-.16**	-.02	.75**	.29**	.09	—						
19.Flört Şiddeti Tutum Ölçeği	-.61**	-.51**	-.61**	-.49**	-.54**	-.56**	-.42**	-.45**	-.34**	-.14**	-.49**	-.42**	-.27**	-.40**	.18**	.36**	-.21**	.16**	—					
20.Genel Şiddet	-.58**	-.45**	-.54**	-.42**	-.46**	-.51**	-.36**	-.40**	-.21**	-.08	-.38**	-.27**	-.18**	-.29**	.15**	.34**	-.20**	.12*	.83**	—				
21.Fiziksel Şiddet	-.56**	-.50**	-.60**	-.47**	-.48**	-.53**	-.39**	-.44**	-.30**	-.13*	-.44**	-.35**	-.20**	-.40**	.12*	.32**	-.22**	.10	.88**	.81**	—			
22.Duygusal Şiddet	-.48**	-.44**	-.48**	-.45**	-.47**	-.42**	-.44**	-.36**	-.39**	-.18**	-.50**	-.45**	-.28**	-.44**	.15**	.30**	-.18**	.16**	.83**	.58**	.67**	—		
23.Ekonomik Şiddet	-.51**	-.37**	-.46**	-.33**	-.38**	-.43**	-.28**	-.29**	-.20**	-.05	-.40**	-.36**	-.21**	-.26**	.12*	.25**	-.16**	.12*	.82**	.61**	.63**	.60**	—	
24.Yaş	.01	-.07	-.11*	-.11*	-.07	-.06	-.12*	-.12*	-.17**	-.18**	.04	-.01	-.08	-.08	.07	-.04	.10	.06	.05	-.01	.12*	.02	.02	—

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

Tabloya ait sonuçlar incelendiğinde, Heartland Affedicilik Ölçeği ile Duygusal Yoksunluk (r = -.15, p < .01), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (r = -.27, p < .01), Kusurluluk (r = -.22, p < .01), Duyguları Bastırma (r = -.22, p < .01), İç İçe Geçme/Bağımlılık (r = -.15, p < .01), Terk Edilme (r = -.18, p < .01), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (r = -.24, p < .01), Başarısızlık (r = -.21, p < .01), Karamsarlık (r = -.21, p < .01), Cezalandırılma (r = -.25, p < .01) ve Yüksek Standartlar (r = -.16, p < .01) arasında istatistiksel olarak anlamlı, düşük düzeyde negatif yönlü ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca, Kendini Feda (r = -.11, p < .05) ile de düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Kendini Affetme ile Duygusal Yoksunluk (r = -.37, p < .01), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (r = -.35, p < .01), Kusurluluk (r = -.40, p < .01), Duyguları Bastırma (r = -.37, p < .01), İç İçe Geçme/Bağımlılık (r = -.32, p < .01), Terk Edilme (r = -.42, p < .01), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (r = -.32, p < .01), Başarısızlık (r = -.39, p < .01), Karamsarlık (r = -.34, p < .01), Kendini Feda (r = -.36, p < .01) ve Cezalandırılma (r = -.31, p < .01) arasında istatistiksel olarak anlamlı, orta düzeyde negatif yönlü ilişkiler tespit edilmiştir. Onay Arayıcılık (r = -.25, p < .01) ile ise düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki görülmüştür.

Diğerlerini Affetme ile Duygusal Yoksunluk (r = .27, p < .01), Kusurluluk (r = .23, p < .01), İç İçe Geçme/Bağımlılık (r = .22, p < .01), Terk Edilme (r = .28, p < .01), Başarısızlık (r = .22, p < .01), Kendini Feda (r = .26, p < .01) ve Onay Arayıcılık (r = .21, p < .01) arasında istatistiksel olarak anlamlı, düşük düzeyde pozitif yönlü ilişkiler saptanmıştır. Ayrıca, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (r = .12, p < .05) ve Duyguları Bastırma (r = .13, p < .05) ile de düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Durumu Affetme ile Duygusal Yoksunluk (r = -.16, p < .01), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (r = -.22, p < .01), Kusurluluk (r = -.22, p < .01), Duyguları Bastırma (r = -.16, p < .01), İç İçe Geçme/Bağımlılık (r = -.23, p < .01), Terk Edilme (r = -.19, p < .01), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (r = -.20, p < .01), Başarısızlık (r = -.21, p < .01), Karamsarlık (r = -.25, p < .01), Cezalandırılma (r = -.20, p < .01) ve Yüksek Standartlar (r = -.16, p < .01) arasında istatistiksel olarak anlamlı, düşük düzeyde negatif yönlü ilişkiler tespit edilmiştir.

Heartland Affedicilik Ölçeği ile Ayrıcalıklı/Yetersiz Özdenetim (r = -.06) ve Onay Arayıcılık (r = -.04) arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Benzer şekilde, Kendini Affetme'nin Ayrıcalıklı/Yetersiz Özdenetim (r = .01) ve Yüksek Standartlar (r = -.10) ile ilişkileri, Diğerlerini Affetme'nin Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (r = .08), Karamsarlık (r = .09), Ayrıcalıklı/Yetersiz Özdenetim (r = -.06), Cezalandırılma (r = .07) ve Yüksek Standartlar (r =

-.09) ile ilişkileri istatistiksel olarak anlamlı değildir. Ayrıca, Durumu Affetme'nin Ayrıcalıklı/Yetersiz Özdenetim (r = -.07), Kendini Feda (r = -.08) ve Onay Arayıcılık (r = -.02) değişkenleri ile arasında da anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Flört Şiddeti Tutum Ölçeği ile Duygusal Yoksunluk (r = -.61, p < .01), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (r = -.51, p < .01), Kusurluluk (r = -.51, p < .01), İç İçe Geçme/Bağımlılık (r = -.54, p < .01) ve Terk Edilme (r = -.56, p < .01) arasında yüksek düzeyde; Duyguları Bastırma (r = -.43, p < .01), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (r = -.42, p < .01), Başarısızlık (r = -.45, p < .01), Karamsarlık (r = -.34, p < .01), Kendini Feda (r = -.45, p < .01), Cezalandırılma (r = -.42, p < .01) ve Onay Arayıcılık (r = -.40, p < .01) arasında orta düzeyde; Yüksek Standartlar (r = -.27, p < .01) ve Ayrıcalıklı/Yetersiz Özdenetim (r = -.14, p < .05) ile ise düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Genel Şiddet alt ölçeği ile Duygusal Yoksunluk (r = -.58, p < .01), Kusurluluk (r = -.54, p < .01) ve Terk Edilme (r = -.51, p < .01) arasında yüksek düzeyde; Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (r = -.45, p < .01), Duyguları Bastırma (r = -.42, p < .01), İç İçe Geçme/Bağımlılık (r = -.46, p < .01), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (r = -.36, p < .01), Başarısızlık (r = -.40, p < .01) ve Kendini Feda (r = -.38, p < .01) arasında orta düzeyde; Cezalandırılma (r = -.27, p < .01), Karamsarlık (r = -.21, p < .05), Yüksek Standartlar (r = -.18, p < .05) ve Onay Arayıcılık (r = -.23, p < .05) ile düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişkiler belirlenmiştir.

Fiziksel Şiddet alt ölçeği ile Duygusal Yoksunluk (r = -.56, p < .01), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (r = -.50, p < .01), Kusurluluk (r = -.60, p < .01) ve Terk Edilme (r = -.53, p < .01) arasında yüksek düzeyde; Duyguları Bastırma (r = -.47, p < .01), İç İçe Geçme/Bağımlılık (r = -.48, p < .01), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (r = -.36, p < .01), Başarısızlık (r = -.44, p < .01), Kendini Feda (r = -.44, p < .01), Cezalandırılma (r = -.35, p < .01), Onay Arayıcılık (r = -.40, p < .01) ve Karamsarlık (r = -.30, p < .05) arasında orta düzeyde; Yüksek Standartlar (r = -.20, p < .05) ile düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişkiler gözlenmiştir.

Duygusal Şiddet alt ölçeği ile Kendini Feda (r = -.50, p < .01) arasında yüksek düzeyde; Duygusal Yoksunluk (r = -.48, p < .01), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (r = -.44, p < .01), Kusurluluk (r = -.48, p < .01), Duyguları Bastırma (r = -.45, p < .01), İç İçe Geçme/Bağımlılık (r = -.47, p < .01), Terk Edilme (r = -.42, p < .01), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (r = -.44, p < .01), Başarısızlık (r = -.36, p < .01), Cezalandırılma (r = -.45, p < .01), Onay Arayıcılık (r = -.44, p < .01) ve Karamsarlık (r = -.35, p < .05) arasında orta düzeyde; Ayrıcalıklı/Yetersiz

Özdenetim (r = -.18, p < .01) ve Yüksek Standartlar (r = -.28, p < .05) ile düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Ekonomik Şiddet alt ölçeği ile Duygusal Yoksunluk (r = -.51, p < .01) arasında yüksek düzeyde; Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (r = -.37, p < .01), Kusurluluk (r = -.46, p < .01), Duyguları Bastırma (r = -.33, p < .01), İç İçe Geçme/Bağımlılık (r = -.38, p < .01), Terk Edilme (r = -.43, p < .01), Kendini Feda (r = -.40, p < .01) ve Cezalandırılma (r = -.36, p < .01) arasında orta düzeyde; Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (r = -.28, p < .01), Başarısızlık (r = -.29, p < .01), Karamsarlık (r = -.20, p < .05), Yüksek Standartlar (r = -.21, p < .05) ve Onay Arayıcılık (r = -.26, p < .05) ile düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişkiler belirlenmiştir.

Genel Şiddet (r = -.08), Fiziksel Şiddet (r = -.13) ve Ekonomik Şiddet (r = -.05) alt ölçekleri ile Ayrıcalıklı/Yetersiz Özdenetim değişkeni arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Son olarak, Flört Şiddeti Tutum Ölçeği ile Kendini Affetme (r = .36, p < .01) arasında orta düzeyde pozitif; Heartland Affedicilik Ölçeği (r = .18, p < .01) ve Durumu Affetme (r = .16, p < .01) arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkiler, Diğerlerini Affetme (r = -.21, p < .01) ile ise düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Ek olarak, Yaş değişkeni ile Kusurluluk (r = -.11, p < .05), Duyguları Bastırma (r = -.11, p < .05), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (r = -.12, p < .05) ve Karamsarlık (r = -.11, p < .05) arasında düşük düzeyde, negatif yönlü ve anlamlı ilişkiler belirlenmiştir. Buna karşılık, Sanal Şiddet alt boyutu ile düşük düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (r = .12, p < .05).

Öte yandan, yaş değişkeni ile Duygusal Yoksunluk, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, İç İçe Geçme/Bağımlılık, Terk Edilme, Başarısızlık, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Kendini Feda, Cezalandırılma, Yüksek Standartlar ve Onay Arayıcılık şemaları arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Benzer biçimde, Heartland Affedicilik Ölçeği ve alt boyutları (Kendini Affetme, Diğerlerini Affetme, Durumu Affetme) ile Flört Şiddeti Tutum Ölçeği ve bu ölçeğin alt boyutları (Fiziksel Şiddet, Duygusal Şiddet, Ekonomik Şiddet) arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (p > .05).

D. Regresyon Analizi Bulguları

Tablo 4

Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Affedicilik Üzerindeki Yordayıcı Etkisi

Değişken	B	SH	β	*t*	*p*	95% GA (Alt–Üst)	Tolerance	VIF
(Sabit)	89.61	2.44	—	36.76	< .001*	[84.82, 94.41]	—	—
Karamsarlık	-0.48	0.13	-0.21	-3.66	< .001*	[-0.74, -0.22]	0.81	1.23
Cezalandırılma	-0.34	0.12	-0.16	-2.74	0.007*	[-0.58, -0.09]	0.81	1.23

$R = .31$, $R^2 = .10$, Düzeltilmiş $R^2 = .09$, $F(2, 347) = 18.24$, $p < .001$; Yöntem: Stepwise

*$p < .05$

Elde edilen sonuçlara göre, karamsarlık ve cezalandırılma değişkenlerinin affedicilik üzerindeki yordayıcı etkisini incelemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Model anlamlı bulunmuştur ($F(2, 347) = 18.24$, $p < .001$) ve affedicilik düzeyindeki toplam varyansın yaklaşık %9'unu açıklamaktadır ($R = .31$, $R^2 = .10$, düzeltilmiş $R^2 = .09$).

Analiz sonuçlarına göre, karamsarlık değişkeni affedicilik üzerinde negatif ve anlamlı bir yordayıcıdır ($\beta = -.21$, $t = -3.66$, $p < .001$). Bu bulgu, karamsarlık düzeyi arttıkça affedicilik düzeyinin azaldığını göstermektedir. Benzer biçimde, cezalandırılma değişkeni de affediciliği negatif yönde ve anlamlı biçimde yordamaktadır ($\beta = -.16$, $t = -2.74$, $p = .007$). Başka bir deyişle, cezalandırma eğilimi yükseldikçe bireylerin affedicilik düzeyleri düşmektedir. Modelde çoklu bağlantı problemi bulunmadığı görülmüştür (VIF = 1.23; Tolerance = 0.81). Sonuç olarak, karamsarlık ve cezalandırılma değişkenlerinin birlikte affediciliği anlamlı ve negatif yönde yordadığı belirlenmiştir.

Tablo 5

Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Şiddete Yönelik Tutum Üzerindeki Yordayıcı Etkisi

Değişken	B	SH	B	*t*	*P*	95% GA (Alt–Üst)	Tolerance	VIF
(Sabit)	5.37	0.10	—	55.94	< .001*	[5.18, 5.56]	—	—
Duygusal Yoksunluk	-0.02	0.01	-0.24	-3.91	< .001*	[-0.03, -0.01]	0.39	2.54
Kusurluluk	-0.03	0.01	-0.23	-3.28	0.001*	[-0.04, -0.01]	0.30	3.31
Kendini Feda	-0.01	0.01	-0.12	-2.19	0.029*	[-0.02, -0.00]	0.56	1.8
İç İçe Geçme/Bağımlılık	-0.01	0.01	-0.14	-2.41	0.017*	[-0.02, -0.00]	0.44	2.3
Cezalandırılma	-0.01	0.01	-0.11	-2.24	0.025*	[-0.02, -0.00]	0.68	1.48

$R = .69$, $R^2 = .47$, Düzeltilmiş $R^2 = .46$, $F(5, 344) = 61.34$, $p < .001$; Yöntem: Stepwise

*$p < .05$

Elde edilen sonuçlara göre, duygusal yoksunluk, kusurluluk, kendini feda, iç içe geçme/bağımlılık ve cezalandırılma değişkenlerinin flört şiddeti tutumları üzerindeki yordayıcı etkisini incelemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları, modelin anlamlı olduğunu göstermiştir ($F(5, 344) = 61.34$, $p < .001$) ve flört şiddeti tutumlarındaki toplam varyansın yaklaşık %47'sinin açıklanabildiğini ortaya koymuştur ($R = .69$, $R^2 = .47$, düzeltilmiş $R^2 = .46$).

Bulgulara göre, duygusal yoksunluk değişkeni flört şiddeti tutumlarını negatif ve anlamlı biçimde yordamaktadır ($\beta = -.24$, $t = -3.91$, $p < .001$). Benzer biçimde, kusurluluk ($\beta = -.23$, $t = -3.28$, $p = .001$), kendini feda ($\beta = -.12$, $t = -2.19$, $p = .029$), iç içe geçme/bağımlılık ($\beta = -.14$, $t = -2.41$, $p = .017$) ve cezalandırılma ($\beta = -.11$, $t = -2.24$, $p = .025$) değişkenleri de flört şiddeti tutumlarını negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Bu sonuçlar, erken dönem uyumsuz şemaların artmasının bireylerin flört şiddetine yönelik olumlu tutumlarını azalttığını göstermektedir. Modelde çoklu doğrusal bağlantı sorunu olmadığı görülmüştür (VIF değerleri 1.48–3.31 aralığında). Genel olarak, uyumsuz şema alanlarının tümü flört şiddetine ilişkin tutumların anlamlı ve olumsuz yönde yordayıcısı olarak belirlenmiştir.

E. Karşılaştırma Analizi Bulguları

Tablo 6

Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımlı Değişkenlere İlişkin t-Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Kadın (N=198) Ort. (SS)	Erkek (N=152) Ort. (SS)	t	sd	P
YŞÖ-Duygusal Yoksunluk	13.53 (7.63)	12.62 (6.66)	1.16	348	.249
YŞÖ--Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	19.71 (7.55)	19.46 (7.01)	0.32	348	.750
YŞÖ—Kusurluluk	12.64 (6.27)	11.47 (5.82)	1.79	348	.074
YŞÖ-Duyguları Bastırma	13.62 (5.72)	13.68 (6.20)	-0.10	348	.922
YŞÖ-İç İçe Geçme/Bağımlılık	19.05 (8.59)	18.16 (8.36)	0.97	348	.330
YŞÖ-Terk Edilme	12.26 (5.87)	10.45 (5.11)	3.01	348	.003*
YŞÖ-Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	13.42 (5.60)	12.16 (5.58)	2.08	348	.038*
YŞÖ-Başarısızlık	13.37 (6.44)	12.01 (5.62)	2.07	348	.039*
YŞÖ-Karamsarlık	13.87 (5.80)	12.78 (5.74)	1.75	348	.080
YŞÖ- Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	23.58 (6.28)	22.99 (7.35)	0.81	348	.420
YŞÖ-Kendini Feda	17.04 (6.11)	16.34 (6.03)	1.06	348	.291
YŞÖ-Cezalandırılma	19.84 (5.96)	20.72 (6.57)	-1.31	348	.191
YŞÖ-Yüksek Standartlar	9.52 (4.00)	9.89 (4.39)	-0.83	348	.406
YŞÖ-Onay Arayıcılık	22.44 (6.25)	20.88 (6.54)	2.28	348	.023*
Heartland Affedicilik Ölçeği	76.88 (12.64)	75.65 (14.54)	0.85	348	.398
Kendini Affetme	25.92 (7.88)	27.32 (7.33)	-1.69	348	.092
Diğerlerini Affetme	24.72 (7.18)	23.18 (7.68)	1.93	348	.055
Durumu Affetme	26.24 (6.81)	25.15 (7.74)	1.39	348	.164
Flört Şiddeti Tutum Ölçeği	4.17 (0.68)	4.04 (0.64)	1.86	348	.064
Genel Şiddet	4.42 (0.71)	4.36 (0.78)	0.76	348	.448
Fiziksel Şiddet	4.34 (0.82)	4.24 (0.84)	1.14	348	.257
Duygusal Şiddet	3.92 (0.87)	3.81 (0.87)	1.19	348	.235
Ekonomik Şiddet	3.67 (0.97)	3.44 (0.93)	2.25	348	.025*
Cinsel Şiddet	4.43 (0.65)	4.28 (0.71)	2.10	348	.037*

*$p < .05$

Yapılan analizler sonucunda, Terk Edilme puanları kadın katılımcılarda ($\bar{X}$ = 12.26, SS = 5.87), erkek katılımcılara ($\bar{X}$ = 10.45, SS = 5.11) kıyasla anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur (t(348) = 3.01, p = .003).

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık puanları da kadın katılımcılarda ($\bar{X}$ = 13.42, SS = 5.60), erkek katılımcılara ($\bar{X}$ = 12.16, SS = 5.58) göre anlamlı düzeyde daha yüksek saptanmıştır (t(348) = 2.08, p = .038).

Başarısızlık puanları da kadın katılımcılarda ($\bar{X}$ = 13.37, SS = 6.44), erkek katılımcılara ($\bar{X}$ = 12.01, SS = 5.62) kıyasla anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur (t(348) = 2.07, p = .039).

Onay Arayıcılık puanları da kadın katılımcılarda ($\bar{X}$ = 22.44, SS = 6.25), erkek katılımcılara ($\bar{X}$ = 20.88, SS = 6.54) göre anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur (t(348) = 2.28, p = .023).

Flört Şiddeti Tutum Ölçeği'nin Ekonomik Şiddet alt boyutu puanları kadın katılımcılarda ($\bar{X}$ = 3.67, SS = 0.97), erkek katılımcılara ($\bar{X}$ = 3.44, SS = 0.93) göre anlamlı düzeyde daha yüksek saptanmıştır (t(348) = 2.25, p = .025).

Son olarak, Cinsel Şiddet alt boyutu puanları da kadın katılımcılarda ($\bar{X}$ = 4.43, SS = 0.65), erkek katılımcılara ($\bar{X}$ = 4.28, SS = 0.71) kıyasla anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur (t(348) = 2.10, p = .037).

Buna karşın, Duygusal Yoksunluk (t(348) = 1.16, p = .249), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (t(348) = 0.32, p = .750), Kusurluluk (t(348) = 1.79, p = .074), Duyguları Bastırma (t(348) = -0.10, p = .922), İç İçe Geçme/Bağımlılık (t(348) = 0.97, p = .330), Karamsarlık (t(348) = 1.75, p = .080), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim (t(348) = 0.81, p = .420), Kendini Feda (t(348) = 1.06, p = .291), Cezalandırılma (t(348) = -1.31, p = .191) ve Yüksek Standartlar (t(348) = -0.83, p = .406) şema alanları; Heartland Affedicilik Ölçeği toplam puanı (t(348) = 0.85, p = .398) ve alt boyutları olan Kendini Affetme (t(348) = -1.69, p = .092), Diğerlerini Affetme (t(348) = 1.93, p = .055) ve Durumu Affetme (t(348) = 1.39, p = .164); Flört Şiddeti Tutum Ölçeği toplam puanı (t(348) = 1.86, p = .064) ve alt boyutları olan Genel Şiddet (t(348) = 0.76, p = .448), Fiziksel Şiddet (t(348) = 1.14, p = .257) ve Duygusal Şiddet (t(348) = 1.19, p = .235) puanları açısından cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 7

Çalışma Durumu Değişkenine Göre Bağımlı Değişkenlere İlişkin t-Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Hayır (N=168) Ort. (SS)	Evet (N=182) Ort. (SS)	t	sd	P
YŞÖ-Duygusal Yoksunluk	12.82 (6.81)	13.42 (7.60)	-0.78	348	.437
YŞÖ--Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	19.26 (7.12)	19.92 (7.48)	-0.84	348	.403
YŞÖ—Kusurluluk	12.37 (6.31)	11.91 (5.90)	0.70	348	.484
YŞÖ-Duyguları Bastırma	13.72 (6.05)	13.58 (5.83)	0.22	348	.828
YŞÖ-İç İçe Geçme/Bağımlılık	19.03 (8.41)	18.32 (8.57)	0.78	348	.438
YŞÖ-Terk Edilme	11.24 (5.64)	11.69 (5.61)	-0.74	348	.462
YŞÖ-Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	13.08 (5.60)	12.68 (5.64)	0.67	348	.504
YŞÖ-Başarısızlık	13.40 (6.39)	12.21 (5.84)	1.81	348	.071
YŞÖ-Karamsarlık	13.68 (5.60)	13.13 (5.96)	0.88	348	.378
YŞÖ-Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	23.40 (6.85)	23.24 (6.70)	0.23	348	.822
YŞÖ-Kendini Feda	16.49 (5.85)	16.96 (6.29)	-0.73	348	.467
YŞÖ-Cezalandırılma	19.93 (6.12)	20.49 (6.34)	-0.84	348	.402
YŞÖ-Yüksek Standartlar	9.32 (4.17)	10.02 (4.15)	-1.59	348	.113
YŞÖ-Onay Arayıcılık	21.35 (6.45)	22.15 (6.37)	-1.17	348	.242
Heartland Affedicilik Ölçeği	75.70 (13.51)	76.95 (13.48)	-0.86	348	.390
Kendini Affetme	26.60 (7.46)	26.46 (7.86)	0.17	348	.865
Diğerlerini Affetme	23.74 (7.54)	24.34 (7.34)	-0.75	348	.454
Durumu Affetme	25.36 (7.08)	26.14 (7.38)	-1.01	348	.311
Flört Şiddeti Tutum Ölçeği	4.10 (0.66)	4.13 (0.67)	-0.47	348	.639
Genel Şiddet	4.39 (0.78)	4.41 (0.71)	-0.20	348	.839
Fiziksel Şiddet	4.30 (0.84)	4.30 (0.82)	-0.01	348	.989
Duygusal Şiddet	3.85 (0.82)	3.90 (0.92)	-0.56	348	.576
Ekonomik Şiddet	3.54 (0.96)	3.60 (0.97)	-0.66	348	.513
Cinsel Şiddet	4.35 (0.71)	4.38 (0.65)	-0.39	348	.695

*$p < .05$

Yapılan analizler sonucunda, Duygusal Yoksunluk (t(348) = -0.78, p = .437), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (t(348) = -0.84, p = .403), Kusurluluk (t(348) = 0.70, p = .484), Duyguları Bastırma (t(348) = 0.22, p = .828), İç İçe Geçme/Bağımlılık (t(348) = 0.78, p = .438), Terk Edilme (t(348) = -0.74, p = .462), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (t(348) = 0.67, p = .504), Başarısızlık (t(348) = 1.81, p = .071), Karamsarlık (t(348) = 0.88, p = .378), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim (t(348) = 0.23, p = .822), Kendini Feda (t(348) = -0.73, p = .467), Cezalandırılma (t(348) = -0.84, p = .402), Yüksek Standartlar (t(348) = -1.59, p = .113) ve Onay Arayıcılık (t(348) = -1.17, p = .242) şema alanları; Heartland Affedicilik Ölçeği toplam puanı (t(348) = -0.86, p = .390) ve alt boyutları olan Kendini Affetme (t(348) = 0.17, p = .865), Diğerlerini Affetme (t(348) = -0.75, p = .454) ve Durumu Affetme (t(348) = -1.01, p = .311); ve Flört Şiddeti Tutum Ölçeği toplam puanı (t(348) = -0.47, p = .639) ile alt boyutları olan Genel Şiddet (t(348) = -0.20, p = .839), Fiziksel Şiddet (t(348) = -0.01, p = .989), Duygusal Şiddet (t(348) = -0.56, p = .576), Ekonomik Şiddet (t(348) = -0.66, p = .513) ve Cinsel Şiddet (t(348) = -0.39, p = .695) puanları açısından çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 8

Medeni Durum Değişkenine Göre Bağımlı Değişkenlere İlişkin t-Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Evli (N=103) Ort. (SS)	Bekar (N=247) Ort. (SS)	t	sd	P
YŞÖ-Duygusal Yoksunluk	13.86 (7.62)	12.83 (7.05)	1.22	348	.223
YŞÖ--Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	19.20 (7.33)	19.77 (7.31)	-0.66	348	.510
YŞÖ—Kusurluluk	12.03 (6.63)	12.17 (5.88)	-0.20	348	.840
YŞÖ-Duyguları Bastırma	13.33 (6.06)	13.78 (5.88)	-0.65	348	.517
YŞÖ-İç İçe Geçme/Bağımlılık	17.97 (8.89)	18.95 (8.32)	-0.98	348	.326
YŞÖ-Terk Edilme	11.44 (6.39)	11.49 (5.28)	-0.08	348	.936
YŞÖ-Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	12.16 (5.29)	13.17 (5.73)	-1.55	348	.122
YŞÖ-Başarısızlık	12.27 (6.40)	13.00 (6.01)	-1.01	348	.314
YŞÖ-Karamsarlık	12.78 (5.93)	13.65 (5.72)	-1.29	348	.198
YŞÖ-Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	22.24 (6.71)	23.77 (6.74)	-1.93	348	.054
YŞÖ-Kendini Feda	17.61 (6.51)	16.37 (5.86)	1.75	348	.081
YŞÖ-Cezalandırılma	20.79 (6.28)	19.99 (6.22)	1.09	348	.278

YŞÖ-Yüksek Standartlar	9.75 (4.19)	9.66 (4.17)	0.19	348	.852
YŞÖ-Onay Arayıcılık	21.56 (6.74)	21.85 (6.29)	-0.38	348	.707
Heartland Affedicilik Ölçeği	75.73 (12.50)	76.61 (13.90)	-0.56	348	.579
Kendini Affetme	24.69 (8.82)	27.30 (7.00)	-2.93	348	.004*
Diğerlerini Affetme	24.82 (7.10)	23.74 (7.56)	1.24	348	.217
Durumu Affetme	26.22 (7.70)	25.57 (7.04)	0.76	348	.446
Flört Şiddeti Tutum Ölçeği	4.09 (0.64)	4.12 (0.68)	-0.37	348	.710
Genel Şiddet	4.32 (0.71)	4.43 (0.76)	-1.26	348	.210
Fiziksel Şiddet	4.25 (0.85)	4.32 (0.82)	-0.64	348	.523
Duygusal Şiddet	3.92 (0.82)	3.86 (0.89)	0.59	348	.555
Ekonomik Şiddet	3.52 (1.03)	3.59 (0.93)	-0.60	348	.549
Cinsel Şiddet	4.37 (0.62)	4.37 (0.71)	0.04	348	.972

*$p < .05$

Yapılan analizler sonucunda, Heartland Affedicilik Ölçeği'nin alt boyutu olan Kendini Affetme puanları bekar katılımcılarda ($\overline{X}$ = 27.30, SS = 7.00), evli katılımcılara ($\overline{X}$ = 24.69, SS = 8.82) kıyasla anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur ($t(348) = -2.93$, $p = .004$).

Buna karşın, Duygusal Yoksunluk ($t(348) = 1.22$, $p = .223$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($t(348) = -0.66$, $p = .510$), Kusurluluk ($t(348) = -0.20$, $p = .840$), Duyguları Bastırma ($t(348) = -0.65$, $p = .517$), İç İçe Geçme/Bağımlılık ($t(348) = -0.98$, $p = .326$), Terk Edilme ($t(348) = -0.08$, $p = .936$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ($t(348) = -1.55$, $p = .122$), Başarısızlık ($t(348) = -1.01$, $p = .314$), Karamsarlık ($t(348) = -1.29$, $p = .198$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim ($t(348) = -1.93$, $p = .054$), Kendini Feda ($t(348) = 1.75$, $p = .081$), Cezalandırılma ($t(348) = 1.09$, $p = .278$), Yüksek Standartlar ($t(348) = 0.19$, $p = .852$) ve Onay Arayıcılık ($t(348) = -0.38$, $p = .707$) şema alanları; Heartland Affedicilik Ölçeği toplam puanı ($t(348) = -0.56$, $p = .579$) ve alt boyutları olan Diğerlerini Affetme ($t(348) = 1.24$, $p = .217$) ile Durumu Affetme ($t(348) = 0.76$, $p = .446$); ve Flört Şiddeti Tutum Ölçeği toplam puanı ($t(348) = -0.37$, $p = .710$) ile alt boyutları olan Genel Şiddet ($t(348) = -1.26$, $p = .210$), Fiziksel Şiddet ($t(348) = -0.64$, $p = .523$), Duygusal Şiddet ($t(348) = 0.59$, $p = .555$), Ekonomik Şiddet ($t(348) = -0.60$, $p = .549$) ve Cinsel Şiddet ($t(348) = 0.04$, $p = .972$) puanları açısından medeni duruma göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 9

Eğitim Durumu Değişkenine Göre Bağımlı Değişkenlere İlişkin ANOVA Testi Sonuçları

Ölçek Puanları	Grup	N	Ort	ss	F(2,347)	p	Fark
YŞÖ-Duygusal Yoksunluk	Lise	98	14.16	7.16	2.06	0.129	
	Üniversite	193	13.03	7.28			
	Yüksek lisans/Doktora	59	11.78	7.03			
YŞÖ-Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	Lise^{A}	98	20.64	6.92	3.53	.030*	A>C
	Üniversite^{B}	193	19.72	7.51			
	Yüksek lisans/Doktora^{C}	59	17.49	6.94			
YŞÖ-Kusurluluk	Lise^{A}	98	13.47	6.50	4.33	.014*	A>C
	Üniversite^{B}	193	11.91	6.06			
	Yüksek lisans/Doktora^{C}	59	10.64	5.1			
YŞÖ-Duyguları Bastırma	Lise	98	14.02	6.22	0.33	0.722	
	Üniversite	193	13.58	5.86			
	Yüksek lisans/Doktora	59	13.27	5.68			
YŞÖ-İç İçe Geçme/Bağımlılık	Lise^{A}	98	21.35	8.85	8.31	<.001*	A>B,C
	Üniversite^{B}	193	18.07	8.16			
	Yüksek lisans/Doktora^{C}	59	16.14	7.93			
YŞÖ-Terk Edilme	Lise	98	12.04	5.99	1.23	0.295	
	Üniversite	193	11.46	5.77			
	Yüksek lisans/Doktora	59	10.59	4.31			
YŞÖ-Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	Lise	98	12.96	5.25	0.39	0.679	
	Üniversite	193	13.01	5.65			
	Yüksek lisans/Doktora	59	12.29	6.11			
YŞÖ-Başarısızlık	Lise^{A}	98	14.26	6.90	7.89	<.001*	A>C, B>C
	Üniversite^{B}	193	12.79	5.84			
	Yüksek lisans/Doktora^{C}	59	10.32	4.84			
YŞÖ-Karamsarlık	Lise^{A}	98	14.57	5.5	6.39	.002*	A>C, B>C
	Üniversite^{B}	193	13.46	5.81			
	Yüksek lisans/Doktora^{C}	59	11.22	5.68			
YŞÖ-Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	Lise^{A}	98	23.39	6.78	3.27	.039*	B>C
	Üniversite^{B}	193	23.89	6.76			
	Yüksek lisans/Doktora^{C}	59	21.34	6.46			
YŞÖ-Kendini Feda	Lise	98	17.36	6.10	0.77	0.462	
	Üniversite	193	16.56	6.01			
	Yüksek lisans/Doktora	59	16.25	6.25			
YŞÖ-Cezalandırılma	Lise	98	21.37	6.59	2.4	0.092	
	Üniversite	193	19.88	6.10			

	Yüksek lisans/Doktora	59	19.46	5.93			
YŞÖ-Yüksek Standartlar	Lise	98	10.01	4.40	0.73	0.481	
	Üniversite	193	9.44	4.14			
	Yüksek lisans/Doktora	59	9.93	3.87			
YŞÖ-Onay Arayıcılık	Lise	98	21.79	6.23	0	0.996	
	Üniversite	193	21.74	6.73			
	Yüksek lisans/Doktora	59	21.81	5.73			
Heartland Affedicilik Ölçeği	Lise[A]	98	71.82	13.13	10.58	<.001*	B>A, C>A
	Üniversite[B]	193	77.09	12.89			
	Yüksek lisans/Doktora[C]	59	81.44	13.91			
Kendini Affetme	Lise[A]	98	22.72	8.62	19.77	<.001*	B>A, C>A
	Üniversite[B]	193	27.62	6.54			
	Yüksek lisans/Doktora[C]	59	29.29	7.17			
Diğerlerini Affetme	Lise	98	24.55	7.43	1.38	0.253	
	Üniversite	193	23.48	7.49			
	Yüksek lisans/Doktora	59	25.1	7.20			
Durumu Affetme	Lise	98	24.54	7.34	2.45	0.088	
	Üniversite	193	25.99	7.12			
	Yüksek lisans/Doktora	59	27.05	7.26			
Flört Şiddeti Tutum Ölçeği	Lise[A]	98	3.87	0.64	10.34	<.001*	B>A, C>A
	Üniversite[B]	193	4.17	0.66			
	Yüksek lisans/Doktora[C]	59	4.32	0.61			
Genel Şiddet	Lise[A]	98	4.16	0.78	7.67	<.001*	B>A, C>A
	Üniversite[B]	193	4.47	0.74			
	Yüksek lisans/Doktora[C]	59	4.56	0.63			
Fiziksel Şiddet	Lise[A]	98	4.03	0.93	8.2	<.001*	B>A, C>A
	Üniversite[B]	193	4.36	0.8			
	Yüksek lisans/Doktora[C]	59	4.54	0.62			
Duygusal Şiddet	Lise[A]	98	3.69	0.78	3.98	.020*	C>A
	Üniversite[B]	193	3.91	0.89			
	Yüksek lisans/Doktora[C]	59	4.07	0.89			
Ekonomik Şiddet	Lise[A]	98	3.3	0.98	6.75	.001*	B>A, C>A
	Üniversite[B]	193	3.63	0.93			
	Yüksek lisans/Doktora[C]	59	3.83	0.95			
Cinsel Şiddet	Lise[A]	98	4.13	0.75	9.35	<.001*	B>A, C>A
	Üniversite[B]	193	4.43	0.66			
	Yüksek lisans/Doktora[C]	59	4.55	0.53			

*$p < .05$

Yapılan analizler sonucunda, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şema alanı puanlarında eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($F(2, 347) = 3.53$, $p = .030$). Post-hoc testi sonuçlarına göre, lise mezunlarının ($\bar{X} = 20.64$, $SS = 6.92$) puanları, yüksek lisans/doktora mezunlarının ($\bar{X} = 17.49$, $SS = 6.94$) puanlarından anlamlı derecede daha yüksektir.

Kusurluluk şema alanı puanlarında da gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($F(2, 347) = 4.33$, $p = .014$). Post-hoc testi, lise mezunlarının ($\bar{X} = 13.47$, $SS = 6.5$) puanlarının, yüksek lisans/doktora mezunlarının ($\bar{X} = 10.64$, $SS = 5.1$) puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir.

İç İçe Geçme/Bağımlılık şema alanı puanlarında da anlamlı bir farklılık gözlenmiştir ($F(2, 347) = 8.31$, $p < .001$). Post-hoc testi sonuçlarına göre, lise mezunlarının ($\bar{X} = 21.35$, $SS = 8.85$) puanları, hem üniversite ($\bar{X} = 18.07$, $SS = 8.16$) hem de yüksek lisans/doktora ($\bar{X} = 16.14$, $SS = 7.93$) mezunlarının puanlarından anlamlı derecede daha yüksektir.

Başarısızlık şema alanı puanlarında da anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($F(2, 347) = 7.89$, $p < .001$). Post-hoc testi, lise ($\bar{X} = 14.26$, $SS = 6.9$) ve üniversite ($\bar{X} = 12.79$, $SS = 5.84$) mezunlarının puanlarının, yüksek lisans/doktora ($\bar{X} = 10.32$, $SS = 4.84$) mezunlarının puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Karamsarlık şema alanı puanlarında da gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($F(2, 347) = 6.39$, $p = .002$). Post-hoc testi, lise ($\bar{X} = 14.57$, $SS = 5.5$) ve üniversite ($\bar{X} = 13.46$, $SS = 5.81$) mezunlarının puanlarının, yüksek lisans/doktora ($\bar{X} = 11.22$, $SS = 5.68$) mezunlarının puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim şema alanı puanlarında da anlamlı bir farklılık gözlenmiştir ($F(2, 347) = 3.27$, $p = .039$). Post-hoc testi sonuçlarına göre, üniversite mezunlarının ($\bar{X} = 23.89$, $SS = 6.76$) puanları, yüksek lisans/doktora mezunlarının ($\bar{X} = 21.34$, $SS = 6.46$) puanlarından anlamlı derecede daha yüksektir.

Heartland Affedicilik Ölçeği toplam puanlarında da anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($F(2, 347) = 10.58$, $p < .001$). Post-hoc testi, üniversite ($\bar{X} = 77.09$, $SS = 12.89$) ve yüksek lisans/doktora ($\bar{X} = 81.44$, $SS = 13.91$) mezunlarının puanlarının, lise ($\bar{X} = 71.82$, $SS = 13.13$) mezunlarının puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Kendini Affetme alt boyutu puanlarında da gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($F(2, 347) = 19.77$, $p < .001$). Post-hoc testi, üniversite ($\bar{X} = 27.62$, $SS = 6.54$) ve yüksek lisans/doktora ($\bar{X} = 29.29$, $SS = 7.17$) mezunlarının puanlarının, lise ($\bar{X} = 22.72$, $SS = 8.62$) mezunlarının puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Flört Şiddeti Tutum Ölçeği toplam puanlarında da anlamlı bir farklılık gözlenmiştir ($F(2, 347) = 10.34$, $p < .001$). Post-hoc testi sonuçlarına göre, üniversite ($\bar{X} = 4.17$, $SS = 0.66$) ve yüksek lisans/doktora ($\bar{X} = 4.32$, $SS = 0.61$) mezunlarının puanları, lise ($\bar{X} = 3.87$, $SS = 0.64$) mezunlarının puanlarından anlamlı derecede daha yüksektir.

Genel Şiddet alt boyutu puanlarında da anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($F(2, 347) = 7.67$, $p < .001$). Post-hoc testi, üniversite ($\bar{X} = 4.47$, $SS = 0.74$) ve yüksek lisans/doktora ($\bar{X} = 4.56$, $SS = 0.63$) mezunlarının puanlarının, lise ($\bar{X} = 4.16$, $SS = 0.78$) mezunlarının puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Fiziksel Şiddet alt boyutu puanlarında da gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($F(2, 347) = 8.2$, $p < .001$). Post-hoc testi, üniversite ($\bar{X} = 4.36$, $SS = 0.8$) ve yüksek lisans/doktora ($\bar{X} = 4.54$, $SS = 0.62$) mezunlarının puanlarının, lise ($\bar{X} = 4.03$, $SS = 0.93$) mezunlarının puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Duygusal Şiddet alt boyutu puanlarında da anlamlı bir farklılık gözlenmiştir ($F(2, 347) = 3.98$, $p = .020$). Post-hoc testi sonuçlarına göre, yüksek lisans/doktora mezunlarının ($\bar{X} = 4.07$, $SS = 0.89$) puanları, lise mezunlarının ($\bar{X} = 3.69$, $SS = 0.78$) puanlarından anlamlı derecede daha yüksektir.

Ekonomik Şiddet alt boyutu puanlarında da anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($F(2, 347) = 6.75$, $p = .001$). Post-hoc testi, üniversite ($\bar{X} = 3.63$, $SS = 0.93$) ve yüksek lisans/doktora ($\bar{X} = 3.83$, $SS = 0.95$) mezunlarının puanlarının, lise ($\bar{X} = 3.3$, $SS = 0.98$) mezunlarının puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Cinsel Şiddet alt boyutu puanlarında da gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($F(2, 347) = 9.35$, $p < .001$). Post-hoc testi, üniversite ($\bar{X} = 4.43$, $SS = 0.66$) ve yüksek lisans/doktora ($\bar{X} = 4.55$, $SS = 0.53$) mezunlarının puanlarının, lise ($\bar{X} = 4.13$, $SS = 0.75$) mezunlarının puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Buna karşılık, YŞÖ'nün diğer alt boyutları olan Duygusal Yoksunluk ($F(2, 347) = 2.06$, $p = .129$), Duyguları Bastırma ($F(2, 347) = 0.33$, $p = .722$), Terk Edilme ($F(2, 347) = 1.23$, $p = .295$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ($F(2, 347) = 0.39$, $p = .679$), Kendini Feda ($F(2, 347) = 0.77$, $p = .462$), Cezalandırılma ($F(2, 347) = 2.4$, $p = .092$), Yüksek Standartlar ($F(2, 347) = 0.73$, $p = .481$) ve Onay Arayıcılık ($F(2, 347) = 0$, $p = .996$) puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Benzer şekilde, Heartland Affedicilik Ölçeği'nin alt boyutları olan Diğerlerini Affetme ($F(2, 347) = 1.38$, $p = .253$) ve Durumu Affetme ($F(2, 347) = 2.45$, $p = .088$) puanlarında da gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

BÖLÜM 4: TARTIŞMA

4.1. Affedicilik ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Arasındaki Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre affedicilik ile duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, cezalandırıcılık ve yüksek standartlar şemaları arasında istatistiksel olarak anlamlı, düşük düzeyde ve negatif yönlü ilişkiler bulunmaktadır. Bu bulgular, bireyde erken dönem uyum bozucu şemaların düzeyi arttıkça affedicilik eğilimlerinin azaldığını göstermektedir.

Erken dönem uyum bozucu şemaların, bireyin erken çocukluk döneminde bakım verenle kurduğu ilişkilerde temel duygusal ihtiyaçlarının yeterince ya da tutarlı biçimde karşılanmaması sonucunda geliştiği bilinmektedir. Bakım verenin sergilediği tutarsız, yargılayıcı, aşırı koruyucu ya da koşullu kabul içeren tutumlar, çocuğun örseleyici yaşantılar edinmesine yol açmakta ve bu yaşantılar şematik yapılanmaların temelini oluşturmaktadır (Young ve Klosko, 2011). Bu tür erken dönem deneyimler, bireyin kendilik algısını, güven duygusunu ve duygusal düzenleme kapasitesini olumsuz yönde etkileyerek, kişilerarası çatışmalar karşısında affetmeye yönelik bilişsel ve duygusal esnekliğin zedelenmesine neden olmaktadır (Rödig er vd., 2018). Bu bağlamda, affedicilik kapasitesinin zayıflaması, bireyin kişilerarası ilişkilerinde çatışmaları sağlıklı biçimde ele almasını güçleştirmekte ve ilişkisel işlevselliği olumsuz yönde etkilemektedir. Bulgular, erken dönem uyum bozucu şemaların affedicilik üzerinde dolaylı ancak anlamlı bir etkiye sahip olduğunu düşündürmektedir.

Araştırmada elde edilen bir diğer önemli bulgu, kendini feda şeması ile affedicilik arasında düşük düzeyde, negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmasıdır. Bu sonuç, kendini feda şemasının doğası gereği affedicilikle pozitif yönde ilişkili olabileceği yönündeki beklentiyle çelişmektedir. Ancak kendini feda şemasının gelişimsel kökenleri ve bilişsel yapısı incelendiğinde, bu şemanın çoğunlukla bakım verenin duygusal ihtiyaçlarının çocuğun ihtiyaçlarının önüne geçtiği, çocuğun ise ilişkide kabul görmek ya da çatışmadan kaçınmak amacıyla kendi ihtiyaçlarını bastırmayı öğrendiği aile ortamlarında geliştiği görülmektedir (Martin ve Young, 2010). Bu tür erken dönem yaşantılar sonucunda birey, yetişkinlik döneminde başkalarını memnun etmeye yönelik aşırı çaba gösterebilmekte; kendi sınırlarını korumakta zorlanmakta ve duygusal ihtiyaçlarını ikinci plana atma eğilimi sergileyebilmektedir. Bu doğrultuda araştırmamızda kendini feda ile affedicilik arasında negatif

yönlü bir ilişkinin bulunması, kendini feda şemasının affedicilikle karıştırılabilen davranış örüntülerini içerebildiğini düşündürmektedir. Kendini feda şemasına sahip bireyler, ilişkisel uyumu korumak amacıyla yüzeysel bir bağışlama sergileyebilmekte; ancak bu bağışlama, gerçek bir affetmeden ziyade çatışmadan kaçınma ve ilişkiyi sürdürme çabasını yansıtıyor olabilmektedir.

Elde edilen bulgular, literatürdeki benzer çalışmalarla da örtüşmektedir. Ulaş ve Yaman (2025) tarafından gerçekleştirilen çalışmada affetme ile duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon, duyguları bastırma, onay arayıcılık, yetersiz özdenetim, kusurluluk, dayanıksızlık ve yüksek standartlar şemaları arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Benzer şekilde Borzyszkowska ve arkadaşları (2023) tarafından yürütülen araştırmada da affetme eğilimi ile terk edilme, yetersiz özdenetim ve duygusal yoksunluk şemaları arasında anlamlı ilişkiler olduğu rapor edilmiştir. Öte yandan araştırma bulguları, affedicilik ile hak görme/büyüklük ve yetersiz özdenetim ile onay arayıcılık arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını göstermektedir. Benzer şekilde kendini affetme ile hak görme/büyüklük, yetersiz özdenetim ve yüksek standartlar; başkalarını affetme ile tehditler karşısında dayanıksızlık, karamsarlık, hak görme/büyüklük, cezalandırıcılık ve yüksek standartlar; durumu affetme ile hak görme/büyüklük, kendini feda ve onay arayıcılık değişkenleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler saptanmamıştır.

Bu bulgular, affediciliğin tek boyutlu bir yapı olmadığını ve belirli şema alanlarıyla ilişkisel olarak bağımsız biçimde işleyebildiğini göstermektedir. Dolayısıyla affedicilik, bazı erken dönem uyum bozucu şemalarla güçlü biçimde ilişkiliyken, bazı şemalarla ise görece bağımsız bir psikolojik süreç olarak ele alınmalıdır. Mevcut çalışmanın bir diğer önemli bulgusu, kendini affetme ile duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, kendini feda ve cezalandırıcılık şemaları arasında orta düzeyde ve negatif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmasıdır. Bu bulgu, bireyin erken dönem uyum bozucu şemalarının düzeyi arttıkça kendini affetme eğiliminin azaldığını göstermektedir. Bununla birlikte onay arayıcılık şeması ile kendini affetme arasında düşük düzeyde ve negatif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu sonuç, bireyde onay arayıcılık şemasının artmasının, kendine yönelik affedici tutumları zayıflattığını düşündürmektedir. Elde edilen bu bulguların, erken dönem uyum bozucu şemaların kökenleri ve işleyiş biçimleriyle tutarlı olduğu değerlendirilmektedir. Erken dönem uyum bozucu şemalar, bireyin çocukluk döneminde yaşadığı örseleyici deneyimler sonucunda gelişen temel bilişsel ve duygusal yapılardır. Birey,

kendisini, başkalarını ve dünyayı bu şematik yapılanmalar doğrultusunda algılamakta ve yorumlamaktadır. Bu bağlamda şemalar, bireyin kendisi, diğerleri ve yaşam hakkında geliştirdiği genellenmiş ve katı inanç sistemleri olarak tanımlanmaktadır. Şemalar tetiklendiğinde birey, yaşadığı durumu gerçek bağlamından koparark, erken dönem uyum bozucu şemalarına uygun biçimde değerlendirme eğilimi göstermektedir (Young ve Klosko, 2011). Bu doğrultuda erken dönem uyum bozucu şemaların etkinleşmesi, bireyin kendisine yönelik suçlama, yargılama ve cezalandırma eğilimlerini artırabilmekte; bu durum da bireyin yaptığı hatalar karşısında kendini affetmesini güçleştirmektedir. Bulgular şemalar özelinde değerlendirildiğinde, kusurluluk, cezalandırıcılık ve başarısızlık şemalarının bireyin kendisini eksik, yetersiz ya da hatalı bir kişi olarak algılamasına yol açtığı; bu algının ise bireyin zor zamanlarda kendisine şefkat göstermesini engellediği görülmektedir. Öte yandan karamsarlık ve tehditler karşısında dayanıksızlık şemaları, bireyin kendisine ve geleceğe yönelik olumsuz beklentilerini artırmakta ve hatalara karşı daha katı, umutsuz ve eleştirel bir tutum geliştirmesine yol açmaktadır (Loose vd., 2018). Duyguları bastırma şeması ise bireyin duygularını ifade etmesini ve işlemesini engelleyerek, kendini affetme için gerekli olan duygusal farkındalık ve düzenleme süreçlerinin sağlıklı biçimde işlemesini zorlaştırmaktadır. İç içe geçme/bağımlılık ile sosyal izolasyon/güvensizlik şemaları da bireyin özdeğer algısını zedelemekte ve kendine yönelik kabul edici ve şefkatli tutumlar geliştirmesini engellemektedir. Benzer biçimde kendini feda şemasının kendini affetme ile negatif yönlü ilişkisinin, bireyin kendi ihtiyaç ve duygularını ikinci plana atma eğilimi ve bu ihtiyaçların önemsiz olduğuna dair inançlarıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir (Loose vd., 2018).

Bu bulgular doğrultusunda, erken dönem uyum bozucu şemaların bireyin kendisiyle ilgili olumsuz inançlar geliştirmesine ve bu inançları sürdürmesine neden olarak, bireyin kendine yönelik affetme kapasitesini zayıflattığı söylenebilir. Araştırma bulguları, literatürdeki benzer çalışmalarla da paralellik göstermektedir. Samen ve arkadaşları (2024) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, kendini affetme ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasında negatif yönlü ilişkiler bulunduğu ve şema düzeyi arttıkça kendini affetme düzeyinin azaldığı rapor edilmiştir. Asıcı'nın (2013) öğretmen adaylarıyla yürüttüğü çalışmada, öz-şefkat ile affetme arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuş; affetmenin alt boyutları (kendini affetme, başkalarını affetme ve durumu affetme) ile öz-şefkatin olumlu alt boyutları (öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik) arasında pozitif, olumsuz alt boyutları (öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme) arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Benzer şekilde Yalap ve arkadaşları (2024), öz-şefkatin affetmeyi pozitif ve

anlamlı biçimde yordadığını ortaya koymuştur. Mistler'in (2010) çalışmasında da affedicilik ile öz-anlayış arasında pozitif yönde bir ilişki bulunduğu; öz-anlayış düzeyi arttıkça affedicilik eğiliminin de arttığı ifade edilmiştir. Alan yazında elde edilen bu bulgular, erken dönem uyum bozucu şemaların bireyin öz-şefkat geliştirme kapasitesini sınırladığına ilişkin kuramsal açıklamalarla uyumlu olup, araştırmamızın sonuçlarını destekler niteliktedir.

Mevcut çalışmanın bir diğer bulgusu, affetmenin alt boyutlarından diğerlerini affetme ile duygusal yoksunluk, kusurluluk, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, başarısızlık, kendini feda ve onay arayıcılık şemaları arasında istatistiksel olarak anlamlı, düşük düzeyde ve pozitif yönlü ilişkilerin bulunmasıdır. Ayrıca sosyal izolasyon/güvensizlik ve duyguları bastırma şemaları ile diğerlerini affetme arasında da düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bu bulgular, bazı erken dönem uyum bozucu şemaların düzeyi arttıkça bireylerin başkalarını affetme eğilimlerinin de artabildiğini göstermektedir. Bu sonuç, ilk bakışta affediciliğin genellikle daha sağlıklı duygusal işleyişle ilişkili olduğu yönündeki beklentilerle çelişkili görünse de şemaların gelişimsel kökenleri ve bireylerin kişilerarası ilişkilerde sergiledikleri davranış örüntüleri dikkate alındığında anlamlı bir çerçevede açıklanabilmektedir. Erken dönem uyum bozucu şemalar, bireyin çocukluk döneminde karşılanmayan temel duygusal ihtiyaçlarının bir sonucu olarak gelişmekte ve çoğu zaman bireyi ilişkilerde uyum sağlamaya, reddedilmekten ya da terk edilmekten kaçınmaya yönelik davranış kalıpları geliştirmeye yönlendirmektedir (Young ve Klosko, 2011). Bu doğrultuda bazı şemalar, bireyin başkalarını affetmeyi daha sık tercih etmesine ya da affetmeyi zorunlu bir ilişki stratejisi olarak deneyimlemesine neden olabilmektedir.

Kendini feda şeması yüksek olan bireyler, karşı tarafın ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarının önüne koyma ve çatışmadan kaçınma eğiliminde olduklarından, yaşanan olumsuzluklar karşısında daha affedici bir tutum sergileyebilmektedirler. Benzer şekilde onay arayıcılık şeması, bireyin ilişkilerde kabul görme ve onaylanma ihtiyacını artırmakta; bu durum affetmenin, ilişkiyi sürdürme ve onayı koruma amacıyla bir baş etme davranışı olarak kullanılmasına yol açabilmektedir (Rafaeli ve ark., 2011).

Young'a (2013) göre, iç içe geçme/bağımlılık ve terk edilme şemaları, bireyin kendine yönelik güvenini zayıflatan ve ötekine yoğun biçimde ihtiyaç duymasına neden olan şemalardır. Bu şemalara sahip bireyler, ilişkiyi kaybetme korkusu yaşayabilmekte ve bu bağı sürdürmek amacıyla affetmeye daha yatkın davranabilmektedirler. Duygusal yoksunluk ve kusurluluk şemaları ise bireyin kendisini değersiz ya da yetersiz algılamasına yol açtığından, birey kendi duygusal ihtiyaçlarını geri planda tutarak ötekini affetmeyi tercih edebilmektedir. Buna ek

olarak sosyal izolasyon/güvensizlik ve duyguları bastırma şemaları ile diğerlerini affetme arasındaki pozitif yönlü ilişki, bireyin kırgınlıklarını doğrudan ifade etmekte zorlanması ve çatışmadan kaçınma eğilimiyle açıklanabilir. Duygularını bastıran ya da sosyal olarak dışlanma korkusu yaşayan bireyler, ilişkideki çatışmayı sürdürmek yerine affetmeyi seçerek duygusal gerilimi azaltmayı hedefleyebilmektedirler. Bu bağlamda affetme, duygusal tepkinin bastırılması ve ilişkisel uyumun korunması amacıyla kullanılan bir strateji hâline gelebilmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, bazı erken dönem uyum bozucu şemaların bireyleri kişilerarası uyumu sürdürmeye ve çatışmadan kaçınmaya yönlendirdiği; bu doğrultuda affediciliğin, sağlıklı bir duygusal düzenleme sürecinden ziyade, terk edilmekten kaçınma, onay görme ya da ilişkideki olumsuz duyguları azaltma amacıyla kullanılan işlevsel bir baş etme davranışı olarak ortaya çıkabildiği söylenebilir. Bu bulgular, alan yazında yer alan benzer çalışmalarla da tutarlıdır. Ulaş ve Yaman'ın (2025) çalışmasında affetme ölçeğinin genel puanı ile duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon, duyguları bastırma, onay arayıcılık, yetersiz özdenetim, kusurluluk, dayanıksızlık ve yüksek standartlar alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Benzer şekilde Borzyszkowska ve arkadaşları (2023) tarafından yürütülen çalışmada da affetme eğilimi ile terk edilme, yetersiz özdenetim ve duygusal yoksunluk şemaları arasında anlamlı ilişkiler olduğu bildirilmiştir.

Durumu affetme ile duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, cezalandırıcılık ve yüksek standartlar şemaları arasında istatistiksel olarak anlamlı, düşük düzeyde ve negatif yönlü ilişkiler tespit edilmiştir. Bu bulgu, erken dönem uyum bozucu şemaların düzeyi arttıkça bireylerin bir durumu affetme kapasitelerinin azaldığını göstermektedir. Özellikle güven eksikliği, duygusal yetersizlik algısı, kendini kusurlu hissetme ya da sürekli tehdit altında olma gibi şematik temaların etkinleşmesi, bireyin yaşanan olayları daha kişisel, tehditkâr ve kalıcı biçimde yorumlamasına yol açabilmektedir. Bu tür bilişsel ve duygusal değerlendirmeler, bireyin yaşanan duruma daha katı tepkiler vermesine neden olmakta ve affetme sürecini güçleştirmektedir. Bu durum, erken dönem uyum bozucu şemaların duygusal düzenleme ve bilişsel esneklik üzerindeki olumsuz etkileriyle tutarlı bir görünüm sunmaktadır.

Alan yazın incelendiğinde, bu bulguları destekleyen çalışmaların bulunduğu görülmektedir. Aslan ve arkadaşları (2016) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, narsistik kişilik özelliklerinin artmasıyla birlikte durumu affetme düzeyinin anlamlı biçimde azaldığı

saptanmıştır. Benzer şekilde Güloğlu ve arkadaşları (2016), çocukluk döneminde travmatik yaşantılara maruz kalan bireylerin, bu tür yaşantılara maruz kalmayan bireylere kıyasla durumu affetme eğilimlerinin daha düşük olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgular, mevcut çalışmada elde edilen sonuçlarla paralellik göstermektedir. Bununla birlikte alan yazında, durumu affetme ile erken dönem yaşantılar ya da şemalar arasındaki ilişkilerde farklı sonuçlara ulaşan çalışmaların da bulunduğu görülmektedir. Ulaş ve Yaman (2025) tarafından yapılan çalışmada, affetme ölçeği genel puanı ile iç içe geçme/bağımlılık, kendini feda, terk edilme ve cezalandırıcılık şemaları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Benzer şekilde Ömrüuzun ve Öksüz (2025) tarafından kişilerarası affetme düzeyinin psikolojik esneklik ile ilişkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilen bir çalışmada, kişilerarası affetme düzeylerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Şahin (2013) tarafından yapılan bir başka çalışmada da affedicilik düzeyinin ebeveyn tutumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirtilmiştir.

Literatürde farklı sonuçların elde edilmesinin olası nedenlerinden birinin, bireylerin erken dönem uyum bozucu şemalarla baş etme biçimlerindeki farklılıklar olduğu düşünülmektedir. Şema terapisi kuramına göre teslim olma, kaçınma/kaçma ve aşırı telafi gibi baş etme davranışları, şemaların sürekliliğini destekleyen temel örüntülerdir. Her bireyin şemaların tetiklediği yoğun duygularla farklı yollarla baş etmesi, affetme süreçlerinin ve buna ilişkin araştırma bulgularının çeşitlenmesine yol açabilmektedir. Buna ek olarak katılımcıların yaşam koşullarındaki farklılıkların da araştırma sonuçları üzerinde etkili olduğu değerlendirilmektedir. Bireyin içinde bulunduğu yaşam koşulları ile sahip olduğu içsel ve dışsal kaynakların varlığı ya da yetersizliği hem affetme düzeyini hem de şemalarla baş etme biçimlerini etkilemektedir. Bu değişkenlerin, durumu affetme ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkilerin farklı çalışmalarda farklı biçimlerde ortaya çıkmasına katkı sağladığı düşünülmektedir.

4.2. Flört Şiddeti ve Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Arasındaki Bulguların Tartışılması

Mevcut çalışmanın bulguları, flört şiddeti ile bazı erken dönem uyum bozucu şemalar arasında anlamlı ilişkiler bulunduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, iç içe geçme/bağımlılık ve terk edilme şemaları ile flört şiddeti arasında pozitif yönlü ilişkiler saptanmıştır. Bu bulgu, söz konusu şemalara sahip bireylerin şiddet içeren romantik ilişkileri sürdürme eğilimlerinin arttığını düşündürmektedir. İlgili şemalara sahip bireylerin, ilişkilerinde duygusal ihtiyaçlarının karşılanmayacağına yönelik temel inançlara ve yoğun bir yalnız kalma ya da terk edilme korkusuna sahip oldukları

bilinmektedir (Young ve Klosko, 2011). Bu doğrultuda erken dönem uyum bozucu şemaların, bireylerin ilişki içinde zarar görmelerine rağmen bu zarar verici davranışlara karşı boyun eğici ya da tolere edici tutumlar sergilemelerine zemin hazırladığı söylenebilir.

Mevcut çalışmada elde edilen bir diğer bulgu, duyguları bastırma, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, kendini feda, cezalandırıcılık ve onay arayıcılık şemaları ile flört şiddeti arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişkilerin bulunmasıdır. Bu şemalar da benzer biçimde bireyin romantik ilişki içerisinde şiddeti tolere etmesine katkı sağlayabilmektedir. Şemaların düzeyinin artması, bireyin ilişki içinde sınır koymasını zorlaştırmakta ve kendi duygu ile ihtiyaçlarını değersizleştirmesine yol açabilmektedir. Bu durum, bireyin partnerinin olumsuz davranışlarını hak ettiğine inanmasına ya da bu davranışlara boyun eğici tepkiler vermesine neden olabilmektedir. Örneğin cezalandırıcılık şemasına sahip bireyler, çocukluk dönemlerinde sert, eleştirel ve cezalandırıcı bakım veren tutumlarına maruz kalmış olabilirler. Bu tür erken dönem yaşantılar sonucunda birey, cezalandırılmayı hak ettiğine yönelik inançlar geliştirebilmekte ve yetişkinlik döneminde de benzer davranışları tolere edebilmektedir. Benzer şekilde kendini feda şeması, çocukluk döneminde bakım verenlerin kendi ihtiyaçlarını çocuğun ihtiyaçlarının önünde tuttuğu ve çocuğun duygusal gereksinimlerinin yeterince karşılanmadığı ortamlarda gelişmektedir. Bu şemaya sahip bireyler, yetişkinlikte partnerlerinin ihtiyaçlarını kendi iyilik hâllerinin önüne koyarak, ilişki içindeki şiddeti tolere etme eğilimi gösterebilmektedirler.

Duyguları bastırma şeması ise erken çocukluk döneminde çocuğun duygularına karşı eleştirel, yargılayıcı, cezalandırıcı ya da duyarsız bakım veren tutumlarıyla ilişkilidir. Bu şemaya sahip bireyler, romantik ilişkilerinde duygularını bastırarak yaşanan şiddeti görünmez kılabilmekte ya da ifade etmekten kaçınabilmektedirler. Araştırmada elde edilen bir diğer bulguya göre, yüksek standartlar ve hak görme/yetersiz özdenetim şemaları ile flört şiddeti arasında düşük düzeyde negatif yönlü ilişkiler bulunmaktadır. Bu bulgu, söz konusu şemaların düzeyi arttıkça flört şiddetinin azaldığını göstermektedir. Özellikle yüksek standartlar şemasına sahip bireylerin hem kendilerine hem de ilişkilerine yönelik eleştirel bir iç sese sahip oldukları; bu eleştirel değerlendirme sürecinin ilişki içindeki şiddeti fark etmeyi ve tolere etmemeyi kolaylaştırabileceği düşünülmektedir. Genel olarak değerlendirildiğinde, flört şiddeti ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkiler, şemaların bilişsel yapısı ve gelişimsel kökenleri bağlamında anlamlı bir çerçeve sunmaktadır. Erken dönem yaşantılarda karşılanmayan temel duygusal ihtiyaçlar ve örseleyici bakım veren tutumları, bireyin

yetişkinlik döneminde şiddet içeren ilişkilere yönelik algılarını ve bu ilişkileri sürdürme eğilimlerini etkilemektedir.

Alan yazın incelendiğinde, mevcut çalışmanın bulgularını destekleyen araştırmalar olduğu görülmektedir. Karabacak Çelik ve Balcı Çelik (2022) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile flört şiddeti tutumu toplam puanı ve tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde ve negatif yönlü anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Kocamanoğlu'nun (2021) çalışmasında ise çocukluk çağı travmaları ile duygusal istismar, cinsel istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal ve duygusal ihmalin yanı sıra, kadının flörtte uyguladığı psikolojik ve fiziksel şiddete yönelik tutumlar arasında anlamlı ve pozitif korelasyonlar olduğu bulunmuştur. Bu bulgular, erken dönem olumsuz yaşantıların ve uyum bozucu şemaların flört şiddetiyle olan ilişkisini destekler niteliktedir. Mevcut çalışmada elde edilen bulgular, genel flört şiddeti puanı ile bazı erken dönem uyum bozucu şemalar arasında anlamlı ilişkiler bulunduğunu göstermektedir. Buna göre genel şiddet puanı ile duygusal yoksunluk, kusurluluk ve terk edilme şemaları arasında yüksek düzeyde; sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık ve kendini feda şemaları arasında orta düzeyde; cezalandırıcılık, karamsarlık, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemaları arasında ise düşük düzeyde ve negatif yönlü anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Genel şiddetin duygusal yoksunluk, kusurluluk ve terk edilme şemalarıyla yüksek düzeyde ilişkili olması, bu şemaların düzeyi arttıkça flört şiddeti puanlarının da arttığını göstermektedir. Bu şemaların gelişimsel kökeninde, çocukluk döneminde temel duygusal ihtiyaçların karşılanmaması, bireyin değersiz hissettirilmesi ve bakım verenlerin tutarsız ya da örseleyici tutumları yer almaktadır (Young ve Klosko, 2011). Bu doğrultuda birey, yetişkinlik dönemindeki romantik ilişkilerinde şiddeti olağanlaştırabilmekte; ilişkiden kopmak yerine kaybetme korkusu, değersizlik algısı ya da yalnız kalma kaygısı nedeniyle şiddet içeren bir ilişkide kalmayı sürdürebilmektedir.

Genel flört şiddeti puanının sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık ve kendini feda şemalarıyla orta düzeyde ilişkili olması, şiddet düzeyi arttıkça bireyin kendini ifade etme ve ilişkisel sınır koyma kapasitesinin zayıfladığını düşündürmektedir. Bu şemaların kökeninde çoğunlukla aşırı kontrolcü, cezalandırıcı ya da yüksek kaygı düzeyine sahip bakım verenlerle büyüme ve duygusal destek eksikliği yer almaktadır (Rafaeli ve ark., 2011). Bu bağlamda birey, ilişki içindeki şiddeti değiştirme gücüne sahip olmadığına inanabilmekte, fedakârlık döngüsüne girerek şiddeti rasyonalize edebilmektedir.

Genel şiddet ile cezalandırıcılık, karamsarlık, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemaları arasında saptanan düşük düzeyde negatif yönlü ilişkiler ise, bazı durumlarda başarı, özdenetim ve performans odaklı tutumların ya da dış onay ihtiyacının bireyi flört şiddetinden kısmen uzaklaştırabildiğini düşündürmektedir. Bu bulgular, literatürde yer alan benzer çalışmalarla da desteklenmektedir. Karabacak Çelik ve Balcı Çelik (2022) tarafından gerçekleştirilen çalışmada zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanları ile flört şiddeti tutumunun tüm alt boyutları arasında düşük düzeyde ve negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Çengel ve Yurdalan (2022) tarafından yapılan benzer bir çalışmada ise bağlanma kaygısı ile flört şiddeti düzeyi arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Mevcut çalışmada ayrıca duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk ve terk edilme şemalarını yoğun yaşayan bireylerde fiziksel şiddet puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu şemalara sahip bireylerin "ihtiyaçlarım karşılanmayacak", "insanlara güvenemem", "ben kusurlu ve değersizim" ya da "yakın olduğum kişiler beni er ya da geç terk eder" gibi temel inançlara sahip oldukları bilinmektedir (Young ve Klosko, 2011). Bu çarpıtılmış inançlar, bireyin flört şiddeti karşısında daha fazla boyun eğici tutum sergilemesine zemin hazırlayabilmektedir. Buna ek olarak duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, kendini feda, cezalandırıcılık, onay arayıcılık ve karamsarlık şemalarının artışıyla fiziksel şiddetin de arttığı, ancak bu ilişkinin ilk gruba kıyasla orta düzeyde olduğu görülmektedir. Bu şemaların ortak noktası, çoğunun erken dönemde aşırı eleştirel, kontrolcü, cezalandırıcı ya da tutarsız ebeveyn figürleriyle ilişkili olması ve bireyin duygu düzenleme, öz-yeterlik ve ilişkisel sınırlar konusunda kırılganlıklar geliştirmesidir (Loose ve ark., 2018). İç içe geçme/bağımlılık ve tehditler karşısında dayanıksızlık şemaları ise tehdit algısını artırarak bireyin partnerine aşırı bağımlı hâle gelmesine ve kendine yetebilme inancının zayıflamasına neden olabilmektedir. Başarısızlık ve karamsarlık şemaları, şiddet deneyimlerinin bireyin kendilik yeterliği ve gelecek beklentileri üzerindeki olumsuz etkisini artırabilmektedir. Cezalandırıcılık ve onay arayıcılık şemaları da fiziksel şiddetin, bireyin kendine yönelik cezalandırıcı inançlarını ve partneri memnun etme çabasını güçlendirebileceğini düşündürmektedir.

Flört şiddeti ile yüksek standartlar şeması arasında saptanan düşük düzeyde negatif yönlü ilişki, bu şemanın flört şiddetiyle zayıf da olsa ters yönde bağlantılı olduğunu göstermektedir. Yüksek standartlar şeması, genellikle erken çocukluk döneminde yüksek beklentiler, başarı vurgusu ve mükemmeliyetçi bir aile ortamında gelişmektedir (Young ve Klosko, 2011). Bu bağlamda bu şemanın, bireyin kendisine ve ilişkilerine yönelik daha düzenli, kontrollü ve sınırları belirgin

davranış örüntüleri geliştirmesini destekleyebileceği düşünülmektedir. Alan yazında Karabacak Çelik ve Balcı Çelik'in (2022) bulguları, yüksek standartlar şeması ile fiziksel şiddet arasında düşük düzeyde negatif yönlü ilişki olduğunu göstererek bu sonucu desteklemektedir. Gökkaya ve Öztürk (2021) tarafından yapılan bir başka çalışmada da çocukluk döneminde şiddete maruz kalma ile flört şiddetine maruz kalma arasında pozitif yönlü ancak zayıf bir ilişki saptanmıştır. Mevcut çalışmanın önemli bulgularından biri de kendini feda şemasının düzeyi arttıkça duygusal şiddet düzeyinin güçlü biçimde artmasıdır. Duygusal şiddet ile kendini feda şeması arasında yüksek düzeyde ilişki bulunması, bireyin kendi ihtiyaçlarını geri plana atarak karşı tarafı memnun etmeye çalışma eğiliminin, duygusal şiddete maruz kalma ya da bu şiddeti görmezden gelme riskini belirgin biçimde artırdığını göstermektedir. Ayrıca duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, cezalandırıcılık, onay arayıcılık ve karamsarlık şemalarının artışıyla duygusal flört şiddeti düzeyinin de arttığı saptanmıştır. Bu şemaların duygusal şiddetle orta düzeyde ilişkili olması, duygusal şiddetin özellikle karşılanmayan duygusal ihtiyaçlar, bağımlılık, tehdit algısı ve onay ihtiyacı gibi erken dönem yaşantılarla yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Buna karşılık ayrıcalıklı/yetersiz özdenetim ve yüksek standartlar şemalarının yükselmesiyle birlikte duygusal flört şiddeti puanlarının azaldığı görülmektedir. Bu durum, duygusal şiddetin bazı şemalarla birlikte artarken, bazı şemalarla zayıf ve ters yönlü ilişkiler gösterebildiğini ortaya koymaktadır. Literatürde Bayramova ve Aksan (2022) tarafından yapılan çalışmada anne kabul-ilgi stili ile duygusal flört şiddeti arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuş; Öztürk (2021) ise duygusal şiddet ile benlik saygısı arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki saptayarak, duygusal şiddet arttıkça üniversite öğrencilerinin benlik saygısının azaldığını göstermiştir. Bu bulgular, mevcut çalışmanın sonuçlarını destekler niteliktedir.

Mevcut çalışmanın bir diğer bulgusu, ekonomik flört şiddeti ile duygusal yoksunluk şeması arasında yüksek düzeyde bir ilişki bulunmasıdır. Buna göre duygusal yoksunluk şemasının düzeyi arttıkça ekonomik flört şiddeti düzeyinin de arttığı görülmektedir. Duygusal yoksunluk şemasına sahip bireylerin, çocukluk dönemlerinde genellikle duygusal olarak mesafeli, soğuk, aşırı meşgul, çocuğun duygusal ihtiyaçlarını yeterince önemsemeyen ya da kendi ihtiyaçlarını çocuğun önüne koyan ebeveynlerle büyüdükleri bilinmektedir. Bu erken dönem yaşantılar sonucunda birey, sevgi, ilgi ve destek görmeyeceğine dair beklentiler geliştirmekte ve kendi ihtiyaçlarını ile duygularını değersizleştirme eğilimi göstermektedir (Gay vd., 2013). Bu doğrultuda duygusal yoksunluk şeması yüksek olan bireylerin, romantik ilişkilerinde

partnerlerinin kontrol edici davranışlarına karşı daha boyun eğici tutumlar sergileyebildikleri; bu durumun ekonomik şiddetin sürmesine ya da fark edilmeden içselleştirilmesine zemin hazırlayabildiği düşünülmektedir. Şema kökeni açısından değerlendirildiğinde, ekonomik şiddetin artışı bireyin erken dönemden gelen karşılanmamış duygusal ihtiyaçlarının yetişkinlikte yeniden tetiklenmesiyle açıklanabilir. Mevcut çalışmada ayrıca ekonomik flört şiddeti ile kendini feda ve cezalandırıcılık şemaları arasında orta düzeyde ilişkiler saptanmıştır. Bu şemaların düzeyi arttıkça ekonomik flört şiddeti puanlarının da arttığı görülmektedir. Sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, terk edilme ve iç içe geçme/bağımlılık şemaları çoğunlukla aşırı eleştirel, tutarsız ya da öngörülemez bakım veren tutumları sonucunda gelişmekte; bu durum bireyin ilişkilerde kontrol ve bağımlılık döngülerine daha yatkın hâle gelmesine neden olmaktadır (Young vd., 2003). Duyguları bastırma ve kendini feda şemaları ise çocukluk döneminde duyguların onaylanmadığı, uyumun zorunlu olduğu ya da bireyin ihtiyaçlarının sürekli ikinci plana atıldığı ortamlarda gelişmektedir. Bu şemalara sahip bireylerin yetişkinlik döneminde partnerlerinin ekonomik kontrol davranışlarını normalleştirme ya da bu davranışlara karşı koymakta zorlanma eğiliminde oldukları söylenebilir. Cezalandırıcılık şeması ise katı ve cezalandırıcı ebeveynlik deneyimleriyle ilişkilidir; bu şemaya sahip bireyler, yetişkinlikte olumsuz davranışları hak ettiklerine inanarak ekonomik şiddeti görmezden gelebilmektedirler (Rafaeli vd., 2011). Bu bağlamda söz konusu şemaların yükselmesi, bireyin ekonomik flört şiddetine maruz kalma ya da ekonomik kontrol içeren ilişkileri sürdürme olasılığını artırmaktadır. Buna karşılık tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemaları ile ekonomik flört şiddeti arasında düşük düzeyde ve negatif yönlü anlamlı ilişkiler belirlenmiştir. Bu şemaların düzeyi arttıkça ekonomik flört şiddeti puanlarının azaldığı görülmektedir. Tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık ve karamsarlık şemaları genellikle çocukluk döneminde aşırı koruyucu, eleştirel ya da karamsar ebeveynlik tutumlarıyla gelişmektedir (Loose vd., 2018). Bu şemalara sahip bireylerin risk ve tehdit algılarının yüksek olması, ekonomik kontrol davranışlarını erken dönemde bir "tehlike sinyali" olarak değerlendirmelerine ve ilişkiden daha hızlı uzaklaşma eğilimi göstermelerine neden olabilmektedir. Yüksek standartlar şeması ise çoğunlukla başarı odaklı, disiplinli ve mükemmeliyetçi aile ortamlarında gelişmektedir. Bu şemaya sahip bireylerin kendilerine yönelik beklentilerinin yüksek olması, ekonomik bağımlılığı ya da partnerin kontrol edici davranışlarını kabul etme olasılığını azaltabilmektedir. Onay arayıcılık şemasının yüksek olması, bireyin çevresel değerlendirmelere duyarlılığını artırmaktadır (Young ve Klosko, 2011). Bu durum, bireyin sosyal çevre tarafından olumsuz değerlendirileceği kaygısıyla ekonomik

şiddeti daha erken fark etmesine ve ilişkiyi sonlandırma eğilimi göstermesine yol açabilmektedir.

Bu bulgular literatürdeki çalışmalarla da örtüşmektedir. Bayramova ve Aksan (2022) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, annenin sıkı denetim ve kontrol edici ebeveynlik stilinin ekonomik flört şiddeti ile pozitif yönlü ilişkili olduğu bulunmuştur. Öztürk (2021) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise ekonomik şiddet ile benlik saygısı arasında düşük düzeyde ve negatif yönlü bir ilişki saptanmış; ekonomik şiddet arttıkça benlik saygısının azaldığı belirlenmiştir. Aynı çalışmada ekonomik flört şiddeti ile kaygılı bağlanma arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; kaygılı bağlanma düzeyi arttıkça ekonomik flört şiddeti puanlarının da arttığı ifade edilmiştir. Son olarak mevcut çalışmada genel şiddet, fiziksel şiddet ve ekonomik şiddet ile hak görme/yetersiz özdenetim şeması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Bu bulgu, hak görme/yetersiz özdenetim şemasının mevcut çalışma kapsamında flört şiddetinin belirleyicisi ya da yordayıcısı olarak öne çıkmadığını göstermektedir.

4.3. Affedicilik ve Flört Şiddeti Arasındaki Bulguların Tartışılması

Mevcut çalışmada elde edilen bulgular, flört şiddeti ile affediciliğin farklı boyutları arasında birbirinden ayrışan ilişkiler bulunduğunu göstermektedir. Buna göre flört şiddeti ile kendini affetme arasında orta düzeyde ve pozitif yönlü; genel affedicilik ve durumu affetme ile flört şiddeti arasında düşük düzeyde ve pozitif yönlü; diğerlerini affetme ile flört şiddeti arasında ise düşük düzeyde ve negatif yönlü anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bu bulgular, flört şiddeti ile affediciliğin tek boyutlu bir yapı üzerinden değil, alt boyutlar temelinde farklılaşan ilişkiler üzerinden değerlendirilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Flört şiddeti düzeyi arttıkça kendini affetme eğiliminin de artması, bireylerin şiddet içeren ilişkilerde yaşadıkları olumsuz deneyimleri rasyonalize etme ya da suçluluk ve kendini suçlama gibi duygularla baş edebilmek amacıyla kendilerine yönelik daha affedici tutumlar geliştirebildiklerini düşündürmektedir. Bu durum, kendini affetmenin bazı bağlamlarda işlevsel bir baş etme stratejisi olarak kullanılabildiğini, ancak aynı zamanda şiddeti sürdürmeye hizmet eden bir mekanizma hâline de dönüşebileceğini göstermektedir (Öztürk, 2021). Öte yandan genel affedicilik ve durumu affetme ile flört şiddeti arasındaki düşük düzeyde pozitif ilişkiler, bireylerin ilişki içerisindeki çatışmaları ve olumsuz yaşantıları tolere etmeye daha yatkın olabileceklerine işaret etmektedir. Bu bağlamda affetme, her zaman sağlıklı bir duygusal düzenleme sürecini yansıtmayıp, ilişkide kalmayı sürdürmeye yönelik uyum sağlama ve çatışmadan kaçınma amacıyla da kullanılabilmektedir (Turnage, 2012). Buna karşılık

diğerlerini affetme ile flört şiddeti arasındaki düşük düzeyde negatif ilişki, şiddete maruz kalan ya da şiddet uygulayan bireylerin karşı tarafı affetmekte daha fazla zorlandıklarını ve ilişki içerisindeki güven duygusunun ciddi biçimde örselendiğini düşündürmektedir. Bu bulgu, flört şiddeti bağlamında affediciliğin kendine yönelen boyutlarının artabileceğini, ancak ötekine yönelik affediciliğin azalabileceğini ortaya koymaktadır.

Alan yazında yer alan çalışmalar incelendiğinde, mevcut bulgularla kısmen örtüşen sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Derya ve arkadaşları (2018) tarafından sağlık bilimleri fakültesi öğrencileriyle gerçekleştirilen bir çalışmada, kız öğrencilerin eşe yönelik şiddete daha onaylayıcı tutumlar sergiledikleri belirlenmiştir. Bu bulgular, şiddetin normalleştirilmesinin şiddete yönelik onaylayıcı tutumları ve şiddetin sürdürülmesini artırabileceğini göstermektedir. Benzer şekilde Yağız ve arkadaşları tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, şiddeti normalleştirme ve genelleştirme eğilimlerinin, bireylerin şiddeti uygulama ya da şiddeti tolere etme olasılığını artırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular, flört şiddeti bağlamında affetmenin ve tolere edici tutumların, şiddetin devamlılığını destekleyebileceğine işaret etmektedir.

Meydancı (2017) tarafından yapılan bir diğer çalışmada ise bireylerin psikolojik-duygusal şiddete maruz kalma durumları ile bağışlama alt ölçeği puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir fark bulunmuştur. Buna karşın aynı çalışmada, bireylerin fiziksel şiddete maruz kalma durumları ile bağışlama düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Alan yazındaki bu bulgulardaki farklılaşmanın, çalışmalarda kullanılan ölçme araçlarının çeşitliliği, affetmenin farklı boyutlarının ele alınması ve örneklem gruplarının niteliksel özelliklerindeki farklılıklardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Bu çerçevede değerlendirildiğinde, flört şiddeti ve affedicilik arasındaki ilişkinin bağlamsal, çok boyutlu ve karmaşık bir yapı sergilediği; affetmenin bazı durumlarda iyileştirici bir süreç olmaktan ziyade şiddeti sürdüren uyumlayıcı bir mekanizma hâline gelebildiği söylenebilir.

4.4. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Affedicilik Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin Tartışılması

Elde edilen bulgular, karamsarlık ve cezalandırıcılık şemalarının affedicilik üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda kurulan model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuş ve affedicilik düzeyindeki toplam varyansın yaklaşık %9'unu açıklamıştır. Analiz sonuçlarına göre, karamsarlık şeması affediciliği negatif yönde yordamaktadır; diğer bir ifadeyle bireyin geleceğe, ilişkilere ve yaşantılara ilişkin olumsuz beklentileri arttıkça affetme eğilimi azalmaktadır. Benzer biçimde, cezalandırıcılık

şeması da affedicilik üzerinde negatif ve anlamlı bir yordayıcı olarak belirlenmiştir. Bu durum, bireyin hatalar karşısında telafi edici ve anlayışlı bir tutum benimsemek yerine cezalandırıcı, bedel ödetici ya da hataları affedilemez olarak değerlendirme eğilimi arttıkça affedicilik düzeyinin düştüğünü ortaya koymaktadır. Ayrıca yapılan analizlerde çoklu bağlantı sorununa rastlanmamış olması, her iki şemanın da affedicilik üzerinde birbirinden bağımsız biçimde olumsuz ve anlamlı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Bu sonuçlar, alan yazında yer alan bulgularla önemli ölçüde örtüşmektedir. Alpay'ın (2009) yakın ilişkilerde affetmeyi bağlanma stilleri, empati, benlik saygısı ve kıskançlık değişkenleri bağlamında ele aldığı çalışmasında; empatik eğilimler, benlik saygısı düzeyi ve yaşanan incinmenin şiddeti gibi faktörlerin affetme üzerinde anlamlı yordayıcılar olduğu ortaya konmuştur. Bu bulgu, affediciliğin bilişsel ve duygusal süreçlerle yakından ilişkili olduğunu vurgulaması bakımından mevcut çalışmanın sonuçlarını destekler niteliktedir. Benzer şekilde Rey ve Extremera'nın (2014) kişilerarası affetme ile duygusal zekâ arasındaki ilişkileri incelediği çalışmada, affetmemenin temel boyutlarından biri olan intikam motivasyonunun, bireyin duygularını düzenleme becerileriyle yakından ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bu sonuç, duygusal düzenleme kapasitesinin affedicilik üzerinde belirleyici bir rol oynadığını göstermekte ve karamsarlık gibi olumsuz bilişsel şemaların affetme sürecini zayıflatabileceğine ilişkin mevcut bulgularla örtüşmektedir.

Turnage ve arkadaşlarının (2012) çalışmasında empati düzeyinin affediciliğin önemli bir yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, affediciliğin yalnızca bilişsel değerlendirmelerle değil, aynı zamanda duygusal ve kişilerarası süreçlerle de yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Öte yandan Bugay'ın (2010) kendini affetmeyi yordayan sosyo-bilişsel ve duygusal faktörleri incelediği çalışmada; ruminasyon, utanç, başkaları tarafından belirlenen mükemmeliyetçilik ve telafi davranışlarının kendini affetme üzerinde anlamlı belirleyiciler olduğu ortaya konmuştur. Bu sonuçlar, özellikle cezalandırıcılık ve karamsarlık şemalarının tetiklediği içsel öz-eleştirel süreçlerin affediciliği azaltıcı etkisini destekler niteliktedir. Genel olarak değerlendirildiğinde, alan yazındaki bu çalışmalar erken dönem uyum bozucu şemaların bireylerin affetme kapasitesini şekillendiren bilişsel, duygusal ve kişilerarası süreçlerle yakından ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Mevcut çalışmada karamsarlık ve cezalandırıcılık şemalarının affediciliği negatif yönde yordaması, bu bağlamda literatürde yer alan kuramsal açıklamalar ve ampirik bulgularla uyum göstermektedir. Bu doğrultuda erken dönem uyum bozucu şemaların, affedicilik üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğu;

şemaların bireylerin duygu düzenleme, bilişsel değerlendirme ve başa çıkma süreçlerini anlamada kritik bir rol oynadığı sonucuna varılabilir.

4.5. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Flört Şiddetine Yönelik Tutum Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin Tartışılması

Elde edilen bulgular doğrultusunda, duygusal yoksunluk, kusurluluk, kendini feda, iç içe geçme/bağımlılık ve cezalandırıcılık değişkenlerinin flört şiddetine yönelik tutumlar üzerindeki yordayıcı etkisini incelemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları, kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu ve flört şiddeti tutumlarındaki toplam varyansın yaklaşık %47'sinin açıklanabildiğini göstermektedir. Bulgulara göre, duygusal yoksunluk değişkeni flört şiddeti tutumlarını negatif ve anlamlı biçimde yordamaktadır. Benzer şekilde, kusurluluk, kendini feda, iç içe geçme/bağımlmlılık ve cezalandırıcılık değişkenlerinin de flört şiddeti tutumları üzerinde negatif yönde ve anlamlı yordayıcılar olduğu saptanmıştır.

Alan yazında yer alan bulgular, mevcut çalışmanın sonuçlarıyla büyük ölçüde örtüşmektedir. Gay ve arkadaşlarının (2013) çalışmasında, çocukluk döneminde yaşanan ihmal deneyimleri ile flört şiddeti arasındaki ilişkide kopukluk ve reddedilme şema alanlarının aracı rol üstlendiği belirlenmiştir. Bu bulgu, özellikle duygusal yoksunluk ve kusurluluk gibi şemaların bireylerin ilişkisel kırılganlıkları ve şiddete yönelik tutumları üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğunu göstermesi açısından mevcut bulguları desteklemektedir. Benzer biçimde Crawford ve Wright'ın (2007) çalışmasında, çocukluk çağı örseleyici yaşantıları ile yakın partner şiddeti arasındaki ilişkide erken dönem uyum bozucu şemaların aracı değişken olarak işlediği ortaya konmuştur. Bu sonuç, şemaların kişilerarası ilişkilerde ortaya çıkan davranış örüntülerini anlamada kritik bir mekanizma olduğunu vurgulayarak mevcut çalışmanın bulgularıyla örtüşmektedir. Buna ek olarak Çakırca'nın (2020) çalışmasında erken dönem uyum bozucu şemaların öfke kontrol sorunlarıyla anlamlı biçimde ilişkili bulunması, özellikle cezalandırıcılık, kendini feda ve iç içe geçme/bağımlılık gibi şemaların ilişkisel çatışma dinamiklerinde etkili bilişsel yapılara işaret ettiğini göstermektedir. Bu bulgu, söz konusu şemaların flört ilişkilerinde şiddete yönelik tutumları dolaylı biçimde etkileyebileceğini düşündürmektedir.

Tüm bu çalışmalar birlikte değerlendirildiğinde, literatürdeki bulgular erken dönem uyum bozucu şemaların flört ilişkilerindeki tutum ve davranışları belirleyen temel bilişsel süreçler olduğunu desteklemektedir. Mevcut çalışmanın sonuçları da bu kuramsal çerçeveyle tutarlı

biçimde, uyum bozucu şemaların flört şiddetine yönelik tutumları anlamlı ve olumsuz yönde yordadığını göstermektedir. Bu doğrultuda erken dönem uyum bozucu şemaların, bireylerin şiddeti algılama, yorumlama ve ilişkisel bağlamda anlamlandırma biçimlerini şekillendiren önemli bilişsel yapılardan biri olduğu sonucuna varılabilir.

4.6. Cinsiyet Değişkenine Göre Bulguların Tartışılması

Yapılan karşılaştırmalı analizler sonucunda, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık ve onay arayıcılık şemalarının kadın katılımcılarda, erkek katılımcılara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulgular, cinsiyetin bazı erken dönem uyum bozucu şemalar üzerinde ayırt edici bir etkiye sahip olabileceğini göstermektedir. Elde edilen bu sonuçların literatürde yer alan çalışmalarla büyük ölçüde paralellik gösterdiği görülmektedir. Karakuş (2023), kadınların erkeklere kıyasla daha fazla erken dönem uyum bozucu şemaya sahip olduklarını bildirmiştir. Benzer biçimde Güler ve Tuncay (2021), kopukluk şema alanına ait alt boyutlardan alınan puanların kadınlarda erkeklere göre daha yüksek olduğunu ifade etmişlerdir. Akhun (2012) tarafından üniversite öğrencileriyle yürütülen çalışmada da erken dönem uyum bozucu şema alanlarının tüm alt boyutlarında kadın katılımcıların erkeklere kıyasla daha yüksek puanlar aldığı rapor edilmiştir. Bununla birlikte literatürde farklı sonuçlara ulaşan çalışmaların da bulunduğu görülmektedir. Yiğit ve Çelik (2016), erkek katılımcıların kopukluk/reddedilmişlik ve diğerlerine yönelimlilik şema alanlarından kadınlara kıyasla daha yüksek puan aldıklarını bildirmiştir. Mevcut çalışma ile literatürdeki bu farklı bulguların, örneklem büyüklüğü, cinsiyet dağılımı ve sosyokültürel özellikler gibi değişkenlerden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Cinsiyet değişkenine göre flört şiddeti boyutları incelendiğinde ise genel flört şiddeti, ekonomik şiddet ve cinsel şiddet puanlarının kadın katılımcılarda erkek katılımcılara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular, flört şiddetine maruz kalma açısından kadınların daha yüksek risk altında olabileceğine işaret etmektedir. Literatürde yer alan benzer araştırmalar da bu sonuçları desteklemektedir. Şenol ve arkadaşları (2022), flört şiddeti tutumları ölçeğinin alt boyutlarını cinsiyete göre inceledikleri çalışmalarında; genel şiddet boyutunda anlamlı bir farklılık bulunmazken, fiziksel, ekonomik, duygusal ve cinsel şiddet boyutlarında anlamlı cinsiyet farklılıkları olduğunu bildirmiştir. Benzer şekilde Sırım (2021), kadınların flört şiddetine maruz kalma puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Şahin Baltacı ve arkadaşları (2022) ise cinsiyetin, özellikle kadın olmanın, flört şiddeti tutumlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğunu belirtmiştir.

Bununla birlikte literatürde, flört şiddeti ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunmadığını bildiren çalışmalar da mevcuttur. Örneğin Sezer ve arkadaşları (2020), flört şiddeti ve şiddeti meşrulaştırmaya yönelik tutumları cinsiyet değişkeni açısından inceledikleri çalışmalarında kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Bu tür farklı sonuçların, bireylerin içinde bulundukları sosyal çevre, kültürel normlar ve yetişme koşulları gibi bağlamsal etmenlerle ilişkili olabileceği değerlendirilmektedir.

Diğer taraftan duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, karamsarlık, hak görme/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırıcılık ve yüksek standartlar şemaları açısından cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bu bulgu, bazı şemaların cinsiyetten bağımsız olarak benzer düzeylerde görülebileceğini düşündürmektedir. Literatürde bu sonucu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Boysan (2012), erkeklerin sosyal kopukluk ve reddedilmişlik şema alanlarında daha yüksek puanlar aldığını, ancak diğer dört şema alanında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığını bildirmiştir. İşmar (2021) da zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar ve diğerlerine yönelimlilik şema alanlarının cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmadığını rapor etmiştir. Yöndem (2021) tarafından yapılan çalışmada da duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk ve duyguları bastırma şemalarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği ifade edilmiştir.

Buna karşın literatürde cinsiyet farklılıklarına ilişkin çelişkili bulgular da yer almaktadır. Öcal (2021), kendini feda şemasından alınan puanların kadınlarda erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Bozgeyik (2019) ise duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, yüksek standartlar ve kusurluluk şemalarının cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaştığını rapor etmiştir. Bu farklılıkların ortaya çıkmasında örneklem büyüklüğü, yaş dağılımı, eğitim düzeyi ve kültürel bağlam gibi değişkenlerin etkili olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca şemaların toplumsal cinsiyet rolleriyle etkileşim içinde gelişebileceği, bu nedenle kadın ve erkeklerde farklı örüntüler sergileyebileceği değerlendirilmektedir.

Affedicilik boyutları incelendiğinde ise affedicilik, kendini affetme, diğerlerini affetme ve durumu affetme değişkenlerinin cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı belirlenmiştir. Bu bulgu, affedicilik eğilimlerinin kadın ve erkek katılımcılarda benzer düzeylerde olabileceğini göstermektedir. Literatürde yer alan birçok çalışma bu sonucu desteklemektedir. Şahin (2013), üniversite öğrencileriyle gerçekleştirdiği çalışmada affedicilik düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmadığını bildirmiştir. Ayten (2009) ve Akın ve arkadaşları (2012) da affetme eğilimi ile cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark

olmadığını ortaya koymuştur. Bununla birlikte alan yazında farklı sonuçlara ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır. Barış ve Akpınar (2024), erkek hemşirelerin kendini affetme düzeylerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğunu rapor etmiştir. Çetinkaya ve Şener (2016) tarafından gerçekleştirilen bir başka çalışmada da erkeklerin kadınlara kıyasla daha yüksek affetme düzeylerine sahip oldukları belirlenmiştir. Bu farklılıkların, örneklemlerin mesleki özellikleri, kültürel bağlamları ve kullanılan ölçme araçlarının çeşitliliği ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Literatürde cinsiyete dayalı bulgulardaki farklılıkların ortaya çıkmasının olası nedenleri arasında, araştırmaların yürütüldüğü örneklem gruplarının demografik ve mesleki özellikler bakımından çeşitlilik göstermesi, kültürel bağlam ve toplumsal cinsiyet normlarının etkisi ile kullanılan ölçme araçlarının farklılaşması yer almaktadır. Bu değişkenlerin her birinin, flört şiddeti ve şiddete yönelik tutumların cinsiyet bağlamında değerlendirilmesinde belirleyici rol oynayabileceği düşünülmektedir. Mevcut çalışmada flört şiddeti, genel şiddet, fiziksel şiddet ve duygusal şiddet puanları açısından cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulgu, söz konusu şiddet türlerinin kadın ve erkek katılımcılar tarafından benzer düzeylerde bildirildiğini göstermektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda literatür incelendiğinde hem mevcut çalışmanın bulgularını destekleyen hem de farklılaşan sonuçlar bildiren araştırmaların bulunduğu görülmektedir. Örneğin Şenol ve arkadaşları (2022) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, bireylerin cinsiyetine göre flört şiddeti tutumları incelenmiş ve genel şiddet alt boyutundan alınan puanlar açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bu bulgu, mevcut çalışmanın sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Benzer biçimde Kılıç (2024) tarafından yürütülen araştırmada da flört şiddeti toplam puanının cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı rapor edilmiştir.

Buna karşın literatürde, cinsiyet değişkenine bağlı olarak anlamlı farklılıklar bildiren çalışmalar da mevcuttur. Şenol ve arkadaşlarının (2022) aynı çalışmasında, fiziksel, duygusal, ekonomik ve cinsel şiddet alt boyutlarında kadınların lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ayrıca Tagay ve arkadaşları (2018) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, cinsiyetin romantik ilişkilerde algılanan istismarı anlamlı biçimde yordadığı; kadınların romantik ilişkilerde algıladıkları istismar düzeylerinin erkeklere kıyasla daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular, flört şiddetinin bazı alt boyutlarının cinsiyetle ilişkili olarak değişebileceğine işaret etmektedir. Literatürdeki bu bulgu çeşitliliğinin, örneklem büyüklüğü, yaş dağılımı, eğitim düzeyi ve sosyokültürel yapı gibi demografik değişkenlerin yanı sıra ölçme araçlarının kapsam ve duyarlılıklarındaki farklılıklardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

4.7. Çalışma Durumu Değişkenine Göre Bulguların Tartışılması

Çalışma durumuna göre erken dönem uyum bozucu şemalar açısından yapılan karşılaştırmalar sonucunda; 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 şema alanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirlenmiştir. Bu bulgu, söz konusu şemaların bireylerin çalışma durumundan bağımsız biçimde benzer düzeylerde deneyimlenebildiğine işaret etmektedir. Elde edilen sonuçlar literatür bağlamında değerlendirildiğinde, mevcut çalışmanın bulgularıyla örtüşen araştırmaların bulunduğu görülmektedir. Demirkıran (2025) tarafından yürütülen çalışmada, duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, tehditler karşısında dayanıksızlık, karamsarlık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemalarının çalışma durumuna göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı rapor edilmiştir. Benzer biçimde Yaşar'ın (2024) çalışmasında, kopukluk şema alanı ile zedelenmiş özerklik şema alanlarının çalışma durumuna göre karşılaştırılmasında gruplar arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bununla birlikte, literatürde çalışma durumuna bağlı olarak bazı şema alanlarında farklılaşma bildiren araştırmalar da mevcuttur. Demirkıran (2025), sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme ve başarısızlık şemalarında çalışma durumuna göre anlamlı farklılıklar gözlemlendiğini belirtmiştir. Yaşar'ın (2024) çalışmasında ise başkalarına yönelimlilik ve yüksek standartlar şema alanlarında çalışma durumuna bağlı anlamlı farklılıklar olduğu rapor edilmiştir. Bu durum, çalışma yaşamının bazı bireyler için özerklik, performans beklentileri ve kişilerarası ilişkiler bağlamında farklı bilişsel ve duygusal deneyimler yaratabileceğini düşündürmektedir.

Mevcut çalışmada ayrıca affedicilik ile affediciliğin alt boyutları olan kendini affetme, diğerlerini affetme ve durumu affetme değişkenleri açısından çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulgu, affetme eğilimlerinin bireylerin istihdam durumundan ziyade daha çok kişilik özellikleri, bilişsel şemalar ve duygusal düzenleme süreçleriyle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Literatür incelendiğinde, Şahin'in (2013) farklı gelir düzeylerine sahip öğrencilerle yürüttüğü çalışmada da affedicilik puanlarının çalışma ya da gelir durumuna göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmektedir. Buna karşılık Meydancı (2017), çalışan bireylerin affedicilik düzeylerinin çalışmayan bireylere kıyasla daha yüksek olduğunu rapor ederek literatürde farklı bir bulgu ortaya koymuştur. Son olarak flört şiddeti ile genel şiddet, fiziksel şiddet, duygusal şiddet, ekonomik şiddet ve cinsel

şiddet değişkenleri açısından çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bu sonuç, mevcut çalışmada flört şiddeti deneyimlerinin çalışma durumundan bağımsız olarak ortaya çıkabildiğini göstermektedir. Özusta (2023) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada da partnerleri tarafından flört şiddetine maruz kalan kadınlarla maruz kalmayan kadınlar arasında çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirtilmiştir. Bu bulgu, mevcut çalışmanın sonuçlarını destekler niteliktedir.

Buna karşın Akdemir (2022) tarafından yürütülen araştırmada, çalışma durumu ile flört şiddeti ve bazı alt boyutları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş; çalışan bireylerin fiziksel, cinsel ve psikolojik şiddet puanlarının çalışmayan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu rapor edilmiştir. Benzer şekilde Siyahlı (2025), çalışma durumunun fiziksel, ekonomik ve cinsel şiddet alt boyutlarında anlamlı farklılıklar yarattığını ifade etmiştir. Literatürde çalışma durumuna ilişkin bulguların tutarsızlık göstermesinin; örneklem büyüklükleri, sosyodemografik yapı, kültürel bağlam ve araştırmaların yürütüldüğü coğrafi bölgeler gibi faktörlerden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

4.8. Medeni Durum Değişkenine Göre Bulguların Tartışılması

Elde edilen bulgulara göre, affedicilik ve kendini affetme düzeyleri bekar katılımcılarda, evli katılımcılara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuç, medeni durumun affetme süreçleriyle ilişkili olabileceğine işaret etmektedir. Ancak alan yazın incelendiğinde, medeni duruma bağlı olarak affedicilik düzeylerinde farklı yönlerde bulgular rapor eden çalışmaların da bulunduğu görülmektedir. Ek olarak, Tekin (2021) tarafından öğretmenler örnekleminde yürütülen çalışmada, örgütsel affedicilik ve tüm alt boyutlarda evli öğretmenlerin bekar öğretmenlere kıyasla daha yüksek puanlar aldığı belirlenmiştir. Benzer biçimde Uysal (2015) da evli bireylerin affetme düzeylerinin bekar bireylere göre daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Literatürdeki bu farklılaşan sonuçların; örneklem gruplarının özellikleri, kullanılan ölçme araçları ve yöntemler, kültürel ve sosyodemografik farklılıklar ile affediciliği etkileyebilecek ilişkisel ya da bireysel değişkenlerin kontrol edilmemesinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Buna karşılık mevcut çalışmada 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 şema alanları açısından medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bu bulgu, erken dönem uyum bozucu şemaların medeni durumdan bağımsız olarak benzer düzeylerde deneyimlenebileceğini düşündürmektedir.

Elde edilen sonuçlar literatür bağlamında değerlendirildiğinde, mevcut çalışmanın bulgularını destekleyen araştırmaların bulunduğu görülmektedir. Sezer'in (2023) çalışmasında cezalandırılma ve onay arayıcılık şemalarının medeni duruma göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı bildirilmiştir. Benzer şekilde Demirkıran (2025) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, başarısızlık, karamsarlık, cezalandırılma, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şemalarının medeni duruma göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular, mevcut çalışmanın sonuçlarıyla büyük ölçüde örtüşmektedir. Bununla birlikte Demirkıran'ın (2025) aynı çalışmasında, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim şemasının medeni duruma göre anlamlı biçimde farklılaştığı da rapor edilmiştir. Bu durum, bazı şema alanlarının belirli demografik değişkenlere karşı daha duyarlı olabileceğini ve bağlamsal faktörlerin şema düzeyleri üzerinde etkili olabileceğini düşündürmektedir. Son olarak, affedicilik, diğerlerini affetme ve durumu affetme ile flört şiddeti, genel şiddet, fiziksel şiddet, duygusal şiddet, ekonomik şiddet ve cinsel şiddet puanları açısından medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu doğrultuda literatür incelendiğinde, mevcut çalışmanın bulgularını destekleyen araştırmalar olduğu görülmektedir. Arsu (2017) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, iş yerinde affedicilik düzeylerinin evli ve bekar katılımcılar arasında medeni duruma göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı saptanmıştır. Benzer şekilde Meydancı'nın (2017) çalışmasında, bireylerin fiziksel, ekonomik ve cinsel şiddet görme durumlarına göre bağışlama alt ölçeği puanlarında anlamlı bir farklılık olmadığı bildirilmiştir. Ancak aynı çalışmada, psikolojik-duygusal şiddet görme durumuna göre bağışlama düzeylerinde pozitif yönde anlamlı bir farklılık bulunduğu da ifade edilmiştir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, medeni durum değişkenine ilişkin literatürdeki bulguların tutarsızlık göstermesinin; örneklem gruplarının özellikleri, kullanılan ölçme araçları ve yöntemler ile kültürel ve sosyodemografik bağlamdaki farklılıklardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

4.9. Eğitim Durumu Değişkenine Göre Bulguların Tartışılması

Eğitim düzeyine göre yapılan karşılaştırmalar sonucunda, bazı erken dönem uyum bozucu şemalar açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Buna göre, sosyal izolasyon/güvensizlik şeması bakımından lise mezunlarının puanlarının, yüksek lisans/doktora mezunlarının puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Benzer biçimde kusurluluk şeması açısından da lise mezunlarının puanlarının, yüksek lisans/doktora

mezunlarına kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir. İç içe geçme/bağımlılık şemasında, lise mezunlarının puanlarının hem üniversite mezunlarından hem de yüksek lisans/doktora mezunlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Başarısızlık ve karamsarlık şemaları açısından ise lise ve üniversite mezunlarının puanlarının, yüksek lisans/doktora mezunlarının puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim şeması bakımından üniversite mezunlarının puanlarının, yüksek lisans/doktora mezunlarına kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular, eğitim düzeyi yükseldikçe bazı uyum bozucu şemaların şiddetinin azaldığını düşündürmektedir. Alan yazın incelendiğinde, mevcut çalışmanın bulgularını destekleyen araştırmaların bulunduğu görülmektedir. Eğriboyun Ekşi'nin (2024) çalışmasında, tüm şema alt boyutlarında eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar saptanmış; özellikle ortaöğretim mezunlarının puanlarının lisans ve lisansüstü mezunlarından daha yüksek olduğu rapor edilmiştir. Benzer şekilde Sezer (2023), kusurluluk ve yetersiz özdenetim şemalarının lise ve altı mezunlarda lisans ve lisansüstü mezunlara kıyasla daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Çakır'ın (2021) çalışmasında da eğitim seviyesi arttıkça sosyal izolasyon, kendini feda, tehditler karşısında dayanıksızlık, terk edilme ve duygusal yoksunluk şemalarının azaldığı, buna karşın başarısızlık ve yetersiz özdenetim şemalarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna karşılık literatürde, eğitim düzeyi ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını bildiren çalışmalar da mevcuttur. Sağlam (2016) ile Çakırca (2020), bireylerin eğitim düzeylerinin şema puanlarında anlamlı bir farklılığa yol açmadığını rapor etmiştir. Bu farklı sonuçların ortaya çıkmasında; örneklemlerin demografik özellikleri, kullanılan ölçme araçları, kültürel bağlam, ele alınan şema alanlarının çeşitliliği ve araştırma gruplarının gelişimsel dönemlerindeki farklılıkların etkili olabileceği düşünülmektedir. Bu durum, erken dönem uyum bozucu şemalar ile eğitim düzeyi arasındaki ilişkinin tek yönlü değil, çok boyutlu ve bağlamsal bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir.

Affedicilik değişkeni açısından yapılan analizlerde ise, üniversite ve yüksek lisans/doktora mezunlarının affedicilik puanlarının, lise mezunlarının puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde kendini affetme boyutunda da üniversite ve lisansüstü mezunların puanlarının lise mezunlarına kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Buna karşın diğerlerini affetme ve durumu affetme puanları açısından eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulgular, eğitimin bireyin kendine yönelik affetme ve genel affedicilik kapasitesini artırabileceğini; ancak kişilerarası affetmenin

daha çok ilişkisel ve duygusal süreçlerle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Literatürde Arsu'nun (2017) çalışmasında da affedicilik ile eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı rapor edilmiştir. Bu sonuç, mevcut çalışmanın bulgularını kısmen destekler niteliktedir.

Flört şiddeti açısından yapılan değerlendirmelerde ise eğitim düzeyine göre anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir. Flört şiddeti, genel şiddet, fiziksel şiddet, ekonomik şiddet ve cinsel şiddet puanlarının üniversite ve yüksek lisans/doktora mezunlarında, lise mezunlarına kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Duygusal şiddet boyutunda ise yüksek lisans/doktora mezunlarının puanlarının lise mezunlarından anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular doğrultusunda literatür incelendiğinde, eğitim düzeyi ile flört şiddeti arasındaki ilişkiye dair sonuçların tutarsızlık gösterdiği görülmektedir. Sırım (2021), eğitim durumunun flört şiddeti tutumları üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını belirtirken; Özkan (2022) lisans ve lisansüstü mezunların flört şiddetine yönelik tutumlarının lise mezunlarına kıyasla daha olumsuz olduğunu bildirmiştir. Ayhan (2020) ise eğitim seviyesindeki düşüşün flört şiddeti eğilimlerinde artışla ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Buna karşılık Demir ve Biçer (2017), eğitim düzeyinin flört şiddetine maruz kalmayı ve flört şiddeti uygulama olasılığını azaltan koruyucu bir faktör olduğunu vurgulamıştır. Bu farklılıkların; örneklem yapıları, ölçme araçları, kültürel bağlam ve yöntemsel değişkenlerden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Son olarak, duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, terk edilme, tehditler karşısında dayanıksızlık, kendini feda, cezalandırılma, yüksek standartlar ve onay arayıcılık şema alanları ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu sonuçlar, Demirkıran'ın (2025) çalışmasında rapor edilen bulgularla örtüşmektedir. Ancak aynı çalışmada kusurluluk ve duygusal yoksunluk şemalarının eğitim düzeyine göre farklılaştığı da belirtilmiştir. Bu durum, eğitim seviyesinin bazı psikolojik boyutlar üzerinde seçici ve bağlama duyarlı etkiler gösterebileceğini düşündürmektedir. Genel olarak değerlendirildiğinde, eğitim düzeyinin erken dönem uyum bozucu şemalar, affedicilik ve flört şiddeti ile ilişkisi karmaşık ve çok boyutlu bir yapı sergilemektedir.

SONUÇ

Bu çalışmada, erken dönem uyum bozucu şemalar ile affedicilik düzeyleri ve flört şiddetine yönelik tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Elde edilen bulgular, erken dönem uyum bozucu şemaların affedicilik ve flört şiddeti tutumları üzerindeki etkilerinin şema türüne ve ilişkisel bağlama bağlı olarak farklılaştığını ortaya koymuştur.

Çalışma bulguları doğrultusunda, karamsarlık şemasının affediciliği negatif yönde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre bireylerin geleceğe, ilişkilere ve yaşantılara ilişkin olumsuz beklentileri ve umutsuzluk düzeyleri arttıkça affedicilik eğilimlerinin azaldığı görülmektedir. Ayrıca kendini feda şeması ile affedicilik arasında düşük düzeyde negatif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Bu bulgu, bazı bireylerin ilişkide çatışmadan kaçınma ve uyumu sürdürme amacıyla yüzeysel bir affedicilik sergileyebileceğini düşündürmektedir. Bununla birlikte ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, yüksek standartlar ve tehditler karşısında dayanıksızlık gibi bazı şemalar ile affedicilik arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu sonuç, her erken dönem uyum bozucu şemanın affetme süreçleriyle doğrudan ilişkili olmadığını göstermektedir.

Flört şiddeti açısından gerçekleştirilen analizler, duygusal yoksunluk, kusurluluk, kendini feda, iç içe geçme/bağımlılık ve cezalandırılma şemalarının flört şiddetini anlamlı biçimde yordadığını ortaya koymuştur. Bu bulgu, bazı erken dönem uyum bozucu şemaların bireylerin romantik ilişkilerinde olumsuz davranış örüntülerini sürdürmelerine zemin hazırlayabileceğini göstermesi açısından önemlidir. Buna karşılık, bazı şemalar ile flört şiddeti tutumları arasında anlamlı ilişkilerin saptanmamış olması, her uyum bozucu şemanın flört şiddetiyle ilişkili olmadığını ve bu ilişkinin seçici bir yapıya sahip olduğunu düşündürmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, bu çalışma şema kuramının affedicilik ve romantik ilişkilerdeki tutum ve davranışları anlamada açıklayıcı bir çerçeve sunduğunu göstermektedir. Bununla birlikte şemaların etkisinin, şemanın türüne ve bireyin ilişkisel bağlamına bağlı olarak değiştiği; tüm şemaların affedicilik ya da flört şiddeti üzerinde aynı düzeyde belirleyici olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Elde edilen bulgular doğrultusunda çeşitli öneriler geliştirilmiştir. Öncelikle bireylerin duygusal yoksunluk, kusurluluk, kendini feda, iç içe geçme/bağımlılık ve cezalandırılma gibi erken dönem uyum bozucu şemalarının farkında olmaları, romantik ilişkilerde olumsuz tutum ve davranışların önlenmesi açısından önem taşımaktadır. Özellikle karamsarlık ve cezalandırılma şeması düzeyi yüksek olan bireylerin affedicilik becerilerini geliştirmeleri ve ilişki içindeki

davranış örüntülerini fark etmeleri önerilmektedir. Bu bağlamda bilinçli farkındalık uygulamaları, öz düzenleme becerilerini destekleyen teknikler, farkındalık temelli müdahaleler ve gerektiğinde profesyonel psikolojik destek, bireylerin daha sağlıklı ilişkiler geliştirmelerine katkı sağlayabilir.

Aileler açısından değerlendirildiğinde, erken dönem uyum bozucu şemalar ve temel duygusal ihtiyaçlar hakkında bilgi sahibi olunması hem ebeveynlerin ruhsal iyi oluşları hem de çocukların sağlıklı psikososyal gelişimleri açısından önemli bir adım olarak görülmektedir. Anne ve babaların, çocuklarının erken dönem şemalarını fark etmeleri ve bu şemalarla başa çıkma becerilerini geliştirmelerine destek olmaları önerilmektedir. Özellikle karamsarlık, cezalandırılma, duygusal yoksunluk ve kendini feda şemalarının yüksek olduğu bireylerin yetiştiği aile ortamlarında açık iletişimin desteklenmesi, duygusal güvenliğin sağlanması ve güvenli bağlanma ilişkilerinin kurulması önem taşımaktadır. Ailelerin, çatışma durumlarında duyguların uygun biçimde ifade edilmesi, sağlıklı problem çözme, empati geliştirme ve duygusal düzenleme becerileri konusunda çocuklara model olmaları önerilmektedir. Gerektiğinde aile danışmanlığı ya da bireysel psikolojik destek alınması da koruyucu bir yaklaşım olarak değerlendirilebilir.

Psikolojik danışmanlık ve terapi bağlamında, erken dönem uyum bozucu şemaların tanınması ve işlenmesi; affedicilik düzeylerinin artırılması ve ilişkilerdeki olumsuz davranış örüntülerinin azaltılması açısından etkili bir müdahale alanı sunmaktadır. Özellikle karamsarlık ve cezalandırılma şeması düzeyi yüksek bireylerle yürütülen terapi süreçlerinde, affedicilik becerilerini geliştirmeye yönelik psikoeğitim ve beceri kazandırma çalışmalarının önemli bir yer tutacağı düşünülmektedir. Flört şiddeti riski bulunan bireylerde ise şema terapisi ve farkındalık temelli müdahalelerin, riskli davranışların önlenmesinde etkili olabileceği değerlendirilmektedir.

Araştırma boyutunda ise, farklı kültürel ve sosyodemografik gruplarda erken dönem uyum bozucu şemalar, affedicilik ve flört şiddeti arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik yeni çalışmaların yürütülmesinin alan yazına önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Özellikle boylamsal araştırmalar ve nitel yöntemlerle desteklenen çalışmaların, bu değişkenler arasındaki ilişkilerin daha derinlemesine anlaşılmasına olanak tanıyacağı öngörülmektedir.

KAYNAKÇA

Açıkgöz, S. (2024). *Kaygı bozukluğu olan ergenlerde algılanan ebeveyn kabul-red algısı ile erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Ağaççanak, B. (2022). *Evlilikte affedicilik, merhamet ve duygusal zekanın evlilik doyumuna etkisi* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Karatay Üniversitesi.

Akcan, G. (2020). Flört şiddeti: Psikopatolojik bir değerlendirme. *Bartın Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 5(2), 72-87.

Akdemir, E. (2019). *Öğretmen adaylarının sosyotropik-otonomik kişilik özellikleri ile bağışlama eğilimlerinin incelenmesi* [Yüksek Lisans tezi]. Mersin Üniversitesi.

Akdemir, K., ve Ebadi, H. (2025). Yetişkinlerde affetme, ruminatif düşünceler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 12(2), 208-228.

Akdik, A. (2023). *Anneden algılanan narsisistik özellikler, reddedilme duyarlılığı ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Akhun, M. (2012). *Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik kurgusu, ayrılma-bireyleşme ve duygu düzenleme güçlüğünün psikolojik belirtilerle ilişkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.

Akı, E. (2024). Üniversite öğrencilerinde flört şiddetinin akademik ve sosyal katılıma etkisi: Nitel bir çalışma. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (24), 1163-1174.

Akın, M., Özdevecioğlu, M., ve Ünlü, O. (2012). Örgütlerde intikam niyeti ve affetme eğiliminin çalışanların ruh sağlıkları ile ilişkisi. *Amme İdaresi Dergisi*, 45(1), 77-97.

Alpay, A. (2009). *Yakın ilişkilerde bağışlama: Bağışlamanın; bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.

Altınok, Ç. (2021). *Genç yetişkinlerde savunma mekanizmaları ve erken dönem uyum bozucu şemaların incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Altıntaş, M. (2022). Örgütsel affetme eğiliminin örgütsel sağlık algısına etkisi: Sağlık çalışanları üzerinde bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (47), 125-146.

Anlı, İ. ve Can, Y. (2017). Alkol kullanim bozukluklarında erken dönem uyumsuz şemaların üstesinden gelme biçimleri: şema terapi çerçevesinde bir araştirma. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(32), 15-31.

Arıkan, M. (2019). *Madde bağımlılarının erken dönem uyumsuz şemaları ve işlev bozucu baş etme biçimleri: Şema terapi perspektifinde bir inceleme* [Yüksek lisans tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.

Arntz, A. ve Jacob, G. (2019). *Uygulamada Şema terapi, şema mod yaklaşımına giriş rehberi.* (1. Baskı) (V. Gülüm vd., Çev.). Nobel Yayıncılık.

Arsu, R. A. (2017). *Çalışanlarda affedicilik ile ruh sağlığı ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Asıcı, E. (2019). Çocuk ve ergenlere yönelik affetme müdahaleleri: Sistematik gözden geçirme. *Psikoloji Çalışmaları*, 39(2), 429-457.

Aslan, M., Mert, H. Ş., ve Yıldız, M. (2016). Narsistik kişilik ile affedicilik arasındaki ilişkinin incelenmesi. *2. Uluslararası Çin'den Adriyatik'e Sosyal Bilimler Kongresi*, 147–153.

Aslan, O., ve Kabakçı, Ö. F. (2025). Ergenler ve genç yetişkinler için içsel manevi değerler ölçeğinin geliştirilmesi: Minnettarlık, affedicilik ve sabır güçlerinin değerlendirilmesi. *Bilimname*, 53(1).

Aslan, R., Bulut, M., ve Arslantaş, H. (2020). Flört Şiddeti. *The Journal Of Social Sciences*, (45), 365-384.

Ateş, S., ve Moroğlu, A. K. (2023). Erken dönem travma deneyiminin flört şiddeti mağduriyeti yaşayan kadın üniversite öğrencileri üzerindeki etkisinde savunma mekanizmalarının aracılık rolü. *Humanistic Perspective*,5(3), 1375-1396.

Ay, G., ve Karacan, E. (2024). Toplumsal cinsiyet perspektifinden ergenlerin flört şiddetine yönelik görüş ve deneyimleri: Nitel bir araştırma. S*osyal Politika ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 5(1), 19-42.

Aydın, F. T. (2017). Pozitif bir karakter gücü olarak affedicilik. *The Journal of Happiness ve Well-Being*, 5(1), 1-22.

Ayhan, Y. (2020). *Flört şiddeti ve flört şiddetine yönelik tutumun güvenli bağlanma ve anne babaya benzerlik ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.

Balbaba, B. (2021). *Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmaları ile erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Balcı Devrim, S., ve Beydağ, K. D. (2022). Hemşirelik öğrencilerinin toplumsal cinsiyet algısı ile flört şiddeti tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Fenerbahçe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(2), 413–423.

Baltacı, H. Ş., Altan, T., Özkılıç, I., ve Karataş, U. Y. (2022). Üniversite öğrencilerinde flört şiddeti tutumunun yordayıcısı olarak öz duyarlık, öfke ifade tarzı ve bazı demografik değişkenler. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(4), 1668-1683.

Barış, F., ve Akpınar, H. (2024). Hemşirelerin ve hemşirelik öğrencilerinin başkalarını ve kendilerini affetme kararlarının belirlenmesi. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 11(1), 73-81.

Başçelik, E., Faraji, H., ve Güler, K. (2021). *Psikanalitik kuram ve şema teorisi çerçevesinde annelerimiz, babalarımız ve romantik ilişkilerimiz* (3. Baskı). Nobel Yayıncılık.

Bayın, Ü. (2020). *Ergenlerde affetme ve algılanan sosyal destek* [Yüksek lisans tezi]. Sakarya Universitesi.

Bayram, S. (2020). *Öğretmenlerin örgütsel affedicilik algıları ile örgütsel mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi.

Bayramova, S., ve Aksan, G. (2022). Flört şiddeti ve ebeveynlik stilleri arasındaki ilişki: Üniversite öğrencileri. *Toplum Ekonomi ve Yönetim Dergisi*, 3(2), 169-199.

Baysal, E. F. (2024). *EMDR terapinin psikosomatik semptomlar ve erken dönem uyum bozucu şemalar üzerindeki etkisinin incelenmesi: 5 olgu* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.

Baysal, S. (2023). *Çocukluk çağı travması yaşamış genç yetişkinlerde psikolojik acı deneyimi: Affedicilik ve yalnızlığın rolü* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.

Borzyszkowska, A., Wojtynkiewicz, E., ve Mamełka, K. (2023). Forgiveness and early maladaptive schemas and trauma among women with an alcohol-use disorder parent. *Alcoholism and Drug Addiction/Alkoholizm i Narkomania*, 36(1), 41-52.

Boysan, M. (2012). *Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma stilleri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilere yönelik bir model sınaması* [Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.

Bozgeyik, B. (2019). *Erken dönem uyum bozucu şemalarının kişilerarası ilişki tarzlarının ve yalnızlıkları arasındaki ilişkilerinin incelenme* [Yüksek lisans tezi]. Gaziantep Üniversitesi.

Bozkaya, T. (2023). Pozitif psikolojinin manevi danışmanlıkta kullanımı açısından affedicilik erdemi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 10(2), 768-796.

Bugay, A. (2010). *Kendini affetmeyi yordayan sosyo-bilişsel, duygusal, davranışsal faktörlerin incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Orta Doğu Teknik Üniversitesi.

Bulucu, G. D., ve Aymelek-çakıl, N. (2013). Kırşehir ilinde Bağbaşı mahallesinde yaşayan kadınların cinsel şiddete uğrama durumlarının belirlenmesi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 15(2), 35-44.

Bulut, T. (2023). *Kadın ve erkeklerde cinsel doyumun ve yaşam doyumunun flört şiddeti ile ilişkisi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Büyükeskil, M. (2021). *Üniversite öğrencilerinde dürtüsellik ve ebeveynlik biçimlerinin flört şiddetine yönelik tutumu yordaması* [Doktora Tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.

Cevheroğlu, B. A., ve Say, G. (2021). Yalnızlıkla ilişkili değişkenler: Şema alanları, bağlanma ve aşka ilişkin tutumlar. *Nesne Dergisi*, 9(19),83-98.

Coker, A. L., Smith, P. H., McKeown, R. E. ve King, M. J. (2002). Frequency and correlates of intimate partner violence by type: Physical, sexual, and psychological battering. *American Journal of Public Health*, 92(4), 553–559.

Coşkun, S., ve Yağcan, H. (2020). Şiddete maruz kalma durumunun şiddet eğilimine etkisinin incelenmesi. *Social Sciences Studies Journal*, (71), 4349-4359.

Crawford, E. ve Wright, M. O. D. (2007). The impact of childhood psychological maltreatment on interpersonal schemas and subsequent experiences of relationship aggression. *Journal of Emotional Abuse*, 7(2), 93–116.

Çağlayan, H. S., ve Gül, M. A. Ö. (2017). Fiziksel aktivitelerin üniversite öğrencilerinin affedicilik düzeylerine etkisi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, (11), 314-322.

Çakır, G. (2020). *Çocukluk döneminde maruz kalınan şiddetin flört şiddetine karşı tutum ve benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Selçuk Üniversitesi.

Çakır, Ö., T., Sürgevil, O., ve Budak, G. (2014). Kadına Yönelik Şiddet ve Türkiye'de Kadına Yönelik Şiddetin Durumu. *Toplum ve Demokrasi Dergisi*, 2(4), 51-70.

Çakırca, F. (2020). *Kişilerin erken dönem uyumsuz şemaları ve öfke kontrol düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Çalışkan, E., ve Karaaziz, M. (2024). Obsesif kompulsif bozukluğu ve şema terapisi üzerine derleme. *ISPEC International Journal of Social Sciences ve Humanities*, 8(2), 57-70.

Çapan, B. E., ve Arıcıoğlu, A. (2014). Psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak affedicilik. *International Journal of Educational Research*, 5(4), 70-82.

Çapın, H. G. (2022). *25-50 yaş aralığındaki bireylerin çocukluk çağı travmalarının yetişkinlikteki şemaları ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Çardak, M. (2012). *Affedicilik yönelimli psiko-eğitim programının affetme eğilimi, belirsizliğe tahammülsüzlük, psikolojik iyi oluş, sürekli kaygı ve öfke üzerindeki etkisinin incelenmesi* [Doktora tezi]. Sakarya Üniversitesi.

Çelik, A. K., ve Çelik, S. B. (2022). Üniversite öğrencilerinde flört şiddetinin yordanmasında ego durumları ve erken dönem uyumsuz şemaların rolünün İncelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 20(3), 911-929.

Çengel, D., ve Yurdalan, F. (2022). Erkeklerin toplumsal cinsiyet rollerinin öz şefkat üzerindeki etkisinin incelenmesi: Flört şiddeti ve bağlanma kaygısının aracılık etkisi. *Sosyal, Beşerî ve İdari Bilimler Dergisi*, 5(9), 1293-1311.

Çetinkaya, F. F., ve Şener, E. (2016). Çalışma yaşamında affetme eğilimi ve duygusal emek ilişkisi. *Kastamonu Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 14(4), 108–117.

Demirdöğen, B., ve Karaaziz, M. (2024). Şema terapisi perspektifinden kumar bağımlılığı ile dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğuna genel bakış. *Ulusal ve Uluslararası Sosyoloji ve Ekonomi Dergisi*, 5(6), 975-989.

Demirkıran, İ. (2025). *6 Şubat depreminde kayıp yaşayan bireylerde hayatın amacı ve anlamı, erken dönem uyum bozucu şemalar ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Doğuş Üniversitesi.

Demirtaş, E. T., ve Sümer, Z. H. (2022). Psikolojik, fiziksel ve cinsel flört şiddetini ölçmek: beliren yetişkinlerin flört şiddeti yaşantıları. *Humanistic Perspective*, 4(2), 408-432.

Derya, Y. A., Nacar, G., ve Taşhan, S. T. (2018). Examine the attitudes toward spouse violence of health sciences faculty students. *Journal of Human Sciences*, 15(2), 919-930).

Doğanavşargil, Ö., ve Vahip, I. (2007). Fiziksel eş şiddetini belirlemede klinik görüşme yöntemi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*,17(10), 125-136.

Doğruer, N., Gökkaya, F., Volkan, E., ve Güleç, M. (2022). Psikolojik dayanıklılığın yordayıcıları: Çocukluk çağı travma yaşantıları ve affetme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar,* 14, 242-250.

Durmaz, D., ve Kansu, A. F. Yetişkinlerde erken dönem uyum bozucu şemalar ve aldatma eğilimi üzerine bir derleme. *Fenerbahçe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(1), 97-115.

Durmaz, M. (2022). *Evlilikte çift uyumunun erken dönem uyum bozucu şemalar ve anneye yönelik algılanan ebeveynlik stilleri açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Ednadita, G., Danastri, M., Ardelia, C., Ramandha, K., ve Christia, M. (2024). Forgiveness and social support as protective factors of post-traumatic stress symptoms among women victims of IPV. *Psychological Research on Urban Society*, 7(2), 117-130.

Eğriboyun Ekşi, Ş. (2024). *Evli kadınlarda anneden algılanan narsisizm ile erken dönem uyum bozucu şemaları ve bilişsel esneklik arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Doğuş Üniversitesi.

Eker, E. (2019). *Romantik Çiftlerde Öznel Partner Affediciliğin İlişki İstikrarına Etkisi* [Yüksek lisans tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.

Eksi, H., ve Okan, N. (2021). Gençlerde maneviyat ve şiddet eğilimi arasındaki ilişkide erken dönem uyum bozucu şemaların moderatör etkisi. *Bilimname*, 2021(44), 521-546.

Eriş, B. (2022). *Erken dönem uyumsuz şemalar ile cinsel yaşam kalitesi ve ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.

Erkan, E., ve Yüksel, S. (2024). Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Kaygı Bozuklukları. *Sosyal Araştırmalar ve Davranış Bilimleri Dergisi*, 10(21).

Ertürk, İ. Ş., ve Kaynar, G. (2017). Kişilik Bozukluklarında Şema Terapi Yaklaşımı. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(12), 97-114.

Ertürk, Y., ve Arıkan, S. (2022). Romantik ilişkilerde ilişki istikrarı: Sınır kişilik örgütlenmesinde erken dönem uyumsuz şemalar, ilişkilerde manipülasyon ve flört şiddeti bağlamında incelenmesi. *International Journal Of Social And Humanities Sciences Research*, 9(87), 1776-1791.

Eslek, D., Kızıltepe, R., ve Irmak, T. Y. (2021). Flört şiddetini anlamak: Nitel bir çalışma. *Türk Psikoloji Yazıları*, 24(48), 53-67.

Espinoza, C. N., Goering, M., ve Mrug, S. (2024). Inter-parental conflict and empathy in early adolescence as predictors of dating violence perpetration in adolescence and adulthood. *Journal of Research on Adolescence*, 34(4), 1287-1299.

Eşici, H., ve Özbay, Y. (2020). Beliren Yetişkinlikte romantik ilişki kalitesi ile bağlanma ilişkisinde psikolojik ihtiyaçlar ve zedelenmiş otonominin aracı etkisi. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum*, 9(26), 267-288.

Farrel, J. M., Reiss, N., ve Shaw, I. A. (2015). *Şema Terapi Klinisyenin Rehberi: Bireysel, Grup veya Klinik Ortamlarda Şema Terapi Programları Oluşturma ve Uygulama.* (S. G. Alkan, ve E. Alkan, Çev.). Psikonet Yayınları.

Fidan, F., ve Yeşil, Y. (2018). Nedenleri ve sonuçları itibariyle flört şiddeti. *Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(1), 16-24.

Fincan, M. C. (2019). *Ergenlerde algılanan ebeveyn affediciliği ile umut ve iyimserlik arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.

Gay, L. E., Harding, H. G., Jackson, J. L., Burns, E. E., ve Baker, B. D. (2013). Attachment style and early maladaptive schemas as mediators of the relationship between childhood emotional abuse and intimate partner violence. *Journal of Aggression, Maltreatment ve Trauma*, 22(4), 408-424.

Gedik, E., Çakır, H., ve Güleroğlu, F. T. (2025). Genç yetişkinlerin gözünden flört şiddeti üniversite deneyimi ve algısal farklılıklar. *Bozok Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(3), 84-97.

Gencer, M. B., ve Sarı, S. (2023). Ruminasyon ve endişenin şema mod modelindeki yeri: Bir derleme. *FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, 22, 349-357.

Gordon, K. C., Baucom, D. H., ve Snyder, D. K. (2005). Forgiveness in couples: Divorce, infidelity, and couples therapy. In E. L. Worthington Jr. (Ed.), *Handbook Of Forgiveness* (pp. 407–422). Taylor ve Francis Group.

Gordon, K. C., Baucom, D. H., ve Snyder, D. K. (2007). Forgiveness in couples: Divorce, infidelity, and couples therapy. *Handbook Of Forgiveness* (pp. 431–446). Routledge.

Gökkaya, V. B., ve Öztürk, M. (2021). Çocukluktaki aile içi şiddet öyküsü ile flört şiddeti arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(4), 219-240.

Gör, N., Yiğit, İ., Kömürcü, B., ve Ertürk, İ. Ş. (2017). Geçmişin mirası ve geleceğin haritası: Erken dönem uyumsuz şemalar. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 5(10), 197-218.

Göz, E., ve Dokuzcan, D. A. (2022). Üniversite öğrencilerinde interaktif online flört şiddeti eğitimi. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(3), 495-502.

Gözelceoğlu, E., ve Altundağ, Y. (2024). Romantik ilişkilerde beklentiler ile flört şiddetine yönelik tutum arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 13(3), 558-568.

Güler, K. (2020). *Kadınlarda toplumsal cinsiyet rolleri ile erken dönem uyum bozucu şemalar, şema başa çıkma biçimleri ve beden imgesi baş etme stratejilerinin ilişkisi* [Doktora tezi]. Doğuş Üniversitesi.

Güler, K. (2024). The mediating role of sexual satisfaction and anger in the relationship between partner-related obsessive compulsive symptoms and sexual self-schema. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (23), 522-537.

Güler, K. ve Tuncay, A.M. (2021). Erken dönem uyum bozucu şemalar ve duygu ifade edebilme becerisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(4),1385-1405.

Güler, K., ve Aydın, A. (2022). Bireyin hatırladıkları toplumsal olaylar çerçevesinde erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi. *Kuram ve Uygulamada Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(2), 303-318.

Güler, K., ve Özgörüş, Z. (2021). Yetişkin bireylerde saldırganlık ve yalnızlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 18(43), 6635-6661.

Güler, K., ve Tuncay, A. M. (2021). Yetişkinlerde beden imgesi baş etme stratejileri ve çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akademik Hassasiyetler*, 8(17), 193-221.

Gültekin, B. F., ve Akyunus, M. (2022). Erken dönem uyum bozucu şemaların ve işlevsel olmayan şema baş etme modlarının kişilerarası baskınlık ve boyun eğicilik ile ilişkisi: çiftlerde algılanan benzerlik. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 6(1), 108-122.

Günaydın, H. D. (2016). *Psikolojik danışmanların ve danışman adaylarının erken dönem uyum bozucu şemalarının durumluk ve sürekli kaygı düzeylerine etkisinin incelenmesi* [Doktora Tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.

Gündüz, Ö. (2019). *İlişkisel kültürel kurama dayalı programın üniversite öğrencisi kadınların flört şiddeti tutumlarına çatışma çözmelerine ilişkilerine etkisi* [Doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.

Güner, T. A., Açıkgöz, G. N., Palabaş, N., ve Çoban, M. (2025). Üniversite öğrencilerinin flört şiddetine ilişkin tutumlarının benlik saygısı ve toplumsal cinsiyet algıları ile ilişkisi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 15(1), 134-141.

Gür, T. B., ve Çapri, B. (2024). Öz-şefkat ve affetme arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü ve bilişsel esnekliğin aracı rolü. *Uluslararası İnovatif Eğitim Araştırmacısı*, 3(3), 345-372.

Güven, N., ve Erdem, T. (2020). Affetme: Kuramsal bir değerlendirme. *International Journal of Current Approaches in Language, Education and Social Sciences*, 2(2), 578-607.

Harmancı, B. S., ve Elif, N. A. Z. (2024). Obsesif kompulsif bozukluk ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişki: bir gözden geçirme. *Ssd Journal*, 9(43), 88-100.

Hodgson, L. K. ve Wertheim, E. H. (2007). Does good emotion management aid forgiving? Multiple dimensions of empathy, emotion management and forgiveness of self and others. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(6), 931-949.

İlyas, A., ve Sapmaz, F. (2023). Flört Şiddeti Yaşantıları Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 21(3), 2004-2035.

İnce, E. H. (2022). *Erken dönem uyum bozucu şemalar ve dijital flört şiddeti arasındaki ilişkide olumlu duygu düzenleme güçlüğü ve olumsuz duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü* [Yüksek lisans tezi]. Işık Üniversitesi.

İşmar, Z. (2021). *Psikolojik sağlamlık ve psikolojik belirtilerin ilişkisinde erken dönem uyum bozucu şemaların rolü* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.

Kapıcıoğlu, İ. (2008). *Üniversite öğrencilerinin şiddet algısı* [Yüksek lisans tezi]. Selçuk Üniversitesi.

Kaplan, B. (2020). Şiddetin toplumsal taşıyıcısı olarak flört şiddeti: Ankara örneği. *Kent Akademisi,* 13(3), 526-538.

Kaplan, Ö., Kaplan, A., ve Mucuk, S. (2023). Gençlerde siber flört istismarının yalnızlıkla ilişkisi. *Yobü Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 4(2), 150-160).

Karabacak Çelik, A., ve Balcı Çelik, S. (2022). Üniversite öğrencilerinde flört şiddetinin yordanmasında ego durumları ve erken dönem uyumsuz şemaların rolünün incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 20(3), 911–929.

Karahan, A. S. (2022). Affetmeye yönelik müdahalelere ilişkin bir derleme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry 2023*, 15(2), 356-369.

Karakuş, Z. (2023). *The investigation of the relationship between childhood trauma, dissociative experiences, early maladaptive schemas and mate selection attitudes of single university students* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.

Kavurmacı, N. (2016). *Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu tanısı almış erişkinlerde bilişsel şemalar: Karşılaştırmalı bir çalışma* [Yüksek lisans tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.

Kaya, F., Odacı, H., ve Aydın, F. (2023). Kendini affetme ikili süreç ölçeğinin geçerlik ve güvenirliğinin test edilmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43(1), 1-29.

Kılıç, A. Y. (2024). *18-25 yaş aralığındaki bireylerin narsisizm düzeyleri ve cinsiyetleri bağlamında flört şiddetinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.

Kocacık, F. (2001). Şiddet olgusu üzerine. *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi,* 2(1), 1-7.

Kocacık, F., ve Çağlayandereli, M. (2009). Ailede kadına yönelik şiddet: Denizli ili örneği. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 24-43.

Kocamanoğlu, F. N. (2021). *Geç ergenlik döneminde flört şiddeti ile çocukluk çağı ruhsal travmaları ve ruhsal belirtiler arasındaki ilişki* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Koç, S., ve Sarı, S. (2023). Şemaların nesiller arası aktarımına dair bir derleme. *FSM İlmi Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, (22), 369-386.

Loose, C., Graaf, P., ve Zarbock, G. (2018). *Çocuk ve Ergenler İçin Şema Terapi* (N. Azizlerli, Y. Yürüker, G. Ş. İdem, K. Öykü, ve K. Zeynep, Çev.). Psikonet Yayınları.

Lotfi, S., Özkan, A. O., Babacan, M., ve Akduman, Ö. (2022). Sosyal hizmet öğrencilerinin toplumsal cinsiyet algılarının ve flört şiddeti tutumlarının çeşitli değişkenler bağlamında incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 33(2), 463-482.

Martin, R., ve Young, J. (2010). *Schema Therapy*. *Handbook of Cognitive-Behavioral Therapies*. New York: The Guilford Press.

Meydancı, R. (2017). *Sahte benlik algısının evlilikte suçu affetme üzerine etkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Mistler, B. A. (2010). *Forgiveness, perfectionism, and the role of self-compassion* [Unpublished PhD thesis]. Gainesville: University of Florida.

Murray, C. E., ve Kardatzke, K. N. (2007). Dating violence among college students: Key issues for college counselors. *Journal of College Counseling*, 10(1), 79–89.

Oldac, B., Ustunel, A. O., ve Erdem, G. (2025). Does true love conquer all? The role of romanticized beliefs, abuse type, and ambivalent sexism on emerging adult women's response intentions to dating violence. *Current Psychology*, 44(6), 4578-4595.

Oran, F. M. (2021). *Yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemaların depresyon ile ilişkisi* [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Osmangil, M. K., ve Kansu, Ö. Ü. A. F. (2024). Erken dönem şemaların internet bağımlılığı ile ilişkisinin incelenmesi. *International Journal of Original Educational Research*, 2(3), 39-46.

Öcal, S. (2021). *Genç yetişkinlerde erken dönem uyum bozucu şemalar, psikolojik dayanıklılık ve kişiler arası ilişki tarz arasındaki ilişki* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.

Ömruzun, D., ve Öksüz, Y. (2025). Üniversite öğrencilerinde kişilerarası affetme düzeyi ile psikolojik esneklik ilişkisi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 16(1), 863-886.

Ömrüuzun, D., ve Öksüz, Y. (2025). Üniversite öğrencilerinde kişilerarası affetme düzeyi ile psikolojik esneklik ilişkisi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 16(1), 863–886. https://doi.org/10.51460/baebd.1573613

Ötkün, K. (2021). *Erken dönem uyumsuz şemalar ile kontrol odağının iyi oluş üzerine etkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi], Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.

Özabacı, N., ve Körük, S. (2018). Erken dönem uyum bozucu şemalar ve evlilik uyumu arasındaki ilişki: Bir meta-analiz. *Tam Metin Kitabı (Full Text Book)* (s. 72).

Özdere, M. (2018). *Öğretmenlere yönelik okul şiddeti* (1. Baskı). Cinius Yayınları.

Özel, C. S., ve Koçak Uyaroğlu, A. (2025). Kadınlarda flört şiddetine ilişkin tutumların psikolojik iyi oluş ve özgüven ile ilişkisi. *Güncel Hemşirelik Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 1–13.

Özer, F. (2024). *Yetişkin bireylerin affetme kararlarının mutluluk ile ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.

Özgür, G., Yörükoğlu, G., ve Baysan-Arabacı, L. (2011). Lise öğrencilerinin şiddet algıları, şiddet eğilim düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(2), 53-60.

Özgür, H. ve Eldeleklioğlu J. (2017). REACH affetme modelinin türk kültürü üzerinde etkililiğinin incelenmesi. *The Journal of Happiness ve Well-Being*, 5(1), 98-112.

Özkan, F. (2022). *Yetişkin bireylerde borderline kişilik özeliklerinin flört şiddeti ile ilişkisi* [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Özusta, Ö. (2023). *Yakın partner şiddeti, çocukluk çağı travmaları, aleksitimi ve stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi.

Özyüksel, Ş. (2022). *Genç yetişkin bireylerde sosyal kaygı ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.

Paleari, F. G., Regalia, C., ve Fincham, F. D. (2011). Inequity in forgiveness: Implications for personal and relational well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(3), 297-324.

Pamak, H. A., ve Ümmet, D. (2025). Affedicilik ve manevi başa çıkmanın aile yaşam doyumuna etkisinin incelenmesi. *APJEC-Academic Platform Journal of Education and Change*, 8(1), 1-19.

Peker, A., ve Cingil, T. (2025). Kadınlarda içselleştirilmiş cinsiyetçilik ile yakın ilişkilerde flört şiddetine yönelik tutum arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *KADEM Kadın Araştırmaları Dergisi*, 11(1), 181-208.

Polat, Y., İpekçi, N. N., Yurdagül, G., Öztürk, M., Tatlı, S., ve Yavuzekinci, M. (2016). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinde flört şiddeti prevelansının belirlenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(3), 361-380.

Rafaeli, E., Bernstein, D. P., ve Young, J. (2011). *Schema therapy: Distinctive features*. Routledge.

Rey, L. ve Extremera, N. (2014). Positive psychological characteristics and interpersonal forgiveness: Identifying the unique contribution of emotional intelligence abilities, Big Five traits, gratitude and optimism. *Personality and Individual Differences*, 68, 199-204.

Roediger, E., Stevens, B. A., ve Brockman, R. (2018). *Contextual schema therapy: an ıntegrative approach to personality disorders, emotional dysregulation and interpersonal functioning*. New Harbinger.

Saatci, Y., ve Batık, M. V. (2025). Evli bireylerde evlilikte sorun çözme ve suçu affetme. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 55-69.

Sağlam, N. (2016). *Young Şema Modeli'ne göre aleksitimi kavramının incelenmesi* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Okan Üniversitesi.

Samen, S., Tohme, P., ve Sanchez-Ruiz, M. J. (2024). Childhood maltreatment and early maladaptive schemas: the role of self-forgiveness. *Journal of Child and Family Studies*, 33(6), 1817-1828.

Saraç, H. (2022). *Genç yetişkinlerin flört ilişkilerinde şiddeti önlemeye yönelik geliştirilen psikoeğitim programının etkililiğinin değerlendirilmesi* [Yüksek lisans tezi]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.

Sarıçam, H., ve Biçer, B. (2015). Affedicilik üzerinde ahlaki değer ve öz-anlayışın açıklayıcı rolü. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(1), 109-122.

Savaş, S. (2021). *Romantik ilişki inançları ve romantik ilişki doyumunun erken dönem uyumsuz şemalar açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Kent Üniversitesi.

Seçer, B. (2012). İş sağlığı ve güvenliğinde psikolojik bir yaklaşım: Atıf kuramı. *ISGUC The Journal of Industrial Relations and Human Resources*, (14)4, 29-46.

Serçe, R. (2023). *Flört şiddeti ve çocukluk dönemi örselenme yaşantıları: Reddedilme duyarlılığı, akılcı olmayan inançların aracılık rolü* [Yüksek lisans tezi]. Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi.

Set, Z. (2020). Flört şiddeti: Bir gözden geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 12(4), 444-454.

Sezer, E. (2023). *Kişilik inançları, erken dönem uyum bozucu şemalar ve olumsuz otomatik düşünceler arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.

Sezer, S., ve Murat, M. (2020). Narsistik kişilik özellikleri ile affedicilik arasındaki ilişki: Bağlanma stillerinin aracı rolü. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(22), 1320-1345.

Sezer, S., Ertel, R., ve Ertel, İ. (2020). Bir iktidar ve meşrulaştırma aracı olarak flört şiddeti: muğla kötekli mahallesi örneği. *Marmara Üniversitesi Kadın ve Toplumsal Cinsiyet Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 85-115.

Sırım, M. (2021). *Genç yetişkinlerde flört şiddeti mağduriyeti ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide bilişsel çarpıtmaların aracı rolünün incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi] İstanbul Kent Üniversitesi.

Siyahlı, N. (2025). *Yetişkinlerde (18-45 Yaş) flört şiddeti ile çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkide stresle başa çıkma tarzlarının aracılık rolünün incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Altınbaş Üniversitesi.

Straus, M. A. (2004). Prevalence of violence dating against dating partners by male and female university students worldwide. *Violence Against Women*, 10, 790-811.

Straus, M. A., Hamby, S. L., Boney-McCoy, S., ve Sugarman, D. B. (1996). The Revised Conflict Tactics Scale (CTS2): Development and preliminary psychometric data. *Journal of Family Issues,* 17, 283-316.

Sundari, D. (2020). The dynamics of forgiveness ın victims of dating violence. *Journal Basic Science and Technology*, 9(2), 63-70).

Şahin, B. (2023). Flört şiddetinde bir neden olarak erkeklik normları. *Ardahan Üniversitesi İnsani Bilimler ve Edebiyat Fakültesi Belgü Dergisi*, (8), 104-116.

Şahin, M. (2013). *Affedicilik ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Sakarya Universitesi.

Şaroğlu, Z. (2023). *Anne ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkinin kişilik özellikleri ve savunma stilleri bakımından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.

Şencan, S. (2024). *Evlilikte suçu affetmenin aşk stilleri, evlilik doyumu ve diğer değişkenler tarafından yordanması* [Yüksek lisans tezi]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.

Şenol, A., Albayrak, İ., ve Uluman, M. (2022). Flört şiddeti tutumlarının belirli değişkenler ve romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlara göre incelenmesi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 113-131.

Şentürk, Ö. (2021). *Erken dönem uyum bozucu şemalar ve eşe yönelik kişilerarası şemaların romantik ilişki ve partner odaklı obsesif kompulsif belirtilerle ilişkisi* [Yüksek lisans tezi] İstanbul Kent Üniversitesi.

Tagay, Ö., Ünüvar, P., ve Çalışandemir, F. (2018). Contact disturbance and self-esteem as the predictors of the abuse perceived in romantic relationship. *Journal of Human Sciences,* 15(2), 707-716).

Taş, S., ve Canbek, M. (2024). Psikolojik sözleşme ihlali ile tükenmişlik ilişkisinde affediciliğin düzenleyici rolü. *Journal of Mehmet Akif Ersoy University Economics and Administrative Sciences Faculty*, 11(1), 196-218.

Taşdemir, Z. S., Yetkin, M. K., ve Karakuş, M. (2022). Üniversite öğrencilerinin flört şiddeti davranışlarına yönelik tutumlarının toplumsal cinsiyet eşitliği bağlamında değerlendirilmesi: Eskişehir örneği. *Akdeniz Kadın Çalışmaları ve Toplumsal Cinsiyet Dergisi*, 5(2), 295-323.

Taşkale, N. ve Soygüt, G. (2017). Risk factors for women‟s ıntimate partner violence victimization: an examination from the perspective of the schema therapy model. *Journal of Family Violence*, 32(1), 3-12.

Tatar, Ç. (2021). *Erken dönem uyumsuz şemalar ile nesne ilişkilerinin çocukluk çağı travmaları açısından değerlendirilmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.

Tekin, E. (2021). *Öğretmenlerin örgütsel affedicilik düzeyleri ile duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkisi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Kültür Üniversitesi.

Tökel, M. N. (2019). *İkizlerde algılanan ebeveynlik biçimlerinin erken dönem uyumsuz şema yapılanmasında ve felaketleştiren bilişler üzerindeki etkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.

Türk, B., Hamzaoğlu, N., ve Yayak, A. (2020). Flört şiddeti üzerine bir inceleme. *Turkiye Klinikleri Journal of Forensic Medicine and Forensic Sciences*, 17(1), 73-81.

Ulaş, H. S., ve Yaman, N. (2024). Erken dönem uyumsuz şemalar, kişiler arası ilişkilerde affetme ve intikam arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 61(61), 214-232.

Usluca, M. (2021). *Yetişkinlerde erken dönem uyum bozucu şemalar, bilişsel esneklik ve bilişsel duygu düzenleme arasındaki ilişkiler* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.

Uysal, V. (2015). Genç yetişkinlerde affetme eğilimleri ve dini yönelim/dindarlık. *Marmara Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Dergisi*, 48, 35-56.

Üstünel, A. Ö. (2015). Eşit, Güvenli, Özgür İlişki: Üniversite Öğrencilerine Yönelik Bir Flört Şiddeti Önleme Programının Etki Değerlendirmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 23(45), 19-38.

Vural, P., Mutlu, N., ve P. A. B. (2022). *Çocuklarda kaygı: Annelere bağlı psikososyal değişkenler üzerinden bir inceleme* [Yüksek Lisans Tezi]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.

Yagiz, R., Sevil, Ü., ve Guner, Ö. (2020). The effect of university students' violence tendency on their attitude towards domestic violence and the factors affecting domestic violence attitudes. *Journal of injury and violence research*, 12(1), 39).

Yalap, O., Baygın, E., ve Sobacı, F. (2024). Affetmenin psikolojik sermaye ve öz-şefkat bağlamında incelenmesi: Otel çalışanları üzerinde bir araştırma. *Nesne*, 12(33), 368–389.

Yaşar, M. (2024). *Genç yetişkinlerde erken dönem uyum bozucu şema alanları ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.

Yavuz, B. (2023). *Yetişkinlerde affetme: Merhamet, duygu düzenleme ve psikolojik esneklik bağlamında karma bir araştırma* [Doktora Tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.

Yıldırım, S., ve Terzioğlu, F. (2018). Şiddetin farklı bir yüzü: flört şiddeti, etkileri ve etkileyen faktörler. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 21(4), 285-292.

Yılmazörnek, Z. E. (2019). *Erken dönem uyumsuz şemaların aleksitimi, duygusal zekâ, duygusal farkındalık ve empati düzeyine etkilerinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.

Yiğit, İ., ve Çelik, C. (2016). İlişki doyumunun erken dönem uyum bozucu şemalar, kişilerarası ilişki tarzları ve kendilik algısı açısından değerlendirilmesi. *Türk psikoloji yazıları*, 19(38), 77-87.

Young, E. J. (2019). *Kişilik bozuklukları için bilişsel terapi: Şema odaklı bir yaklaşım*. (1. Baskı) (İ. Yiğit, Çev.) Türk Psikologları Derneği Yayınları.

Young, J. E., ve Klosko, J. S. (2011). *Hayatı Yeniden Keşfedin* (S. Kohen ve D. Güler, Çev.). Psikonet Yayınları.

Young, J. E., Klosko, J. S., ve Beck, A. T. (1993). *Reinventing your life: The breakthrough program to end negative behavior… and feel great again*. Penguin Books.

Young, J. E., Klosko, J. S., ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.

Young, J. E., Klosko, J. S., ve Weishaar, M. E. (2009). *Şema Terapi*. (T. V. Soylu, Çev.). Litera Yayıncılık.

Yöndem, K. (2021). *Erken dönem uyum bozucu şemalar ile obsesif inanışlar ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.

Yüksel, M. Y., Tunçer, B., ve Barış, Ş. (2020). Genç yetişkinlerde sosyal zekanın yordayıcısı olarak affedicilik ve benlik saygısı. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(3), 743-751.

Zengin Yazıcı, G., ve Akı, E. (2024). Üniversite öğrencilerinde flört şiddetinin akademik ve sosyal katılıma etkisi: Nitel bir çalışma. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (24), 1163-1174.

Zengin, Ç., ve Orak, O. S. (2021). *Hemşirelerde Tükenmişlik Düzeyinin Ruminatif Düşünce Biçimleri ve Örgütsel Affedicilik Açısından İncelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.

EKLER

Ek-1 Kişisel Bilgi Formu

1-Yaş:

2-Cinsiyet:

3-Çalışma Durumu:

4-Medeni Durumu:

Ek-2 Flört Şiddeti Ölçeği

Aşağıda flört şiddetine ilişkin tutumları ölçmeye yönelik ifadeler bulunmaktadır. Her bir ifade için size en uygun olan seçeneği işaretleyiniz.

1 = Kesinlikle Katılmıyorum
2 = Katılmıyorum
3 = Kararsızım
4 = Katılıyorum
5 = Tamamen Katılıyorum

Tutum İfadeleri

Tutum İfadesi	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Kız/erkek arkadaşlığında ilişkinin sürdürülmesi için, tehdit bir araç olarak kullanılabilir.	☐	☐	☐	☐	☐
2. Kız/erkek arkadaşlığında şiddet karşılıklı saygının olmadığının bir göstergesidir.	☐	☐	☐	☐	☐
3. Kız/erkek arkadaşlığında şiddet bazen uygulanabilir.	☐	☐	☐	☐	☐
4. Kız/erkek arkadaşlığında şiddet olması ilişkiyi düzene sokar.	☐	☐	☐	☐	☐
5. Kız/erkek arkadaşlığında şiddetin olması normal karşılanmalıdır.	☐	☐	☐	☐	☐
6. Gerektiğinde erkekler, kız arkadaşına vurabilir.	☐	☐	☐	☐	☐
7. Gerektiğinde kızlar, erkek arkadaşına vurabilir.	☐	☐	☐	☐	☐
8. Fiziksel şiddet (tokat, tekme, vurma vb.) uygulayan erkek daha çekicidir.	☐	☐	☐	☐	☐
9. Kız/erkek arkadaşlığında namus ve ahlak kurallarına uyulmaması fiziksel şiddet nedeni olabilir.	☐	☐	☐	☐	☐

10. Kız/erkek arkadaşları birbirlerine küçük çaplı vurmayı kabul edilebilir.	☐	☐	☐	☐	☐
11. Erkekler, kız arkadaşının hoşuna gitmesi için davranışlarını değiştirmelidir.	☐	☐	☐	☐	☐
12. Kızlar, erkek arkadaşının her istediğini yapmalıdır.	☐	☐	☐	☐	☐
13. Erkekler, kız arkadaşının her istediğini yapmalıdır.	☐	☐	☐	☐	☐
14. Topluluk içerisinde kızlar yerine erkek konuşmalıdır.	☐	☐	☐	☐	☐
15. Gerçek sevgi kız/erkek arkadaşının her istediğini yerine getirmeyi gerektirir.	☐	☐	☐	☐	☐
16. Kızlar ağlayarak erkek arkadaşına her istediğini yaptırabilir.	☐	☐	☐	☐	☐
17. Kız/erkek arkadaş birbirlerinin para harcamasına karışmaz.	☐	☐	☐	☐	☐
18. Erkekler, kız arkadaşının kazandığı parayı kontrol etmelidir.	☐	☐	☐	☐	☐
19. Kızlar, erkek arkadaşının kazandığı parayı kontrol etmelidir.	☐	☐	☐	☐	☐
20. Kız/erkek arkadaşlar birbirlerinin banka kartlarının şifrelerini bilmelidir.	☐	☐	☐	☐	☐
21. Kızlar, erkek arkadaşının uygun gördüğü şekilde para harcamalıdır.	☐	☐	☐	☐	☐
22. Kızların daha önceden cinsel deneyimi varsa, erkek onu cinsel ilişkiye zorlayabilir.	☐	☐	☐	☐	☐
23. Erkekler, kız arkadaşlarına cinsel zorlamada bulunmamalıdır.	☐	☐	☐	☐	☐
24. Kızlar, erkek arkadaşlarına cinsel zorlamada bulunmamalıdır.	☐	☐	☐	☐	☐
25. Erkekler, kız arkadaşını okşama öpme gibi cinsel davranışlarda bulunurken onun onayını almasına gerek yoktur.	☐	☐	☐	☐	☐
26. Erkekler kız arkadaşlarını cinsel yakınlaşmaya zorlayabilir.	☐	☐	☐	☐	☐
27. Kız/erkek arkadaşlığında cinsel zorlanma olmamalıdır.	☐	☐	☐	☐	☐
28. Flört döneminde cinsel eylem yalnızca erkeklerin hakkı olabilir.	☐	☐	☐	☐	☐

Ek-3 Young Şema Ölçeği

Yönerge:
Aşağıda kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler bulunmaktadır. Her bir ifade için sizi ne kadar iyi tanımladığına karar veriniz.

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

İfade	1 Tamamıyla Yanlış	2 Büyük ölçüde Yanlış	3 Biraz Daha Uygun	4 Orta Derecede	5 Çoğunlukla Doğru	6 Mükemmel Tanımlıyor
1. Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. Beni terk edeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. Uyumsuzum.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Beğendiğim hiçbir erkek/kadın, kusurlarımı görürse beni sevmez.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7. Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9. Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşıtlarım kadar başaramadım.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10. Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
11. Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

12. Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
13. Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14. Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15. Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16. Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
17. Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
18. Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hak ederim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
19. Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
20. Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Ek-4 Affedicilik Ölçeği

Aşağıda verilen ifadeleri okuyarak her birinin sizi ne derece tanımladığını en uygun seçeneği işaretleyerek belirtiniz.

1 = Beni hiç yansıtmıyor
2 = Beni pek yansıtmıyor
3 = Beni biraz yansıtıyor
4 = Beni orta derecede yansıtıyor
5 = Beni oldukça yansıtıyor
6 = Beni çok yansıtıyor
7 = Beni tamamen yansıtıyor

İfade	1 Hiç Yansıtmıyor	2 Pek Yansıtmıyor	3 Biraz Yansıtıyor	4 Orta Derecede	5 Oldukça Yansıtıyor	6 Çok Yansıtıyor	7 Tamamen Yansıtıyor
1. İşleri berbat ettiğimde önce kötü hissetmeme rağmen zamanla kendimi rahatlatabilirim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. Yaptığım olumsuz şeyler için kendimi kurtarırım.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. Yaptığım kötü şeylerden öğrendiklerim onlarla baş etmemde bana yardımcı olur.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. İşleri berbat ettiğimde, kendimi kabul etmek benim için gerçekten çok zordur.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Yaptığım hatalara, zamanla daha anlayışlı olurum.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Hissettiğim, düşündüğüm, söylediğim ya da yaptığım olumsuz şeyler için kendimi eleştirmeyi durduramam.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7. Yaptığının yanlış olduğunu düşündüğüm kişiyi cezalandırmayı sürdürürüm.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. Beni incitenlere karşı zamanla daha anlayışlı olurum.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9. Beni incitenlere karşı katı olmaya devam ederim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10. Başkalarına bana geçmişte zarar vermiş olsa da, eninde sonunda onları iyi insanlar olarak görebilirim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
11. Başkaları bana kötü davranırsa, onların hakkında kötü düşünmeye devam ederim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

12. Biri beni hayal kırıklığına uğrattığında, bu olayı eninde sonunda geçmişte bırakabilirim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
13. Kontrol edilemeyen nedenlerden dolayı işler ters gittiğinde, onlar hakkında olumsuz düşüncelere takılıp kalırım.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14. Hayatımdaki kötü durumlara zamanla daha anlayışlı olabilirim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15. Hayatımdaki kontrol edilemeyen durumlar yüzünden hayal kırıklığına uğrarsam, onlar hakkında olumsuz düşünmeyi sürdürürüm.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16. Hayatımdaki kötü durumlarla eninde sonunda başa çıkabilirim.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
17. Kimin hatası olmayan olumsuz durumları kabullenmek benim için gerçekten çok zordur.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
18. Kimsenin kontrolünde olmayan kötü durumlarla ilgili olumsuz düşüncelerimden, eninde sonunda kurtulurum.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

ÖZ GEÇMİŞ

Ezgican EREN, 2009-2013 yılları arasında Bayrampaşa Tuna Lisesi'nde eğitim aldı. 2015-20019 yılları arasında İstanbul Aydın Üniversitesi Psikoloji bölümünde lisans eğitimini tamamladı. Lisans eğitimini tamamlayana kadar yarı zamanlı olarak Mahzar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi ve Çağlayan Adliyesi'nde stajını tamamlamıştır. Lisans eğitimi boyunca KAÇUV'da gönüllü olarak ve UDAMER'de otizm tanısı almış çocuklar ve aileleri ile çalışmalarına devam etti. Lisans mezunu olduktan sonra Pera Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'nde psikolog olarak görev aldı. Bilişşsel Davranışçı Terapi, Aile Danışmanlığı, Şema Terapi, EMDR Terapisi alanlarında eğitimini tamamlamıştır. Hobileri arasında kitap okumak, film izlemek ve basketbol oynamak bulunmaktadır. İyi seviyede İngilizce konuşabilmektedir.