T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

GENÇ YETİŞKİNLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI ÖRSELENME YAŞANTILARI İLE ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARI, BENLİK SAYGISI VE YAŞAM DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Kübra MERİÇ

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Gizem AKCAN

İSTANBUL - 2022

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

GENÇ YETİŞKİNLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI ÖRSELENME YAŞANTILARI İLE ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARI, BENLİK SAYGISI VE YAŞAM DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Kübra MERİÇ

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

"Bu tez ..../..../2022 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir."

JÜRİ ÜYESİ	KANAATİ	İMZA

BEYAN

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

Kübra MERİÇ

10/08/2022

ÖNSÖZ

Öncelikle, tez çalışmam boyunca yardımını esirgemeyen tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Gizem AKCAN'a teşekkür ederim. Tez sürecimde araştırmamı en az benim kadar sahiplenen ve katılımcı bulabilmem için emek veren, motivasyonum düştüğünde, yorulduğumda her zaman beni yüreklendiren arkadaşlarıma çok teşekkür ederim. Ve tabi ki maddi-manevi her konuda yanımda olup, gücümü kaybettiğimde şefkatli ve yol gösterici tutumlarıyla bana varlıklarını hissettiren, evlatları olmaktan gurur duyduğum aileme teşekkür ediyorum. Bu tezi, beni ben yapan tüm değerleri bana kazandıran aileme ithaf ediyorum.

Kübra MERİÇ

10/08/2022

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

KISALTMALAR ..... **i**
TABLO LİSTESİ ..... **ii**
ÖZET ..... **iii**
ABSTRACT ..... **iv**
GİRİŞ **1**
BÖLÜM 1: GENÇ YETİŞKİNLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI ÖRSELENME YAŞANTILARI, ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARI, BENLİK SAYGISI VE YAŞAM DOYUMU HAKKINDA KURAMSAL ÇERÇEVE **5**
1.1. Ruhsal Travma Kavramı 5
1.1.1. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları ve Türleri 6
1.1.1.1. Fiziksel İstismar 9
1.1.1.2. Cinsel İstismar 11
1.1.1.3. Duygusal İstismar 14
1.1.1.4. Fiziksel İhmal 15
1.1.1.5. Duygusal İhmal 16
1.1.2. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantılarının Epidemiyolojisi 18
1.1.3. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantılarının Psikopatolojiyle İlişkisi 19
1.1.4. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantılarını Açıklamaya Yönelik Kuramlar 20
1.1.4.1. Psikiyatrik Model 20
1.1.4.2. Sosyolojik Model 21
1.1.4.3. Sosyal Öğrenme Modeli 22
1.1.4.4. Sosyal Etkileşimsel Model 22
1.1.5. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantılarında Risk Faktörleri 23
1.1.5.1. Ebeveyn- Aile Faktörü 23
1.1.5.2. Çocuk Faktörü 24
1.1.5.3. Çevresel Faktörler 25
1.1.6. Örselenmeye Yönelik Çalışmalar 26
1.2. Erken Dönem Uyumsuz Şema 28
1.2.1. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Epidemiyolojisi 29
1.2.1.1. Çekirdek Duygusal İhtiyaçlar 29

1.2.1.2. Erken Dönem Yaşam Deneyimleri 30
1.2.1.3. Duygusal Mizaç 31
1.2.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Alanları ve Temel İhtiyaçları 31
1.2.2.1. Ayrılma ve Reddedilme 31
1.2.2.2. Zedelenmiş Özerklik (Otonomi) ve Performans (Kendini Ortaya Koyma) 33
1.2.2.3. Zedelenmiş Sınırlar 34
1.2.2.4. Başkalarına Yönelimlilik 35
1.2.2.5. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık 36
1.2.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile İlgili Araştırmalar 37
1.2.4. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları İlişkisi ve Yapılan Çalışmalar 39
1.3. Benlik Saygısı 41
1.3.1. Benlik Kavramı 41
1.3.2. Benlik Gelişimi 43
1.3.3. Benliğin Görevleri 44
1.3.4. Benlik Algısı 45
1.3.5. Benlik Saygısı 46
1.3.5.1. Yüksek Benlik Saygısı 48
1.3.5.2. Düşük Benlik Saygısı 49
1.3.6. Benlik Saygısının Diğer Değişkenlerle İlişkisi 49
1.4. Yaşam Doyumu 50
1.4.1. Yaşam Doyumu İle İlgili Kuramlar 52
1.4.1.1. Aşağıdan Yukarıya-Yukarıdan Aşağıya Kuramı (Tabandan Tavana/Tavandan Tabana Kuramı) 52
1.4.1.2. Bir Noktaya Erişme (Ereksel /Telik) Kuramı 53
1.4.1.3. Aktivite (Etkinlik) Kuramı 54
1.4.1.4. Bağ Kuramı 54
1.4.1.5. Yargı Kuramı 54
1.4.2. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler 55
1.4.3. Yaşam Doyumu ile İlgili Araştırmalar 55
1.4.4. Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki 56

1.4.5. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki 57
1.4.6. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki 58
BÖLÜM 2: YÖNTEM 59
2.1. Araştırmanın Türü 59
2.2. Araştırmanın Örneklemi 59
2.3. Araştırmadaki Veri Toplama Araçları 59
2.3.1. Sosyo-demografik Bilgi Formu 59
2.3.2. Çocukluk Dönemi Örselenme Ölçeği 59
2.3.3. Young Şema Ölçeği Kısa Formu 60
2.3.4. Yaşam Doyumu Ölçeği 61
2.3.5. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği 61
2.4. Verilerin İstatistiksel Analizi 61
BÖLÜM 3: BULGULAR 63
3.1. Demografik Değişkenlere ve Araştırma Değişkenlerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistik Bulguları 63
3.2. Cinsiyete Yönelik Ölçeklerin İncelenmesine Yönelik Bulgular 70
3.3. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları, Erken Dönem Uyumsuz Şemaları, Yaşam Doyumu ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular .. 72
BÖLÜM 4: TARTIŞMA 80
SONUÇ VE ÖNERİLER 89
KAYNAKÇA 91
EKLER 119
ÖZGEÇMİŞ 131

KISALTMALAR

% : Yüzde

α : Alpha

$\bar{X}$: Aritmetik Ortalama

B : Beta

F : Frekans

p : Anlamlılık Değeri

r : Pearson Korelasyon Katsayısı

ss : Standart Sapma

t : t Değeri

BSÖ : Benlik Saygısı Ölçeği

ÇDÖÖ : Çocukluk Dönemi Örselenme Ölçeği

YDÖ : Yaşam Doyum Ölçeği

YŞÖ : Young Şema Ölçeği

TABLO LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 1 : Şemaların Sınıflandırılması 37
Tablo 2 : Araştırmaya Katılan Ailelere Ait Tanımlayıcı İstatistikler 63
Tablo 3 : Demografik Özelliklere Ait Betimsel Analizler 65
Tablo 4 : Ölçeklerden Elde Edilen Toplam Puanların Betimsel Analiz Sonuçları 65
Tablo 5 : Cinsiyete Göre Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Normallik Analizi 68
Tablo 6 : Cinsiyete Göre Ölçeklerin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları 70
Tablo 7 : Cinsiyete Göre Fiziksel ve Cinsel İstismar Puanların Mann-Whitney U Testi Sonuçları 72
Tablo 8 : Ölçek Puanları İçin Ölçekler ve Alt Ölçekler Arası Korelasyonlar 74
Tablo 9 : Bağımsız Değişkenlerin BSÖ Puanlarını Açıklama Gücü 78
Tablo 10 : Bağımsız Değişkenlerin BSÖ Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar 78
Tablo 11 : Bağımsız Değişkenlerin BSÖ Puanlarını Açıklama Gücü 78
Tablo 12 : Bağımsız Değişkenlerin BSÖ Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar 79

ÖZET

İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü - Yüksek Lisans Tez Özeti

Tezin Başlığı: Genç Yetişkinlerde Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları ile Erken Dönem Uyumsuz Şemaları, Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	
Tezin Yazarı: Kübra MERİÇ	**Danışman:** Dr. Öğr. Üyesi Gizem AKCAN
Kabul Tarihi: 10.08.2022	**Sayfa Sayısı:** iv (ön kısım)+ 118(tez)+ 13(ekler)
Anabilim Dalı: Psikoloji	**Bilim Dalı:** Klinik Psikoloji

Bu araştırmanın amacı; çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın evrenini İstanbul ilindeki çeşitli üniversitelerde öğrenim görmekte olan 18-65 yaş aralığındaki lisans ve yüksek lisans öğrencileri oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemini gönüllülük ilkesine göre kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen, 18-65 yaş aralığındaki 352 katılımcı oluşturmuştur. Araştırmada örneklem büyüklüğü %95 güven aralığında, ± %5 örnekleme hata payıyla hesaplanmıştır. Araştırmada veri toplamak amacıyla katılımcılara "Sosyo-Demografik Bilgi Formu", "Çocukluk Dönemi Örselenme Ölçeği", "Young Şema Ölçeği Kısa Formu", "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği", "Yaşam Doyumu Ölçeği" verilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 25 (Statistical Package fort he Social Sciences) programı kullanılmıştır. Araştırmada bağımsız örneklem t testi, Mann-Whitney U ve Levene testleri kullanılmıştır. Ölçekler arası korelasyonda Pearson çarpım-moment korelasyonu kullanılmıştır. Ölçekler arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunduğu durumlarda birden fazla bağımsız değişkenin modele alındığı çoklu doğrusal regresyon modeli bağımlı değişken üzerindeki etkiyi belirlemek için kurulmuştur.

Araştırmanın sonucunda yaşam doyumunun, zedelenmiş otonomi şemasının ve duygusal ihmalin, benlik saygısının önemli birer yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmanın bulguları tartışılmış ve literatürdeki ilgili çalışmalar ışığında alternatif açıklamalar yapılmış, sınırlılıklar ve daha ileri araştırmalar için öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemalar, benlik saygısı, yaşam doyumu

ABSTRACT

Istanbul Kent University -Graduate Education Institute Abstract of Master's Thesis

Title of the Thesis: The Study of the Relationship Between Childhood Abuse Experiences and Early Maladaptive Schemas, Self-Esteem, and Life Satisfaction in Young Adult

Author: Kübra MERİÇ **Supervisor:** Dr. Lecturer Gizem AKCAN

Date: 10.08.2022 **Nu. of pages:** iv (pre text)+ 118(main body)+ 13(App.)

Department: Pyscgology **Subfield:** Clinical Pyscgology

The aim of this study is to examine the relationship between childhood abuse experiences, early maladaptive schemas, self-esteem and life satisfaction. The population of the research consisted of undergraduate and graduate students, aged between 18-65, studying at various universities in Istanbul. The sample of the study consisted of 352 participants between the ages of 18-65, selected by convenience sampling method according to the principle of voluntariness. In the study, the sample size was calculated with a 95% confidence interval, with a sampling error of ± 5%. "Sociodemographic Information Form", "Childhood Trauma Questionnaire Short Form", "Young Schema Scale Short Form", "Rosenberg Self-Esteem Scale", "Life Satisfaction Scale" were given to the participants in order to collect data in the study. SPSS 25 (Statistical Package for the Social Sciences) program was used in the analysis of the data. Unpaired t test, Mann-Whitney U and Levene tests were used in the study. Pearson product-moment correlation was used for inter-scale correlation. In cases where there was a statistically significant relationship between the scales, the multiple linear regression model, in which more than one independent variable was modelled, was established to determine the effect on the dependent variable.

The result of the study has been concluded that life satisfaction, impaired autonomy schema and emotional neglect are important predictors of self-esteem. The findings of the study were discussed and alternative explanations were made in the light of relevant studies in the literature, limitations and suggestions for further research were presented.

Keywords: Childhood abuse experiences, early maladaptive schemas, self-esteem, life statisfaction

GİRİŞ

Aile kavramına bakıldığında çok temelde çocukların ihtiyaçlarına yönelik sevgi, bakım ve korumayı sağlamakla yükümlü bir kurum olduğu görülmektedir. Gelişimsel dönemlerinde takılma olmadan, gerekli bakım verilerek büyütülen çocukların yetişkinlik döneminde bireyselleşme sürecinin ve kişilerarası ilişkilerinin sağlıklı olduğu görülmektedir. Erken çocuklukta birey, sağlıklı olmayan bir aile ortamında büyüdüğünde gelecekte fiziksel, psikolojik ve kişilerarası alanlarda problem yaşama ihtimali oldukça yüksektir (Büyükcebeci, 2019). Erken çocukluk döneminde fiziksel, kişilerarası ve duygusal ihtiyaçların gereken şekilde karşılanamaması durumu, çocuğun hem kendini hem de dış dünyayı (çevresini) nasıl algıladığını önemli ölçüde etkilemektedir (Hunt vd., 2017). Erken çocuklukta maruz kalınan örseleyici deneyimler (ihmal, istismar veya diğer travmatik olaylar) gelişimin diğer dönemlerinde psikolojik rahatsızlıklara sebebiyet verebilmektedir (Clark vd., 2010). Bu olaylar, çocuğun yaşamını biçimlendirebilmesi için önem taşıyan kendilik kavramının oluşmasına ket vurmaktadır. Aile, birey için kendini ve çevreyi anlamlandırma fırsatı oluşturan bir kurumdur. Bakım verenler tarafından maruz kalının örseleyici deneyimler güvenli bağ yapısını bozmakta, çocuğun kendilik değerlerini yok etmektedir (Herman, 2007).

Birey, erken çocukluk döneminden başlayarak sürekli maruz kaldığı örseleyici deneyimlerle birlikte yetişkinlik döneminde belli başlı inançlar doğrultusunda yaşamını devam ettirmektedir. Yetişkinliğinde yaşadığı olayları ve ilişkileri de bu kalıplaşan inançlar perspektifinden değerlendirme eğilimi göstermektedir. Çocukluk döneminde kazanılan bu inançlara erken dönem uyumsuz şemalar adı verilmektedir (Mayda, 2020). Beck (1964), şemaların benlik, tutum ve kişilerarası ilişkiler hakkında oluşturduğumuz varsayım, inanç ve kuralları kapsayan bir çerçeve olduğundan söz etmiştir. Olayların yorumlanma sürecinde bu varsayım, inanç ve kurallar algısal süreçlerimizi yönlendiren bir yapı niteliğindedir (Akt., Mann ve Hollin, 2010). Bireylerin erken çocukluk döneminde sahip olduğu şemaların yetişkinlik döneminde tanıdık gelen ve kalıplaşmış inanç, tutum ve kuralların belli olaylar sonucunda tetiklenip tekrardan gün yüzüne çıkması sonucunda bireyin kendisini ve çevresini algılayış tarzında değişiklikler olduğu; bununla birlikte problemli davranışlarda bulunduğu düşünülmektedir. İnsan davranışlarını etkileyen ve yönlendiren mekanizmanın arkasında erken dönem uyumsuz

şemaların olduğu düşünülmektedir. Bu mekanizma ile problemli davranışların ve kişilerarası ilişkilerde bozulmaların meydana geldiği, mevcut problemli davranışların ortaya çıkmasında etken olan inanç, tutum, varsayım ve kuralların çocukluk dönemi örselenme yaşantılarının bir sonucu olduğu düşünülmektedir.

Erken çocuklukta maruz kalınan örseleyici deneyimler sonucu çocuğun benliğinin farklı noktalarında hasarlar olabileceği düşünülmektedir. Bireyin kendini algılayışı ve değerlendirmesi açısından önemli kavramlardan biri olan benlik saygısı, bireyin kendisinden memnun olması ve kendisini olduğu gibi görmesi şeklinde ifade edilmektedir. Benlik saygısı sosyal destek aracılığıyla artan, öğrenilebilen ve hayatın tümünde devam eden bir süreçtir. Benlik saygısı çok temelde çocukluk döneminde gelişmeye başlar ve bu dönemde örselenme yaşantılarına maruz kalınması bu durumu olumsuz yönde etkilemektedir (Onat vd., 2016). Benlik saygısı kavramından söz ederken, bireyin hem olumlu hem olumsuz tüm tutumlarını yansıtan bir durum olduğu söylenebilmektedir. Bu kavram ruh sağlını etkileyen pek çok problemi ve psikolojik süreçleri yordayan bir konumdadır (Çivitçi, 2014). Çocukluk çağı örselenme yaşantılarının ve bu yaşantılara maruz kalmayla da şekillenen erken dönem uyumsuz şemaların dolaylı yönden benlik saygısını etkilediği düşünülmektedir.

Literatüre bakıldığında benlik saygısıyla ilişkili bulunan kavramlardan biri de yaşam doyumudur. Yaşam doyumu kavramı bireyin kendi hayatına yönelik yaptığı bir karşılaştırmadır ve bu karşılaştırma bireyin sahip olduğu şeyler ile sahip olmayı arzuladığı şeyler arasındadır (Kirişoğlu, 2016). Bireyin sahip olduğu yaşam koşulları ve deneyimlerinden doğan tecrübelerinin bir ürünüdür (Dündar, 1993). Yaşam doyumu kavramı; bireyin yaşam kalitesi, öznel iyi oluşu ve mutluluğuyla gözlemlenip ölçülebilen bir kavramdır (Keser, 2003). Yaşam doyumu, farklı pek çok noktada bireylerin yaşamını etkilemektedir. Yapılan araştırmalar sonucunda bireyci veya toplulukçu fark etmeksizin tüm kültürlerde benlik saygısının yaşam doyumu üzerinde bir etkisi olduğu sonucu elde edilmiştir (Çivitçi, 2007). Yalnızca benlik saygısı değil; çocukluk çağına ait örseleyici deneyimler, erken dönem uyumsuz şemalar gibi kavramların da yaşam doyumu üzerinde etkilere sahip olduğu düşünülmektedir.

Özet olarak araştırmada incelenen 4 farklı değişkenin bağlantılı olduğu, ayrıca çocukluk çağı örselenme yaşantılarının erken dönemde kazanılan uyum bozucu şemalar, benlik saygısı ve yaşam doyumu kavramları üzerinde etkili olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın birinci bölümünde genç yetişkinlerde çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik saygısı ve yaşam doyumu hakkında kuramsal çerçeve bulunmaktadır. İkinci bölümde yöntem, ölçekler ve örneklem yer almaktadır. Üçüncü bölümde, araştırma hipotezleri ile ilgili bulgular ve istatistiksel analizlere değinilmiştir. Son bölüm olan dördüncü bölümde ise yapılan araştırmanın bulguları ile literatürde yer alan önceki çalışmalar değerlendirilip tartışılmaktadır.

Araştırmanın Konusu

Araştırmanın konusu genç yetişkinlerde çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile erken dönem uyumsuz şemaları, benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, genç yetişkinlerin çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu doğrultuda bu araştırmada aşağıdaki hipotezler temel alınarak çalışılmıştır;

Hipotezler:

1) Demografik verilere (cinsiyet, yaş, vb.) göre, katılımcıların çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemalar, yaşam doyumu ve benlik saygısı puanları anlamlı farklılık göstermektedir.

2) Çocukluk çağı örselenme yaşantıları ve erken dönem uyumsuz şemalar arasında anlamlı bir ilişki vardır.

3) Yaşam doyumu ve benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

4) Çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

5) Çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

6) Genç yetişkinlerde çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemalar, yaşam doyumu ve benlik saygısını anlamlı derecede yordamaktadır.

Araştırmanın Önemi

Literatüre bakıldığında ayrı ayrı çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemalar, benlik saygısı ve yaşam doyumuyla ve bu değişkenlerin ikili kombinasyonlarıyla ilgili pek çok araştırma yapılmış olmasına rağmen bu dört değişkenin birlikte incelendiği bir çalışma bulunmamaktadır. Genç yetişkinlerde çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmanın literatüre ve sonraki çalışmalara önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın Yöntemi

Araştırmanın amacı, genç yetişkinlerin çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bununla birlikte sosyo-demografik bilgi formundaki değişkenlerin bağımlı değişkenlerle ilişkine bakılmıştır. Araştırma nicel modelde ilişkisel tarama deseninde tasarlanmıştır.

Sayıltılar

1. Veri toplama araçlarının araştırmanın sorularını test edebilecek şekilde planlandığı ve araştırmaya katılım gösterenlerin samimiyetle, gerçek hislerini yansıtacak biçimde cevapladıkları varsayılmaktadır.
2. Araştırma katılımcılarla sınırlı olup mevcut çalışmayı oluşturan örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.

Sınırlılıklar

1. Araştırmadaki sonuçlar, Sosyo-Demografik Bilgi Formu, Çocukluk Dönemi Örselenme Ölçeği, Young Şema Ölçeği Kısa Formu, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeklerinin ölçütleriyle sınırlıdır.
2. Araştırmanın örneklemi, 18- 65 yaş ve arası 352 katılımcı ile sınırlıdır. Kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre daha fazla olması nedeniyle cinsiyete dair olan bulgularda sınırlılık oluşturabileceği düşünülmektedir.

BÖLÜM 1: GENÇ YETİŞKİNLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI ÖRSELENME YAŞANTILARI, ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARI, BENLİK SAYGISI VE YAŞAM DOYUMU HAKKINDA KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Ruhsal Travma Kavramı

Geçmişe bakıldığında 18. yy da ve öncesinde travmanın yalnızca fiziksel yönünden bahsedilmiş, psikolojik travmadan söz edilmemiştir. Travmatik bir deneyimin ardından psikolojik sorunlar yaşayan bireylerin mental anlamda sorunlu olduğundan ya da kişiliğinde bir sorun olduğundan bahsedilmiştir. İki durumda da yaşanan travmatik deneyimin birey üzerinde bırakabileceği etkiden bahsedilmemiştir. 1870 yılında Fransa ve Prusya savaşı sonrası bu algı değişmiştir. Savaş sonrasında askerlerin psikolojik problemler yaşaması uzmanların dikkatini çekmiş ve travmanın fiziksel boyutunun yanı sıra, psikolojik anlamda da bireyleri etkileyebileceğine dair düşünceler ortaya çıkmıştır. Bu düşünceyle birlikte psikiyatristler askerlerin savaşa gitmeden önceki ruhsal durumlarıyla savaş sonrasındaki ruhsal durumları arasında farklılıklar olduğunu gözlemlemiştir (Kokurcan ve Özsan, 2012).

Günümüzde pek çok kaynakta travmanın ruhtaki ve bedendeki bağlayıcı etkilerine dair bilgiler mevcut olmakla birlikte, travma konuşulabilen bir konu haline gelmiştir. Akcan (2018), travma kavramını; ölüm tehdidinin veya gerçek bir ölümün olduğu, fiziksel, bedensel, ruhsal veya yaşamsal bütünlük için bir tehdit unsurunun oluştuğu ve bireyin savunma mekanizmalarını kullanarak dahi üstesinden gelemediği olağan dışı olaylar şeklinde açıklamıştır. Bireylerin deneyimlediği travmatik yaşantıların bazen değişime dirençli, bazen de kalıcı olduğu ve kişilik yapılanmasından bağımsız bireyin hayatındaki işlevselliği önemli ölçüde etkilediği düşünülmektedir.

"Ruhsal/psikolojik travma" kavramına baktığımızda, bir birey için örseleyici olan ruhsal bir durumu ifade etmek için kullanıldığı görülmektedir. Ruhsal travmayı somutlaştırmak adına fiziksel travmaya benzetebilmek mümkündür. Aktan (2021), bir dokuda travma oluşabilmesi için olağan karşılanabilecek bir etkiden çok daha fazlası olduğundan bahsetmektedir. Bedenin dışardan aldığı bir darbe sonucu vücutta bir bölgede meydana gelebilecek travma gibi, birey ruhsal anlamda zorlayıcı deneyimlerle

karşılaştığında da ruhsal travma oluşabilmektedir. Bu travmalar beklenmedik olmakla birlikte, bireyin baş edebilmesi için gerekli gücü aşan olayları kapsamaktadır.

Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (2013) tanımından yola çıkarak bir değerlendirme yapıldığında ise travmanın; bir bireyin gerçek bir kayıp yaşaması, ölüm tehdidiyle karşılaşması ya da bedensel anlamda bütünlüğünü tehdit edecek bir deneyim yaşaması veya bundan ağır biçimde yaralanması; tüm bunlara başka biri yaşarken tanıklık etmesi, yakın çevresinden birilerinin bunları yaşaması durumlarında ruhsal anlamda ortaya çıkabilecek durumlar olduğu söylenebilmektedir. Akcan (2018), travmatik sürecin bireyin çaresizlik ve güçsüzlük ile yüzleşmesi durumu olduğunu; ayrıca yaşanan travmatik olayların bireylerin sosyal ilişkilerinde, savunma mekanizmalarında, anlamlandırma ve denetleme durumlarında olumsuz etkileri olduğunu söylemiştir.

Ruhsal travma yalnızca bireysel düzeyde değil, aynı zamanda toplumsal düzeyde da yaşam ve ilişkiler üzerinde onarılmayı gerektiren yıkıcı ve zorlayıcı etkiler bırakıp, kuşaklararası aktarılabilmektedir. Kuşaklararası aktarılan ruhsal travmalarda, bir önceki kuşaktan kalan travmalar çözümlenmediği zaman bir kuşaktan diğerine geçebilmektedir (Zara, 2018). Maruz kalınan travmatik yaşantıların izleri kalıcı olup, kriz anında veya örselenme yaşantılarıyla birlikte harekete geçerek yeni bir psikiyatrik tablo başlatabilmektedir (Şar ve Öztürk, 2005). Ruhsal travmanın birey ve toplumda yaralayıcı etkiler bıraktığı bilinmekte, buna karşın travma sonrasında gelişmenin ve iyileşmenin çok mümkün olduğu düşünülmektedir. Akcan (2018), karşılaştığımız olayların sonucunda bedenimizin alışılmadık fiziksel, duygusal, bilişsel, kişilerarası tepkiler verdiğini; ancak bir yandan da kendisini yenilediğini savunmaktadır. Bireyin ruhsal travmadan etkilenme derecesi, yaşadığı sosyal çevrenin bireyi destekleme biçimine ve bireyin bu destek kaynaklarından ne kadar yararlanabildiğine göre değişmektedir. Travmayı bir deprem olarak düşündüğümüzde, travma sonrası büyümeyi de depremin ardından enkazın deprem bölgesinden kaldırılması olarak değerlendirebiliriz.

1.1.1. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları ve Türleri

Günümüzde nihayet travmanın çocukların duygusal ve fiziksel iyiliklerindeki, bilişsel ve davranışsal gelişimlerindeki zedeleyici etkisinin pek çok insan tarafından bilinir hale geldiği söylenebilir. Çocukluk çağında yaşanan travmatik deneyimlerle ilgili literatürde pek çok uzman tarafından yapılan tanımlamaların olduğu söylenebilir.

Örselenme tanımını yapmada toplumsal ve kültürel farklılıkların rol oynadığını söylemek mümkündür. Bu sebepten örselenmeyle ilgili, toplumların kültürel değer ve inançlarının çocuğu yetiştirmede belirleyici olması ile ilgili spesifik bir tanım yapmak güçtür (Kocaer, 2006). Çocukluk çağı travması çok temelde çocuklukta veya genç yetişkinlikte yaşanan ve ruhsal olarak zedeleyici deneyimleri içermektedir. Bu deneyimler; duygusal istismar, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ve fiziksel ihmal şeklinde isimlendirilip çoğunlukla literatürde istismar ve ihmal kavramları ile açıklanmaktadır. Buradan yola çıkarak, 18 yaşın altındaki çocuklara karşı aktif olarak yapılan fiziksel, duygusal, zihinsel ve toplumsal gelişimlerini zedeleyici tüm davranışlar istismar; beslenme, bakım, gözetim, eğitim gibi ihtiyaçlarının karşılanmaması ise ihmal olarak kabul edilmektedir (Demirkapı, 2013). İhmal ve istismarın bazen ayrı ayrı, bazen de birlikte görülüp çocukların ruhsal anlamda travmatize olmasına neden olduğu düşünülmektedir. Çocukluk çağındaki travmatik yaşantılar yalnızca, bireylerin 18 yaşından önce deneyimlediği fiziksel, cinsel, duygusal ihmal ve istismardan ibaret değildir. Bunların yanı sıra anne-baba ölümü, boşanma, ebeveynden ayrı kalma, şiddete tanıklık etme, göç, doğal afetler ve kazalar gibi pek çok olay ve durumda da olabilmektedir (Herman, 2007).

Dünya Sağlık Örgütü'ne (2014) göre travma, bir yetişkinin bir çocuğa kasti ya da kasıtsız bir biçimde yaptığı ve çocuğun biyolojik ve psikososyal gelişiminin olumsuz anlamda etkilenmesine yol açan davranışlardır. Yapılan tanımlamada yetişkinin çocuk üzerinde yarattığı etki öncelikli tutulup sonuca odaklanılmıştır. Çocukların deneyimlediği ruhsal travmalar; çocukluk çağında bakımından sorumlu olan kişilerce veya hiçbir bağı olmayan kişilerce, çocuğun her türlü bedensel ve zihinsel durumuna hasar verecek, gelişimsel dönemlerinde duraksama yaratacak kötüye kullanmayı kapsayan her türlü eylemdir (Çetin vd., 2008).

Travmaya karşı savunmasızlık yaşa ve travmanın tarihine bağlı biçimde kişiden kişiye değişiklik göstermekle birlikte; çocuk ne kadar küçükse, ondan büyük bir çocuğu veya yetişkini etkilemeyecek olayların ona ağır gelmesi o denli mümkündür. Küçük çocukların kendini koruyacak kaynağı sınırlıdır. Bebeklerin ve çok küçük çocukların travmatik yaşantıları hatırlamayacağına dair bir görüş hakimdir fakat bu gerçeği yansıtmamaktadır, çocukların travmaya en yatkın grup olduğu uzmanlarca bilinmektedir (Kline, 2021).

Lewis ve Yeager (1994), ruhsal travmaların büyük oranda çocuğun yaşadığı ortamda meydana geldiğini ve yakınındaki kişiler nedeniyle maruz kaldığı, bu durumda çocuğun fiziksel olarak kaçıp kurtulmasının, savaşıp mücadele etmesinin, bununla birlikte yaşanılanları kabul etmesinin mümkün olmadığından bahsetmiştir. Bu durumlarda savunma mekanizması görevinde dissosiyasyon meydana gelir, maruz kalınan travmatik deneyimin oluşturduğu bedensel ve psikolojik etkiler hatırlanamayacak kadar derine itilir. Bedensel ve psikolojik yaralanmalar karşısında disosiyasyon böyle bir işlevdedir (Öztürk, 2017).

Dissosiyasyon, bireyin yaşadığı travmatik duruma geçici uyumlanması ve daha geç tepkiler vermesinde etken olan bilişsel süreçtir (Şar, 2011). Disosiyasyonlar devam ettikçe bu durum disosiyatif kişilik bozukluğuna da dönüşebilmektedir. Dissosiyatif kişilik bozukluğu, erken yaşlarda başlayan ve yineleyici bir biçimde devam eden çocukluk dönemi örselenme yaşantıları, hatırlamada zorlanma, yoğun öfke patlamaları, intihar girişiminde bulunma ve kendisine zarar veren tarzda davranışlarla seyreden bir durumdur (Öztürk, 2017).

Psikoloji biliminin çalışma alanlarından olan psikotarih; insanlık tarihinin gelişiminin anlatılması, çocuk yetiştirme biçimleri, çocuk ihmal ve istismarı gibi başlıkları barındırmaktadır (Öztürk, 2018). Psikotarih genel olarak çocukluk çağı travmatik deneyimleri, çocuk bakım tarzları ve çocukluk üzerine odaklanmaktadır. Zamanda geriye gidildikçe çocuk algısı ve ebeveynlik stilleri o derece ilkelleşmekte ve erken çocukluktaki örseleyici deneyimlerin yoğunluğu ve şiddeti artmaktadır. Bundan dolayı çocukların günümüzde yetiştiği evler disosiyatif kişilik bozukluğu riskini arttırabilmektedir (Öztürk, 2016). Çocuklar maruz kaldıkları ihmal ve istismar yaşantılarına karşı ruhsal, bedensel ve bilişsel açılardan kendilerini koruyamadıkları ve yaşadıkları zorlayıcı durumlardan bir yetişkine bağlanarak korundukları düşünülmektedir. Çocukların travmasını çözebilmesi için güvenli bir yetişkinin yanında olması gerektiği; yaşadıkları evde bağlanacak ve iletişim kuracak sağlıklı bir yetişkin bulamadıkları zaman ise travmanın dirençli bir biçimde devam edeceği düşünülmektedir.

Dünya Sağlık Örgütü'nün çocuk istismarı için yaptığı tanımda bu kavramın; çocuğun gelişimi, sağlığı ve özgüveni üzerinde zararla nihayetlenen tüm örseleyici deneyimleri içerdiğinden bahsedilmektedir (WHO, 2002). Herman (2011), örselenme

yaşantılarını "Erişkin yaşamdaki yinelenen travmatik deneyimler, kişiliğin önceden oluşmuş olan biçimine zarar verir ama çocuklukta yinelenen travmatik deneyimler kişiliği şekillendirir ve çarpıtır." biçiminde açıklamıştır. Bu örselenme yaşantıları şu şekildedir;

1. Fiziksel istismar
2. Cinsel istismar
3. Duygusal istismar
4. Fiziksel ihmal
5. Duygusal ihmal

1.1.1.1. Fiziksel İstismar

Dünya Sağlık Örgütü bu kavramı, çocuğa yönelik ve bilerek yapılan fiziksel güç kullanımı sonucunda çocuğun sağlığı, gelişimi ve onuru bakımından zarar görmesi şeklinde tanımlıyorken; UNICEF fiziksel istismarı çocuğa acı veren, kaza dışı ve yasaklanan şiddet davranışlarıyla ortaya çıkan çocuğun iş görebilme ve gelişim durumunun sekteye uğraması olarak açıklamaktadır (Akt., Yurdakök, 2010). Fiziksel istismar; öfke boşaltma, cezalandırma ya da itaati sağlama niyetiyle itilerek, aletle/elle vurularak, yakılarak sarsılarak veya ısırılarak mağdur çocuğun bedeninde iz bırakacak/bırakmayacak biçimde şiddet uygulanması olarak ifade edilmektedir (Topbaş, 2004).

Bireyin fiziksel istismar mağduru olduğu pek çok belirti ile gözlemlenebilir. Bunlar; ısırıklar, yanıklar, iç organlarda meydana gelen yaralanmalar, dışarıdan gözlemlenemeyen kafa içinde meydana gelen problemler biçiminde de görülebilir (Demir, 2012). Diğer istismar türleriyle kıyaslandığında fiziksel istismar daha fark edilebilir olsa da (Pelencioğlu ve Bulut, 2009), istismarı fark edip gerekli kuruluşlara bildirilmesinden sorumlu yetkililerin çocukta gözlemlenen sağlık sorunlarının kasıtlı davranışlardan dolayı mı yoksa kaza sonucunda mı oluştuğunu fark etmeleri uzmanlık gerektiren bir beceridir (Dubowitz ve Bennet, 2007). Fiziksel istismar, tespiti en kolay çocukluk çağı örselenme yaşantısı olmasına rağmen; bazı toplum ve kültürlerde örseleyici davranışların istismar olarak algılanmıyor oluşu tespiti zorlaştırmaktadır. Bu

davranışlar ne yazık ki bazı kültürlerde çocuğun terbiye ve disiplininde olan rutin davranışlar olarak da düşünülmektedir (Topbaş, 2004).

Yapılan bir çalışmada, benlik gelişimi noktasında fiziksel anlamda istismara uğramanın ciddi etkileri olduğundan, çocuktaki hasarın hem bedensel hem ruhsal olarak meydana geldiğinden söz edilmiştir. Bu nedenle çocuğun sevilmediğine ve değersiz görüldüğüne dair çıkarımlarda bulunduğu görülmüştür. Fiziksel istismar mağduru çocukların davranışlarında normal dışı pek çok şey olduğu söylenebilir. Bu durumun yetişkin olduğunda antisosyal kişilik bozukluğuna ait belirtilerin ortaya çıkmasına neden olduğu düşünülmektedir (Akgül, 2015). Bu çocukların gelişimsel süreç içerisinde uzun vadede sosyal ve duygusal anlamda örselenip zorlanacakları, daha agresif veya tepkisel davranışlarda bulunarak hayatlarındaki işlevsellikte azalma ve kayıp yaşayacakları düşünülmektedir.

Araştırmalara göre fiziksel istismarın en fazla görüldüğü gelişim evrelerinin bebeklik ve okul öncesi dönem olduğu ifade edilmiştir. Bu mevcut durumun çocukların kendilerini savunamıyor olmaları ve rahatsızlık duyduğu şeyleri ifade edememelerinden kaynaklandığı belirtilmiştir (Bilir vd., 1991). Fiziksel istismarın yaygınlığına bakıldığında ise dünyada aile çevresinde istismar ile ilgili yaygınlık incelenip bu oranların; Filipinler'de %21- %82 Amerika Birleşik Devletleri ve Şili'de %4-%85, Hindistan'da %36-%70 ve Mısır'da %26-%72 ve arasında değiştiği görülmüştür (Runyan vd., 2002). Çocukluk ve Gençlik Merkezi'nin (2006) araştırmasından elde edilen sonuca göre, çocukların %65,72'sinin fiziksel istismar mağduru olduğu görülmektedir. Bu oranlar bilimsel sonuçları içermekte olup; açıklığa kavuşturulamamış ve bu nedenle araştırmaya dahil edilememiş istismar vakalarının da eklenmesiyle bu yüzdelerin artacağı düşünülmektedir. Türkiye'de çocukların fiziksel olarak istismar edilme oranındaki yükseklikte, fiziksel şiddetin bir disiplin tarzı biçiminde görülüp uygulanmasının etken olduğu düşünülmektedir (Pelendecioğlu ve Bulut, 2009).

Kuramsal çerçevede çocukların fiziksel istismarı iki önemli sendromla açıklanmaktadır.

1. **Sarsılmış Bebek Sendromu:** Çocuğun bebeklik çağında ağlama nöbetleri sırasında anne veya baba tarafından sallanması/sarsılması ile bebeğin beyninde ciddi travmalar oluşturan bir sendromdur (İnce vd., 2014).
2. **Muncchausen Sendromu:** Ebeveynlerden birisinin, çocukta olmayan bir hastalığı varmış gibi gösterip çocuğu hastaneye götürmesidir. Çocuğun ihtiyacına hizmet etmeyen bir hastane süreci ve ilaç tedavisi yöntemlerinin kullanılması çocukta fiziksel anlamda hasarlar meydana getirebilmektedir (Başbakkal, 1994).

1.1.1.2. Cinsel İstismar

Ruth ve Henry Kempe (1978) cinsel istismarı; "gelişimsel olarak henüz olgunlaşmamış ve bağımlı çocuk/ergenlerin bilinçli şekilde onay veremedikleri algılayamadıkları ya da bireylerin aile içindeki rollerine ters olan cinsel eylem/eylemsizliklerde kullanılması" biçiminde ifade etmiştir. Cinsel istismar yaygın, aynı zamanda mağdur çocuk üzerinde oluşturduğu kısa ve uzun süreli yıkıcı etkiler bırakması nedeniyle büyük bir toplumsal sorundur. Cinsel istismar, istismar türleri arasında en fazla karşılaşılan ve genelde çocuğun senelerce maruz kaldığı şeyler olup, ne yazık ki çoğu zaman gizli kalmaktadır. Çocukluk çağında cinsel istismara uğrayan vakalardan yalnızca %15'nin bilindiği düşünülmektedir (Yates, 1997). Maruz kaldığı ve travmatize edici cinsel davranışların çocuklarda karın ağrıları, uyku sorunları, altını ıslatma, farklı fobilerin oluşumu ya da büyük tuvaletini kaçırma gibi belirtilerle kendini gösterdiği görülmektedir. Bazen de ani şekilde ortaya çıkan cinsel eylemler, cinsel tecrübeyle ortaya çıkan hastalıklar, cinsel organ kanaması şeklinde görülmektedir (Kara vd., 2004).

Çocuğa yönelik cinsel istismar davranışlarının uzun bir geçmişe sahip olduğu ve son yıllarda kontrol edilemez bir toplumsal sorun haline geldiği söylenebilir. Gerek medyada ve gazetelerde gördüğümüz gerekse mesleki açıdan seanslarda gözlemlediğimiz cinsel istismar mağduru çocukları korumak adına gerekli ve yeterli adımların atılmadığı düşünülmektedir. Bu noktada önleyici tedbirlerin nitelikleri ne olursa olsun, yeterince başarılı olmadığı ve cezaların artırılmasının veya farklı yaptırımların önleyici olmadığı düşünülmektedir.

Amerikan Ulusal Çocuk İstismarı ve İhmali Merkezi (NCCAN) cinsel istismarı, "Çocuk ve yetişkin arasındaki temas ve ilişkinin, o yetişkin ya da başka birinin cinsel uyarım için kullanılması." olarak tanımlamaktadır. Bu istismar türü diğeri üzerinde güç ve kontrol sağlaması şeklinde, arada belirgin yaş farkının olması durumunda bir çocuk tarafından da gerçekleşebilmektedir (Akt., Polat, 2001). Çocuğun cinsel anlamda istismar edilmesiyle ilgili pek çok açıklama yapılmasından kaynaklanacak tutarsızlığın ve karmaşanın önüne geçebilmek adına belli başlı tanımlamalar yapılmıştır. Çocuk ve yetişkinin teması/ilişkisi, o yetişkinin veya farklı birisinin cinsel uyarılması için kullanılmışsa, bu durumda çocuk cinsel istismara uğramış olur. Temas gerektiren, temas gerektirmeyen cinsel istismar biçimleri vardır. Bunlar;

A-Temas gerektirmeyen cinsel istismar:

- Çocukla seks içerikli konuşma
- Çocuğun pornografik materyallere maruz bırakılması
- Çocuk pornografisi ya da cinsel içerikli fotoğraflarının çekilmesi
- Çocuğun cinsel gelişimi ve organları ile dalga geçme
- Çocuğun cinsel doğasının duygusal ve sözlü istismar edilmesi
- Çocuğun önünde mastürbasyon yapılması
- Çocuğun çıplakken veya istismarcıya cinsel haz veren aktivitelerde izlenmesi
- Çocuğun başka kişilerin cinsel istismarına tanık edilmesi

B-Temas gerektiren cinsel istismar:

- Çocuğa cinsel amaçla dokunulması
- Çocuğun cinsel amaçla öpülmesi
- İstismarcının çocuğu cinsel amaçla kendisine dokunmaya zorlanması
- İstismarcının çocuğu kendisine oral seks yapmaya zorlaması
- İstismarcının çocuğu kendisine mastürbasyon yapmaya zorlaması
- Çocukla penetrasyon (anal/vajinal)
- Çocuğa cinsel haz için şiddete maruz bırakılması
- Mağdur çocuğun bir hayvan ile seksüel aktiviteye zorlanması
- Fuhuş için çocuğu kullanma (Ballı, 2010).

Türkiye'deki bir çalışmada çocukların hepsinin temas içeren cinsel istismara maruz kaldığına dair bulgular elde edilmiştir. Erkek çocuklarında anal sürtünmenin, dokunma-okşama, öpme; kız çocuklarında vajinal penetrasyon yüksek oranda saptanmıştır (Akbaş vd., 2009). Cinsel istismarın, mağdur çocuk üzerinde uzun dönemde ciddi fiziksel ve ruhsal etkilerinin olabileceğinden bahsetmek mümkündür. İstismarın klinik özellikleri ve birey üzerindeki etkileri bazı durumlara göre farklılık gösterebilmektedir. Bu durumlar; çocuğun istismarı yapan kişiyle ilişkisine, istismarın süresine ve çeşidine/şekline, şiddet davranışının olup olmamasına, çocuğun gelişim dönemine ait özelliklerine göre farklılaşabilmektedir (Aktepe, 2009).

Çocuğun maruz kaldığı örselenme yaşantısı pek çok psikopatolojiye de sebebiyet vermektedir. Depresyon, disosiyatif bozukluk, madde bağımlılığı, anksiyete, kişilik bozukluğu, kişiler arası ilişki problemleri, intihar eğilimi ve yeme bozukluklarıyla çocukluk çağı cinsel istismarı arasında ilişki bulunmuştur (Polusny ve Follette, 1995). Cinsel istismar mağduru çocuklarda olaylar karşısında korku tepkilerinde artış, öfke, saldırgan davranışlar, travma sonrası stres bozukluğu ve dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğunun ortaya çıkması mümkündür (Kara vd., 2004). Ayrıca anüs veya vajinaya bir cisim sokmak, cinsel ilişkiyi taklit, özel bölgeleriyle oynama ve cinsel organları sürtme gibi uygunsuz davranışlara rastlanabilmektedir (Taner ve Gökler, 2004).

Özetlemek gerekirse çocukların yakın gördükleri kişilerin kötü dokunuş ve davranışlarından rahatsızlık duysalar bile karşı koyması gerektiğini bilemeyip bazen maruz kaldıkları istismar davranışını anlamlandıramadıkları düşünülmektedir. Çocuğun, gelişim basamaklarından kaynaklı olarak yakını olarak gördüğü kişiler tarafından cinsel davranışlar görmesi fakat bunu sevgi davranışı zannetmesinin çocuğun zarar verici davranışı ayırt etmesi noktasında zorlayıcı olduğu söylenebilir. Kendi içinde sevgiyle yapılan birtakım eylemler olarak nitelendirdiği davranışın zamanla bu davranışların sevgi temasıyla yapılmadığını anlamasıyla, farklı pek çok ruhsal yıkım ve psikiyatrik sorun yaşayabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle çocukları iyi ve kötü dokunuşları ayırt edebilmek üzere bilgilendirmenin faydalı olacağı söylenebilir. Çocuğun bedenine dair anatomik bilgileri ve mahremiyet eğitimini yaşıyla, psikolojik ve fiziksel gelişimiyle bütün olarak değerlendirmenin bilinçlenmesini sağlayacağı söylenebilir.

Burada değinilmesi gerekenin, çocuğun kendini tanıyıp bu davranışlardan korumasına hizmet edecek kazanımlar olduğu düşünülmektedir.

1.1.1.3. Duygusal İstismar

Uluslararası bir toplantıda duygusal istismar kavramıyla ilgili oluşturulan tanımlama; "Genç ve çocukların ruhsal açıdan kötüye kullanılması, yapılması gereken fakat ihmale uğratılan veya yapılan psikolojik açıdan olumsuz sonuçlar yaratan davranışlardır." biçiminde ifade edilmiştir. Duygusal istismarın temelini oluşturan iki özellik onu diğer istismar türlerinden ayırmaktadır. Bu özelliklerden biri; duygusal istismarın fiziksel istismar gibi somut bir bulgusunun olmayışı, diğeri ise çocuğun yaşadığı fiziksel ve cinsel istismarın sonucu ve bunlara ek olarak duygusal anlamda istismara uğrama ihtimalidir (Polat, 2001). Diğer bir tanımda ise duygusal istismar; çocuk ve ergenin emosyonel anlamda rencide edilip örselenmesine sebebiyet verecek tarzda davranış biçimlerine maruz kalması demektir. Hem ergen hem de çocukların kendi vücutlarını ve kişiliklerini olumlu algılamasını, kendiliğini fark etmesi ve elbette ki geliştirmesini engelleyebilecek tüm negatif uyaranlar ve emosyonel açıdan olumsuz muameleleri kapsamaktadır (Kulaksızoğlu, 2001).

Polat (2007) 'a göre duygusal istismar; çocuğa bakım veren veya farklı bireylerin, çocuk üzerinde istek ve beklenti içerikli tutumlarının olması, çocuğun kişiliğine ve bedenine saldıran içerikte sözler sarf etmeleri, emosyonel, benlik ve sosyal gelişimini ketleyen, davranışlarda bulunmaları veya hiçbir davranışta bulunmamalarıdır. DSM-5' e göre çocuğa ruhsal sömürü, çocuğun bakım verenlerinin isteyerek yaptığı, ruhsal bir olumsuzluk ile sonuçlanan veya sonuçlanabilecek simgesel/sözel eylemlerdir (APA, 2014). Bu eylem ve eylemsizlikler; aşağılama, reddetme, küfretme, bağırma, çocuğu yalnız bırakma, korkutma, yanıltma, duygusal bakımdan ihtiyaçlarını karşılamama, tehdit etme, kardeşler arasında ayırım yapma, yaşından fazla sorumluluk bekleme, değer vermeme, alaylı konuşma, küçük düşürme, aşırı baskı ve otorite kurma, isim takma, ağır tehdit/ceza durumları duygusal istismardır. Çocuklar ebeveynlerine veya bakım verenlerine bağlanma ihtiyacıyla dünyaya gelirler ve ihtiyaçlarını giderebilmek adına destek talep edebilecekleri ilk yer bakım verenleridir (Polat, 2007).

Çocukların bakımından sorumlu kişilerin hayli hassas olmaları gerektiği düşünülmektedir. Çocuğun fiziksel görünüşünde bir deformasyon, farklılık olmaması, duygusal istismarın yetişkinlerce fark edilememesine ve ne yazık ki önemsenmemesine sebep olduğu söylenebilir. Duygusal istismarın çocuk üzerinde uzun vadede psikolojik açıdan ciddi etkilerinin olacağı söylenebilir.

Duygusal istismarın anlaşılması ve bildirilmesi güçtür ve yeterince sevgi göremeyen çocukların duygusal anlamda sağlıklı bir gelişim göstermesi zorlaşmaktadır (Taner ve Gökler, 2004). Duygusal gelişimi etkilemesinin yanı sıra bebeklerin dilsel becerilerini kullanamaması ve bununla birlikte geç konuşması üzerinde de duygusal istismarın rolü bulunmaktadır. Duygusal istismar mağduru çocukların, kişilerarası ilişkileri ve gelecekte sahip olacakları kariyer hayatını olumsuz yönde etkilemektedir (O'Hagan, 2006). Son dönemde pek çok kanaldan, yoğun bir biçimde fiziksel ve cinsel istismar haberlerine maruz kalınması ve aşina olunması sebebiyle duygusal istismar toplumun diline yerleşmemektedir. Hatta ne yazık ki bu durum, duygusal istismarın yarattığı yıkıcı etkinin azımsanmasına yönelik yanılsamalara neden olmaktadır (Hornor, 2012).

Yapılan araştırmada duygusal istismarın sınır kişilik bozukluğuna sebep olabileceği görülmüştür. Aynı araştırma duygusal olarak istismara uğrayan kişilerin duygularını anlamlandırmak ve fark etmek noktasında duygusal istismara uğramayan bireylere göre eksiklik, duygusal sınırlar çizememe, dürtüsellik ve stresli durumlarla karşılaştığı zaman krizi çözebilmek için güdülenmekte zorlanma gibi problemler yaşadığını belirtmektedir (Mayda, 2020). Bipolar bozukluk tanısı alan bireylerde, dissosiyatif belirtiler ve travma türleri perspektifinden incelendiğinde en çok duygusal istismar ve ihmal ile anlamlı biçimde ilişkili olduğu yine araştırmalarca desteklenmiştir (Kuo vd., 2015).

1.1.1.4. Fiziksel İhmal

Çocukların yiyecek, kıyafet, güvende olma, sağlıklı olmayla ilgili ihtiyaçlarının karşılanmamasıdır (Bilir vd., 1991). Fiziksel ihmalde çocuğun yeterince beslenememesi, temizliğine özen gösterilmemesi mevsime uygun ve temiz giydirilmemesi, karşılaşabileceği kazalar için ev içinde ve dışında önlem alınmaması gibi durumlardan

söz edilebilir. Fiziksel anlamda ihmal edilen çocuklar zayıf ve çelimsiz görünmekte, hatta bazılarında yeterince bakılmadığı ve beslenmediğinden dolayı gelişim geriliği de bulunmaktadır (Güner vd., 2010). Yapılan bir çalışmada çocuğun yaşadığı evde kalabalık ve sağlıksız bir iklim olmasının, çocuğun kirli ve uygunsuz kıyafetler giyinmek zorunda kalmasının fiziksel ihmal olduğundan söz edilmektedir (Dubowitz vd., 2002). Beyazova (2014) ise, çocuğun pek çok kazaya sebebiyet verecek risklere sahip bir evde yaşamasının, açıktaki elektrik kablolarının, prizlerin fiziksel ihmale neden olan etkenlerden olduğunu söylemiş ve aynı zamanda çocuğun farklı kurum ve kuruluşlara terk edilmesinin de fiziksel olarak ihmal edilmesi anlamına geldiğinden söz etmiştir.

Çocuğun ebeveyn veya bakım verenleri tarafından gözetilmemesi, uyuşturucu ve sigara gibi zarar verici maddelere ulaşımının engellenmemesi de fiziksel ihmal kavramının içerisinde değerlendirilmektedir (Kaplan vd., 1999; Yargıç vd., 2012). Literatür taramalarında çocukların evden kovulması, barınma gereksinimlerinin karşılanamaması, çocuğun hijyen gereksinimlerinin karşılanmaması, sağlık sorunlarının olması ve tedavi ettirilmemesi gibi durumların da fiziksel ihmali kapsamaktadır (Taner ve Gökler, 2004). Fiziksel ihmalin çocuklar üzerinde yarattığı etki nedeniyle saldırganlık ve suç davranışları fazlaca görülmektedir. Fiziksel olarak ihmal edilmeyen çocuklarla kıyaslandığında ise karşıt olma karşıt gelme bozukluğu ve davranış bozuklukları fiziksel ihmale uğramış çocuklarda oldukça fazladır. Benzer şekilde fiziksel olarak ihmal edilenlerde bilişsel fonksiyonların zarar görmesi ve akademik süreçlerde aksamalar olması, kişilerarası ilişkilerin bozulması, bununla birlikte tetiklenen toplumdan izole olma arzusuna sıkça rastlanmaktadır (Taner ve Gökler, 2004).

1.1.1.5. Duygusal İhmal

Merriam-Webster Sözlüğü'ne göre "ihmal" kelimesi, "İlgi ve saygının azlığı ya da saygısızlık yapmak; özellikle ilgiden mahrum ve yalnız bırakmak." biçiminde açıklanmıştır. Duygusal ihmal kavramı aslında ebeveynlerin ya da çocuğa bakım veren kişilerce çocuğun yeteri kadar sevgi, ilgi ve şefkat görmemesi biçiminde tanımlanmaktadır. Çocuğun ihmal edilmesi çok temelde duygusal olarak reddedilmesi ve yok sayılmasıdır. Duygusal ihmal mağduru çocukların tehlikeli kişilere ve

davranışlara yönelebildiğini söylemek mümkündür. Birkaç örnek vermek gerekirse; aile içindeki olumsuz durumların çocuğa yüklenmesi, aşağılanması, küçük düşürülmesi ya da kardeşinin istismara uğradığına şahitlik etmesi duygusal ihmaldir (Taner ve Gökler, 2004).

Duygusal ihmalin dışarıdan görülüp tespit edilebilen bir durum olmamasından dolayı daha zor fark edildiği belirtilmiştir. Diğer istismar ve ihmal türleriyle kıyaslandığında anlaşılması zor olduğu için şikâyet edenlerin çok nadir olduğu gözlemlenmiştir (Semerci, 2014). Duygusal ihmal görünmez bir kavram olduğundan hemen göze çarpmamakta, nadiren fiziksel veya görünür işaretlerinin olduğu söylenebilmektedir. Duygusal ihmalin böylesine göz ardı edilmesinin bir nedeni de gizlenmesidir. Genellikle çocuklukta 'söylenmiş' şeylerin yanı sıra 'hatırlanmayan', 'gözlemlenemeyen' ya da 'söylenmeyen' şeylerdir (Webb ve Musello, 2018).

Duygusal olarak sağlıklı bir yetişkin olabilmesi için çocuğun büyümesine ve gelişimine katkı sağlayacak asgari seviyede duygusal bağlanma, empati ve sürekli bir dikkate maruz kalması gerekmektedir. Asgari seviyeden daha azına maruz kaldığında çocuk bir boşluk hissi yaşamakta ya da içindeki eksik bir şeyle duygusal anlamda mücadele etmeye çabalamaktadır. Ebeveynleri tarafından kritik kriz anlarında duygusal olarak ihmal edilen ve gelişim dönemlerinde kronik duyarsızlığa maruz kalan çocuklarda onarılması mümkün olmayan yaralar açılabilmektedir (Webb ve Musello, 2018). Bu çocuklarda eğitim hayatında başarılı olamama, öğrenmeye dair zorlanmalar, düşük zekâ seviyesi (Tyler vd., 2006) depresif duygudurum, kaygı bozuklukları, karşı gelim bozukluğu şeklinde davranışsal, bilişsel ve psikolojik problemler ortaya çıkabilmektedir (Young vd., 2011; Infurna vd., 2016; Gould vd., 2012). İlk çocukluk döneminde ihmal yaşantılarına maruz kalan çocuklar, okula başlayana kadar davranış problemleri göstermeyebilirler (Dubowitz vd., 2002). Çocukken ihmal edilmiş yetişkinlerde depresyon, evliliklerde sorunlar, endişe ve öfke gibi başka davranışlarla maskelenmiş semptomlar ortaya çıkmaktadır. Bu semptomlar bireylerin psikolojik destek arama ihtiyacını da beraberinde getirmektedir (Webb ve Musello, 2018).

1.1.2. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantılarının Epidemiyolojisi

Çocuğun ailesi, bakıcısı ya da başkası tarafından fiziksel veya duygusal zedelenmesi hatta ölümle sonuçlanabilecek davranışlar ya da davranma teşebbüsü, cinsel istismarda bulunulması veya çocuğun terk edilmesi çocukluk çağı travmalarını oluşturmaktadır (Ayvaz ve Aksoy, 2004). Kessler' in bildirdiğine göre Dünya Sağlık Örgütü anket sonuçlarına göre, nüfusun üçte birinden fazlasının çocukluk çağında örseleyici deneyimler yaşadığından söz edilmiştir. ABD'deki bir çalışmada, mağdurların dörtte birinden fazlasının (%28,5) üç yaşın altında olduğu, travmatik deneyim yaşamada cinsiyet oranının benzerlik gösterdiğini (%48.6 erkek ve %51 kız), mağdurların dörtte üçünün (% 74,8) ihmal, %18,2'sinin fiziksel istismar ve % 8,5'inin cinsel istismara maruz kaldığı, %14' ünün çoklu travma mağduru olduğu, %5.2 ile en yaygın çoklu travma kombinasyonunun fiziksel istismar ve ihmal olduğu bildirilmiştir (Akt., Çelik ve Hocaoğlu, 2018). Çocukluk çağı örselenme yaşantılarıyla ilgili uluslararası araştırmalarda farklı tanımlar ve yöntemler kullanılmasından dolayı toplanan verilerin karşılaştırılamamasının çok temel bir sorun olduğu düşünülmektedir.

Farklı ülkelerde yürütülen araştırma sonuçlarında dünyada her yıl 300.000 çocuk cinsel istismar mağdur olmaktadır. Resmi raporlara dayanarak kadınların %30-45'i, erkeklerin %13-16'sının 18 yaşına ulaşmadan cinsel istismarla karşılaştığı görülmektedir (Mutlu, 2015). Gürcistan'da Birleşmiş Milletler Çocuk Fonu kapsamında yapılan ulusal bir çalışmada, 11-17 yaş arası 100 çocuğun %59,1'i duygusal istismar, %54 fiziksel istismar, %28,6 oranında şiddete maruz kalma, %24,8 oranında ihmal ve %7,8 oranında cinsel istismar mağduru olduğunu belirtmişlerdir. ABD, Şili, Filipinler, Mısır ve Hindistan olmak üzere beş ülkede fiziksel istismarın yaygınlığı araştırılmış ve bu ülkeler için yaygınlık oranlarının; ABD ve Şili'de %4 ile %85, Filipinler'de %21 ile %82, Mısır'da %26 ile %72 ve Hindistan'da %36 ile %70 arasında değiştiği belirtilmiştir (Çelik ve Hocaoğlu, 2018).

Birçok çalışma Türkiye'deki çocukların %87'sinin fiziksel istismar mağduru olduğu görülmüştür. Toplumda fiziksel şiddetin bir eğitim aracı olarak değerlendirilmesi ve bu şekilde şiddet gören çocuğun ailesi tarafından sevildiğini düşünmesi diğer ülkelere göre Türkiye'de daha yüksek rakamların ortaya çıkmasına sebep olmaktadır (Ayvaz ve Aksoy, 2004). Kolombiya, Hindistan, Rusya ve İzlanda'da toplam 459 çocukla yapılan

uluslararası bir çalışmada son bir yılda çocukların %66'sının duygusal istismara, %55'inin fiziksel istismara, %51'inin evde şiddete, %37'sinin ihmale ve %18'inin de cinsel istismara maruz kaldığı saptanmıştır. Dünya Sağlık Örgütü, yaptığı uluslararası çalışmalar sonucunda kadınların yaklaşık %20'sinin, erkeklerin de %5-10'unun çocukken cinsel istismara uğradığını, tüm çocukların %25-50'sinin ise fiziksel olarak istismar edildiğini saptamıştır (Çelik ve Hocaoğlu, 2018).

Farklı pek çok ülkeden edinilen sonuçlar doğrultusunda çocukluk çağı travmatik yaşantılarının evrensel bir sorun olarak kaldığı söylenebilir. Çocukluk çağı örselenme yaşantılarını kültürel değerler nedeniyle evrensel bir gerçeklik gibi düşünülemeyeceği, bununla birlikte çocukların yaşadığı travmatik deneyimin her çocuk için benzer biçimde fiziksel ve ruhsal örselenmeye neden olduğu düşünülmektedir.

1.1.3. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantılarının Psikopatolojiyle İlişkisi

Gerçekleştirilen pek çok çalışmada çocukluk çağı örselenme yaşantılarının bireyin gelişim sürecini olumsuz yönde etkilediğine ve bazı psikopatolojileri meydana getirdiğine dair bulgular ortaya konmuştur. Özkıyım ve kendine zarar verme davranışları, disosiyatif belirtiler, antisosyal kişilik bozukluğu, duygudurum ve anksiyete bozuklukları, fobiler, uyku bozuklukları, ikincil enürezis, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, istismarın erken döneminde amnezi, travma sonrası stres bozukluğu, depresyon, somatizasyon bozukluğu, yeme bozuklukları, hipokondriazis, cinsel işlev bozukluğu, konversiyon bozukluğu, borderline kişilik bozukluğu gibi pek çok psikiyatrik ve davranışsal sorunlara yol açmaktadır (Yöyen, 2017). Yapılan araştırmalardan elde edilen sonuçlardan bir diğeri de ruhsal travma yaşamış çocukların madde bağımlısı olma ihtimalinin yüksek olduğudur (Çiftçti vd., 2021).

Bireylerin çocukluk çağında ruhsal veya fiziksel istismar mağduru olmalarının; gelişimsel süreçlerinde özgüven ve öfke sorunları, sapkın cinsel tavırlar, psikososyal sorunlar yaşamalarıyla ilişkili olduğu görülmüştür (Briere ve Runtz, 1990). Yapılan diğer bir çalışmada ise çocukluk çağı örselenme yaşantıları ve şizofreni arasında bağ olduğu görülmüş, erken çocukluktaki örseleyici yaşantıların sağlıklı ruhsal gelişimi engellediğine ve şizofreni gibi pek çok psikiyatrik rahatsızlığa sebebiyet verdiğine ilişkin ifadeler mevcuttur (Rosenberg vd., 2007).

Psikiyatrik örneklemde yapılan yakın zamanlı bir çalışmada, bipolar bozukluğu olanların %61.8'i en az bir travma tipi bildirmiştir. Aynı çalışmada hasta gruplarında en çok bildirilen çocukluk çağı travmaları; fiziksel ve duygusal ihmal iken, fiziksel istismar ve cinsel istismar ise en az bildirilmiştir (Çelik ve Hocaoğlu, 2018). Erken dönemde yaşanan örseleyici deneyimlerin, psikopatolojik hastalıkların gelişiminde etkili olabileceği ve erişkinlikte stres etkenleriyle karşılaşıldığında duygudurum bozukluklarının tetiklenmesi için önemli nöral bir zemin oluşturacağı varsayılmaktadır (Heim ve Nemeroff, 2001).

Chu ve arkadaşları (1999), dissosiyatif bozukluklar ve travma sonrası stres bozukluğu servisinde yatarak tedavi gören 90 hasta üzerinde yaptıkları araştırmada, bu hastaların çoğunluğunun çocukluk döneminde istismar edildiğine rastlamıştır. Hastaların %83'ü fiziksel, %82'si cinsel istismar %64'ü de şiddete tanık olduklarını bildirmişlerdir. Bu çalışma sonuçları da travma sonrası bozuklukları ve amnezi dahil olmak üzere dissosiyatif belirtiler, yapılan diğer araştırmalarda olduğu gibi çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile ilişkili olarak değerlendirilmiştir (Demirkapı, 2013). Çocukluk çağında yaşanan travmatik olayların obsesif kompulsif bozukluk oluşumunda rol oynayabileceği belirtilmiştir (Carpenter ve Chung, 2011). Marufoğlu (2010) yaptığı çalışmada obsesif kompulsif bozukluk ve travma türlerinin ilişkisini analiz etmiş, dürtü obsesif kompulsif belirtisi ve fiziksel ihmal arasında anlamlı bir ilişki gözlemlemiştir. Gökler (2002), erken dönem gibi kritik bir gelişim döneminde, genetik olmayan bu tür olumsuz deneyimlerle karşılaşmanın, nörogelişimsel anlamda olumsuz bazı sonuçlar ortaya çıkmasına neden olabileceğini, bunların da psikopatolojik hastalıklara sebebiyet verebileceğini belirtmiştir.

Yapılan pek çok araştırma ve incelemede görüldüğü üzere çocukluk çağında yaşanan örselenme yaşantılarının gelişim sürecinde ve yetişkinlik döneminde psikiyatrik pek çok hastalığa neden olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla psikopatolojiler ile çocukluk dönemi örselenme yaşantılarının arasında ilişki olduğu düşünülmektedir.

1.1.4. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantılarını Açıklamaya Yönelik Kuramlar

1.1.4.1. Psikiyatrik Model

Bu modelde çocuğun maruz kaldığı ihmal ve istismardan ebeveynlerinin sorumlu olduğu ve dolayısıyla örselenme yaşantılarının sebeplerini bulabilmek için

ebeveynlere ait belli başlı özelliklerin incelenmesi gerektiğine vurgu yapılmıştır. Bu yaklaşımda ayrıca, anne ve babanın psikopatolojik bir hastalığa sahip olduğunu ve ebeveynlerin "anormal" olduğunu varsayarak psikiyatrik anlamda tanısal bir sınıflamaya koymanın gerekliliğinden söz edilmiştir (Tercan, 1995). Ebeveynler psikiyatrik modelde manikdepresif, psikotik, şizofren gibi geleneksel psikiyatrik sınıflamalara konulmak istemelerine karşın, klinik gözlem ve araştırmalara bakıldığında çocuğu örselenme yaşantılarına maruz bırakan ebeveynlerin yalnızca %10'unun tanı alabilecek psikiyatrik hastalar olduğu saptanmıştır (Gökler, 2006).

Bir başka çalışmadaki verilerde ise; çocuklarını istismara maruz bırakan anne-babaların narsistik yönde eğilim gösterdikleri, normal zekâ düzeyinde olduğu, kaygılı ve depresif tutumlarının olduğu, özsaygı noktasında eksik oldukları, güven hissinin eksik kalması, yetersiz hissetmeleri, anne-babaya ait sorumlulukların yerine getirilememesi düşünceleri, bağlanma gereksinimi duyma, egosantrizm gibi kişilik bozukluklarının gözlenebildiği, saldırgan davranışlar, başarısızlık (toplumsal ve özel yaşamda), düzensizlik gibi özellikleri barındırdığı ifade edilmiştir (Polat 2001). Bu noktada çalışma sonuçları da göz önünde bulundurulduğunda, kuramın çocukların istismar edilmesindeki sebepleri tamamen açıklayıcı bir nitelikte olmadığı düşünülmektedir.

1.1.4.2. Sosyolojik Model

Bu model psikiyatrik modelin tersine, çocukların örselenme yaşantılarına maruz kalma nedenlerini anlayabilmek adına topluma odaklanmak gerektiğinden bahsetmiştir. İstismara yol açan nedenlerin toplumsal değerlere, örgütlere, kültüre ve aile kurumuna bağlı olduğu belirtilmiştir. Sosyolojik modelde; topluma özgü değer yargılarının, toplumun şiddet perspektifinden tutum ve görüşlerinin, aile yapısı ve organizasyonunun, bununla birlikte sosyo-ekonomik şartların çocukların örselenme yaşantılarına neden maruz kaldıklarını açıklamaya yönelik fikir verdiği varsayılmaktadır (Gökler, 2006).

Kitle iletişim araçlarında, insanların birbirleri ile kurduğu ilişki ve iletişimde şiddet onaylanıyorsa, bu durum ebeveynlerin çocuk yetiştirmede kullandıkları yöntemlere ve izledikleri yola olumsuz bir biçimde yansımaktadır. Özellikle çocuğun

fiziksel olarak cezalandırılmasının sıklık ve şiddetini etkilediği görülmüştür. Bununla birlikte sosyo-ekonomik açıdan alt sınıfa özgü bazı stres yaratan özelliklerin de (düşük gelir düzeyi, işsizlik, kötü konut koşulları vb.) çocukların örselenmesine neden olduğunu söylemek mümkündür (Tercan, 1995).

1.1.4.3. Sosyal Öğrenme Modeli

Sosyolojik model yüksek sosyo-ekonomik çevrede büyüyen çocukların neden ihmal ve istismar mağduru olduğunu açıklayamamış olmasından dolayı başka bir modele ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir.

Sosyal öğrenme teorisine göre örselenme yaşantıları öğrenmeyle gerçekleşmektedir ve öğrenilen davranışın tekrar edilmesi ile meydana gelmektedir. İstismara uğramış bireyler yetişkinlik döneminde problem çözme yöntemi olarak aynı davranışı kullanmakta ve bu durum kuşaklararası aktarılmaktadır. Ebeveynleri tarafından örselenen, gözlemlediği birtakım aile sorunları sonucu yaşadığı zorlayıcı duygular, ebeveynler arasındaki şiddete tanık olan ve parçalanmış aileden gelen çocuğun yaşam şekli ve sosyal ilişkileri önemli boyutta etkilenmektedir. Çocuğun bu sebepten gözlem veya taklitle istismarcı bir kişilik yapısı oluşturabileceğini söylemek mümkündür (Aral ve Gürsoy, 2001). Model alma yoluyla bireyler; istismar etme ve şiddet davranışına eğilmektedir. Örselenme davranışına ve şiddete maruz kalınması durumlarında da yaşanılan zorlayıcı deneyimin zamanla normal olarak algılandığı görülmektedir. Örselenmeye maruz kalan tüm bireylerin bu noktada yaşadıkları sorunlarla baş etmede örseleme davranışını seçmemesi konusu ise bu modelce açıklanamamaktadır (Bandura, 1977).

1.1.4.4. Sosyal Etkileşimsel Model

Çocukluk çağı örselenme yaşantılarına neden olan faktörleri açıklamak noktasında sosyal etkileşimsel modelin önceki kuramları kapsar nitelikte olduğu düşünülmektedir. Çocuğun maruz kaldığı istismarın anne ve babanın etkileşiminin bir ürünü olduğu varsayılmaktadır. Örnek vermek gerekirse anne ve babanın birbirlerine duyduğu öfke çocuğa yansımakta ve yaşadıkları zorlayıcı duyguları çocuk üzerinden birbirlerine ulaştırmaya çalışmaları çocukta travma yaratmaktadır (Kars,1994). Sosyal

etkileşim model bağlamında bakıldığında; çocuğun çevresinden (akrabalar, komşular) ve resmi kuruluşlardan (aileler için danışmanlık hizmetleri, sağlık kuruluşları, sosyal hizmetler vb.) destek gelmemesi veya desteğin yetersizliği de çocukları örseleyip mağdur etmektedir (Kars,1994).

Yaşanan sosyoekonomik zorluklar, sosyokültürel anlamda toplumun sağlıklı bir çocuk yetiştirmeye karşı kayıtsızlığı, ekonomik açıdan düşük bir sınıfa ait olmak gibi faktörler çocukların örselenmesine neden olmaktadır (Özdemir, 1989). Sonuç olarak modeller aracılığıyla açıklanmaya çalışılsa da çocukların örselenme yaşantılarına maruz kalmasına pek çok faktörün neden olduğu söylenebilir. Modellerde bahsedilen faktörler bir kesinlik taşımamakta, buna karşın sosyo-demografik özelliklere göre (ırk, yaş, cinsiyet vb.) değiştiği düşünülmektedir.

1.1.5. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantılarında Risk Faktörleri

Çocukların örselenme yaşantılarına maruz kalmaların pek çok nedeni olduğu söylenebilir. Bazı faktörlerin ise bir araya gelip risk seviyesini artırdığı düşünülmektedir. Risk oluşturma potansiyelindeki faktörlerin bilinmesinin, örselenme yaşantılarının engellenmesine yardımcı olacağı ve konuyla ilgili araştırmalara bakıldığında ise belli başlı risk faktörlerinin olduğu düşünülmektedir.

1.1.5.1. Ebeveyn- Aile Faktörü

Yapılan araştırmalarda anne ve babanın evlilik yaşının önemli olduğu bulgularına rastlanmıştır. Küçük yaşta evlenen ve çocuk sahibi olan ebeveynler çocuğun örselenme yaşantılarına maruz kalma ihtimalini arttırmaktadır. Ayrıca annenin erken yaşlarda ve kısa aralıklarla çok fazla doğum yapması da bu riski artırmaktadır. Bununla birlikte annenin doğum öncesi, sırası ve sonrasında ihtiyaçlarının karşılanmamış olması (yeterli bakım ve destek alamaması), ölü doğum ya da düşük yapmış olması da annenin çocuğunu örseleyici davranışlara maruz bırakma riskini artırmaktadır (Karaman, 1993). Yakın zamanda yapılan psikiyatrik çalışmalarda çocuklarını örseleyici davranışlara maruz bırakan ebeveynlerin büyük çoğunluğunun kendi çocukluk döneminde istismar mağduru olduğu bilinmektedir. Sosyal öğrenme kuramcıları küçükken istismar mağduru olan ebeveynlerin çocuklarına iyi davranmadıklarını, bildikleri tek davranış paterninin

örseleyici davranışlar olduğunu belirtmişlerdir. Zor duygular yaşadıklarında, engellendiklerinde ve stres anında başvuracakları yöntemin şiddet, saldırgan bir tutum ve çocukları bırakıp gitme eğilimi olduğu görülmüştür (Cüceloğlu, 1993).

Ebeveyn veya bakım verenlerin zihinsel, ruhsal, davranışsal olarak çocuğun içerisinde olduğu gelişim dönemine uygun olmayan beklentilere sahip olmaları çocuğu ruhsal anlamda yaralamaktadır. Çocuklarını istismar eden anne-babalar kendi isteklerini çocuğun isteklerinden daha ön planda tutmaktadır. Çocuğu, ihtiyaçlarını karşılamak için bir araç olarak görmektedirler (Pala, 2011). Ailedeki madde kötüye kullanımı da çocuğu örseleyen sebeplerdendir. Yapılan bazı araştırmalarda görüldüğü üzere özellikle alkol alan ebeveynler fiziksel açıdan, uyuşturucu kullanımı olan ebeveynler ise cinsel yönden çocuğu istismar eden davranışlarda bulunmaktadır (Karaman, 1993).

Bir çalışmada tek ebeveynli bir ailede büyüyen çocukların fiziksel anlamda örselenme ihtimalinin daha fazla olduğu görülmüştür. Yalnızca babaları ile birlikte yaşayan çocukların, anneleri ile yaşayanlara göre istismar mağduru olma ihtimallerinin iki ve üç kat daha fazla olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Polat, 2007). Ölüm, ayrılma ya da uzağa gitme sebeplerinden dolayı parçalanan ailenin çocuğu olmak da risk faktörüdür. Aile içinde şiddete tanıklık etme, parçalanmış bir aileden gelme veya bazı ailevi sorunların çocukta yarattığı olumsuz ve zorlayıcı duygular çocuğun yaşam şeklini ve sosyal ilişkilerindeki davranış tarzlarını belirlemekte önemli bir faktördür (Aral, 2001).

1.1.5.2. Çocuk Faktörü

Bakıldığında her çocuğun evrensel bir biçimde örseleyici davranışlara maruz kalmasının mümkün olduğu söylenebilir. Fakat bazı faktörlerin ihmal ve istismar mağduru olma riskini arttırdığı düşünülmektedir.

Gelişimsel bozukluğa sahip, anomalisi ve mental retardasyonu olan çocukların daha fazla istismar edildiği bilinmektedir. Normal çocuklarla karşılaştırıldıklarında daha fazla ilgili ve sabırlı yaklaşılması gerekirken, doğduğu ailenin beklentilerine uymayan ve sosyal çevre tarafından kabul görmeyip etiketlenen bu çocukların istismara açık bir kitle olduğu ifade edilmektedir. Bu konuya dair yapılan bir araştırmada istismar edilen

gruptaki bebeklerin %1,6'sının istismar edilmeyenlerin ise %0,8'inin engelli olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Karaman 1993). Yapılan bir araştırmada, fiziksel veya mental açılardan engeli olan çocukların sağlıklı çocuklara oranla 1,7 kat istismara daha yatkın olduklarına dair bulgulara rastlanmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında bunun nedeni bu çocukların temel ihtiyaçları konusunda bir yetişkine bağımlı olmalarıdır. Hareket güçlükleri nedeniyle istismardan kaçamamakta, muhakeme yapma konusunda sorun yaşamaktadırlar (Altunsu, 2004).

Çocukların doğum sırasının da örselenme yaşantılarına maruz kalmalarında etkili olduğu bulunmuştur. Ebeveynlerin ilk çocuğu olarak dünyaya gelen çocukların fiziksel açıdan daha fazla cezalandırıldıkları fakat sonrasında doğan çocukların bu cezalara maruz kalmadıkları gözlemlenmiştir (Biçer vd., 1999). Bundan yola çıkarak istismar ve ihmal mağduru olmak noktasında doğum sırasının risk faktörü olduğu düşünülmektedir. İstenmeyen bir çocuk olması, beklenmedik bir zamanda dünyaya gelmesi, evlilik dışı ilişkiden doğmuş olması durumlarında anne-babanın çocuğu örseleyici nitelikte davranışlar sergilediği görülmüştür. Gayrimeşru çocuklara olumsuz bir bakış açısıyla yaklaşılmakta, bu çocuklar çoğu statü ve haklardan mahrum bırakılmaktadırlar (Arıkan vd., 1999). Ülkemizde de evlilik dışı ilişki sonucu dünyaya gelen çocuklar dışlanmakta ve etiketlendirilmektedirler. Gebeliğinin ilk evresinde anne, bebeği öldürmeye çalışmakta ve doğum sonrasında da bebeği öldürebilmekte, hastane, karakol, cami, sokak gibi yerlerde bırakabilmektedir (UNİCEF, 2001).

Ayrıca itaat etmenin iyi, hayır demenin veya itiraz etmenin yanlış bir davranış olduğu bilgisinin çocuklara gerek örtük gerekse açık bir şekilde verildiği düşünülmektedir. Cinsellik hakkında kısıtlı bilgiye sahip olmaları nedeniyle cinsel davranışları yanlış anlayıp, sınırlarını bilmemekte ve bunun sonucu olarak da zorlandıklarında bunu anlamlandırmada güçlük çektikleri söylenebilir. İyi dokunuş-kötü dokunuş kavramlarını ayırma noktasında zorlanmalarına, bunların da çocukların ihmal ve istismar davranışlarına maruz kalmasına neden olacağı düşünülmektedir.

1.1.5.3. Çevresel Faktörler

Ortaya çıkış şekli olarak farklılık gösterse de çocukları örseleyici davranışlar tüm toplum ve kültürlerde görülmesi mümkün bir evrenselliğe sahiptir. Bazı kültürlerde bu

örseleyici davranışlar çocuğu eğitmek amacına hizmet ettiği için normalleştirilmekte, bazılarında ise ihmal ve istismar olarak değerlendirilmektedir (Ulu, 2011). Ebeveynlerin çevrelerine adapte olamamaları ve bazı fırsat ve avantajlarının kısıtlı olmasının da örseleyici davranışlarda bulunma ihtimalini arttırdığı bilinmektedir. Öte yandan ailenin her anlamda toplumdan izole bir yaşam sürmesinin ve bulundukları çevreye uyum sağlayamamalarının da çocuğa şiddet davranışını etkilediği düşünülmektedir (Arıkan, 1999).

İstismarcı ebeveynlerin yalnız ve depresif hissettiklerine dair çalışmalar bulunmaktadır. Bu ebeveynler içinde bulundukları yaşantıdan mutlu değildir, stres seviyeleri yüksektir ve çevrelerinde duygusal anlamda kendilerine destek olabilecek, kendilerine zaman ayırabilmeleri için zaman zaman çocuklarını bırakabilecekleri birileri bulunmamaktadır (Cüceloğlu, 1993). Yaşadıkları bu depresif duygu durumunun ve yaşamlarından tatmin olmama halinin çocuklarına örseleyici davranışlarda bulunma ihtimallerini arttırdığı düşünülmektedir.

Çocuğa yönelik örseleyici davranışları ekonomik seviye ayırt etmeksizin her seviyede ve çevrede görülebilmektedir. Sosyo-ekonomik seviyenin düşük olması, işsizlik oranın yüksek olması durumlarında ise çocukların örselenme davranışlarına maruz kalma ihtimalleri daha yüksek olmaktadır. Bununla beraber sosyo-ekonomik seviyenin yüksek olduğu ortamlarda çocuğun duygusal anlamda beslenmemesi, sadece maddi ihtiyaçlarının giderilmesi, yatılı okula gönderilmesi ve aile ortamından, bununla birlikte ebeveynlerinin şefkatinden mahrum kalması, bakıcıya verilmesi durumlarında da çocuk örseleyici davranış mağduru olabilmektedir (Harrington, 2002).

1.1.6. Örselenmeye Yönelik Çalışmalar

Pek çok çalışmada fiziksel açıdan kendisine zarar verme ve intihar davranışının çocukluk çağında maruz kalınan travmalar ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Bu çalışmaları destekler nitelikte yapılan çalışmada, çocukluk dönemi örseleyici yaşantılarının oransal olarak yüksek olduğu, bu yaşantılar doğrultusunda bireylerde kendilerine fiziksel olarak zarar verme ve özkıyım girişiminde bulunma davranışlarının ortaya çıktığı görülmüştür (Zoroğlu vd., 2001). Örseleyici yaşantılar sonucunda meydana gelen kendisine zarar verme davranışı sadece insanlarda değil, Rhesus

maymunlarında da görülmüştür. Örnek vermek gerekirse bebekliklerinde izole bir ortamda büyütülüp annesinin bakım vermesi engellenen bu maymunlarda; kendilerine vurma, kafalarını vurma ve sallama davranışları gözlemlenmiştir (Zoroğlu vd., 2001).

Yapılan araştırmalarda çocukluk döneminde maruz kalınan örselenmeye ilişkin zorlayıcı deneyimlerin, kişiyi suç işlemeye yönelttiği ve bununla birlikte kişinin yaşamını etkilediği görülmektedir. Kaya ve Çeçen-Eroğul (2013), bunu destekler nitelikte bir açıklamada bulunmuş ve erken çocuklukta örseleyici deneyimlere maruz kalan bireylerin kurallara uymakta zorlandığını ve daha fazla suça yönelik davranışlarda bulunduğunu belirtmişlerdir. Bir diğer çalışmada çocukluk döneminde yaşanan örseleyici deneyimler ve yalnızlığın arasında pozitif yönlü ilişki olduğu, özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde maruz kalınan ve ruhsal olarak derin yaralar bırakabilecek örselenme yaşantılarının, yetişkinlikte yalnızlığı yordadığı ifade edilmiştir (Palgi vd., 2012).

Yine yapılan bir araştırmada erken çocuklukta maruz kalınan istismar ve ihmalinin fobi, anksiyete depresyon, post travmatik stres bozukluğu gibi pek çok psikolojik sorunla ve yalnızlıkla bağlantılı olduğu bulguları elde edilmiştir (Shevlin vd., 2015). Sperry ve diğerlerinin (2013) yaptığı araştırmada; çocukluk dönemi örselenme yaşantılarına maruz kalan kişilerin yeterli sosyal desteğe sahip olmadıkları ve sosyal ilişkilerinin düşük olduğu, bunun yalnızlık noktasında önemli bir etken olduğu belirtilmektedir. Örseleyici yaşantıların sonucu olarak ortaya çıkan ruhsal travmanın etkilerinde hangi yaşta travmaya maruz kalınırsa kalınsın özellikle yaşı küçük olan kişilerin çok daha fazla içe kapandıkları, sosyal destekten uzak kaldıkları; daha büyük yaştaki çocuk ve ergenlerde diğer birçok psikososyal sorunla birlikte benlik sorunları ve kendine saygı duymama (Yöyen, 2016) (düşük benlik saygısı) görüldüğünü ortaya koyan pek çok araştırma bulunmaktadır (Bulut, 2007).

Pek çok araştırmada risk alma davranışının örseleyici yaşantıların ardından arttığını gösteren bulgular mevcuttur. Verilere göre, korunmasız cinsel ilişki, tütün ve alkol kullanma, şiddet içerikli olaylara dahil olma gibi davranışlar riskli davranışlar kategorisine girmektedir (WHO, 2011). Çocukluk döneminde örseleyici davranışlara

maruz kalan yetişkinlerin riskli olarak nitelendirilen davranışları gerçekleştirme potansiyelinin yüksek olduğuna dair sonuçlar bulunmaktadır (Klein vd., 2007).

Sonuç olarak; çocukların aileleri, çevreleri (komşular ve akrabalar) veya hiç tanımadıkları insanlar tarafından evrensel bir biçimde örseleyici davranışlara maruz kaldıkları söylenebilir. Yapılan araştırmalar ışığında, ihmal ve istismarın oluşturduğu tüm örseleyici davranışların çocuk ruhsallığını olumsuz şekilde etkilediği, hatta çocukluk döneminde maruz kalınan zorlayıcı deneyimlerin, yetişkinlik hayatında bireyin farklı noktalardaki işlevselliğini bozduğu, mutlu ve tatmin dolu bir yaşam sürmesini engellediği düşünülmektedir. Yine yapılan araştırmalar ışığında, bazı psikopatolojilerde çocukluk çağında deneyimlenen örseleyici yaşantıların payının olduğu söylenebilir.

1.2. Erken Dönem Uyumsuz Şema

Şema kavramına dair ilk açıklamalar Antik Yunan zamanında yapılmıştır (Young vd., 2009). Kökenini Yunancadan alan şema; anlam olarak farklı tecrübe ve uyarıcılar ile beraber bir uyum yaratabilmek amacıyla, biçim ve biçimlendirici bir ifadeyi karşılamaktadır (Rafaeli vd., 2019). Farklı pek çok disiplin şema terimini kullanmaktadır. Şema, psikoloji biliminde de geniş bir yere sahiptir. İlk olarak gelişim kuramcılarından Piaget tarafından, örgütlenmiş davranış kalıpları olarak ifade edilmiştir (Bee ve Boyd, 2004). Beck, Piaget'in kuramında yer verdiği tanımdan sonra kurduğu bilişsel terapi modelinde şema kavramını; organizmayı etkileyen uyaranları görüntüleyen, tarayan ve değerlendiren yapı olarak tanımlamıştır (Padesky, 1994). Ayrıca şema, bilişsel psikolojide bilişsel bir plan üzerinde bilginin yorumlanması, problemlerin çözülmesi gibi işlevleriyle de bilinmekte ve kullanılmaktadır (Young vd., 2003). Şema kavramı bir durumun en belirgin özelliğinin öne çıkan yanı olarak düşünülebilir ve kişiler birden fazla şemaya sahip olabilirler. Buradan yola çıkarak bakıldığında şemalar uyumlu/uyumsuz, olumlu/olumsuz olarak nitelendirilmektedir. Kişinin sahip olduğu şemalar bazen hayatındaki işlevselliğe yardımcı olurken, uyumsuz olarak gelişen şemalar bireyin başkaları ile ilişkisine ve kendisine yönelik gerçekliği olduğundan farklı algılamasına, bunun sonucunda uygun olmayan davranışlarda bulunmasına sebep olmaktadır (Young vd., 2009).

Erken dönem uyumsuz şema kavramına baktığımızda ise; erken dönemden itibaren oluşmaya başlayan ve yaşam boyu gelişimini sürdüren anı, duygu, biliş ve bedensel duyumlardır. Ayrıca bireyin kendisine ve diğerlerine yönelik işlevselliğini olumsuz etkileyen, yaygın bilişsel örüntüler de erken dönem uyumsuz şemalardır ((Young, 1990; Young vd., 2003). Beck ve arkadaşları (1979)'na göre, işlevsiz şemalar erken dönemde oluşmasına karşın negatif yaşam olayı oluşmadığı müddetçe ortaya çıkmamaktadır. Şemalar, bireyin deneyimlediği olumsuz yaşantılardan dolayı yetişkinlik döneminde aktifleşebilmektedir. Yani erken dönemde edinilen şemalar şimdiki zamana uygun olmasa da taşınmaktadır (Rafaeli vd., 2019). Kişinin uyumsuz şemaları aktif hale geldiği zaman kendisi ile ilgili olumsuz düşünceler geliştirmesine ve bu durum yaşadığı olay ile ilgili bilişsel çarpıtmalara başvurmasına sebep olmaktadır (Riskind ve Alloy, 2006). Şemaların aktifliği kişiden kişiye değişse de bazı ortak temel sebepleri şema oluşumunu etkilediği ve bu temel nedenlerin her bireyde aynı durumlarda ortaya çıktığı varsayılmaktadır (Young vd., 2009).

1.2.1. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Epidemiyolojisi

Uyum bozucu şemaların oluşumunda etkili olduğu bilinen üç etken vardır. Bunlar; çekirdek duygusal ihtiyaçlar, erken dönem yaşam deneyimleri ve duygusal mizaçtır (Young vd., 2009).

1.2.1.1. Çekirdek Duygusal İhtiyaçlar

Young ve diğerleri (2009), çocukluk döneminde evrensel bir biçimde karşılanması gereken belli başlı ihtiyaçlar olduğundan söz etmişlerdir. Çocukluk döneminde ihtiyaçları giderilmiş bireylerin psikolojik anlamda sağlıklı bireyler olduğunu belirtmişlerdir.

Evrensel bir biçimde her insanda karşılanması gereken beş ihtiyaç bulunmaktadır:

- Diğerleriyle güvenli bağlanma kurmak
- Yeterlilik, özerklik ve kişilik algısı
- İhtiyaçların ve duyguların ifade edilebilirliği
- Spontane olmak ve oyun oynama ihtiyacı
- Öz-denetim ve gerçekçi sınırlar (Young vd., 2019).

Duygusal ihtiyaçlara şema modelinden önce Bowlby (1988) 'nin bağlanma kuramında da değinilmiştir. Duygusal ihtiyaçların karşılanmasının çocuk gelişimini doğrudan etkilediğinden söz edilmiştir (Rafaeli vd., 2013). Kurama göre erken çocukluk dönemindeki çocuklar bağlanma figürüyle kurdukları etkileşim ile sevilmeye ne kadar değer olduklarına dair bir "benlik modeli" geliştirirken, bağlanma figürünün ulaşılabilirliği ve duyarlılığına yönelik diğerlerine karşı da "başkaları modeli" geliştirmekte ve bağlanma kuramında değinilen bu konu ile Young (2009)'ın erken dönem uyumsuz şemaları benzerlik göstermektedir.

1.2.1.2. Erken Dönem Yaşam Deneyimleri

Erken çocukluk döneminde yaşanılan olumsuz deneyimler şemaların oluşumunda birincil sebep olarak bilinmektedir. Çocukluk dönemindeki dinamiklerin büyük kısmını ebeveyn tutumu ve aile yaşantısı oluşturur. Bu dinamikler hem olumlu hem olumsuz bir etken olarak çocuğun hayatına yön verip, çocuklukta maruz kalınan olumsuz aile yaşantıları yetişkinlik döneminde uyumsuz şemaları aktive edebilmektedir (Young vd., 2009). Young ve diğerleri (2009), şema oluşumu ile sonuçlanan yaşam deneyimlerini temelde dört başlıkta toplamışlardır.

- ***Gerek Duyulanın Toksik Engellenişi:*** Erken dönemde çocuğun "iyi" olarak nitelendirilebilecek deneyimlerden mahrum kalmasıdır. Temel gereksinimlerin hiç karşılanmaması ya da yetersiz biçimde karşılanması durumudur. Bireyin çocukluk döneminde yaşadığı ailede ve çevrede tutarlılığın, sevginin ve anlayışın eksik olması bu duruma örnek verilebilir. Terk edilme, duygusal yoksunluk gibi şemalar ihtiyaçların engellenmesi durumunda ortaya çıkabilmektedir (Caner, 2009).
- ***İyi Olandan Fazla Alınması:*** Erken dönemde çocuğun ihtiyaçlarının ailesi tarafından yeterli olandan çok daha fazla karşılanması durumudur. Bunun bir sonucu olarak, hak görme/büyüklenmecilik, bağımlılık/yetersizlik gibi şemalar oluşabilmektedir (Young vd., 2009).
- ***Önem Verilen Kişilerle Özdeşleşme / Seçici İçselleştirme:*** Çocuğun, ailesindeki diğer bireylerin, duygu düşünce ve davranışlarını seçici bir biçimde içselleştirip özdeşim kurmasıdır (Young vd., 2009). Bu modele göre, çocuklar anne babalarının tüm davranışlarını değil, önem verdiği belirli özellikleri içselleştirmektedir (Caner, 2009).

- ***Kurban Olma veya Travmatizasyon:*** Çocuğun erken dönemde bedensel ve ruhsal anlamda zarara uğratan, suistimal edilmesine neden olan, kurbanlaştıran durumlara maruz kalmasının bir sonucu olarak kusurluluk/utanç veya dayanıksızlık tarzında şemalar gelişebilmektedir (Caner, 2009).

1.2.1.3. Duygusal Mizaç

Duygusal mizaç kavramından bahsedebilmek için öncelikle "mizaç" kavramını bilmek gerekmektedir. Erermiş ve diğerleri (2009) mizacın; yapısal, genetik ve biyolojik temelli tavır ve davranışlar olduğundan söz etmişlerdir. Çocukların her biri doğuştan getirdikleri, onları biricik kılan kendine has bir mizaç ve kişilik yapısına sahiplerdir. Mizaç özellikleri çocuğun maruz kaldığı yaşam olayları üzerinde etkilidir. Örneğin; çocuğun kendini güvende hissedeceği, yakınlığın ve sevgi bağının öncelik olduğu bir evde; şefkatli, kendini ifade edebilen, fevri davranmayan bir birey yetişebilir. Erken dönemde olumsuzluklar ve kaosun yaygın olduğu bir ortama doğmuş bir çocuk sosyal bir duygusal mizaca sahip olsa dahi çekingen özellikler gösterebilmektedir (Young vd., 2009).

1.2.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Alanları ve Temel İhtiyaçları

Şema terapi perspektifinde, karşılanmamış duygusal ihtiyaçlara ait şema alanları ve bu alanlara ait erken dönem uyum bozucu şemalar olduğu bilinmektedir. 18 Erken dönem uyumsuz şema, 5 şema alanı bulunmaktadır (Young vd., 2009). Bunlar;

1.2.2.1. Ayrılma ve Reddedilme

Bu alana ait bir şemaya sahip olan kişilerin, çocukluk döneminde bakımını sağlayanların reddedici, mesafeli, kısıtlayıcı tutumlarda olması bakım verilen bireylerin güvenli bağlanma ihtiyacından mahrum kalmasına neden olur. Bunun sonucu olarak bireyler sevgi, güven, huzur gibi ihtiyaçların başka insanlar tarafından karşılanmayacağını düşünürler ve ikili ilişkilerde kurdukları bağlanma sağlıklı olmaz (Young vd., 2009). Bu şema alanına ait 5 tane erken dönem uyum bozucu şema vardır. Bunlar şu şekilde sıralanmaktadır;

- ***Terk Edilme / İstikrarsızlık:*** Yaşamın erken döneminde önem verilen kişiler ile kurulan ilişkilerin tutarsızlığı bu şemayı oluşturabilmektedir. Yakınlık ve dayanak

ihtiyacı beklentisinde olduğumuz kişilerin, koruma sağlayamayacak, dayanak ve duygusal yakınlık göstermeyecekleri düşüncesi hakimdir. Kişi hayatındaki önemli insanların başlarına kötü bir şey gelmesinden, her an bırakılabileceğinden, öleceğinden, önem verdiği kişinin başkasıyla birlikte olacağından endişelenir (Young vd., 2009).

- ***Güvensizlik / Kötüye Kullanılma:*** Bu şema bireyin başkaları tarafından istismar edileceği, aldatacağı, küçük düşürüleceğine, zaaflarından faydalanılacağına inanmasıdır. Bu şemaya sahip bireyler kendileri için payın en kötü olanına layık olduklarına inanmaktadır. Eğer kişide bu şema aktifse kendisini korumak ister ve kuşkucu davranır, karşısındaki insan iyi niyetli dahi olsa yaklaşmasına izin vermez, böylece bu durum yetişkin yaşantısında bireyin derin ilişkiler kuramamasına veya kendisini tamamen ilişkilerden uzak tutmasına sebep olmaktadır (Young vd., 2009).
- ***Duygusal Yoksunluk:*** Bu şemaya sahip olan bireyin, ihtiyacı olan duygusal desteğin diğerleri tarafından verilemeyeceğine dair beklentileri bulunmaktadır (Rafaeli vd., 2019). Young ve diğerleri (2009), duygusal yoksunluğun 3 şekilde gerçekleştiğini savunmaktadırlar.

1. Bakım yoksunluğu (bakım verenler tarafından ilgi, sevgi ve sıcaklığın olmaması)
2. Empati yoksunluğu (başkaları tarafından anlaşıldığını hissedememe ve karşılıklı duygu paylaşımının gerçekleşmediği)
3. Koruma yoksunluğu (rehberlik edip bireye destek verecek kimsenin olmaması)

- ***Kusurluluk / Utanç:*** Birey bu şemaya sahipse, istenilmeyen, kusurlu, fayda sağlamayan biri olduğunu ve yeterince iyi biri olmadığını düşünmektedir. Başkaları tarafından eleştirilmekten, suçlanmaktan, reddedilmekten rahatsız olmaktadır. Bu şemaya sahip kişiler kendilerini başkalarıyla kıyaslama, kendine güvensizlik ve kendi yanlışlarının fark edilmesinin utanılası bir şey olduğuna dair düşüncelere sahiptir (Young vd., 2009).
- ***Sosyal İzolasyon / Yabancılaşma:*** Bu şema, izole ve farklı olma ile ilişkilidir. Bireyin çocukluk çağında dışlanmış olması, bir arkadaş grubuna dâhil olamaması demektir. Bu olumsuz deneyim sonucunda bir kaçınma davranışı olarak, sosyal ortamlardan uzak durur ve uzak durdukça dışlanma devam eder. Bu şema ikili

ilişkilerde kendini belli etmese de grup içerisinde daha görülebilir bir konumdadır (Young vd., 2009).

1.2.2.2. Zedelenmiş Özerklik (Otonomi) ve Performans (Kendini Ortaya Koyma)

Kişinin en temel ihtiyaçlarından biri olan özerklik ihtiyacındaki eksiklikler ile ilgili şemaları kapsayan bir şema alanıdır. Young ve diğerleri (2009), özerklik kavramını; bağımsız hayatta kalabilme ve ebeveynlerimizden ayrılıp bağımsız yaşayabilme becerisi olarak tanımlamaktadır. Bir birey özerk ise, yönlendirilmeye gerek duymaksızın kendi hedef ve istekleri doğrultusunda hareket edip, davranış ve tutumlarını belirleyebilmektedir. Bu alandaki şemalara sahip birey; bağımsız hareket edebilme ve temel bakım verenlerinden kendini ayrıştırma noktalarında çatışan beklentilere sahiptir (Young, 1999). Bu beklentilerin sonucunda bağımsız hareket etmek, başkalarından yardım almadan performansını yerine getirememek tarzında sorunlar ortaya çıkmakta ve bu bireylerin devamlı olarak başkalarının desteğine ihtiyaç duyduğu ifade edilmektedir (Young vd., 2009). Bu şema alanına ait 5 şema bulunmaktadır. Bunlar;

- ***Bağımlılık / Yetersizlik:*** Bireyde aktif olan şema bu olduğunda kişinin genel olarak yardım olmadan günlük işleri yapma, doğru karar verme, problem çözme, yeni işlere başlama gibi becerileri layığıyla yerine getiremeyeceğine dair bazı çarpıtılmış inançları bulunmaktadır (Young ve Klosko, 1993). Bakım verenleri bu şemaya sahip bireylerin kendilerine bağımsız bir şekilde bakabileceklerine inanmamakta, bu bireyler bakım verenleri tarafından destek görmemektedir (Young, 1999).
- ***Zarar Görme ya da Hastalıklar Karşısında Dayanıksızlık:*** Birey birdenbire kötü bir şey olabileceğine ve o kötü durumdan korunamayacağına inanarak derin bir korku yaşamakta, kötü şeylerin olacağına dair beklentiler ve korkular taşımaktadır. Bu beklentiler farklı pek çok şekilde olabilir. Örneğin; sağlık sorunları, dışsal ve duygusal felaketler bireyde bu beklenti ve korkuları yaratabilmektedir (Young vd., 2009).
- ***İç İçe Geçmiş / Gelişmemiş Benlik:*** Bu şemaya sahip kişi kendi bireyselliğini yok saymakta ve sosyal gelişimini tamamlayamamaktadır. Bunun en temel nedeni; çoğunlukla ailesi olmak üzere belirli kişilere abartılı duygusal bağ, ilgi ve yakınlık kurmasıdır. Yakınlık kurduğu kişiler olmadan hayatına devam edemeyeceğini ve mutlu olamayacağını düşünmektedir (Rafaeli vd., 2019). Bu şemaya sahip bireyler

yetersiz bir kimliğe sahip olmakla birlikte, kendilerini boşlukta hissederler. Daha ilerleyen boyutlarda ise bireyde varoluşsal sorgulamalar görülmektedir (Young vd., 2009).

- ***Başarısızlık:*** Bu şemada birey yaptığı/yapacağı şeylerde (kariyer, okul, spor vb.) başarısız olduğunu/olacağını düşünmektedir. Bu düşünce gerçeklik algısındaki çarpıtmalardan kaynaklanabilmekte, bu çarpıtmalardan dolayı da başarabileceği işlerden kaçınabilmektedir (Young vd., 2009).

1.2.2.3. Zedelenmiş Sınırlar

Bireyler bu şema alanına sahip ise ailelerine aşırı hoşgörülü, aşırı toleranslı, sınır koyma konusunda yetersiz, aşırı izin veren tarzda davranmaktadırlar. Bu bireylerin çocuklarının da yetişkin olduklarında diğerlerine karşı iş birliği yapma, öz denetim, sorumluluk alma, başkalarının haklarına saygı gösterme, dürtülerini kontrol etme, hazzı erteleme becerilerinden yoksun bireyler oldukları söylenmektedir (Young vd., 2009). Bu şema alanına ait 2 tane şema vardır. Bunlar;

- ***Haklılık / Büyüklenmecilik:*** Bu şemaya sahip bireyler kendilerini diğerlerinden üstün görmekte bundan dolayı da ayrıcalıklı olduğunu düşünmektedirler. Sonucun ne olacağını önemsemeksizin yalnızca kendi istediklerini elde etmek için uğraşırlar (Castille vd., 2007). Güç ve hakimiyet kurma arzusu bu şemayı taşıyan bireylerin en belirgin özellikleridir. Sosyal ilişkilerde ise başkalarının düşünceleri ve duygularını önemsemezler. Ayrıca diğerlerinin düşüncelerini de kontrol etmeye çalışıp, kendi fikirlerini dikte ederek baskınlık kurmaya çalışmaktadırlar (Rafaeli vd., 2019).
- ***Yetersiz Öz-Denetim / Öz-Disiplin:*** Bu şemaya sahip bireyler duygu ve dürtülerini kontrol edebilme konusunda yetkin değildir. Bu durumu hafif düzeyde yaşayan kişilerin çoğu bu durumun huzursuzluk yarattığını ifade etmektedir. Bu şemada bireysel anlamda hedef belirleme ve belirlenen hedefleri gerçekleştirme noktasında gerekeni yapmaktan kaçınma söz konusudur. Birey sorumluluktan, gayret etmekten ve acıdan uzak durmaktadır (Young vd., 2009).

1.2.2.4. Başkalarına Yönelimlilik

Bu şemaya sahip bireylerin ebeveynleri kendi istek ve gereksinimlerini önde tutar. Bu durum bireyin duygularını ifade etmeye yönelik ihtiyacının karşılanamamasına neden olmaktadır. İhtiyaçları ve düşünceleri önemsenmeyen, değer görmeyen birey; kendi isteklerine değil, başkalarının isteklerine odaklanmaya başlar ve böylece kendi istek ve duygularını yok sayarak hayatına devam eder. Onay almak ve kabul edilmek için kendi ihtiyaçlarını bastırır ve kendisini ifade edemez (Young vd., 2009). Bu bireyler genellikle kendi öfkelerinin ve isteklerinin farkında değillerdir. Bu şema alanında 3 şema bulunmaktadır. Bunlar;

- ***Boyun Eğicilik:*** Bu şemadaki birey terk edilmekten ve reddedilmekten endişelenip, kontrolü başkasına bırakmaktadır. İki çeşit boyun eğicilikten söz edilmektedir; ihtiyaçları bastırma ve duyguları bastırma. Birey istek, duygu ve düşüncelerinin başkaları tarafından önemsenmeyeceğini düşünür (Rafaeli vd., 2019). Bunun sonucunda öfke patlamaları ve somatizasyon gibi işlevselliğini bozan belirtiler ortaya çıkmaktadır (Young vd., 2009).
- ***Kendini Feda Etme:*** Bireyde bu şema aktifse, başkalarının ihtiyaçlarını gönüllü bir biçimde karşılar ve bundan doyum alır. Bencil olma hissinin kendisinde yaratacağı suçluluk duygusundan kaçmak için, diğerlerinde acıya sebep olacak tüm tutum ve davranışlardan uzak durur (Rafaeli vd., 2019). Bu şemaya sahip bireyler, başkalarının acılarına karşı derin bir hassasiyete sahiptirler. Başkalarına karşı olan bu hassasiyetin temel nedeni kendi ihtiyaçlarının yeterince karşılanmamasıdır. Ve bu durum ebeveynlerine beslediği kızgınlık duygusunun bir çeşit dışavurumudur (Young vd., 2009).
- ***Onay Arayıcılık / Kabul Arayıcılık:*** Koşullu sevgiyle ilintili bir şemadır. Birey erken çocukluk döneminde, yalnızca takdir edilecek bir şey yaptığında veya başarılı olduğunda sevgi görmektedir (Young, 1999). Bundan dolayı yetişkinlik döneminde de birey yalnızca başarılı olursa sevgi görebileceğine dair bir inanç oluşturur. Sevgi ve ilgi alabilmek, takdir edilmek için başkalarının onayını kazanmak çok önemlidir. Bu bireyler dış görünüşlerine, sosyal statüye, maddiyata çok önem vermektedirler. Çünkü öz saygıları başkalarına bağlıdır (Young vd., 2009).

1.2.2.5. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık

Birey bu şema alanına sahipse içine doğduğu ailenin çoğunlukla cezalandırıcı, disiplinli ve talepkar davrandığını söylemek mümkündür (Young vd., 2003). Bireyler bu şema alanına uygun bir biçimde; sonucunda mutlu ve sağlıklı olmasalar dahi belirlenen ve içselleştirdikleri kurallara uyum sağlamaya çalışmaktadır. Bu bireyler erken çocukluk dönemlerinde tetikte olmayı öğrenmişlerdir ve hayata karşı olumsuz bakarlar. Bundan dolayı yetişkin olduklarında tetikte olmadıkları müddetçe hayatlarının sorunlu olacağını düşünüp bunun için endişelenmektedirler (Young vd., 2009). Bu şema alanına sahip bireylerin temelde bir çocuğun en çok ihtiyacı olan şeyin "oyun" ihtiyacının da giderilmediğini söylemek mümkündür. Dürtü, tercih, arzu ve hislerini bastırmaya odaklandıkları için temel hedefleri beklentileri karşılamaktır. Kişinin dürtüleri, tercihleri ve hissettiklerini bastırmasına karşın çok fazla derecede odaklanmasına sebep olmaktadır (Young vd., 2009). Bu şema alanı 4 şemadan oluşmaktadır. Bunlar;

- ***Karamsarlık / Olumsuzluk:*** Olayların daima olumsuz yönüne odaklanan ebeveynler, çocuklarda bu şemanın gelişmesine sebep olabilmektedir. Bu şemaya sahip bireyler genellikle yaşadıkları olayların iyi tarafını görmezden gelerek kötü tarafından değerlendirme eğilimindedirler. Bireyler; kariyer, sosyal ilişkiler, ekonomik durum gibi konularda çoğunlukla iyi olmalarına rağmen eninde sonunda bunların kötü gidebileceğine dair birtakım beklentiler oluşturmaktadırlar (Young vd., 2003).
- ***Duygusal Ketleme / Baskılama:*** Erken dönemde çocuğun duygularını dilediği gibi ifade etmesine izin vermeyen ve cesaretlendirici olmayan ebeveynler bu şemanın oluşumunda etkilidir. Bu noktada örselenen çocuk, yetişkin bir birey olduğunda ve duygusunu ifade ettiğinde/etmek istediğinde öz saygısını kaybedeceğini, utanacağını, terk edileceğini düşünür (Young vd., 2003). Birey reddedilmemek, utanç duymamak için dürtülerini sürekli kontrol eder ve kendiliğinden hareket etmekten, iletişim kurmaktan kaçarak duygularını bastırmayı tercih eder (Young vd., 2009).
- ***Yüksek Standartlar / Aşırı Eleştiricilik:*** Bu şemada birey eleştirilmeye çok duyarlıdır, bu nedenle eleştiri almamak için yapabileceğinin en iyisini yapmaya çalışır. Bu durum zamanla deneyimlediği şeylerden keyif almama, öz saygıda

azalma ve tatminsizlik gibi sonuçlar doğurmaktadır (Young vd.,2009). Bu şema; daima mükemmele ulaşma çabası, aşırı ayrıntıcılık, kendi performansını küçümseme, çoğu alanda "-meli, -malı" cümleler içeren katı kurallar, elde edilen başarıyla yetinememek ve hep daha fazlasına ulaşma çabasını içermektedir (Rafaeli vd., 2013).

- ***Cezalandırıcılık:*** Bu şemaya sahip bireylere göre hatalar çok ağır bir şekilde cezalandırılmalıdır. Hatayı yapan gerek kendileri gerek başkaları olsun, çok ağır sonuçları olması gerektiğini düşünürler (Rafaeli vd., 2019). Beklentileri karşılanmadığında öfkelenirler, tahammül seviyeleri düşer ve hoşgörüsüz olurlar (Zeigler-Hill vd., 2011). Bu bireyler çoğunlukla hem kendisini hem de başkalarını affetmekte zorlanmaktadırlar (Young vd., 2009).

Tablo 1

Şemaların Sınıflandırılması

Koşulsuz Şemalar	**Koşullu şemalar**
-Terk Edilme / İstikrarsızlık	- Boyun Eğicilik
- Güvensizlik / Suistimal Edilme	- Kendini Feda Etme
- Duygusal Yoksunluk	- Onay Arayıcılık / Kabul Arayıcılık
- Kusurluluk / Utanç	- Duygusal Ketleme / Baskılama
- Sosyal İzolasyon / Yabancılaşma	- Yüksek Standartlar / Aşırı
- Bağımlılık / Yetersizlik	Eleştiricilik
- Zara Görme ya da Hastalıklara Karşı Dayanıksızlık	
- İç İçe Geçmiş / Gelişmemiş Benlik	
- Başarısızlık	
- Karamsarlık / Olumsuzluk	
- Haklılık / Büyüklenmecilik	
- Yetersiz Öz-Denetim / Öz-Disiplin	

Kaynak: Young, Klosko ve Weishaar, 2009:46.

1.2.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile İlgili Araştırmalar

Literatür incelendiğinde, erken dönem uyumsuz şemaların psikopatolojilerin oluşumunda önemli bir etkisi olduğundan söz edilmektedir. Temel ihtiyaçların erken çocukluk döneminde bakım verenler tarafından karşılanmaması önemli bir etmendir

(Carr ve Francis, 2010). Yapılan bir çalışmada madde kullanım bozukluğuna sahip bireylerin erken dönem uyumsuz şemaların 16 tanesinden yüksek puan aldıkları görülmüştür (Shorey vd., 2014). Soyaslan (2016) tarafından yürütülen bir çalışmada, madde kullanım bozukluğuna sahip bireylerin; zedelenmiş özerklik, kopukluk, zedelenmiş sınırlar, yüksek standartlar şema alanlarına ait puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Yapılan bir çalışmada yeme bozukluğu yaşayan bireylerin duygusal yoksunluk ve terk edilme şemalarının ön plana olduğu görülmektedir (De Paoli, vd., 2017). Buna ek olarak bir başka çalışmada bireylerin yeme bozukluğunun; zedelenmiş sınırlar ve başkalarına yönelimlilik, ayrılma/reddedilme şema alanları ile ilişkili olduğu görülmüştür (Imperatori vd., 2017).

Bir araştırmada bipolar bozukluğu olan bireyler, unipolar bozukluğu olan ve sağlıklı bireylerle karşılaştırılmış, buna göre bipolar bozukluğa sahip bireylerin erken çocukluk döneminde istismar mağduru olduğu ve diğerlerine göre daha çok uyumsuz şema aktivasyonunun olduğu görülmüştür. Ayrıca bipolar bozukluğu olan bireylerde fiziksel ihmal mağduru olanlarla da başarısızlık, karamsarlık ve terk edilme şeması arasında da bir ilişki bulunmuştur (Özdin, 2016). Bir araştırmada bipolar bozukluk ile sınır kişilik bozukluğunun erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkisi karşılaştırılmış; sınır kişilik bozukluğu olan kişilerdeki yetersiz öz-disiplin/öz-denetim şemasının bipolar bozukluğu olanlara göre yüksek olduğu bulunmuştur (Soylu, 2017).

Literatürdeki araştırmalara bakıldığında, erken dönem uyumsuz şemaların kişilik üzerinde oldukça etkili olduğu görülmektedir. Batool ve diğerleri (2017) yaptıkları araştırmada, otoriter/izin verici olan ebeveynlik ile antisosyal, narsistik, depresif ve histrionik tutumlar arasındaki ilişkiye dair bulgular ışığında, erken dönem uyumsuz şemaların aracı role sahip olduğu ifade edilmiştir. Bir başka çalışmada sınır kişilik bozukluğuna sahip bireylerin terk edilme/reddetme ve başkasına yönelimlilik şema alanlarına sahip oldukları belirtilmiştir (Frias vd., 2017). Yine kişilik bozuklukları perspektifinden bakıldığında, narsistik kişilik bozukluğuna sahip bireylerde duygusal yoksunluk, haklılık/büyüklenmecilik ve kusurluluk/utanç gibi şemaların ön planda olduğu görülmüştür (Young ve Flanagan, 1998). Bir araştırmada bireylerin erken dönem uyumsuz şemaları ve özkıyım ile obsesif kompulsif bozukluk arasındaki ilişki incelenmiş,

güvensizlik/kötüye kullanılma şemasına sahip bireylerin intihar davranışı gösterme ihtimalinin artabileceği belirtilmiştir (Khosravani vd., 2017).

Kendini feda etme, başarısızlık kusurluluk/utanç, bağımlılık/yetersizlik, duyguların bastırılması ve dayanıksızlık gibi erken dönem uyumsuz şemaların, bireylerde depresyon ve duygusal istismar arasındaki bağlantıda aracı rolü olduğuna dair bulgular vardır (Arslan, 2016). Bir başka araştırmada ise terk edilme, güvensizlik/kötüye kullanılma, sosyal izolasyon, kusurluluk/utanç ve duygusal yoksunluk şemalarının reddeden ebeveyn yaşantıları ile bağlantılı olduğu ve bu bireylerin erken çocukluk döneminde örselenme yaşantılarına maruz kalmaları arasında bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Cecero vd., 2004).

Yukarıda belirtilen araştırmalara bakıldığında, psikopatolojilerin oluşumları değerlendirildiğinde erken dönem uyumsuz şemaların önemli bir faktör olduğu söylenebilir. Bireylerdeki erken dönem uyumsuz şemaların belirlenmesinin, psikopatolojilerin tedavisi noktasında faydalı olacağı düşünülmektedir.

1.2.4. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları İlişkisi ve Yapılan Çalışmalar

Şema teorisinde belirtildiği üzere; çocukluk döneminde maruz kalınan örseleyici deneyimler erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunda etkili görülmektedir. Erken dönem uyumsuz şemaların çocukluk çağı örselenme yaşantılarıyla ilişkisi olduğu bilinmektedir (Gör vd., 2017). Erken çocukluk dönemindeki fiziksel ve cinsel istismarın çocukta fiziksel ve ruhsal güvensizlik ve tehditlere karşı zayıflık duygularının gelişmesine neden olduğu, bununla birlikte duygusal yoksunluk ve sosyal izolasyon şemalarının oluşumuna zemin hazırladığı belirtilmiştir (Lumley ve Harkness, 2007).

Literatürdeki bilgilere bakıldığında erken dönem uyumsuz şemaların; duygusal istismar ile depresyon arasındaki ilişkide aracı bir rol üstlendiği görülmektedir. Yine literatürdeki çalışmalara bakıldığında; kendini feda, dayanıksızlık, kusurluluk/utanç, bağımlılık/yetersizlik, duyguları bastırma, başarısızlık gibi şemalarının bu ilişkide önemli rol oynadığı belirtilmiştir (Aslan, 2016). Yapılan bir araştırmada çocukluk çağında deneyimlenen travmatik yaşantılar ile depresyon arasında bir ilişki olduğu bulunmuş, şema alanlarından bazılarının (zedelenmiş özerklik, kopukluk/reddedilme, /performans

ve zedelenmiş sınırlar) depresif duygu durumuna zemin oluşturduğu görülmüştür (Kaya-Tezel vd., 2015).

Yapılan bir diğer araştırmada erken dönem uyumsuz şemalar, riskli cinsel davranışlar ve istismar arasındaki ilişki incelenmiştir. Örselenme yaşantıları sonucu meydana gelen ayrılma/reddedilme şemalarının yetişkinlikte cinsel partner sayısını etkilediği ve riskli cinsel eylemlerin (gebeliği önleyici önlemler alınmadan yaşanan cinsellik vb.) sıkılığını arttırdığı görülmüştür (Roemmele vd., 2011). Erken çocukluk döneminde maruz kalının örselenme yaşantılarının yetişkinlik döneminde işlevsel olmayan ilişkiler kurmaya neden olduğu bilinmektedir. Ayrılma/reddedilme şemalarının tatmin edici ilişkiler kurmayı engellediği görülmüştür (Roemmele vd., 2011). Buradan yola çıkarak çocukluk çağında yaşanan olumsuz deneyimlerin yetişkinlikte bireyin ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir.

İhmal ve istismar gibi çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile psikopatolojiler arasında bağlantı olduğunu savunan bir araştırmada; zedelenmiş özerklik/öteki yönelimlilik ve ayrılma/reddedilme şema alanlarının depresyon, zedelenmiş sınırlar/yüksek standartlar şema alanlarının algılanan stres, zedelenmiş özerklik/öteki yönelimlilik şema alanının anksiyete ile pozitif yönlü ilişkisi olduğu ifade edilmiştir (Ünal, 2014). Ayrıca Rezae ve diğerleri (2016) 'nin yaptığı bir araştırmada, kopukluk ve reddedilme şemalarının erken çocukluk dönemimde maruz kalınan travmalar ve depresyon ilişkisinde aracı rol oynadığı vurgulanmıştır.

Literatürde çocukluk çağı örselenme yaşantılarının etkilerinin yetişkinlik döneminde de devam ettiğine dair pek çok bilgi ve araştırma yer almaktadır. Yapılan bir çalışmada en çok psikopatolojik semptoma neden olan örselenme yaşantısının cinsel istismar olduğu bulunmuş, bunu duygusal istismar ve fiziksel ihmal izlemiştir. Erken dönem uyumsuz şemalar ile bu yaşantıların ilişkili olduğu görülmüştür (Estevez vd., 2017). Şema kuramı; ebeveynlerin (bakım verenlerin) uyumsuz şemaları yüksek düzeyde ise bu kişilerin çocuklarının duygusal gereksinimlerini karşılamakta sorun yaşadığını vurgulamıştır. Yapılan bir çalışmada ebeveynlere ait uyum bozucu şemalar ile çocuktaki şemalar bağlantılı bulunmuş; ailedeki bireyler uyumsuz şemalara sahipse ebeveynliklerinin bu şemalar doğrultusunda çocuğu olumsuz etkilediği görülmüştür (Sundag vd., 2018).

Ülkemizde 222 evli kadın katılımcıyla yapılan bir çalışmada erken çocukluğa ait dönemde maruz kalınan istismar deneyiminin, bireylerin eşlerinin şiddet davranışının mağduru olma ihtimalini artırdığı görülmüştür. Ayrılma/reddedilme şema alanlarına ait; kötüye kullanılma, duygusal yoksunluk, şemalarının çocukluk döneminde maruz kalınan istismar ve eş şiddeti arasındaki ilişkide aracı role sahip olduğu görülmüştür (Atmaca ve Gençöz, 2016).

1.3. Benlik Saygısı

1.3.1. Benlik Kavramı

Benlik, literatürde ilk olarak psikolog William James tarafından 1980'li yıllarda kullanılan bir kavramdır. James öncülüğünde yapılan araştırmalarda kavramın tanımıyla ilgili bir netlik bulunmasa da önemli sayılacak gelişmeler olmuştur (Korkmaz, 1996). James (1950) benlik kavramını ikiye ayırmış, bu kavramı "özne olan ben" (benliğin aktif olarak hisseden, algılayan, plan kuran, seçim yapan, anımsayan tarafı) ile "nesne olan ben" (benliğin aktif olmayan ve edilgen tarafı) biçiminde sınıflandırmıştır (Akt., Arıcak, 1995). Benliğin nesnel yönü ise üç kategoride incelenmektedir. Bunlar; maddi (fiziksel) ben, sosyal ben ve manevi bendir. Maddi (fiziksel) ben; kıyafet, üretim, mal-mülk, beden gibi fiziksel olan şeyleri kapsar. Sosyal ben; diğer insanların gözünde itibar sahibi, ünlü ve onurlu olmaktır. Manevi ben; bireyin inançları ve bu inançlara yönelik eylemleri, üstbilişsel davranışları ve duygulanımını içinde barındırır (Oğurlu, 2006). Mead ve Cooley benlik kavramından bahseden ilk sosyologlardır. Mead benliğin iletişim süreciyle ortaya çıkan iki yönünün olduğundan söz etmiştir. Bunlar; bireyin kendi düşüncelerinden doğan "ben" ve diğerlerinin düşünceleriyle şekillenen "bana" yönleridir (Akt., Cüceloğlu, 1993). Cooley ise benliğin, kişinin bulunduğu çevreden bağımsız düşünülemeyeceğinden, ikisinin bütünlüğünden söz etmiştir (Akt., Kirişoğlu, 2016).

Yapılan bir tanımlamada; benlik kavramının bireyin sadece kendine özgü tutum, duygu, algı, değer ve davranışlarına dair görüşü olduğundan söz edilmiştir. Bu tanımlamaya göre benlik, bireyin kim olduğuna dair düşüncelerinin ve kendiyle ilgili değerlendirmelerinin tümünü içermektedir (Gander ve Gardiner, 2015). Benlik, bir bakıma kişiliğe şekil veren bir yapıdır ve hem çevresel hem de kalıtsal örüntüler taşır. Yani kişinin psikososyal gelişimiyle oluşmaktadır ve bundan dolayı öncelikle kişiliği

açıklamak gerekmektedir. Kişilik, bireyin içsel kaynaklarının bir ürünü olmakla birlikte dış dünyasına (davranışlarına) yansıyan, öğrenme-kavrama şekli, düşünme-davranış örüntüleridir (Aslan ,1992; Aslan 2008). Jung, bunu destekler nitelikte benliğin kişilik kavramının bütünü olduğundan söz etmiştir. Kişiliği bütünleştiren ve dengeyi sağlayan şeyin benlik olduğu bilinmektedir (Akt., Öner, 1987). Benlik, bireyin aynı olay ve durumlara karşı gösterdiği kendine özgü davranışlarının sistemleşmesidir. Küçük adımlarla oluşturulan, ‘’ben’’ ler ile benlik sistemi gelişir ve benlik kavramını oluşturur. Kişilik de tüm bunlara bağlı bir biçimde gelişen duygu, düşünce ve davranış sistemidir (Tan, 1995). Benlik kavramı ise bireyin kendini algılayış tarzıdır ve davranışları belirleme noktasında en önemli faktördür. Birey, kendisini bildiği andan itibaren çevresiyle kurduğu etkileşimin bir ürünü olarak benlik kavramı süreç içerisinde meydana gelmektedir (Kuzgun, 1972).

Benlik kavramının bireyin kendini değerlendirme biçimi ve kişiliğin öznel yanı olduğunu söylemek mümkündür. Benlik kavramını daha iyi anlamlandırabilmek içim bireyin kendisine birtakım sorular sorması beklenmektedir. Bunlar; ”Ben neyim, hedeflerim nedir, ne yapabilirim, doğru ve yanlış nedir, hangi değer yargılarına sahibim, kendimi mi düşünmeliyim, başkalarını mı?” gibi sorulardır. Bu sorular karşısında verilen cevabın samimiyeti ve duygulardan arındırılmış olması önemlidir. Bireylerin ruhsal sağlığı ve dengesi açısından tasarladığı benlik ile gerçek benlik arasında denge bulunmalıdır (Güney, 2012). İnsan organizması olarak bizler, doğum anından itibaren yaşadığımız sosyal çevrenin bir parçası haline gelmekteyiz. Bu nedenle sosyal yapının içerisinde bireyin kendini anlamlandırması ve kendisiyle ilgili fikir sahibi olması çok temel bir ihtiyaçtır. Özellikle çocukluktan ergenliğe kadar olan gelişim dönemlerinde “Hangi yaşama biçimi doğru?”, “Ne olmak istiyorum?”, “Nasıl davranmalıyım?”, “Ben kimim?” gibi sorular ve bunlara verdiği cevaplar benliği ifade etmektedir (Kulaksızoğlu, 2008; Sarıca, 2013).

Rogers, bireyin kendini anlamlandırabilmesi için iki kavramdan söz etmiştir (gerçek benlik ve ideal benlik). Gerçek benlik, “Ben kimim?” sorusunun cevabıdır ve hayatta yaşantı yoluyla keşfedilir. İdeal benlik kavramı ise bireyin kim olmak istediğini (ulaşmak istediği) temsil etmektedir. Bunların yanında sosyal benlikten (bireyin rolleri ve kendisini nasıl göstermek istediği) de bahsedilebilir (Gürcan, 2015).

Evil-Kulga (2014) benliği tanımlarken, bu kavramın bireyin kendisine bakışı demek olduğundan bahsetmiştir. Birey kendi zihninden kendisini değerlendirirken, diğerlerinin zihninden de kendisini değerlendirmektedir. Bu değerlendirmelerin tümü benliği oluşturan unsurlardır ve bireyin davranışlarına yöne vermektedir. Rogers benlik bilincinin de önemli bir kavram olduğunu ifade etmiştir. Bireyin benlik bilinci, kendine yönelik düşünceleri içermekle birlikte, sürekli gerçeği yansıtmayabilir. Benlik bilinci perspektifinden bakıldığında, olumlu benliğin gelişebilmesi için koşulsuz sevgiyle büyümek ve gelişim dönemlerini bu şekilde atlatmak gerekir. Koşulsuzca sevilerek büyüyen çocuklar güçlü birer benlik anlayışına sahiptir (Akt., Gürcan, 2015).

Yukarıdaki tanımlamalardan yola çıkılarak benlik kavramının kişinin kendi dünyasını fark etmesi durumu olduğu söylenebilir. Fiziksel görünümünü tanıması, çevresinde olup bitenleri anlaması, kusurlarını, kişilik özelliklerini, olumlu ve olumsuz özelliklerini biliyor olması, sevdiği ve sevmediği şeylerin farkında olması, başarıp başaramayacağı şeylerle ilgili çıkarımlarda bulunması gibi faktörlerin bireyin benliğine dair bilgiler verdiği düşünülmektedir.

1.3.2. Benlik Gelişimi

Benliğin sağlıklı bir biçimde gelişebilmesi bireyin hayatında pek çok noktada önem taşımaktadır. Bunlar; mutlu olması, sorunları çözebilmesi, hayatındaki değişikliklere alan açıp bu değişiklere uyumlanabilmesi gibi şeylerdir (Altunay, 2004). Bireylerin benlik gelişimi bazı sorularla yakından ilişkilidir. Bu soruların başlıcaları şunlardır: "Ne olmak istiyorum?", "Ben kimim?", "Hangi yaşama biçimi doğru?", "Nasıl davranmalıyım?", vb. Benlik gelişimi dediğimiz kavram bu sorulardan ve bu sorulara verilen cevaplardan geçmektedir. İnsan organizması ruhsal dengesini kurabilmek için tasarladığı benlik ile (benlik tasarımı), sahip olduğu benlik (gerçek benlik) arasında bir uyum sağlamalıdır (Güney, 2012).

Güney (2012), yapmış olduğu açıklamalarda çevre ile benlik arasında bir bağlantı olduğundan söz etmektedir. Bu açıklamaya göre çevremizdeki diğer bireyler bizim için ayna görevi taşır, bizler de tepki ve davranışlarımızı buna göre şekillendiririz. Bu süreçte en büyük pay ailenindir, çünkü aile doğduğumuz andan itibaren karşılaştığımız ilk toplumsal yapıdır. Literatürde yer alan bilgilere göre benlik gelişimi aile unsurundan oldukça etkilenmektedir. Bireyin ebeveynleriyle olan ilişkisinin kişilik oluşumunda

iyi/kötü pek çok sonuç doğurmakta, bununla birlikte çocuğun benlik oluşumunu ve gelişimini hayatın tümünde etkilemeye devam etmektedir (Umberson, 2016). Ebeveynler, sağlıklı benlik gelişimine sahip çocuklar yetiştirebilmek için, çocuk yetiştirirken yapılan hataların ve olumsuz davranışların ötesinde değerli olduklarını hissettirmelidirler (Cüceloğlu, 1990)

Literatürde pek çok kuramcı ve araştırmacı benlik gelişiminin insan ruhsallığındaki etkisinden söz etmektedir. Benlik gelişimi, özsaygıyı arttırma, duyguları kontrol edebilme, davranışlarda etkin olabilme ve kararlar alabilmeyi gerektirir. Fakat benlik kavramının gelişiminin ergenlik döneminde daha soyut ve karmaşık olduğu düşünülmektedir (Eisenberg ve Delaney, 1998). Soyut düşüncenin ön planda olduğu ve kendine yönelik sorgulamalara girdiği bu gelişim evresinde, gençler kendilerini tanımlayacak alışkanlık ve etkinlikler edinmeye çalışırlar. Bu noktada dikkatini neler yapabildiğine/yapabileceğine veren ve benliğini bu şekilde yapılandıran ergen bireylerin olumsuz deneyimler karşısında benlik algılarında çarpıtmalar olabilmektedir (Çöllü, 2017). Gelişimin bu döneminde dışarıdan gelen tepki ve talepler benlik gelişiminde önemli noktalara dokunup, önemli alanlara hizmet etmektedir. Gencin çevresinden aldığı onay veren ve eleştirel yaklaşımlar, kendi benliğini değerlendirmesinde önemli bir etkendir. Bu noktada benlik gelişimi olumlu davranışlar aracılığı ile güçlendirilirse, tüm parçaların birbiriyle uyumlandığı benlik kavramı oluşur (Kımter, 2012).

1.3.3. Benliğin Görevleri

Benlik kavramının bireylerin üzerinde belli noktalarda görev ve gereklilikleri olduğu düşünülmektedir. Bunlar;

- Dürtülerden içgüdülerden doğan güdülenmeleri denetleyip düzenlemek.
- Nesneler ve diğer bireylerle bağlantı kurmak.
- Gerçeği tanımak ve anlamak üzere aksiyon almak, tecrübeler edinmek.
- Çevreden gelen uyaranları ve bu uyaranların birey üzerindeki etkisini düzenlemek.
- Algılamak, saklamak, hatırlamak, düşünmek, vb. bilişsel süreçleri işlevsel hale getirmek.
- Bireyin yaşadığı zorlayıcı deneyimler sonucunda karşılaştığı engelleri aşabilmesi için güç toplamak.

- Geleceğe dair amaçları ve beklentileri belirlemek.
- Bireyi kaygı karşısında güçlü konuma getirecek savunma mekanizmaları geliştirmek ve uygun zamanlarda kullanmak (Özerkan, 2004).

Yukarıdaki maddelerde de belirtildiği üzere benlik kavramının durağan bir yapı olmadığı düşünülmektedir. Benliğin zaman içerisinde değişip geliştiği söylenebilir. Bu hareketlilik ve durağan olmama halinin bireyi gelişime odakladığı düşünülmektedir. Benlik bu denli hareketli olması nedeniyle insan yaşantılarını kolaylaştırdığı ve kişinin yaşamını düzene koymasına yardımcı olduğu düşünülmektedir.

1.3.4. Benlik Algısı

Bayat (2003), bireyin kişilik yapılanmasının zemininde "ben" olduğunu, bu benliğin zeminini ise içsel varlığın/çekirdeğin (öz ben/gerçek ben) oluşturduğunu söylemiştir. Öz ben çevre ile etkileşimdedir ve benlik algısı bu etkileşim sürecinde gelişen bir kavaramdır. Kişi kendisini tanımlarken benlik algısına dair bir sistem kullanır ve bu sistemde değişiklikler olduğu zaman denge, bununla birlikte de benlik algısı bozulmaktadır. Kimlik krizi bu noktada oluşmaktadır (Kokurcan ve Özsan, 2000).

Doğumdan sonra kendimizi annemizin bir uzantısı olarak algıladığımızdan dolayı "ben" kavramıyla ilgili problem yaşamayız. Gelişim süreçleri içerisinde artık annemizin bir uzantısı olmadığımızı, ayrı bir birey olduğumuzu fark ettiğimizde yani ayrışma gerçekleştiğinde annemizden bağımsız bir "ben" e sahip olmaya ihtiyaç duyarız. Benlik algısı ise bu ayrılma travmasından sonra çevreyle girilen etkileşim sonucunda oluşmaktadır (Bayat, 2003). Bowlby bu durumu bağlanma kuramı ile açıklamaktadır. Bu kurama göre çocuğun bakım vereni ile kurduğu ilişki, ilerleyen gelişim dönemlerinde kurduğu kişilerarası etkileşimi, verdiği tepkileri ve duygusal yaşantılarını etkilemektedir (Bowlby, 1973). Erken çocukluk döneminde güvenli bağlanmanın gerçekleşmesi, çevre ile ilişkisini içselleştirebilmesini sağlamaktadır. Bakım veren ne kadar güven veren, kabul edici ve tutarlı bir yerde olursa bebek de kendisini o denli değerli hissetmektedir (Bowlby, 1988).

Literatürdeki açıklamalara bakıldığında benlik algısının gerçekçi olup olmamasının öneminden söz edilmektedir. Gerçek benlik algısı varsa, benlik sistemi durumlar karşısında adaptasyonda zorlanmaz. Gerçekçi benlik algısı olmadığında ise

birey, değiştirmek istediği halde değiştiremediği benlik algısı sistemlerini korumaya çalışır ve savunma geliştirir. Kurarken çok zorlandığı kimliğin değişmesine karşı katı ve saldırgan davranışlarda bulunmaktadır (Taşgit, 2012). Bazı kuramcılar çocukların erken dönemdeki deneyimlerinin davranışları üzerinde etkili olduğundan söz ederler. Çocuk böylece çevresiyle etkileşime girer ve hem kendine hem de çevreye karşı bazı değer yargıları oluşturur. Ellis'e göre çocuk; sevme, sevilme, korunma, saygı görme ihtiyaçlarını gideren yetişkinlere hayatında yer verir. Eğer hata yaparsa değersiz olacağı söylendiğinde çocuk bunu gerçekmiş gibi kabul edip hata yapınca önemsiz, yetersiz ve suçlu hisseder. Bu şekilde benlik algısı oluşur ve gelişir (Akt., Sav, 2007).

1.3.5. Benlik Saygısı

Literatürde benlik saygısı pek çok kişi tarafından tanımlanmıştır. Fakat kuramsal çerçeve yönünden bakıldığında göze çarpan ilk ismin Rosenberg'dir. Rosenberg benlik saygısını tanımlarken; bireyin kendisine yönelik kabul ettiği olumlu ve olumsuz tutumların tamamı olduğunu söylemiştir (Akt., Haspolat ve Kağan, 2017). Rosenberg benlik saygısının gelişmesini sağlamada kendine değer biçiminde, yorumlamada, standartlarda, durumsal ve kişilerarası alanlardaki seçim mekanizmalarından ve bu mekanizmaların bireyin kendine yönelik tutum ve algılayışını etkilediğinden bahsetmiştir (Akt., Yılmaz, 2011). Rosenberg (1989), benliği ele alırken üç farklı kavramdan söz etmiştir. Mevcut benlik, bireyin kendisini algılayışı; arzu edilen benlik, bireyin kendisini nasıl algılamak ve görmek istediği; sunulan benlik ise bireyin diğer insanlara nasıl görünmek istediğidir. Sahip olunan benlik ve arzulanan benlik arasındaki dengeye göre benlik saygısı yüksek veya düşük olmaktadır.

Westewn (1995) tarafından yapılan tanımlamada benlik saygısının, bireyin kendine yönelik yaptığı ve sürdürdüğü değerlendirmeler, ayrıca bu değerlendirmelerden çıkardığı hoşnutluk/hoşnutsuzluk duyguları olduğundan söz edilmiştir. Kağıtçıbaşı (2012) benlik kavramından bahsederken, bireyin kendisini algılayışının bir ürünü olduğunu ifade etmiştir. Bireyin kendine yönelik farkındalığı ve algısı benlik saygısını bilişsel ve içgörüsel bir kavram haline getirmektedir. Ayrıca Kağıtçıbaşı (2012), benliğin sosyal bir etkileşimin ürünü olduğu için kültürlere göre farklılaştığını belirtmiş, benlik imgesinden hoşnut olunma/olunmama halinin benlik saygısı olduğunu söylemiştir. Benlik saygısı, bireyin kendine yönelik değerlendirmelerinden doğan ve benliğini

onaylamasının yarattığı beğeni halidir. Bu değerlendirmeler yapılan hatalar ve yanlışlıkların fark edilmesine ya da bireyin kendisini sevilebilir, saygı duyulabilir, beğenilebilir biri olarak görmesine neden olmaktadır. Benlik saygısına sahip bireyler kendilerini olduğu gibi kabul etmektedirler (Yörükoğlu, 1998).

Yapılan çalışmalarda benlik saygısının akıl ve beden sağlığının gelişip, korunmasında temel zemini oluşturduğu gerek fiziksel sağlık, gerek mental sağlık, gerekse okul başarısı konularında önemli rol oynadığı söylenmektedir (Plummer, 2011). Bireylerin kendilerine yönelik yorum ve tutumları bir cetvel gibi düşünülebilir ve olumlu taraf bir uçken olumsuz diğer ucu temsil etmektedir. Bu cetvelde, uçlardaki insanlar daha azdır. Çoğunluk ise ortalarda bir yerlerde bulunmaktadır (Reçber, 2011). Literatüre bakıldığında benlik saygısının (self- esteem), kendilik arayışı, öz değer, benlik tasarımı ve kendine güven duygusu şeklinde de ifade edildiği görülmektedir (Cebe, 2005).

Allport benlik saygısının bir çocukta üç yaşlarında gelişmeye başladığını söylemiştir. Bu yaşlarda çocuk bazı şeyleri yalnız başına yapabildiğini gördüğünde gururlanmaktadır ve sağlıklı bir benlik geliştirebilmek için kendisiyle gurur duyabilmelidir (Akt., Yazgan İnanç ve Yerlikaya 2011). Sağlıklı bir benlik kavramına sahip olabilmesi için ebeveynlerin çocuk yetiştirme tutum ve tarzlarının fazlaca önemli olduğundan söz edilebilir. Pozitif yönde gelişen bir benlik saygısı oluşturabilmek noktasında çocuğun bakım verenleri çok önemlidir. Benlik saygısının sosyal etkileşimden filizlendiği göz önünde bulundurulduğunda ise toplumun en küçük birimi olan aile bu noktada çok etkilidir (Öner, 1996). Ebeveynleri tarafından sevilip sevilmemesi, fikirlerine saygı duyulup duyulmaması, koşula bağlı olmaksızın kabul edilmek çocuğun ilerleyen yaşantısında, okulda ve çevresinde sevilip sevilmemesi, yaşıtlarının beğenisini kazanıp kazanmaması gibi durumlar benlik saygısını etkilemektedir (Yavuzer, 2012).

Çocuklar daima koşulsuz ve karşılıksız sevgiye ihtiyaç duymaktadır. Benliklerini keşfedip kendilerine saygı duyabilmeleri, bu saygının sürekli olabilmesi için sadece oldukları kişiye değer verildiğini hissetmeleri oldukça önemlidir (Sarıyüze-Körükçü, 2004). Çocuk çevresinde önemsediği insanlar tarafından koşulsuzca kabul edildiği zaman kendisini özel ve değerli hissetmektedir. Bu şekilde kendini de olduğu gibi kabul etmeyi ve kendine saygı duymayı öğrenecek, bununla birlikte kendi dışındaki tüm varlıklara saygı duyacaktır (Ülgen, 1997). Ebeveynleri tarafından tam veya tama yakın

biçimde kabul görmeleri, yine ebeveynler tarafından çocuklar için kurallar oluşturulması ve bu kurallara uyulması, bu kurallar çerçevesinde çocuğun serbest olması ve girişimde bulunduğu zaman saygı gösterilmesi çocukta benlik saygısının gelişiminde önemli faktörlerdir (Torucu-Koçak, 1990).

1.3.5.1. Yüksek Benlik Saygısı

Bu kategorideki bireyler kendilerini oldukları gibi kabul ederler, kendi fikirlerine güvenirler. Ayrıca sosyal çevrelerinde dikkat çeken, risk almayı severn ve hata yapmaktan korkmayan bireylerdir. Akademik alanda başarısızlık durumunda yılgınlığa düşmezler, bundan dolayı başarılıdırlar. Depresyon, anksiyete gibi psikopatolojiler yüksek benlik saygısına sahip bireylerde az görülmektedir (Kımter, 2012). Bu bireyler problem çözmeye yönelik davranıp kaçınma davranışı göstermezler (Yiğit, 2012). Benlik saygısı yüksek olan bireyler ruhsal ve fiziksel açıdan kendilerini sağlıklı hisseder. Herhangi bir hastalığa yakalanma riskleri, benlik saygısı düşük olan bireylere göre azdır, uyku kaliteleri iyidir ve güne daha dinlenmiş, enerjik bir biçimde başlarlar. Başarmak istedikleri bir şey olduğunda azimlidirler, bu noktada benlikleri olumlu ruhsal özelliklerle doludur (Balat-Uyanık ve Akman, 2004).

Olumlu benliğe sahip bireyler potansiyellerinin farkındadırlar, kendilerini yeterli bulurlar ve başarabilecekleri şeyleri analiz etmek konusunda başarılıdırlar. İnsanlara karşı olumlu bir yaklaşımları vardır, kabul edileceklerini düşünerek sosyalleşirler. Bu şekilde insanlarla sağlıklı ve doğru bir iletişim kurarlar. Karar alırken çok düşünüp olumlu/olumsuz yanlarını analiz ederler ve istikrarlı biçimde kararlarını uygularlar. Kendi fikirlerini başkaları tarafından olumlu karşılanmasa da zorlanmadan, özgürce ifade edebilirler (Çağlayan, 2011).

Yüksek benlik saygısına sahip kişiler potansiyellerine uyan hedefler koyup, yeteneklerine güvenip, özlerini bu şekilde tanımlamaktadırlar (Yavuzer, 2003). Ayrıca benlik saygısının yüksek olması bireylerin akademik başarısını pozitif yönde etkilemektedir (Kulaksızoğlu, 2001). Erken çocukluk ve ergenlik döneminde anne-baba/bakım vereni ve çevre tarafından onaylanmak ve saygı görmek çocuğun ruhsal gelişimini pozitif yönde etkiler ve yüksek benlik saygısı geliştirip kendisine güvenmesi ile sonuçlanmaktadır. Çocuk bu şekilde birey olmak için adım atar, otonomi kazanır (Cebe, 2005). Bireylerin benlik saygısının yüksek olması bir üstün yetenek değildir.

Kendisini olduğu haliyle kabul etmek, güçlü ve zayıf yönlerini bilip buna göre bir hayat planlaması durumunu içeren bir kavramdır (Yörükoğlu, 1990).

1.3.5.2. Düşük Benlik Saygısı

Bu kategorideki bireyler kendilerini her daim değersiz görürler ve bu şekilde değerlendirirler (Canbolat, 2018). Düşük benlik saygısına sahip bireyler potansiyellerini gerçekçi biçimde değerlendiremezler, bundan dolayı kendi kapasitelerinin altındaki başarıları hedef olarak kabul ederler. Tercih edilmemek onlar için çok korkutucu olduğundan geri planda kalmak isterler ve ilgi çekmemeye çalışırlar (Demir, 2017). Benlik saygısı düşük olan bireyler girdikleri sosyal çevrelerde pasif, kaygılı bir tutuma sahiptirler ve eleştirileri sağlıklı bir biçimde kabul edemeyip fazlaca kırılgan olurlar. Risk almaktan hoşlanmazlar ve işe sebat edemezler (Çağlayan, 2011). Düşük benlik saygısına sahip bireyler için bir iş başlatmak veya denemek korkutucudur (Yavuzer, 2003). Bilgilerini yetersiz bulurlar ve kendilerine güvenmezler, bu nedenle başarıya ulaşamazlar. Kendilerini oldukları gibi sevmezler ve diğer insanların da sevmediği varsayımında bulunurlar (Kımter, 2012). Benlik saygısı düşük bireylerin yaratıcılığı azdır, araştırmayı ve yeni bilgiler öğrenip bunları kullanabilir hale getirmeyi sevmezler. Bu bireylerin uyku kaliteleri iyi değildir ve genelde dinlenemeden uyanırlar. Bunun nedenleri ise yaşamlarını karamsar, endişeli ve insanlara güvenmeden yaşamalarıdır (Balat-Uyanık ve Akman, 2004).

Düşük benlik saygısına sahip bireyler, dahil oldukları grupta gölgede olmayı seçerler ve diğer grup üyelerinin fikirlerine göre hareket edip itaatkâr bir tutum takınırlar. Ayrıca bu bireyler diğer insanları daima kendilerinden üstün görürler, kendilerini herkesten aşağıda hissederler. Bundan dolayı da utangaçlık, suçluluk ve yetersizlik duygularını baskın biçimde yaşarlar (Çağlayan, 2011). Bu bireyler güçsüz, kaçınan, başkalarına yönelik suçlayıcı, kendilerine yönelik eleştirel tutum ve davranışlarda bulunurlar. Bunların sonucu olarak benlik saygısı ile depresyon, anksiyete, nevrotizm ve birçok psikopatolojik sorunlar yaşamaktadırlar (Jackson ve Cochran, 1991).

1.3.6. Benlik Saygısının Diğer Değişkenlerle İlişkisi

Oğlağu (2012)'nun yapmış olduğu çalışmada, çocukluk çağında maruz kalınan örselenme yaşantılarının bireyin benlik saygısında ileri derecede azalmaya neden olduğuna dair bulgular elde edilmiştir. Erken dönemde mağduru olunan her türlü

travmatik yaşantı bireyin kendisini değerlendirme tarzında bozulmalara neden olmaktadır. Bu şekilde çevreden kendisine yansıyan olumsuz algı içselleştirilmekte, böylece benlik saygısında azalma meydana gelmektedir.

Güneri-Yöyen (2017)'in yaptığı çalışmada çocukluk döneminde örseleyici deneyimler yaşayanların benlik saygısı düzeylerinin düşük olduğunu, fakat bu durumda travmatik deneyimlerin benlik saygısını yeterince iyi açıklamadığı sonucuna ulaşılmıştır. İlişkinin güçlü olmamasına karşın ihmal ve istismar yaşantılarının benlik saygısının düşmesinde etkili olduğu görülmüştür. Çocukluk çağı örselenme yaşantılarının, kişilerin benlik saygısını büyük oranda etkilediği ve birçok ruhsal sorunun kaynağı olduğunu söylemek mümkündür. Ülkemizde 1000 lise öğrencisiyle yapılan bir çalışmada ailenin gelir düzeyi yükseldikçe, ergenlerin benlik saygısı düzeyinin yükseldiği görülmektedir. Bulgulara göre orta ve yüksek eğitimli ebeveynlere sahip olan bireylerin benlik saygısı, düşük eğitim seviyesine sahip bireylerinkinden daha yüksektir (Güngör,1989). Yapılan bir başka araştırmada ise cinsiyet faktörünün benlik saygısını etkilediği görülmüştür. Baltimore ve Milwaukee, araştırmalarında erkek çocukların benlik saygılarının kız çocuklara göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir (Akt., Turanlı, 2010). Bir çalışmada ailesi ile iyi ilişkisi olan, ailede karar verme sürecine dahil edilen, fikri sorulan ve önemsenen gençlerin benlik saygısı puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Haktanır ve Baran, 1998; Erbil vd., 2006).

1.4. Yaşam Doyumu

Yaşam doyumu kavramını açıklamak için, öncelikle "doyum" kavramını bilmek gerekir. Doyum kavramı çok temelde; ihtiyaç, beklenti ve isteklerin karşılanması halinde ulaşılan dengedir (Budak, 2003). Yaşam doyumu kavramında ise bireyin istedikleri ve sahip olduklarının karşılaştırılmasıyla ortaya çıkmaktadır (Şahin, 2008). İlk olarak Neugarten tarafından 1961'de kullanılan "yaşam doyumu" kavramı bireylerin yaşamlarını etkiler ve amaçlara ulaşma noktasında bireysel değerlendirmelerin sonucudur (Akt., Dilmaç ve Ekşi, 2008). Alandaki araştırmalara ve açıklamalara bakıldığında yaşam doyumunun; öznel iyi oluş, psikolojik iyi oluş ve mutluluk kavramlarıyla birlikte ele alınıp birbirinin yerine kullanıldığı görülmektedir (Şahin,2010). Öznel iyi oluşun üç tane bileşeni vardır. Bunlar; olumlu duygulanım (güven, neşe heyecan), olumsuz duygulanım (stres, öfke, üzüntü) ve yaşam doyumudur. Yaşam doyumu, bireyin yaşamındaki farklı

alanlara yönelik tatmininin değerlendirilmesini oluşturan bilişsel bir yönü temsil etmektedir (Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010). İnsanların temel ihtiyaçlarından sayılan "mutlu olmak" ihtiyacı literatürde "yaşamdan doyum alma" kavramıyla açıklanmaya çalışılmıştır. Psikoloji kuramlarının pek çoğunda da ihtiyaç duyulan bu kavramın altı çizilmiştir (Ümmet, 2007).

Yaşam doyumu Shin ve Johnson (1978) tarafından, bireylerin kendi hayatlarına yönelik istek ve seçimde bulunabilmesi şeklinde ifade edilmiştir. Yaşam doyumunu belirlemede temel alınan en önemli iki kriter her bireyin kendi yaşam tarzına ve standartlarına göre değerlendirme yapılmasıdır (Sam, 2001). Yaşam doyumu pozitif psikoloji perspektifinden değerlendirilebilir. Pozitif psikolojinin incelediği kavramlara bakıldığında bunlar; mutluluk, yaşam doyumu, öznel iyi oluştur. Bireylerin kendi olumlu ve olumsuz özelliklerini kabul edip bununla birlikte hayata dair olumlu duygular geliştirip, planlar yapıp bunları gerçekleştirebilmek adına bu doğrultuda ilerlemesi yaşamlarından doyum almalarını sağlamaktadır (Seligman, 1998).

Ryff (1989) yaşam doyumunun altı boyuttan oluştuğunu ifade etmiştir. Bunlar; bireyin kendiyle ilgili olumlu değerlendirmeleri, kişisel gelişimi, yaşam amacına sahip olması, olumlu kişilerarası ilişkiler geliştirip sürdürmesi, kendi ihtiyaçlarını ve isteklerini karşılayabilmek adına çevresini düzenleyebilmesi ve bununla birlikte kendi kararını verebilmesidir. Yaşam doyumunu tanımlarken bireyin hayatını ve hayatındaki kaliteyi olumlu biçimde değerlendirmesi, kendisi için inşa edip şekillendirdiği hayattan ne denli hoşnut olduğunu ifade eden bir kavram olduğu söylenebilmektedir (Aşan ve Erenler, 2008; Akyüz Ünlü 2014). Her birey kendi hayat yolunda olumlu olduğu kadar olumsuz duyguları da yaşamaktadır. Bu noktada bireyin kendi hayatını değerlendirme biçiminim önemli olduğunu söylemek mümkündür. Subjektif bir biçimde bireyin kendi hayatındaki olumlu (haz, mutluluk, sevinçli anlar) ve olumsuz (mutsuzluk, acı ve üzüntülü anlar) duyguları algılayış tarzı yaşam doyumunu oluşturup sürdürme noktasında oldukça etkilidir (Özgen, 2012). Yaşam doyumunu üç kategoride incelemek mümkündür. Birinci kategoride yaşam doyumu dış ölçütlerle ilişkilendirilmiştir (erdem, iyi oluş, kutsallık). İkinci kategoride bireylerin kendi yaşamlarına dair yargılarını ve bu yargıları oluştururken nelerden etkilendikleri üzerinde durulmuştur. Üçüncü kategoride ise günlük yaşam akışına (olumlu duygunun olumsuz duyguya egemen gelmesi) odaklanılmıştır (Acar-Ararsan, 2010).

Maslow'un ihtiyaçlar piramidinde bireyin alt basamaktaki ihtiyacı karşılanırsa bir üst basamağa geçebilir ve bu durum yaşam doyumuna benzemektedir. Yaşam doyumuna dair tek bir yön değil, bireyin yaşamının tümüne dair genel bir bakış söz konusudur. Genel olarak birey hayatından keyif alıyorsa ve bu süreçte olumlu duyguları baskınsa kendini gerçekleştirme basamağına kadar çıkması mümkündür (Kula ve Çakar, 2015). Yaşam doyumu bireyin yaşadığı hayatı anlamlı bulup, kendini önemsemesi demektir. Kariyer ve sosyal hayatında genel bir huzur ve rahatlık hissi yaşaması hem toplumsal hem de bireysel anlamda kişinin farklı pek çok noktada tatminkar bir yaşam sürmesine neden olur (Doğan, 2015).

Christopher (1999), yaşam doyumundan bahsederken bu kavramı, bireyin kaliteli bir hayat için kişisel özelliklerini, kendi hayatına göre adapte ettiği ve oluşturduğu kriterleri bir bütün olarak değerlendirmesi olarak tanımlamıştır (Akt., Recepoğlu, 2013). Yaşam doyumun düzeyi zorluklara ve olumsuz yaşantılara göre değişmektedir. Bireyler düşük yaşam doyumuna sahipse mutsuz ve hayattan zevk alamayan bir noktada hayatlarını devam ettirirler. Karşımıza çıkan ani zorluk ve engellerle baş edebilme şeklimiz yaşam doyumumuzun o denli yüksek olmasına sebep olur (Demirel ve Demirel, 2004).

1.4.1. Yaşam Doyumu İle İlgili Kuramlar

- Aşağıdan Yukarıya-Yukarıdan Aşağıya Kuramı (Tabandan Tavana/Tavandan Tabana Kuramı)
- Bir Noktaya Erişme (Ereksel /Telik) Kuramı
- Aktivite (Etkinlik) Kuramı
- Bağ Kuramı
- Yargı Kuramı

1.4.1.1. Aşağıdan Yukarıya-Yukarıdan Aşağıya Kuramı (Tabandan Tavana/Tavandan Tabana Kuramı)

Bu kuram modern psikolojide popülerdir ve kurama göre, bireyin kendi yaşamındaki mutluluğu değerlendirirken mutlu ve mutsuz dönemlerini gözden geçirmektedir. Bu kuram çok temelde iki farklı bakış açısından oluşmaktadır. Tavandan

tabana bakış açısı, mutluluğun bireyin karakter özelliği olduğundan söz etmektedir. Birey karakteri gereği yaşanan olay veya durumları pozitif açıdan algılamaya meyillidir. Tabandan tavana bakış açışı ise, ufak tefek mutlulukların toplamı bireyin mutlu kılar. Mutlu olduğunu düşünen ve buna odaklı yaşayan birey yaşadığı andaki mutlulukları kaçırmaz (Diener, 1984). Tavandan tabana bakış açısında bireyin olay ve durumlar karşısındaki tepkilerini mutluluk belirler. Andrew ve Whitney (1976) tavandan tabana yaklaşımını desteklemiş, bireylerin kendi hayatlarından kazandığı doyumun küresel yaşam doyumundan beslendiğini ve ortaya çıktığını ifade etmişlerdir (Akt., Gülcan, 2014). Tabandan tavana bakış açısı bireyin etrafında gözlemleyip deneyimlediği anlık acı ve hazları değerlendirip, bu şekilde mutlu veya mutsuz olduğuna dair bir çıkarım yaptığından söz etmektedir. Mutlu anların mutlu bir yaşamı oluşturduğunu savunan bu bakış açısının temelini Kant felsefesi oluşturmaktadır (Şahin, 2010).

1.4.1.2. Bir Noktaya Erişme (Ereksel /Telik) Kuramı

Wilson tarafından 1960'lı yıllarda ortaya atılan bu kuram, mutluluğun hedef ve ihtiyaçlara ulaşıldığında kazanılan bir kavram olduğundan söz etmektedir. Buna göre ihtiyaçları karşılanmayıp ihmal edildiğinde birey mutsuz olmaktadır (Akt., Osmanoğlu ve Kaya, 2013). Bireyin mutluluğunun hedef ve ihtiyaçlarına bağlı olduğunu söylemek mümkündür (Onur, 1997). Her birey gerek doğuştan gerekse sonradan öğrenilen belli başlı ihtiyaç ve hedeflere sahiptir. Ereksel kuram bu amaçları ve ihtiyaçları farklı bir perspektiften ele almaktadır. Hedeflerin çok temelde öğrenilen ihtiyaçlar olduğundan söz etmiştir. Örnek vermek gerekirse karnımızı doyurmak, güvenli bir ortamda yaşamak evrensel ihtiyaçlarken, başarmak kavramı öğrenilmiş bir hedefi temsil etmektedir (Diener, 1984).

Ereksel kuram pek çok düşünürde ilgi uyandırmıştır. Birçok felsefeci insanın arzularının karşılanması sonucunda mı yoksa bastırılması sonucunda mı mutluluğu elde edebileceğini tartışmış ve merak etmiştir (Erdinç, 2018). Hedef ve ihtiyaçların önem sırasının ne olduğu, istekleri arasındaki bağlantının ne olduğuna yönelik eleştiriler de yapılmıştır (Gümüş, 2006). "İhtiyaçlar evrensel midir yoksa kişiden kişiye farklılık gösterir mi?" sorusuna verilen bir cevap olmamasına rağmen mutluluk kavramının ihtiyaçlarla bağlantılı olduğu görüşü yaygındır (Kelleci, 2019).

1.4.1.3. Aktivite (Etkinlik) Kuramı

Aristoteles'in temsil ettiği bu kuram, mutluluğun bireyin erdemli etkinliklerinden kaynaklandığını savunmaktadır (Acar-Arasan, 2010). Kuramı savunanlar, bireyin haz almasını sağlayan aktivitelerin (seyahate çıkmak, resim çizmek, spor yapmak, tiyatroya gitmek vb.) yaşam doyumuna pozitif yönde etki edeceğini söylemektedir (Eryılmaz ve Ercan, 2011). Yapılan aktiviteden haz alıyorsa bireyin aktivitedeki becerisinin de yüksek olacağı ifade edilmektedir. Aktivite kolaysa bireyin ilgisi zamanla azalacak ve sıkılacaktır. Buna karşın bireyi zorlayan bir aktivite bireyde kaygı yaratacağı için aktivite ile beceri düzeyi orantılı olursa yapılan aktivite bireye haz verecektir (Yetim, 2001). Bu kuram mutluluğun insan aktivitesi aracılığıyla ortaya çıktığını ifade etmektedir (Acar, 2009). Aktivite kuramına göre birey aktivitelerinin sonucunda mutlu olmaktadır. Bu noktada aktivite sürecine dikkat çekilmekte ve mutluluk kavramının bu sürecin kendisi olduğundan söz edilmektedir (Başer-Şeker, 2009).

1.4.1.4. Bağ Kuramı

Bilişsel psikologlar bireylerin olaylara yükledikleri anlamlara vurgu yapmışlardır (Çelebi ve Çelebi, 2008). İnsanların mutluluğunu konu edinen birçok araştırma bulunmaktadır ve pek çok kuramcı bağ modelini savunmaktadır. Kuramın içeriğine bakıldığında koşullanma ve bellek kavramlarıyla açıklandığı görülmektedir. Mutluluk bireyin belleğinde bir ağdır; olumlu ağlar varsa birey hayatını mutlu, olumsuz ağlar varsa mutsuz yaşamaktadır (Yetim, 2001). Geçmişte yaşanan pozitif olay ve durumları hafızalarına kaydedip, yaşanan yeni olay ve durumları geçmişteki pozitif anılarıyla eşleştirirler (Şahin ve Ünal, 2013). Duygu atfedilen olay ve durumlarda ise koşullanma gerçekleşir ve sönme çok daha geç olmaktadır (Yetim, 2001).

1.4.1.5. Yargı Kuramı

Bu kurama göre birey kendini kıyasladığı diğer insanlardan daha iyi olduğunu düşünürse doyum elde eder. Kendinden daha kötü şartlara sahip insanlar görmek bireylerin yaşam doyumu yükseltmektedir (Akyol, 2013). Kendini diğer bireylere göre daha iyi görürse birey mutludur (Yetim, 2010). Bu kuram yaşanan olayların türüne göre olumlu/olumsuzluk durumu belirlemekte ve ortaya çıkan duyguyu yordamaktadır (İnci, 2014). Yargı kuramlarında yaşam alanlarında mı yoksa yaşamın genelinde mi karşılaştırılmalar yapılacağı konusunda net bir fikir birliği bulunmamakla birlikte Dermer

ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmada, karşılaştırmanın tüm alanları kapsayacak biçimde yapılması gerektiği sonucuna varmıştır (Akt., Şahin, 2010).

1.4.2. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler

Bireyler yaşam doyumunu farklı şekillerde algılayıp yaşayabilmektedir. Dolayısıyla tek tip ilkelerden bahsetmek mümkün değildir. Bununla birlikte yapılan araştırma sonuçlarından elde edilen bulgular doğrultusunda yaşam doyumunu etkilediği düşünülen faktörler olduğu bilinmektedir (Akt., Özgen, 2012). Bunlar;

- Kendini tanıyabilmek ve anlayabilmek,
- Sosyal destek, sosyal ilişkiler, romantik ilişkilerdeki yakınlık, aile ilişkilerinin iyi olması,
- Günlük yaşamın getirilerinden hoşnut olmak,
- Fiziksel iyilik hali,
- Öğrenmeye devam etmek,
- Ekonomik açıdan güvence sahibi olmak,
- Ulusal ve kültürel etkinliklere dahil olmak,
- Başkalarına yardım etmek ve gözetmek,
- Yaşamın anlamlı olduğunu düşünmek,
- Amaçlara ulaşmak için ortaya çıkan pozitif/negatif durumlarla uyumlanmak,
- Sağlık ve kişisel güven,
- Bir çocuğa sahip olup onu büyütmek,
- Bir işte çalışmak, üretkenlik,
- Pozitif bireysel kimlik (Akt., Özgen, 2012).

1.4.3. Yaşam Doyumu ile İlgili Araştırmalar

Bazı araştırmalarda gençlerin yaşamdan daha fazla doyum aldıklarına dair sonuçlara ulaşılmıştır. Fakat yaş arttıkça yaşamdan doyum alma düzeyinin arttığını belirten çalışmalar da bulunmaktadır (Dockery, 2004). Olumlu-olumsuz duyguları ifade etme noktasında gençler daha başarılıyken, yaş aldıkça bireyler daha fazla mutluluk ifadesinde bulunmaktadır (Braun, 1977).

Yaşam doyumu ile cinsiyet arasındaki ilişkiyi görebilmek adına bazı araştırmalar yapılmıştır. Bu araştırmaların bazıları cinsiyetler arasında bir fark olduğundan, bazıları

ise fark olmadığından söz etmiştir. Bir çalışmada kadınların erkek katılımcılardan fazla olumsuz duygu ifadesinde bulunmasına rağmen, yine erkeklerden daha fazla yaşam doyumuna sahip oldukları görülmüştür (Yetim, 1991). Wood ve diğerlerinin (1989) yaptığı bir çalışmada, kadınların yaşamdan daha fazla haz aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde erkeklerin yaşam doyumunun kadınlarla kıyaslandığında fazla olduğu bulgularına ulaşan araştırmalar bulunmaktadır (Avşaroğlu vd., 2005). Bunların yanı sıra literatürde yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılaşmadığını dair araştırmalar da bulunmaktadır (Kabasakal ve Baş, 2013; İnci, 2014).

Yapılan araştırmalardan bazıları da eğitim seviyesinin yaşam doyumunu etkilediğinden söz etmiştir. ABD' de Campbell (1981) tarafından yapılan bir araştırmada, eğitimin yaşam doyumunu pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Yine bu çalışmayı destekler nitelikte Çetinkaya (2004)'nın yaptığı araştırmada üniversite mezunlarının yaşam doyumunun lise mezunlarına göre fazla olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Eğitim düzeyi arttıkça birey hayatı geniş bir perspektiften görebilmekte, iş koşullarıyla yaşamdan haz alınabilir bir seviyeye gelmekte, bununla birlikte bireyin kendi yaşantısından aldığı doyumu pozitif yönde etkileyebilmektedir (Çetinkaya, 2004; Bedir, 2014). Hemşirelerin katılımıyla yapılan araştırmada eğitim düzeyinin yükselmesiyle yaşam doyumunun arttığı belirtilmiştir. Bulgularda; yüksek lisans mezunu hemşirelerin yaşamdan aldıkları hazzın, diğer katılımcılardan yüksek olduğu görülmüştür (Turgut, 2010).

İş yaşantısı da yaşam doyumu üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Yetişkin bireyler günün çoğu saatini iş ortamında bulunarak geçirmektedir. Yapılan işin kişiye uygunluğu, çalışma ortamında aldığı sorumluluğun düzeyi, aldığı ücret gibi durumlar kişinin yaşamdan aldığı haz üzerinde etki yaratmaktadır (Özdevecioğlu, 2003). Bunlar göz önüne aldığında iş hayatının yaşam doyumu düzeyini etkilediği söylenebilmektedir (Keser, 2005).

1.4.4. Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

Literatürde yaşam doyumuna en çok eşlik eden değişkenlerden birinin benlik saygısı olduğu görülmektedir. Bireyin istekleri ve bu istekler doğrultusunda aksiyon alıp elde ettikleri karşılaştırıldığında elde edilen sonuç yaşam doyumudur (Neugarten, 1961). Bireyin benliğiyle ilgili yargıları da benlik saygısı kavramının karşılığıdır (Rosenberg,

1965). Bu iki değişkenin birbiriyle ilişkili olduğu bilinmekte, benlik saygısının yaşam doyumunu yordadığı yönünde araştırma sonuçları olduğu görülmektedir (Myers ve Diener, 1995; Abe, 2004; Çeçen, 2008; Yiğit, 2010) Yapılan bir araştırmada yaşları 12-18 arasında değişiklik gösteren göç etmiş 119 ergen ile göç etmemiş 135 ergenin benlik saygısı ve yaşam doyumu düzeyleri incelenmiştir. Göç edenlerin yaşam doyumu düzeylerinin göç etmeyenlere göre daha düşük olduğu ve genel benlik saygısı düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulgularına ulaşılmıştır. Buna karşın yaşam doyumu ve benlik saygısı değişkenleri arasındaki korelasyonda pozitif yönde anlamlılık bulunmuştur (Ullman ve Tatar, 2001). Diener ve Diener (1995) 'in yaptığı araştırmada, 31 ülkeden toplam 13.118 yüksekokul öğrencisinin benlik saygısı, yaşam doyumu ve yaşam doyumunun özel alanları (mali durum, arkadaş, aile) değişkenleri incelenmiştir. Bireyselcilik seviyesinde, benlik saygısı ve yaşam doyumu değişkenleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Mali açıdan doyum ile yaşam doyumu arasında yoksul ülkelerde güçlü bir ilişki olduğu görülmüştür (Akt. Yıldız, 2010).

1.4.5. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

Literatüre bakıldığında yalnızca istismar yaşantıları ile yaşam doyumu değişkenlerini inceleyen çalışmaların olmadığı görülmüştür. Erken çocuklukta maruz kalınan örselenme yaşantıları toplumsal bir sorun olarak nitelendirilip, gelişim sürecinde çocukluktan yetişkinliğe bireyde olumsuz sonuçlara neden olduğu bilinmelidir (Hancı, 2002; Kurtay, 2004; Kara vd., 2004)

Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada çocukluk çağı örselenme yaşantılarının yaşam doyumunu yordamadaki rolüne bakılmıştır. Araştırma sonuçlarında yaşam doyumu ile fiziksel ihmal, duygusal istismar, cinsel istismar ve duygusal ihmal puanları arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Yaşam doyumu ile fiziksel istismar puanları arasında ise anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Erken dönemde örseleyici bir ya da daha fazla ihmal/istismar yaşantısı olan katılımcıların, yaşam doyumu puan ortalamalarının olmayanlardan daha düşük olduğu görülmüştür (Kalyon ve Yazıcı, 2020).

İnik (2020)'in yapmış olduğu çalışmada yaşam doyumu ile çocukluk çağı örseleyici yaşantıları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ifade edilmiştir. Araştırmaya katılanların yaşam doyum düzeyleri ile duygusal ihmal yaşantısı arasında

pozitif yönlü ve zayıf bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ayrıca. Gürcan ve Kolburan (2018)'ın yaptığı araştırmada yaşam doyumunun, çocukluk çağı örselenme yaşantıları tarafından yordandığı görülmüştür. Aynı çalışmada fiziksel ihmal, duygusal istismar ve duygusal ihmalin yaşam doyumu düzeyini azalttığı görülmüştür. Yaşam doyumu üzerinde en fazla etkisi olan değişkenin ise duygusal ihmal olduğu belirtilmiştir.

1.4.6. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

150 erkek 150 kadın olmak üzere 300 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada; aşamalı regresyon analizi, yaşam doyumu ile duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanç ve bağımlılık/yetersizlik arasında anlamlı çoklu korelasyon olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Maedeh ve Mehrangiz, 2011). Bir başka araştırmada ise yaşam doyumu ile sosyal izolasyon, duygusal yoksunluk, bağımlılık/yetersizlik, kusurluluk/utanç gibi erken dönem uyumsuz şemalar arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulguları mevcuttur. Zarar görme/hastalıklar karşısında dayanıksızlık, kendini feda etme, yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik, boyun eğicilik, yetersiz öz denetim/öz disiplin, haklılık/büyüklenmecilik, iç içe geçmiş/gelişmemiş benlik şemalarının yaşam doyumu ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Yapılan regresyon analizinde 15 şemadan duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanç ve bağımlılık/yetersizlik şemalarının yaşam doyumunu en iyi biçimde yordadığı görülmüştür (Sahraee vd., 2011).

BÖLÜM 2: YÖNTEM

Bu bölüm, yapılan araştırmadaki örneklem, veri toplama araçları ve analiz bilgilerini içermektedir.

2.1. Araştırmanın Türü

Yapılan araştırmada genç yetişkinlerde çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemalar, yaşam doyumu ve benlik saygısı değişkenlerinin arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Çalışmada ikiden fazla değişken arasındaki ilişkiye bakıldığı için ilişkisel ve betimleyici yöntem kullanılmıştır.

2.2. Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın evrenini, Türkiye'de İstanbul ilinde yaşayan, gönüllülük biçimde rastlantısal olarak seçilen genç yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Çalışmadaki örneklemin katılımcılarının 221'i (%62,8) kadın, 129'u (%36,6) erkek ve 2 tanesi (%0,6) diğer olarak belirtmiştir.

2.3. Araştırmadaki Veri Toplama Araçları

2.3.1. Sosyo-demografik Bilgi Formu

Araştırmadaki sosyo-demografik bilgi formu araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Form kişilerin; yaşı, cinsiyeti, eğitim düzeyi, medeni durumu, çalışma durumu gibi çeşitli sorulardan oluşmaktadır.

2.3.2. Çocukluk Dönemi Örselenme Ölçeği

Bernstein ve arkadaşlarının hazırladığı bu ölçeğin Cronbach's Alpha katsayıları 0.79 ve 0.94 arasında olup, böylece geçerlik ve güvenirliği yüksek olarak belirtilmiştir. Ülkemize uyarlamasını Aslan ve Alparslan (1999) yapmış, test güvenirliği 0.96 bulunmuştur. Ölçeğin her maddesi 1 ve 5 arasında puanlanmakta, Türkçe uyarlaması 5'li likert tarzı 28 maddeden oluşmaktadır. Alt boyutlara bakıldığında; " fiziksel ihmal, fiziksel istismar, duygusal istismar, cinsel istismar ve duygusal ihmal " biçimindedir. Kaya (2015)'nın çalışmasında ÇDÖÖ'nün Cronbach's Alpha değeri alt boyutlarda .59 ile .85 arasında farklılaşmaktadır. Bu durumun da fiziksel ihmal hariç diğer alt boyutların iyi düzeyde iç tutarlığa sahip olduğu anlamına geldiği ifade edilmiştir.

Fiziksel ihmalin de başka bir iç tutarlılık değerlendirmesi ile kabul edilebilir bir güvenirliğinin (.64) olduğu belirtilmiştir. Bu çalışma için çocukluk dönemi örselenme ölçeğinin Cronbach's Alpha değeri 0,59 bulunmuştur.

2.3.3. Young Şema Ölçeği Kısa Formu

Young Şema Ölçeğinin 3. Kısa formu, 18 tane erken dönem uyumsuz şemayı ölçebilmek için uygulanmıştır. (Young ve Brown, 1999). Bu çalışmada katılımcılara uygulanan form 90 maddeden oluşan kısa formdur. Ölçek 6'lı likert tipte olup; 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 tarzında değerlendirilmiştir. Ölçeğin kısa versiyonunun güvenirlik ve geçerliliği ülkemizde Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır (2009) tarafında yapılmış, Türkçe forma göre 14 faktörlü yapı kabul edilmiştir., Sosyal izolasyon/güvensizlik, başarısızlık, karamsarlık, duyguları bastırma, onay arayıcılık, duygusal yoksunluk, ayrıcalıklılık/ yetersiz öz-denetim, iç içe geçme/gelişmemiş benlik, terk edilme, kendini feda, kusurluluk, hastalıklar/tehditler karşısında dayanıksızlık, cezalandırıcılık ve yüksek standartlar boyutlarından oluşmaktadır. Ölçekten yüksek puan aldıkça, erken dönem uyumsuz şemaların şiddeti de daha yüksek olabilmektedir (Soygüt vd., 2009). Bununla birlikte ölçeğin 5 alandan oluştuğu belirtilmektedir. Bunlar; ayrılma ve reddedilme, aşırı tetikte olma ve bastırılmışlık, zedelenmiş sınırlar, zedelenmiş özerklik ve performans, şema alanlarıdır. Şemaların alanları iç tutarlılık olarak α= .53- .81 aralığında şemalar ise, α= .63- . 80 aralığında farklılaşmaktadır. Test tekrar test değerleri 14 şema için r=66- .82 olarak, alanlarda da test tekrar test güvenirlik değerleri r=.66- .83 aralığında değişim göstermektedir. Bunların sonucunda, ölçeğin Türkiye'de kullanımının güvenli olduğu ifade edilmiştir (Soygüt vd.,). Bu çalışmada kullanılan Young şema ölçeğinin Cronbach's Alpha değeri 0,95 bulunmuştur. Zedelenmiş otonomi şeması alt boyutu için alpha değeri 0,92; kopukluk şeması alt boyutu için alpha değeri 0,87; yüksek standartlar şeması alt boyutu için alpha değeri 0,79; zedelenmiş sınırlar şeması alt boyutu için alpha değeri 0,71 ve diğeri yönelimlilik şeması alt boyutu için alpha değeri 0,79 olarak hesaplanmıştır.

2.3.4. Yaşam Doyumu Ölçeği

Türkçe uyarlaması Köker ve Yetim (1991) tarafından yapılmıştır. Temelde Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiştir.“kesinlikle katılmıyorum” ile “kesinlikle katılıyorum” arasında değişen likert tipi 5 madde ve 7 seçenekten oluşmaktadır. Ölçeğin en düşük puanı 5, en yüksek puanı ise 35’dir. Alınan puan yükseldikçe bireyin yaşam doyumunun arttığı varsayılmaktadır. Kökler (1991) tarafından uyarlanan halinin iç tutarlılık katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırmada, ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .88 olarak belirtilmiştir. Maddelerin iç tutarlığını veren Cronbach’s Alpha Katsayısı 0,88 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgular ışığında, ölçeğin yüksek derecede iç tutarlığa sahip olduğunu söylemek mümkündür. Bu çalışma için yaşam doyum ölçeğinin Cronbach’s Alpha değeri 0,78 bulunmuştur.

2.3.5. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Rosenberg (1965) bu ölçeği benlik saygısını ölçmek için geliştirmiştir olup, ölçeğin orijinali İngilizcedir. Ölçeğin güvenilirlik çalışması 5024 lise öğrencisinin katıldığı bir çalışma ile yapılmış olup, ülkemizdeki geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını Çuhadaroğlu (1986) yapmıştır. 0-1 puan yüksek benlik saygısı, 2-4 puan orta benlik saygısı, 5-6 puan düşük benlik saygısı olarak puanlandırılmış. Bu ölçek 12 alt alandan oluşmakta, ilk on maddesi benlik saygısını ölçmektedir. Ölçekten düşük puan alınması benlik saygısındaki yükseklik, yüksek puan ise benlik saygısındaki düşüklüğü temsil eder. Bu çalışma için benlik saygısı ölçeğinin Cronbach’s Alpha değeri 0,60 bulunmuştur.

2.4. Verilerin İstatistiksel Analizi

Verilerin analizinde SPSS 25 (Statistical Package fort he Social Sciences) programı kullanılmıştır. Örneklemin dağılımını belirlemek adına frekans, yüzde, aritmetik ortalama ve standart sapmadan faydalanılmıştır. Mevcut çalışmada kullanılan ölçeklerin güvenirliklerini belirlemek adına Cronbach’s Alpha hesaplanmıştır. Ölçeklerin dağılımını belirleyebilmek adına betimsel analiz (standart sapma, aritmetik ortalama, çarpıklık ve basıklık) sonuçları belirtilmiştir Ölçeklere ait puanların normal dağılım gösterdiği durumlar için gruplar arası farklılıkları test etmek adına bağımsız örneklem t testi ve Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Varyanslarının homojenliğini belirlemek için Levene testinden faydalanılmıştır. Veri normal dağılım gösterdiğinden dolayı

ölçekler arasında Pearson çarpım-moment korelasyonu kullanılmıştır. Ayrıca bağımlı değişken üzerindeki etkiyi belirleyebilmek adına çoklu doğrusal regresyon modeli kurulmuştur.

BÖLÜM 3: BULGULAR

Bu bölüm hipotezlerin test edilmesi için yapılan analizlerin sonuçlarından oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini oluşturan 352 genç yetişkine ait tanımlayıcı istatistikler Tablo 2'de verilmiştir.

3.1. Demografik Değişkenlere ve Araştırma Değişkenlerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistik Bulguları

Tablo 2

Araştırmaya Katılan Ailelere Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler		n	%
Cinsiyet	Kadın	221	62,8
	Erkek	129	36,6
	Diğer	2	0,6
Eğitim durumu	Lisans (devam ediyor)	295	83,8
	Yüksek lisans (devam ediyor)	57	16,2
Çalışıma durumu	Evet	138	39,2
	Hayır	214	60,8
İlişki durumu	Yalnız	200	56,8
	İlişkisi var	110	31,3
	Sözlü/Nişanlı	4	1,1
	Evli	38	10,8
Annenin hayatta olma durumu	Sağ	347	98,6
	Vefat etmiş	5	1,4
Annenin çalışma durumu	İşsiz	9	2,6
	Çalışıyor	90	25,6
	Ev hanımı	253	71,9
Annenin öz olma durumu	Öz	351	99,7
	Üvey	1	0,3
Annenin eğitim durumu	Okur yazar değil	12	3,4
	İlköğretim	169	48,0
	Lise	117	33,2
	Üniversite ve üzeri	53	15,1
Babanın hayatta olma durumu	Sağ	327	92,9
	Vefat etmiş	25	7,1
Babanın çalışma durumu	İşsiz	51	14,5
	Çalışıyor	301	85,5
Babanın öz olma durumu	Öz	350	99,4
	Üvey	2	0,6
Babanın eğitim durumu	Okur yazar değil	4	1,1
	İlköğretim	127	36,1

	Lise	136	38,6
	Üniversite ve üzeri	85	24,1
Anne ve babanın birliktelik durumu	Birlikte yaşıyorlar	300	85,2
	Boşanmamış ama ayrı	22	6,3
	Boşanmış	29	8,2
Psikolojik rahatsızlığınız var mı?	Evet	50	14,2
	Hayır	302	85,8
Büyüdüğünüz yer neresidir?	Köy	28	8,8
	İlçe	64	20,0
	İl	228	24,1

Tablo 2 ‘ye göre araştırmaya katılan bireylerin %62,8’i cinsiyetini kadın, %36,6’sı erkek ve %0,6’sı diğer olarak belirtmiştir. Bireylerin %83,8’i eğitim durumlarını lisans (devam ediyor) ve %16,2’si yüksek lisans (devam ediyor) olarak belirtmiştir. Bireylerin %39,2’si çalışıyor iken %60,8’i çalışmamaktadır. Bireylerin %56,8’i ilişki durumunu yalnız; %31,3’ü ilişkisi var; %1,1’i sözlü/nişanlı ve %10,8’i evli olarak belirtmiştir. Bireylerin %98,6’sının annesi sağ iken %1,4’ünün vefat etmiştir. Bireylerin %2,6’sı annenin çalışma durumunu işsiz; %25,6’sı çalışıyor ve %71,3’ü ev hanımı olarak belirtmiştir. Bireylerin %99,7’inin annesi öz ve %0,3’ünün annesi üveydir. Bireylerin %3,4’ünün annesi okur yazar değildir ve %48’inin ilköğretim; %33,2’sinin lise ve %15,1’i üniversite ve üzeri mezundur. Bireylerin %92,9’u babasını sağ olarak ve %7,1’i vefat etmiş olarak belirtmiştir. Bireylerin %14,5’inin babası işsiz iken %85,5’inin çalışmaktadır. Bireylerin %99,4’ünün babası öz ve %0,6’sının üveydir. Bireylerin %1,1’inin babası okur-yazar değildir ve %36,1’inin ilköğretim; %38’6’sının lise ve %24,1’inin üniversite ve üzeri mezundur. Bireylerin %85,2’sinin anne ve babasını birlikte yaşamakta; %6,3’ünün boşanmamış ama ayrı yaşamakta ve %8,2’sinin boşanmıştır. Bireylerin %14,2’si psikolojik rahatsızlığı olduğunu belirtirken %85,8’inin yoktur. Bireylerin %8,8’i köyde; %20’si ilçede ve %24,1’i ilde büyümüştür.

Tablo 3

Demografik Özelliklere Ait Betimsel Analizler

	n	En düşük	En yüksek	$\overline{X}$	ss	
Yaş	351	18	58	24,15	6,03	
Aylık gelir (TL)	267	200	50000	5864,62	5777,38	

Tablo 3'e göre yaş değişkeni 18 ile 58 aralığında değişmektedir. Yaş değişkenin aritmetik ortalaması 24,15'tir (SS=6,03). Aylık gelir değişkenin en düşük değeri 200 (TL) iken en yüksek değeri 50000'dir (TL). Aylık gelirin aritmetik ortalaması 5864,62'dir (SS=5777,38).

Tablo 4

Ölçeklerden Elde Edilen Toplam Puanların Betimsel Analiz Sonuçları

Ölçekler	n	En düşük puan	En yüksek puan	$\overline{X}$	ss	Çarpıklık		Basıklık	
						İstatistik	SH	İstatistik	SH
YŞÖ	320	90	437	227,68	56,34	0,30	0,14	0,09	0,27
Zedelenmiş otonomi	320	30	150	64,60	22,15	0,76	0,14	0,39	0,27
Kopukluk	320	23	114	49,43	15,99	0,81	0,14	0,59	0,27
Yüksek standartlar	320	9	53	29,92	8,80	0,07	0,14	-0,55	0,27
Zedelenmiş sınırlar	320	7	41	24,76	6,96	-0,18	0,14	-0,41	0,27
Diğeri yönelimlilik	320	11	63	35,03	9,85	0,09	0,14	-0,02	0,27
ÇDÖÖ	320	40	92	64,43	7,34	0,23	0,14	1,43	0,27
Fiziksel istismar	320	5	16	6,05	2,34	2,67	0,14	6,79	0,27
Cinsel istismar	320	5	19	6,31	3,04	2,56	0,14	5,85	0,27
Duygusal istismar	320	5	17	7,43	3,03	1,32	0,14	0,95	0,27
Fiziksel ihmal	320	7	20	13,31	1,99	0,06	0,14	1,15	0,27
Duygusal ihmal	320	9	25	20,98	3,95	-0,91	0,14	0,12	0,27
YDÖ	320	5	25	13,76	4,40	0,83	0,14	-0,12	0,27
BSÖ	320	12	37	24,38	4,51	0,52	0,14	0,23	0,27

*YŞÖ: Young Şema Ölçeği; ÇDÖÖ: Çocukluk Dönemi Örselenme Ölçeği; YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği; BSÖ: Benlik Saygısı Ölçeği

Normal dağılıma uygunluğu araştırmak için kullanılabilecek ölçütlerden biri basıklık ve çarpıklık katsayılarıdır. Basıklık ve çarpıklık değerleri +2,0 ve -2,0 değerleri arasında (George ve Mallery, 2010) ise dağılımın normalliğinden söz edilebilir. Tablo 4'te ölçeklerden elde edilen toplam puanlara ait en düşük ve en yüksek puanlar, toplam puanların ortalamaları, standart sapma değerleri, basıklık ve çarpıklık katsayıları ve standart hata değerleri bulunmaktadır. Tablo 4'e göre YŞÖ'den alınan en düşük puan 90 ve en yüksek puan 437'dir. Ölçeğin aritmetik ortalaması 227,68'dir (SS=56,34). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı 0,30 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı 0,09'dur (SH=0,27). Zedelenmiş otonomi şemasından alınan en düşük puan 30 ve en yüksek puan 150'dir. Ölçeğin aritmetik ortalaması 64,60'tır (SS=22,15). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı 0,76 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı 0,39'dur (SH=0,27). Kopukluk şemasından alınan en düşük puan 23 ve en yüksek puan 114'tür. Ölçeğin aritmetik ortalaması 49,43'tür (SS=15,99). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı 0,81 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı 0,59'dur (SH=0,27). Yüksek standartlar şemasından alınan en düşük puan 9 ve en yüksek puan 53'tür. Ölçeğin aritmetik ortalaması 29,92'dir (SS=8,80). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı 0,07 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı -0,55'tir (SH=0,27). Zedelenmiş sınırlar şemasından alınan en düşük puan 7 ve en yüksek puan 41'dir. Ölçeğin aritmetik ortalaması 24,76'dır (SS=6,96). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı -0,18 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı -0,41'dir (SH=0,27). Diğer yönelimlilik şemasından alınan en düşük puan 11 ve en yüksek puan 63'tür. Ölçeğin aritmetik ortalaması 35,03'tür (SS=9,85). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı 0,09 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı -0,02'dir (SH=0,27). ÇDÖÖ'den alınan en düşük puan 40 ve en yüksek puan 92'dir. Ölçeğin aritmetik ortalaması 64,43'tür (SS=7,34). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı 0,23 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı 1,43'tür (SH=0,27). Fiziksel istismar alt boyutundan alınan en düşük puan 5 ve en yüksek puan 16'dır. Ölçeğin aritmetik ortalaması 6,05'tir (SS=2,34). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı 2,67 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı 6,79'dur (SH=0,27). Cinsel istismar alt boyutundan alınan en düşük puan 5 ve en yüksek puan 19'dur. Ölçeğin aritmetik ortalaması 6,31'dir (SS=3,04). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı 2,56 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı 5,85'tir (SH=0,27). Duygusal istismar alt boyutundan alınan en düşük puan 5 ve en yüksek puan 17'dir. Ölçeğin aritmetik ortalaması 7,43'tür (SS=3,03). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı 1,32 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı 0,95'tir (SH=0,27). Duygusal ihmal alt

boyutundan alınan en düşük puan 9 ve en yüksek puan 25'tir. Ölçeğin aritmetik ortalaması 20,98'dir (SS=3,95). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı -0,91 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı 0,12'dir (SH=0,27). YDÖ'den alınan en düşük puan 5 ve en yüksek puan 25'tir. Ölçeğin aritmetik ortalaması 13,76'dır (SS=4,40). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı 0,83 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı -0,12'dir (SH=0,27). BSÖ'den alınan en düşük puan 12 ve en yüksek puan 37'dir. Ölçeğin aritmetik ortalaması 24,38'dir (SS=4,51). Ölçekten elde edilen çarpıklık katsayısı 0,52 (SH=0,14) ve basıklık katsayısı 0,23'tür (SH=0,27).

Tablo 5

Cinsiyete Göre Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Normallik Analizi

	Ölçekler	**n**	**En düşük puan**	**En yüksek puan**	$\overline{X}$	**ss**	**Çarpıklık**		**Basıklık**	
							İstatistik	**SH**	**İstatistik**	**SH**
Kadın	YŞÖ	200	90	437	231,69	57,80	0,31	0,17	0,24	0,34
	Zedelenmiş otonomi	200	30	150	66,93	23,08	0,76	0,17	0,45	0,34
	Kopukluk	200	23	114	49,21	15,77	0,88	0,17	0,94	0,34
	Yüksek standartlar	200	9	53	30,50	8,92	0,01	0,17	-0,52	0,34
	Zedelenmiş sınırlar	200	7	40	25,16	6,62	-0,28	0,17	-0,14	0,34
	Diğeri yönelimlilik	200	11	63	35,46	10,05	0,13	0,17	0,13	0,34
	ÇDÖÖ	200	45	88	64,56	6,88	0,19	0,17	1,03	0,34
	Fiziksel istismar	200	5	15	5,76	1,83	3,06	0,17	10,04	0,34
	Cinsel istismar	200	5	19	6,37	3,11	2,61	0,17	6,21	0,34
	Duygusal istismar	200	5	17	7,54	3,11	1,23	0,17	0,65	0,34
	Fiziksel ihmal	200	8	20	13,25	1,93	0,12	0,17	1,39	0,34
	Duygusal ihmal	200	10	25	21,15	3,72	-0,77	0,17	-0,22	0,34
	YDÖ	200	5	25	13,47	4,24	0,93	0,17	0,25	0,34
	BSÖ	200	12	37	24,53	4,83	0,42	0,17	-0,04	0,34

Erkek	YŞÖ	118	90	343	221,47	52,95	0,25	0,22	-0,31	0,44
	Zedelenmiş otonomi	118	30	116	60,90	20,02	0,63	0,22	-0,31	0,44
	Kopukluk	118	23	97	49,73	16,23	0,71	0,22	0,26	0,44
	Yüksek standartlar	118	9	50	28,95	8,52	0,17	0,22	-0,51	0,44
	Zedelenmiş sınırlar	118	7	41	24,11	7,49	0,00	0,22	-0,66	0,44
	Diğeri yönelimlilik	118	11	58	34,59	9,33	-0,02	0,22	-0,31	0,44
	ÇDÖÖ	118	40	92	64,17	8,12	0,30	0,22	1,64	0,44
	Fiziksel istismar	118	5	16	6,55	2,96	2,06	0,22	3,18	0,44
	Cinsel istismar	118	5	19	6,24	2,94	2,44	0,22	5,05	0,44
	Duygusal istismar	118	5	17	7,22	2,91	1,51	0,22	1,70	0,44
	Fiziksel ihmal	118	7	19	13,42	2,10	-0,04	0,22	0,86	0,44
	Duygusal ihmal	118	9	25	20,63	4,29	-0,99	0,22	0,21	0,44
	YDÖ	118	6	25	14,21	4,64	0,69	0,22	-0,52	0,44
	BSÖ	118	15	37	24,18	3,94	0,67	0,22	0,73	0,44

Tablo 5’te; cinsiyete göre gruplarda (cinsiyetini diğer olarak belirten 2 kişi olduğu için hariç tutulmuştur), araştırmada kullanılan ölçeklerin betimsel analizlerine yer verilmiştir. Buna göre fiziksel istismar ve cinsel istismar puanları dışındaki puanlar normal dağılım göstermektedir.

3.2. Cinsiyete Yönelik Ölçeklerin İncelenmesine Yönelik Bulgular

Tablo 6

Cinsiyete Göre Ölçeklerin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Levene Testi		t	sd	p
	F	p			
YŞÖ	0,91	0,34	1,57	316	0,12
Zedelenmiş otonomi	3,19	0,08	2,36	316	0,02*
Kopukluk	0,05	0,82	-0,28	316	0,78
Yüksek standartlar	0,21	0,65	1,52	316	0,13
Zedelenmiş sınırlar	3,67	0,06	1,29	316	0,20
Diğeri yönelimlilik	0,39	0,53	0,76	316	0,45
ÇDÖÖ	2,15	0,14	0,45	316	0,65
Duygusal istismar	1,48	0,22	0,89	316	0,37
Fiziksel ihmal	1,32	0,25	-0,71	316	0,48
Duygusal ihmal	1,08	0,30	1,13	316	0,26
YDÖ	2,84	0,09	-1,45	316	0,15
BSÖ	7,00	0,01**	0,71	285	0,48

*p<0,05; **p<0,01

Tablo 6'da yer alan bağımsız örneklem t testi öncesi varyansların homojenliğini test etmek için yapılan Levene Testi sonuçlarına göre gruplar arası varyanslar BSÖ için homojen değildir (p<0,05). Diğer ölçekler için gruplar arası varyanslar homojen olduğu için (p>0,05) varyansların homojen olduğu ve olmadığı bağımsız örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir. Tablo 6'ya göre YŞÖ puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (t(316)=1,57; p>0,05). YŞÖ puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=231,69) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=221,47) istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek değildir. YŞÖ'nün zedelenmiş otonomi şeması puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmaktadır (t(316)=2,36; p<0,05). Zedelenmiş otonomi puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=66,93) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$ =60,90) istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksektir. YŞÖ'nün kopukluk şeması puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (t(316)=-0,28; p>0,05). Kopukluk puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=49,21) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=49,73) istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük değildir. YŞÖ'nün yüksek standartlar şeması puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (t(316)=1,52; p>0,05). Yüksek standartlar puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=30,50)

erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=28,95) istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek değildir. YŞÖ'nün zedelenmiş sınırlar şeması puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (t(316)=1,29; p>0,05). Zedelenmiş sınırlar puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=25,16) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=24,11) istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek değildir. YŞÖ'nün diğeri yönelimlilik şeması puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (t(316)=0,76; p>0,05). Diğeri yönelimlilik puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=35,46) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=34,59) istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek değildir. ÇDÖÖ puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (t(316)=0,45; p>0,05). ÇDÖÖ puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=64,56) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=64,17) istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek değildir. ÇDÖÖ'nün duygusal istismar alt boyutu puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (t(316)=0,89; p>0,05). Duygusal istismar puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=7,54) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=7,22) istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek değildir. ÇDÖÖ'nün fiziksel ihmal alt boyutu puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (t(316)=-0,71; p>0,05). Fiziksel ihmal puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=13,25) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=13,42) istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük değildir. ÇDÖÖ'nün duygusal ihmal alt boyutu puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (t(316)=1,13; p>0,05). Duygusal ihmal puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=21,15) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=20,63) istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek değildir. YDÖ puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (t(316)=-1,45; p>0,05). YDÖ puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=13,47) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=14,21) istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük değildir. BSÖ puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (t(285)=0,71; p>0,05). BSÖ puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=24,53) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=24,18) istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek değildir.

Tablo 7

Cinsiyete Göre Fiziksel ve Cinsel İstismar Puanların Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	U	Standart Hata	Standartlaştırılmış Test İstatistiği	p
Fiziksel İstismar	13218,50	614,04	2,31	0,02*
Cinsel İstismar	11365	583,42	-0,75	0,46

*p<0,05

Tablo 7'de yer alan Mann-Whitney U testi sonuçlarına göre fiziksel istismar puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmaktadır (U=13218,50; p<0,05). Fiziksel istismar puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=5,76) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=6,55) istatistiksel olarak anlamlı derecede düşüktür. Cinsel istismar puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır (U=11365; p>0,05). Cinsel istismar puanları için kadınların ortalamaları ($\bar{X}$=6,37) erkeklerin ortalamalarından ($\bar{X}$=6,24) istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek değildir.

3.3. Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları, Erken Dönem Uyumsuz Şemaları, Yaşam Doyumu ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular

Korelasyon katsayısı 0,00 – 0,30 arasında ise çok düşük; 0,30 – 0,50 arasında ise düşük; 0,50 – 0,70 arasında ise orta; 0,70 – 0,90 arasında ise yüksek ve 0,90 – 1,00 arasında ise çok yüksek şeklinde yorumlanır (Hinkle, Wiersma ve Jurs, 2003).

Tablo 8'e göre; YŞÖ ile zedelenmiş otonomi alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve çok yüksek ilişki (r=0,90; p<0,01); kopukluk alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve yüksek ilişki (r=0,81; p<0,01); yüksek standartlar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve yüksek ilişki (r=0,71; p<0,01); zedelenmiş sınırlar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve orta düzey ilişki (r=0,55; p<0,01); diğeri yönelimlilik alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve yüksek ilişki (r=0,76; p<0,01); ÇDÖÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,05; p>0,05); ÇDÖÖ'nün fiziksel istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=0,16; p<0,01); cinsel istismar alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,06; p>0,05); duygusal istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=0,28; p<0,01); fiziksel ihmal alt boyutu arasında

anlamlı olmayan ilişki (r=0,08; p>0,05); duygusal ihmal alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,16; p<0,01); YDÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,24; p<0,01); BSÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=-0,30; p<0,01) vardır.

Tablo 8

Ölçek Puanları İçin Ölçekler ve Alt Ölçekler Arası Korelasyonlar

Ölçekler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1.YŞÖ	-															
2.Zedelenmiş otonomi	0,90**	-														
3.Kopukluk	0,81**	0,69**	-													
4.Yüksek standartlar	0,72**	0,54**	0,40**	-												
5.Zedelenmiş sınırlar	0,55**	0,33**	0,30**	0,48**	-											
6.Diğeri yönelimlilik	0,76**	0,56**	0,47**	0,56**	0,47**	-										
7.ÇDÖÖ	0,05	0,06	-0,02	0,08	0,08	-0,02	-									
8.Fiziksel istismar	0,16**	0,17**	0,26**	0,01	0,01	-0,02	0,54**	-								
9.Cinsel istismar	0,06	0,09	0,13*	-0,01	-0,05	-0,08	0,58**	0,55**	-							
10.Duygusal istismar	0,28**	0,29**	0,37**	0,08	0,07	0,08	0,33**	0,65**	0,47**	-						
11.Fiziksel ihmal	0,08	0,04	0,03	0,08	0,14*	0,08	0,50**	0,20**	0,11	0,06	-					
12.Duygusal ihmal	-0,16**	-0,16**	-0,35**	0,05	0,03	0,01	0,32**	-0,44**	-0,28**	-0,57**	0,12*	-				
13.YDÖ	-0,24**	-0,23**	-0,26**	-0,06	-0,07	-0,19**	0,04	-0,18**	-0,15**	-0,24**	-0,01	0,29**	-			
14.BSÖ	-0,30**	-0,36**	-0,26**	-0,18**	-0,05	-0,16**	-0,01	-0,14**	-0,07	-0,22**	-0,01	0,17**	-0,25**	-		

*p<0,05; **p<0,01

YŞÖ'nün zedelenmiş otonomi alt boyutu ile kopukluk alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve orta düzey ilişki (r=0,69; p<0,01); yüksek standartlar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve orta düzey ilişki (r=0,54; p<0,01); zedelenmiş sınırlar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=0,33; p<0,01); diğeri yönelimlilik alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve orta düzey ilişki (r=0,56; p<0,01); ÇDÖÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,06; p>0,05); ÇDÖÖ'nün fiziksel istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=0,17; p<0,01); cinsel istismar alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,09; p>0,05); duygusal istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=0,29; p<0,01); fiziksel ihmal alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,04; p>0,05); duygusal ihmal alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,16; p<0,01); YDÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,23; p<0,01); BSÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=-0,36; p<0,01) vardır.

YŞÖ'nün kopukluk alt boyutu ile yüksek standartlar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=0,40; p<0,01); zedelenmiş sınırlar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=0,30; p<0,01); diğeri yönelimlilik alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=0,47; p<0,01); ÇDÖÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,02; p>0,05); ÇDÖÖ'nün fiziksel istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=0,26; p<0,01); cinsel istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=0,13; p<0,05); duygusal istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=0,37; p<0,01); fiziksel ihmal alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,03; p>0,05); duygusal ihmal alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=-0,35; p<0,01); YDÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,26; p<0,01); BSÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,26; p<0,01) vardır.

YŞÖ'nün yüksek standartlar alt boyutu ile zedelenmiş sınırlar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=0,48; p<0,01); diğeri yönelimlilik alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve orta düzey ilişki (r=0,56; p<0,01); ÇDÖÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,08; p>0,05); ÇDÖÖ'nün fiziksel istismar alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,01; p>0,05); cinsel istismar alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,01; p>0,05); duygusal istismar alt boyutu arasında anlamlı olmayan

ilişki (r=0,08; p>0,05); fiziksel ihmal alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,08; p>0,05); duygusal ihmal alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,05; p>0,05); YDÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,06; p>0,05); BSÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,18; p<0,01) vardır.

YŞÖ'nün zedelenmiş sınırlar alt boyutu ile diğeri yönelimlilik alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=0,47; p<0,01); ÇDÖÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,08; p>0,05); ÇDÖÖ'nün fiziksel istismar alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,01; p>0,05); cinsel istismar alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,05; p>0,05); duygusal istismar alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,07; p>0,05); fiziksel ihmal alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=0,14; p<0,05); duygusal ihmal alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,03; p>0,05); YDÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,07; p>0,05); BSÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,05; p>0,05) vardır.

YŞÖ'nün diğeri yönelimlilik alt boyutu ile ÇDÖÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,02; p>0,05); ÇDÖÖ'nün fiziksel istismar alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,02; p>0,05); cinsel istismar alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,08; p>0,05); duygusal istismar alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,08; p>0,05); fiziksel ihmal alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,08; p>0,05); duygusal ihmal alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,01; p>0,05); YDÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,19; p<0,01); BSÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,16; p<0,01) vardır.

ÇDÖÖ ile fiziksel istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve orta düzey ilişki (r=0,54; p<0,01); cinsel istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve orta düzey ilişki (r=0,58; p<0,01); duygusal istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=0,33; p<0,01); fiziksel ihmal alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve orta düzey ilişki (r=0,50; p<0,01); duygusal ihmal alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=0,32; p<0,01); YDÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,04; p>0,05); BSÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,01; p>0,05) vardır.

ÇDÖÖ'nün fiziksel istismar alt boyutu ile cinsel istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve orta düzey ilişki (r=0,55; p<0,01); duygusal istismar alt boyutu

arasında pozitif yönlü, anlamlı ve orta düzey ilişki (r=0,65; p<0,01); fiziksel ihmal alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=0,20; p<0,01); duygusal ihmal alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=-0,44; p<0,01); YDÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,18; p<0,01); BSÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,14; p<0,01) vardır.

ÇDÖÖ'nün cinsel istismar alt boyutu ile duygusal istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve düşük ilişki (r=0,47; p<0,01); fiziksel ihmal alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,11; p>0,05); duygusal ihmal alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,28; p<0,01); YDÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,15; p<0,01); BSÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,07; p>0,05) vardır.

ÇDÖÖ'nün duygusal istismar alt boyutu ile fiziksel ihmal alt boyutu arasında anlamlı olmayan ilişki (r=0,06; p>0,05); duygusal ihmal alt boyutu arasında negatif yönlü, anlamlı ve orta düzey ilişki (r=-0,57; p<0,01); YDÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,24; p<0,01); BSÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,22; p<0,01) vardır.

ÇDÖÖ'nün fiziksel ihmal alt boyutu ile duygusal ihmal alt boyutu arasında pozitif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=0,12; p>0,05); YDÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,01; p>0,05); BSÖ arasında anlamlı olmayan ilişki (r=-0,01; p>0,05) vardır.

ÇDÖÖ'nün duygusal ihmal alt boyutu ile YDÖ arasında pozitif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=0,29; p<0,01); BSÖ arasında pozitif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=0,17; p<0,01) vardır. YDÖ ile BSÖ arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki (r=-0,25; p<0,01) vardır.

Tablo 9

Bağımsız Değişkenlerin BSÖ Puanlarını Açıklama Gücü

Model	R	Düzeltilmiş R^2	ΔR^2	F	p
YSÖ*YDÖ	0,45	0,20	0,20	39,92	0,00*

*p<0,001

YSÖ ve YDÖ puanlarının BSÖ toplam puanını açıklama gücünü belirlemek için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizine göre bağımsız değişkenlerin BSÖ toplam puanı ile ilişkisi düşük (R=0,45) ve açıklama oranı %20'dir. Buna göre çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır (F(2,317)=39,92; p<0,001).

Tablo 10

Bağımsız Değişkenlerin BSÖ Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar

Bağımsız Değişkenler	β	Standart Hata	Standardize Edilmiş β	t	p
Sabit	36,19	1,34		27,00	0,00*
YSÖ	-0,03	0,00	-0,39	-7,45	0,00*
YDÖ	-0,35	0,05	-0,34	-6,57	0,00*

*p<0,001

Regresyon analizi sonucuna bakıldığında BSÖ yordanan değişkeni üzerinde sırasıyla YSÖ'nün etkisi (β=-0,39; t=-7,45; p<0,001) ve YDÖ'nün etkisi (β=-0,34; t=-6,57; p<0,001) olduğu görülmektedir. Buna göre şemaların ve yaşam doyumunun benlik saygısını yordadığından söz edilebilir.

Tablo 11

Bağımsız Değişkenlerin BSÖ Puanlarını Açıklama Gücü

Model	R	Düzeltilmiş R^2	ΔR^2	F	p
Zedelenmiş otonomi*Kopukluk*Yüksek standartlar*Diğeri yönelimlilik*Fiziksel istismar*Duygusal istismar*Duygusal ihmal*YDÖ	0,54	0,27	0,29	16,02	0,00*

*p<0,001

YSÖ'nün alt şemaları olan zedelenmiş otonomi, kopukluk, yüksek standartlar ve diğeri yönelimlilik; ÇDÖÖ'nün alt boyutları olan fiziksel istismar, duygusal istismar ve duygusal ihmal ile YDÖ puanlarının BSÖ toplam puanını açıklama gücünü belirlemek

adına çoklu doğrusal regresyon analizine göre bağımsız değişkenlerin BSÖ toplam puanı ile ilişkisi orta düzey (R=0,54) ve açıklama oranı %27'dir. Buna göre çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır (F(8,311)=16,02; p<0,001).

Tablo 12

Bağımsız Değişkenlerin BSÖ Puanlarını Yordamasına Ait Sonuçlar

Bağımsız Değişkenler	β	Standart Hata	Standardize Edilmiş β	t	p
Sabit	33,64	2,22		15,13	0,00**
Zedelenmiş otonomi	-0,08	0,02	-0,39	-5,26	0,00**
Kopukluk	0,00	0,02	0,00	0,00	0,99
Yüksek standartlar	0,01	0,03	0,02	0,30	0,76
Diğeri yönelimlilik	-0,01	0,03	-0,02	-0,34	0,74
Fiziksel istismar	-0,01	0,12	-0,01	-0,10	0,92
Duygusal istismar	-0,19	0,11	-0,13	-1,80	0,07
Duygusal ihmal	0,15	0,07	0,13	2,18	0,03*
YDÖ	-0,42	0,05	-0,41	-8,00	0,00**

*p<0,05; **p<0,001

Regresyon analizine bakıldığında BSÖ yordanan değişkeni üzerinde sırasıyla YDÖ'nün etkisi (β=-0,41; t=-8,00; p<0,001); zedelenmiş otonominin etkisi (β=-0,39; t=-5,26; p<0,001) ve duygusal ihmalin etkisi (β=0,13; t=2,18; p<0,05) mevcuttur. Diğer değişkenlerin BSÖ üzerine istatistiksel olarak anlamlı etkisi bulunmamaktadır. Buna göre yaşam doyumunun, zedelenmiş otonomi şemasının ve duygusal ihmalin, benlik saygısının önemli birer yordayıcısı olduğu söylenebilir.

BÖLÜM 4: TARTIŞMA

Araştırmanın bu kısmı, araştırma soruları eşliğinde elde edilen sonuçların literatürdeki çalışmalar doğrultusunda yorumlanıp tartışılmasından oluşmaktadır.

Mevcut araştırmada bireylerin cinsiyeti ile çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemalar, yaşam doyumu ve benlik saygısı puanlarının arasında farklılık olup olmadığı araştırılmıştır. Yapılan analizler sonucunda erken dönem uyumsuz şemalarının göstergesi olarak ölçülen şema alanlarından ortaya çıkan puanlar cinsiyet değişkeni açısından istatistiksel olarak değerlendirilmiştir. Bulgulara göre zedelenmiş otonomi şeması puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmaktadır. Zedelenmiş otonomi puanları için kadınların ortalamaları erkeklerin ortalamalarından anlamlı derecede yüksektir. Literatürdeki araştırmalara bakıldığında mevcut araştırmayı destekleyen bulgular olduğu görülmektedir. Aksoy'un (2016) çalışması sonucunda zedelenmiş otonomi ve kendini ortaya koyma alanına ait olan başarısızlık şeması puanının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Öktem Şimşek (2021) ise, dayanıksızlık, iç içe geçme şemalarının cinsiyet değişkenine göre farklılaştığını ifade etmiştir. Zedelenmiş otonomi ve kendini ortaya koyma şema alanı bireylerin özerk biçimde kendine yetebilmelerini içermektedir. Bireylerin bu alandaki şemaları aktifken yaşamlarında karşılaştıkları problemlerle başa çıkabileceklerine inanmamaktadırlar (Young vd., 2019).

Kadınların zedelenmiş otonomi puanlarının erkeklere göre daha yüksek çıkmasının farklı nedenleri olduğu düşünülmektedir. Eski zamanlardan beri cinsiyetlere göre bazı yakıştırmalar ve kalıplaşmış ön yargılar bulunmaktadır. Bu durum erkeğin ve kadının toplumdaki konum ve yapılan işe yönelik paylaşımlarını etkilenmiştir (Gümüşoğlu, 2008). Bu perspektiften değerlendirildiğinde kültürümüzde ne yazık ki kadınların bekarken babasının, evlendiğinde de eşinin himayesinde olması gerektiği gibi yaygın bir düşünce yapısının olduğu söylenebilir. Bu tarz bir düşünce sisteminin yaygın olduğu bir toplumda kadınların birey olarak, özerk bir biçimde toplumun pek çok alanında istediği özgürlükte ve girişkenlikte kendini konumlandıramadığı; bununla birlikte hayatının herhangi bir noktasında yaşadığı bir problemi kendi başına çözemeyeceğine dair inançlar oluşturduğu düşünülmektedir.

Mevcut araştırmada kopukluk şeması puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır. Karayiğit (2018)'in yapmış olduğu araştırmada, erkek katılımcıların kopukluk ve reddedilme şema alanlarından kadın katılımcılardan yüksek puan aldığı bulgusuna ulaşılmıştır. Yine bu araştırma sonuçlarına paralel olarak Altunal (2019), kopukluk şeması ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmiştir. Yapılan bir başka araştırmada ise şema alanlarına ilişkin puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına dair olan analizde, erkeklerin kadınlara göre kopukluk şema alanına ait sosyal izolasyon şemasından daha yüksek puan aldıkları görülmüştür. Cinsiyetlere yönelik rollerde kadınlara atfedilen kişilerarası ilişkilerdeki becerileri, erkelere atfedilen rollerin performansla ilişkilendirildiği ifade edilmiştir (Akt., Boysan, 2012). Araştırmamızda literatürden farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Çalışmamızın örneklemini oluşturan katılımcı grubunun sosyal beğenirlik kaygısı nedeniyle samimi cevaplar verememesinden dolayı cinsiyetler arası farklılığın olmadığına dair bir sonuç bulunduğu düşünülmektedir.

Analiz sonuçlarına göre yüksek standartlar şeması puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır. Demirel (2018) çalışmasında, yüksek standartlar puanlarının kadın ve erkek katılımcılar arasında farklılaştığından söz etmiştir. Karayiğit (2018)'in yapmış olduğu araştırmada kusurluluk ve yüksek standartlar şemasının cinsiyete göre farklılaştığına dair bulgular mevcuttur. Erkeklerin bu şema alanlarına ait puanlarının kadınların aldığı puandan yüksek olduğu görülmüştür. Yüksek standartlar şeması aktive olan bireyler sakinleşmede zorlanmakta, baskı duygusunu diğer bireylere göre daha fazla hissetmektedirler. Bu şemanın aktif olduğu bireyler mükemmeliyetçi olma, performansın gerçekliğinde yanılma (yeterli performansı düşük görme) eğiliminde olup, performans ve vakit kaygısı yaşamaktadırlar (Young vd., 2009). Araştırmamızın sonuçları literatürle paralel değildir. Kadın ve erkeklerin çocukluk döneminde maruz kaldıkları örseleyici deneyimlerin cinsiyetten bağımsız olması ve erken dönem uyumsuz şemaların da cinsiyetten bağımsız bir şekilde bu doğrultuda oluşmasından dolayı yüksek standartlar şemasının cinsiyetler arası bir farklılık oluşturmadığı düşünülmektedir.

Zedelenmiş sınırlar şeması ve diğeri yönelimlilik puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmanın bu noktada diğer çalışmalara katkısı olacağı düşünülmektedir.

Araştırmada ÇDÖÖ puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Literatür incelendiğinde cinsiyetler arasında örselenme yaşantıları açısından fark bulunmayan çalışmalara da rastlandığı fakat nadir olduğu görülmüştür (Bostancı vd., 2006). Ülkemizdeki literatür taramasında karşılaşılan araştırmalarda da mevcut araştırmaya paralel sonuçlar olduğu görülmüştür (Aslan ve Alparslan, 1999; Eroğul ve Türk, 2002; Zerenoğlu, 2011; Türkkan ve Odacı, 2018). Literatüre bakıldığında, Barak (2018)'ın üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada ÇDÖÖ puanları açısından incelendiğinde, erkek öğrencilerin daha yüksek puan aldığı görülmüştür. Çocukluk dönemlerinde kadınların daha itaatkâr ve uyumlu yetiştirilmeleri nedeniyle istendik biçimde davrandıkları için daha çok gözetildiği ve bundan dolayı erkeklerin daha fazla örselendiği varsayılmaktadır (Aslan ve Alparslan, 1999).

Araştırmada duygusal ihmal, fiziksel ihmal, duygusal ve cinsel istismara ait puanların cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bulguların literatürle uyumlu olmadığı görülmektedir. Toplumumuzdaki cinsiyet rolleri açısından incelendiğinde kadın katılımcıların "uygun" cevaplar vermek noktasında kaygı yaşamasından dolayı gerçek deneyim ve fikirlerini ölçeğe yansıtamadıkları düşünülmektedir. Karayiğit (2018)'in yaptığı araştırmada duygusal ihmal, fiziksel ihmal ile duygusal istismar puanlarının anlamlı biçimde farklılık gösterdiği, erkek katılımcıların puanlarının, kadın katılımcılardan daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Ünal (2014)'ın çalışmasında duygusal ve fiziksel ihmal için, erkeklerin puanlarının kadınlardan yüksek olduğu görülmüştür.

Araştırmada fiziksel istismar puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaştığı görülmektedir. Kadınların ortalamaları erkeklerin ortalamalarından düşüktür. Literatürde bunu destekler nitelikte Elçi (2019)'nin çalışmasında çocukluk dönemi örselenme yaşantılarının fiziksel istismar alt boyutunun cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Buna göre erkekler kadınlara göre daha fazla fiziksel istismara uğramaktadır.

Mevcut araştırma sonuçlarına göre YDÖ puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmamaktadır. Temel (2018)'in çalışmasında da benzer şekilde yaşam doyumunun cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Uluslararası literatür incelendiğinde farklı yaş gruplarının yer aldığı çalışmaların

genelinde yaşam doyumunun cinsiyet değişkeniyle ilişkisi olmadığı görülmüştür (Hampton ve Marshall, 2000; Fugl-Meyer vd., 2002; Hintikka, 2001; Katja vd., 2002). Bu bilgiler ışığında mevcut araştırmada elde edilen bulguların literatür ile paralel olduğu görülmektedir.

Araştırmada BSÖ puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşmadığı görülmektedir. Bu sonuca paralel olarak literatürde; Kahyaoğlu (2021)'nun çalışmasında kadın ve erkek katılımcıların benlik saygısı puanları arasında fark olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Saygın (2008)'ın araştırmasında da benlik saygısının cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Böylece literatür genelinde bakıldığında araştırmamızla benzer bulgular olduğu görülmektedir.

Mevcut çalışmada çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki araştırılmış olup, analizler sonucunda YŞÖ ile ÇDÖÖ ölçeklerinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Buna karşın bazı şema alanları ile çocukluk dönemi örselenme yaşantısı alt boyutlarıyla ilgili sonuçlar elde edilmiştir.

Zedelenmiş otonomi şeması ile fiziksel ve duygusal istismar alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Erken çocuklukta duygusal ve fiziksel istismar mağduru yetişkinlerin zedelenmiş otonomi şemasının aktif olduğu araştırma sonucunda görülmektedir.

Zedelenmiş otonomi şema alanının cinsel istismar ve fiziksel ihmal ile arasında anlamlı bir ilişki yokken, duygusal ihmal alt boyutu ile arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Duygusal ihmal düzeyi arttıkça zedelenmiş otonomi düzeyleri azalmaktadır. Güler ve Gümüş (2018)'ün yapmış oldukları araştırmada duygusal ihmal ile zedelenmiş otonomi şema alanına ait bir şema olan zarar görme ya da hastalıklar karşısında dayanıksız arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Mevcut araştırmanın sonucundan yola çıkarak; ebeveynlerin/bakım verenlerin erken çocukluk döneminde çocuğun özerkliğini gösterebileceği zamanlarda onu ketlemesi, potansiyelini kullanmasını engelleyip çocuk yerine tüm aksiyonu ailenin alması, çocuğun kendi istek ve hedeflerini gerçekleştirememesi, yani ailenin çocuğun özerkliğine el koyması ile birlikte çocuğun duygusal anlamda ihmal edildiği söylenebilir. Literatürde

ebeveynlerin çocuk üzerindeki kontrolünün aşırı olması, olası herhangi bir zararı önleyebilmek adına fazla telaşlı bir tutum ile çocuğun ihtiyaçlarının çok ötesinde bir özveride bulunulması helikopter anne baba olarak tanımlanmaktadır (Yılmaz, 2019). Aynı zamanda tanımlanan bu durumun çocuğun davranışlarının sorumluluğunu almasını engelleyen bir konu olduğu söylenebilir. Katılımcıların cevapları doğrultusunda birilerinin onlar yerine aksiyon aldığı durumlarda zedelenmiş otonomi şema alanı ile duygusal ihmal arasında negatif yönlü bir ilişki çıktığı düşünülebilir.

Kopukluk ve reddedilme şema alanı ile duygusal, cinsel ve fiziksel istismar alt boyutları arasında pozitif yönlü, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Mayda (2020)'nın araştırmasında yapılan analizler sonucunda çocukluk çağı örselenme yaşantılarından cinsel ve duygusal istismarın kopukluk ve reddedilme şema alanına etkisi olduğuna dair bulgular görülmektedir. Cinsel istismar mağduru bireyler kişilerarası ilişkilerinde, bağlanma açısından zorlanıp kuşkulanmakta, aidiyet gerektiren romantik ilişkilerinde uzaklaşma davranışı göstererek güvenli bir ilişki kurma noktasında olumlu bir bakışa sahip olmamaktadır (Fergusson vd., 1996). Kopukluk ve reddedilme şeması ile fiziksel ihmal alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki yokken, duygusal ihmal ile negatif yönlü, anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Literatürde çocukluk çağı örselenme yaşantılarının en fazla kopukluk ve reddedilme şemasını yordadığına dair bulgular mevcuttur (Kim vd., 2013).

Zedelenmiş sınırlar alt boyutu ile fiziksel ihmal arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuş olup, diğer ihmal ve istismar türleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Güler ve Gümüş (2018)'in yapmış olduğu araştırma sonucunda fiziksel ihmal ile yetersiz özdenetim arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki mevcuttur. Fiziksel ihmal düzeyleri yükseldikçe yetersiz özdenetimin arttığı görülmüştür. Zedelenmiş sınırlar şema alnında bireylerin uzun süreli hedeflerinde ve diğer bireylere karşı sorumluluklarında aksamalar olur. Çocukluk döneminde yeterince denetlenmedikleri için sınır kavramları gerçekçi değildir (Young vd., 2009). Araştırmamızın bulguları literatür ile paralellik göstermektedir.

Araştırma sonuçlarına göre; diğeri yönelimlilik ve yüksek standartlar şemaları ile çocukluk çağı örselenme yaşantıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu sonuçların diğer çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

Mevcut araştırmada yaşam doyumu ile benlik saygısı arasındaki ilişki araştırılmış olup, yapılan korealsyon analizi sonuçlarına bakıldığında YDÖ ile BSÖ puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Literatür incelendiğinde yaşam doyumu ile benlik arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ifade eden çalışmalar bulunmaktadır (Çetinkaya, 2004; Yavuz, 2006; Yiğit, 2012). Kirişoğlu (2016)'nun araştırmasında ise benlik saygısı ve yaşam doyumu düzeyleri arasında ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bireylerin benlik saygısı düzeyinin yüksek olması yaşam doyumu düzeylerini de pozitif anlamda etkilemektedir. Öz (2004), yürütmüş olduğu çalışmada da benzer sonuçlar elde etmiş ve benlik saygısı yüksek olan bireylerin, yaşamlarında yolunda gitmeyen şeyler olduğunda bu durumun üstesinden gelebildiklerini vurgulamıştır. Ullman ve Tatar (2001)'ın yapmış oldukları çalışmada da yaşam doyumu ve benlik saygısı değişkenleri arasında olumlu bir ilişki görülmüştür. Literatürdeki çalışmaların sonuçları ile mevcut araştırmanın sonuçları birbirinden farklıdır. Toplumumuzda bireylerin "zorunlulukları" nedeniyle kendi benlikleri ile ilişkisinin sınırlı olması; yaşam doyumu, yaşamdan doyum alma gibi kavramların hayatlarında birincil konumda olmaması durumlarının ölçeklerde verilen cevapları etkilediği düşünülebilir.

Araştırmada çocukluk çağı örselenme yaşantıları ve yaşam doyumu arasındaki ilişki araştırılmış, ÇDÖÖ ve YDÖ puanları arasında anlamlı ilişki olmadığı sonucu bulunmuştur. Çocukluk çağı örselenme yaşantılarından fiziksel, cinsel ve duygusal istismar ile yaşam doyumu düzeyi arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki varken; fiziksel ihmal ile yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki yoktur. Fiziksel, cinsel ve duygusal istismar düzeyi artan bireylerin yaşam doyumu düzeyi azalmaktadır. Örseleyici deneyimlere maruz kalan bireylerin kendi yaşamlarında aksiyon almakta, doyum alacağı aktiviteler yapmakta zorlandığı düşünülebilir. Ruhsal travma yaratan bu örseleyici deneyimlere maruz kalan bireylerin yaşam doyumlarının düşük olacağı söylenebilir.

Duygusal ihmal ve yaşam doyumu arasında ise pozitif yönlü, anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bireylerin duygusal ihmal düzeyleri artarken, yaşam doyumu düzeyleri de artmaktadır. Literatürde mevcut çalışmanın tersi sonuçlara sahip araştırmalara rastlanmıştır. Kalyon ve Yazıcı (2020), yapmış oldukları araştırmada ihmal ve istismar yaşantısı olan katılımcıların yaşam doyumu puan ortalamalarının çocukluk çağında

örseleyici deneyimleri olmayanlardan anlamlı derecede daha düşük olduğunu ifade etmiştir. Royse, Rompf ve Dhooper (1991)'in yapmış olduğu araştırmada da çocukluğunda travmatik deneyimlere maruz kalan bireylerin yaşam doyumu puanlarının daha düşük olduğu görülmüştür. Mevcut çalışmada pozitif bir ilişki bulunmasının, bireylerin duygusal ihmal ile ilgili soruları cevaplarken, yaşadıkları duygusal yük nedeniyle kendilerini ifade etmekte zorlandıkları, bu yüzden gerçekçi yanıtlar verememeleri, çocukluk dönemlerinde yaşadıkları duygusal ihmaller ile yüzleşmekten çekindikleri için samimi cevaplar verememeleriyle ilgili olduğu düşünülebilir.

Araştırmada çocukluk dönemi örselenme yaşantıları ile benlik saygısı arasındaki ilişki araştırılmış olup; duygusal ve fiziksel istismar ile benlik saygısı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bireylerin fiziksel ve duygusal istismar düzeyleri arttıkça, benlik saygısı düzeyi azalmaktadır. Literatürdeki ulusal (Özmert, 2006; Tıraşçı ve Gören, 2007; Eroğlu ve Türk, 2013) ve uluslararası çalışmalar incelendiğinde (Mullen, vd., 1996; Peled, 1998; Tyler, 2002; Joslyn ve Shivakumara, 2013) çocukluk döneminde yaşanan örseleyici deneyimlerin bireyin düşük benlik saygısı geliştirmesinde etken olduğu ifade edilmektedir.

Cinsel istismar ve fiziksel ihmal ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki yokken, duygusal ihmal ve benlik saygısı değişkenleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Duygusal ihmal düzeyi arttıkça benlik saygısı düzeyinde de artış olduğu görülmektedir.

Araştırmada çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemaları, yaşam doyumunun ve benlik saygısı değişkenlerinin birbirini yordayıp yordamadığı araştırılmış olup; kurulan bu çoklu regresyon modelinin anlamlı olduğu görülmüştür. Regresyon analizi sonuçlarına göre şemaların ve yaşam doyumunun benlik saygısının önemli birer yordayıcısı olduğu söylenebilir. Erken çocukluk döneminde oluşan erken dönem uyumsuz şemaların, bireylerin yaşam doyumlarını etkilediği düşünülmektedir. Aktif olan uyumsuz şemaların bireyin hayatı algılayış tarzını, problem çözebilme becerisini ve sahip olduğu yaşama dair memnuniyetle birlikte, sahip olmak istediklerine ulaşabilme potansiyelini etkilediği varsayılmaktadır Yapılan literatür taramasında birçok araştırmada mevcut çalışma ile paralel, benlik saygısının yaşam

doyumunu yordadığı ile ilgili bulgular görülmektedir (Myers ve Diener, 1995; Abe, 2004; Çeçen, 2008; Yiğit, 2010; Yıldız ve Baytemir, 2016).

Regresyon analizi sonucu incelendiğinde diğer değişkenlerin BSÖ üzerine istatistiksel olarak anlamlı etkisi bulunmadığı görülmüştür. Buna göre yaşam doyumunun, zedelenmiş otonomi şemasının ve duygusal ihmalin, benlik saygısının önemli birer yordayıcısı olduğu söylenebilir.

Dilmaç ve Ekşi (2008)' nin meslek yüksekokulu öğrencileri üzerinde yapmış oldukları bir araştırmada öğrencilerin benlik saygıları ile yaşam doyumları arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Araştırmamızın sonuçlarında yaşam doyumumun benlik saygısını etkilediği görülmüştür. Yaşam doyumu kavramı bireyin istedikleri ve sahip olduklarının karşılaştırılmasıyla ortaya çıkmaktadır (Şahin, 2008). Bu doğrultuda birey yaşam doyumuna sahipse benlik saygısını oluşturacak biçimde; bireyin kendisini sevilebilir, beğenilebilir, saygı duyulabilir biri şeklinde yorumlayacağı söylenebilir. Yaşamdan aldığı doyumun benliğinde tatmin edici bir etki yaratacağı söylenebilir. Mevcut araştırma bulguları ile paralel olarak lojistik öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada benlik saygısı ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü bir ilişki görülmüştür (Çetinceli ve Acar, 2022). Çalışmamızda elde edilen bulguların bu noktada diğer çalışmaların bulgularıyla paralel olduğu görülmüştür (Diener ve Diener,1995; Moksnes ve Espnes 2013; Yıldız ve Baytemir, 2016).

Zedelenmiş otonomi şemasının benlik saygısını yordadığı sonucu araştırmamızda mevcuttur. Zedelenmiş otonomi şema alanının benlik saygısı üzerinde etkisi olduğu görülmektedir. Zedelenmiş otonomi şema alanı aktif olan bireylerin benlik saygısının düşük olduğu söylenebilir. Buna göre bireylerin özerklik (bağımsız hareket edebilme, bakım verenlerinden ayrışabilme, diğer bireylerin yardımı olmadan performans gösterme) ihtiyacı zedelenmiş ise benlik saygısının da bundan etkilendiği söylenebilir. Bireyin kendine yönelik değerlendirmeleri ve bununla gelen benliğini onaylaması hali benlik saygısını oluşturmaktadır (Yörükoğlu, 1998). Eğer birey ebeveynlerinden/bakım verenlerinden bağımsız bir benlik geliştirememişse, kendi yaşantısında kendi benliğini onaylamakta zorlandığı söylenebilir. Benlik saygısı kavramı kişinin öz değerinin farkında olması anlamına gelir (Baumeister vd., 1998). Benlik saygısının Maslow'un (1954) ihtiyaçlar hiyerarşisindeki kendini gerçekleştirme basamağı olduğu söylenebilir

(Maxwell ve Bachkirova, 2010). Bu noktadan yola çıkarak çocuk benlik saygısına (öz değere) sahip olursa, yetişkinlik döneminde hayata dair ne istediğini ve nasıl bir yol izleyeceğini bilen, başarması ve sorgulaması gerekenleri bilen, bu doğrultuda potansiyeline göre adım atan bir birey olacağı söylenebilir. Zedelenmiş otonomi şema alanı aktif olan bireylerin özerklikten yoksun kalmaları nedeniyle kendini gerçekleştirme evresine ulaşmakta zorluk çekecekleri düşünülebilir.

Yapılan regresyon analizi sonucunda duygusal ihmalin benlik saygısını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Benlik saygısı; öğrenilmiş bir yaşantı olmakla birlikte bireyin hayatı boyunca devam eden bir süreçtir (Karaaslan, 1993). Çocukların öğrenmeye başladıkları ilk yer aile ortamıdır (ebeveynler/bakım verenler) ve bireyler bu aile ortamında ihtiyaçlarının karşılanma biçimini, değerleri, zorluklarla başa çıkma yöntemlerini gözlemleyerek ve deneyimleyerek öğrenmektedirler (Arntz ve Jacob, 2016). Bowlby (1998)' e göre, birey ilk ilişkisini yenidoğanken annesi veya onun yerine geçebilecek bakım veren ile kurmaktadır. Bu ilişkide bebek güvende hissedip, ihtiyaçları giderildiğinde, duygusal yakınlık gördüğünde kendini sevilmeye ve onaylanmaya değer görüp kendini önemli hissetmektedir. Bununla birlikte dış dünyayı da güvenilir bir yer olarak algılamaktadır. Bebeklik döneminden erken çocukluk dönemine kadar birey ebeveynleri/bakım verenleri tarafından sevilmeye layık olmayan ve onaylanmayan bir konumda olduğunda benlik saygısının bu doğrultuda olumsuz bir biçimde oluşacağı söylenebilir. Bu noktada duygusal açıdan ihmal edilmiş bireylerin benlik saygısı düzeylerinin bu ihmal türüne bağlı farklılaştığı söylenebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

- Zedelenmiş otonomi şeması puanları cinsiyete göre farklılaşmaktadır. Kadınların ortalamaları erkeklerin ortalamalarından anlamlı derecede yüksektir.
- Kopukluk şeması puanları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.
- Yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar ve diğeri yönelimlilik şemalarının puanları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.
- ÇDÖÖ puanları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.
- Fiziksel ihmal, duygusal ihmal, duygusal ve cinsel istismar alt boyutu puanları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.
- Fiziksel istismar puanları cinsiyete göre farklılaşmaktadır. Kadınların ortalamaları erkeklerin ortalamalarından düşüktür.
- YDÖ puanları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.
- BSÖ puanları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.
- YŞÖ ile ÇDÖÖ puanları arasında anlamlı bir ilişki yoktur.
- Zedelenmiş otonomi şeması ile fiziksel ve duygusal istismar arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.
- Zedelenmiş otonomi şema alanı ile cinsel istismar ve fiziksel ihmal arasında anlamlı bir ilişki yoktur.
- Zedelenmiş otonomi şema alanı ile duygusal ihmal arasında negatif yönlü, anlamlı bir ilişki vardır.
- Kopukluk ve reddedilme şema alanı ile fiziksel, cinsel ve duygusal istismar arasında pozitif yönlü, anlamlı bir ilişki vardır.
- Kopukluk ve reddedilme şeması ile fiziksel ihmal arasında anlamlı bir ilişki yoktur.
- Kopukluk ve reddedilme şeması ile duygusal ihmal arasında negatif yönlü, anlamlı bir ilişki vardır.
- Zedelenmiş sınırlar şema alanı ile fiziksel ihmal arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır,
- Zedelenmiş sınırlar şema alanı ile fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal, duygusal istismar arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

- Diğeri yönelimlilik ve yüksek standartlar alt boyutları ile çocukluk çağı örselenme yaşantıları arasında anlamlı ilişki yoktur.
- YDÖ ile BSÖ puanları arasında negatif yönlü anlamlı ve düşük düzeyde ilişki vardır.
- ÇDÖÖ ile YDÖ puanları arasında anlamlı bir ilişki yoktur.
- Fiziksel, cinsel ve duygusal istismar ile yaşam doyumu arasında negatif yönlü, anlamlı ve çok düşük ilişki vardır.
- Fiziksel ihmal ile yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki yoktur.
- Duygusal ihmal ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü, anlamlı bir ilişki vardır.
- Fiziksel ve duygusal istismar ile benlik saygısı arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.
- Cinsel istismar ve fiziksel ihmal ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki yoktur.
- Duygusal ihmal ve benlik saygısı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.
- Yaşam doyumu, zedelenmiş otonomi şeması ve duygusal ihmal, benlik saygısını yordamaktadır.

Yapılan araştırmanın konusu, genç yetişkinlerde çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile erken dönem uyumsuz şemaları, benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu araştırmaya benzer konularda çalışmalar yapmak isteyen kişiler için araştırmanın sonuçları ile bağlantılı olarak bazı öneriler sunulmuştur.

1) Mevcut araştırmanın örneklemi 352 kişiden oluşmaktadır. Katılımcı sayısının fazla olması araştırmanın güvenirliğini artıracağından dolayı, yapılması planlanan farklı araştırmalarda daha büyük bir örneklemden veri toplanabilir.
2) Bu araştırmanın verileri pandemi dönemi nedeniyle internet üzerinden toplanmıştır. Aynı çalışma yüzyüze ölçek dağıtılarak da yapılabilir.
3) Mevcut araştırma genç yetişkinler üzerinde yapılmış olup, aynı araştırma ergenlerin oluşturduğu bir örneklemde de yapılabilir.
4) Araştırmanın evrenini İstanbul ilindeki lisans ve yüksek lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Sonraki araştırmalarda farklı iller üzerinde de araştırmalar yürütülebilir.

KAYNAKÇA

Abe, J. A. A. (2004). Self-esteem, perception of relationships and emotional distress: Acrossculturalstudy. *Personal Relationships.* 11, 231-247.

Acar, M. (2009). *Zihinsel ve fiziksel özürlü çocuğa sahip anne ve babaların yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Acar-Ararsan, B. N. (2010). *Akademisyenlerde yaşam doyumu iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uşak.

Akbaş, S., Turla, A., Karabekiroğlu, K., Şenses, A., Karakurt, M. N., Taşdemir, G. N. ve ark. (2009). Adli makamlarca çocuk psikiyatrisi polikliniğine gönderilen cinsel istismara uğramış çocukların, istismar şekilleri, ruhsal ve fiziksel muayene özellikleri. *Adli Bilimler Dergisi*, 8,24-32.

Akcan, G. (2018). Travma Sonrası Büyüme: Bir gözden geçirme. *Bartın Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi, 3*(3), 61-70.

Akgül, E. (2015). *Okul öncesi eğitim kurumlarında çalışan personelin cinsel istismar bildirim durumları.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Aktan, Z. D. (2021). *Çocukluk çağı travmasının yansımaları.* İstanbul: Nobel Yayınevi.

Aktepe, E. (2009). Çocukluk çağı cinsel istismarı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar,* 1, 95-119.

Altunal, E. (2019). *Erken dönem uyumsuz şemalar ile evliliği sürdürme nedenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yüksek Lisans Tezi, Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.

Altunay, A. (2004). *Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin benlik kavramı.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Altunsu, B. (2004). *Çocuklara bakım veren hemşirelerin çocuk istismar ve ihmalini tanıyabilmeleri*. Yüksek Lisans Tezi, Google Akademik. (156240)

Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). DSM-5*: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı*. (E. Köroğlu, Çev.), Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Amerikan Psikiyatri Birliği, (2014). *DSM-5: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı.* (E. Köroğlu, Çev.), Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Aral, N. ve Gürsoy, F. (2001). Çocuk hakları çerçevesinde çocuk ihmal ve istismarı. *Milli Eğitim Dergisi,* 151, 36-39.

Arıcak, O. T. (1995). *Üniversite öğrencilerinde saldırganlık, benlik saygısı ve denetim odağı ilişkisi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul

Arıkan, D., Yaman, S. ve Çelebioğlu, A. (1999). *Çocuk istismarı ve ihmali konusunda hemşirelik bilgileri*. 7. Ulusal Hemşirelik Kongresi Kitabı, Erzurum.

Arslan, R. (2016). Çocukluk dönemi duygusal istismarı ile depresyon arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolüne ilişkin bir gözden geçirme. *Klinik Psikiyatri*, 202-210.

Aslan, E. (1992). Benlik kavramı ve bireyin yaşamındaki etkileri. *M.Ü. Atatürk Eğitim* Fakültesi *Eğitim Bilimleri Dergisi,* 4, 7-14.

Aslan, S. (2008). Kişilik, huy ve psikopatoloji. *RCHP*, *2*(1-2), 7-19.

Aslan, S. H. ve Alparslan, Z. N. (1999). Çocukluk örselenme yaşantıları ölçeğinin bir üniversite örnekleminde geçerlik, güvenirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi, 10*(4), 275-85.

Atmaca, S. ve Gençöz, T. (2016). Exploring revictimization process among Turkish women: The role of early maladaptive schemason the link between child abuse and partner violence. *Child Abuse Negl*., 52, 85-93.

Avşaroğlu, S., Deniz, M. E. ve Kahraman, A. (2005). Teknik öğretmenlerde yaşam doyumu, iş doyumu ve meslekî tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* 14, 115-129.

Ayvaz, M. ve Aksoy, C. (2004). Çocuk istismar ve ihmali: Ortopedik yönleri. *Hacettepe Tıp Dergisi*, 35, 27-33.

Balat-Uyanık, G. ve Akman, B. (2004). Farklı Sosyoekonomik düzeydeki lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. *FÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, *175*(184), 176-177.

Ballı, Ö. (2010). *Çukurova üniversitesi tıp fakültesine başvuran çocuk istismarı ve ihmali olgularının değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi, Adana.

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. NJ: Englewood Cliffs, Prentice-Hall, 1-46.

Başbakkal, Z. (1994). Ebeveynlerin neden olduğu munchausen sendromu. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 10*(3), 59-64.

Başer-Şeker, G. (2009). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Baumeister, R. E., Bratslavsky, E., Muraven, M. ve Tice, M. (1998). Ego depletion: Is the active self a limited resource. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(5), 1252-1265.

Beck, A. T., B., Rush, J., Shaw, B. F. ve Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford.

Bedir, S. Y. (2014). *Migren hastalarında yaşam doyumunun stres ve baş etmenin bilişsel kuramı çerçevesinde incelenmesi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Bee, H. ve Boyd, D. (2004). *Çocuk gelişim psikolojisi.* Kaknüs Psikoloji: İstanbul.

Beyazova, U. (2014). *İhmal. Çocuk istismarına ve ihmaline yaklaşım. Temel Bilgiler içinde*. Ed.: O. Derman, Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi.

Biçer, Ü., Çolak, B. ve Gündoğmuş, Ü.N, (1999). Bir çocuk istismarı olgusu. *Çocuk Forumu, 2*(1), 18-22.

Bilir, Ş., Arı, M., Dönmez, N. B. ve Güneysu, S. (1991). *4-12 yaşları arasında 16.100 çocukta, örselenme durumları ile ilgili bir inceleme*. E. Konanç, İ. Gürkaynak. (Ed.). *Çocuk istismarı ve ihmali,* 45-53. Ankara: Gözde Repro Ofset.

Bostancı, N., Albayrak, B., Bakoğlu, İ. ve Çoban, Ş., (2006). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının depresif belirtileri üzerine etkisi. *New/Yeni Symposium Journal, 44*(2), 189–195.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A secure base*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1998).Attachment and Loss, Vol. II. Seperation, anxiety and anger, Australia, Pimlico.

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

Braun, P. M. W. (1977). *Psychological well-being and location in the social structure*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Southern California, USA.

Briere, J. ve Runtz, M. (1990). Differential adult symptomatology associated with three types of child abuse histories. *Child abuse & neglect*, *14*(3), 357-364.

Budak, S. (2003). *Psikoloji sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

Bulut, S. (2007). Çocuk cinsel istismarı hakkında bir derleme. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3(*28), 146.

Büyükcebeci, A. (2019). Çocukluk çağı örselenme yaşantılarının yaratıcı kişilik özellikleri ve aleksitimi ile ilişkisi, *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi, 8*(4), 3187-3213.

Campbell, A. (1981). *The sense of well-being in America: Recent patterns and trends*. New York: McGraw-Hill.

Canbolat, D. (2018). *Öğretmenlerde fiziksel aktivite düzeyi ve benlik saygısının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Caner, M. (2009). *Evli bireylerde kendi ebeveynlerini algılama biçimleri, erken dönem uyum bozucu şemalar ve eşe yönelik değerlendirmeler arasındaki ilişkiler: Şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Carpenter, L. ve Chung, M. C. (2011). Childhood trauma in obsessive compulsive disorder: the roles of alexithymia and attachment. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, *84*(4), 367-388.

Carr, S. N. ve Francis, A. J. (2010). Do early maladaptive schemas mediate the relationship between childhood experiences and avoidant personality disorder features? A preliminary investigation in a non-clinical sample. *Cognitive therapy and research*, *34*(4), 343-358.

Castille, K., Prout, M., Marczyk, G. ve Shmidheiser, M. (2007). The early maladaptive schemas of self-mutilators: Implications for therapy. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, *21*(1), 58.

Cebe, F. (2005). *Sosyal hizmetler ve çocuk esirgeme kurumu yetiştirme yurtlarında barınan çocukların benlik saygısı, depresyon, kaygı skorlarının ailesi yanında kalan çocuklarla karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.

Cecero, J. J., Nelson, D. J. ve Gillie, J. M. (2004). Tools and tenets of schema therapy: Toward the construct validity of the early maladaptive schema questionnaireresearch version (EMSQ-R). *Clinical Psychology&Psychotherapy, 11*(5), 344- 357.

Chu, J. A., Frey, L. M., Ganzel, B. L. ve Matthews, J. A. (1999). Memories of childhood abuse: Dissociation, amnesia, and corroboration. *Am J Psychiatry, 156*, 749-755.

Clark, C., Caldwell, T., Power, C., ve Stansfeld, S. A. (2010). Does the influence of childhood adversity on psychopathology persist across the lifecourse? A 45-year prospective epidemiologic study. *Annals of Epidemiology, 20*(5), 385-394.

Cüceloğlu, D. (1990). *İnsan ve davranışı* (29.Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cüceloğlu, D. (1993*). İnsan ve davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çağlayan, N. (2011*). Bireysel ve takım sporu yapanlarla spor yapmayanların benlik saygısı puanlarının karşılaştırılması.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bolu.

Çeçen, R. A. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama, 4*(1), 19-3.

Çelebi, G. Y. ve Çelebi, B. (2018). Lise öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Erciyes Journal of Education, 2*(2), 1-15.

Çelik, H. G. F. ve Hocaoğlu, Ç. (2018). Çocukluk çağı travmaları: Bir gözden geçirme. *Sakarya Tıp Dergisi, 8*(4), 695-711.

Çetin, Ç. F., Coşkun, A., İşer, E., Miral, S., Motavallı, N., Pehlivantürk, B., Türkbay, T. ve Uslu, R. (2008). *Çocuk ve ergen psikiyatrisi temel kitabı*. Ünal. F. (Ed.). Ankara: HYB Basım Yayın.

Çetinceli, K. ve Acar, Ö. F. (2022). Benlik saygısı, yaşam doyumu ve akademik başarı arasındaki ilişki: lojistik öğrencileri üzerine bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi, 13(34), 412-425.*

Çetinkaya, H. (2004). *Beden imgesi, beden organlarından memnuniyet, benlik saygısı, yaşam doyumu ve sosyal karşılaştırma düzeyinin demografik değişkenlere göre farklılaşması.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Çiftçi, A., Ovalı, E. İ., Evren, C., Eyüboğlu, M. ve Eyüboğlu, D. (2021). Madde kullanım bozukluğu ve dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan ergenlerdeki travmatik yaşantılar ve sosyal destek açısından farklılıklar. *Klinik Psikiyatri Dergisi, 24*(3), 394-404.

Çivitçi, A. (2007). Çok boyutlu öğrenci yaşam doyumu ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Eğitim Araştırmaları Dergisi, 7*(26), 51-60.

Çivitçi, A. (2014). Sürekli öfkenin yordayıcıları olarak benlik saygısı ve sosyal destek: Sosyal desteğin aracı ve düzenleyici rolü. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 15*(1), 66-81.

Çocuk ve Gençlik Merkezi. (2006). *Çocuk ihmal ve istismarına multidisipliner yaklaşım* http://www.shcek.gov.tr

Çöllü, B. (2017). *Ergenlerde duygu durum düzenleme becerileri, benlik saygısı, depresyon, anksiyete ve çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

De Paoli, T., Fuller-Tyszkiewicz, M. ve Krug, I. (2017). Insecure attachment and maladaptive schema in disordered eating: The mediating role of rejection sensivity. *Clinical Psychology&Psychotherapy*, 24(6), 1273-1284.

Demir, G. M. (2017). *Kendine zarar verme davranışı ve/veya intihar girişimi olan ergenlerde çocukluk travmaları ve bağlanma stillerinin değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi, Antalya.

Demir, H. (2012). *Edirne ili aile sağlığı merkezlerinde görevli hekimlerin çocuk istismarı ve ihmali hakkında bilgi, farkındalık ve tutumlarının belirlenmesi*. Uzmanlık Tezi, Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi, Edirne.

Demirel, S. ve Demirel, C. (2004). Ankara'daki beş eğitim kurumunda kendini yaralama davranışı üzerine bir çalışma, *Kriz Dergisi*, *12*(3), 5-9.

Demirkapı, E. Ş. (2013). *Çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme ve kimlik gelişimine etkisi ve bunların psikopatolojiler ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. (K2013604).

Diener, E. (1984), Subjective well-being. *Psychological Buletin*, 95(3), 542-575.

Diener, E. ve Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life-satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, *68*(4), 653-663.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49* (1), 71-75.

Dilmaç, B. ve Ekşi, H. (2008). Meslek yüksek okullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları ve benlik saygılarının incelenmesi, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20, 279-289.

Dockery, A. (2004). *Happiness, life satisfaction and the role of work: Evidence from two australian surveys*. unpublished mimeo.

Doğan, S. (2015). *Yaşam Doyumu*, Ankara: Nobel Yayncılık.

Dubowitz, H. ve Bennet, S. (2007). Physical abuse and neglect of children. *The Lancet, (369)*9576, 1891-1899.

Dubowitz, H., Papas, M. A., Black, M. M. & Starr, R. H. (2002). Child Neglect: Outcomes in highrisk urban preschoolers. *Pediatrics, 109*(6), 1100-1107.

Dünya Sağlık Örgütü (2018*). European status report on preventıng chıld maltreatment,*

Eisenberg, S. ve Delaney, D. J. (1998). *Psikolojik danışma süreci. (*N. Ören ve M. Takkaç, Çev.) İstanbul: Millî Eğitim Bakanlığı Yayınları.

Elçi, P. (2019). *Çocukluk çağı örselenme yaşantılarının kişilik tiplerinin gelişimi üzerindeki etkisi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Erbil, N., Divan, Z. ve Önder, P. (2006). Ergenlerin benlik saygısına ailelerin tutum ve davranışlarının etkisi. *Aile ve Toplum, Eğitim, Kültür ve Araştırma Dergisi, 3*(10), 7-15.

Erdinç, İ. (2018). *Evli çiftlerde, evlilik uyumu, cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Erermiş, S., Bellibaş, E., Özbaran, B., Büküşoğlu, N. D., Altıntoprak, E., Bildik, T. ve Çetin, S. K. (2009). Ayrılma anksiyetesi bozukluğu olan okul öncesi yaş grubu çocukların annelerinin mizaç özellikleri. *Türk Psikiyatri Dergisi, 20*(1), 14-21.

Eroğul, A. R. Ç. ve Türk, S. B. (2002). Ergenlerde çocukluk örselenme yaşantıları ve öfke ifade tarzları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Journal of Human Sciences, 10*(1), 1421-1439.

Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2011). Öznel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4*(36), 139-151.

Eryılmaz, A. ve Öğülmüş, S. (2010). Ergenlikte öznel iyi oluş ve beş faktörlü kişilik modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 11*(3).

Eskin, M., Kaynak-Demir, H. ve Demir, S. (2005). Same-sex sexual orientation, childhood sexual abuse, and suicidal behavior in university students in Turkey. Archives of sexual behavior, *34*(2), 185-195

Estevez, A., Jauregui, P., Ozerinjauregi, N. ve Herrero-Fernandez, D. (2017). The role of early maladaptive schemas in the appearance of psychological symptomatology in adult women victims of child abuse. *Journal Child Sex Abuse*, 26(8), 889-909.

Evil-Kulga C. (2014). *Günlük yaşamda benlik sunumları üzerine bir inceleme.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Fergusson D. M., Horwood L. J., Lynskey M. T. (1996). Childhood sexual abuse and psychiatric disorder in young adulthood: II. Psychiatric outcomes of childhood sexual abuse. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 35, 1365-1374.

Frías, Á., Navarro, S., Palma, C., Farriols, N., Aliaga, F., Salvador, A., ... ve Solves, L. (2018). Early maladaptive schemas associated with dimensional and categorical psychopathology in patients with borderline personality disorder. *Clinical psychology & psychotherapy*, *25*(1), 30-41.

Fugl-Meyer, A. R., Melin, R., Fugl-Meyer, K. S. (2002). Life satisfaction in 18 to 64 year old Swedes: In relation to gender, age, partner and immigrant status. *Journal of Rehabilitation Medical, 34,* 239-246.

Gander, M. J. ve Gardiner, H. W. (2015*). Çocuk ve ergen gelişimi* (8. Baskı). (B. Onur. A. Dönmez ve H. N. Çelen, Çev.) Ankara: İmge.

George, D. ve Mallery, P. (2010) SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference 17.0 Update. 10th Edition, Pearson, Boston.

Gould, F., Clarke, J., Heım, C., Harvey, P.D., Majer, M. ve Nemeroff, C. B. (2012). *The effects of child abuse and neglect on cognitive functioning in adulthood*. NIH-PA Author Manuscript, 1- 18.

Gökler, I. (2002). Çocuk istismarı ve ihmali: Erken dönem stresin nörobiyolojik gelişime etkisi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 9*, 47-57.

Gökler. R, (2006). Eğitimde çocuk istismarı ve ihmaline genel bir bakış. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi,* 3,47-76.

Gör, N., Yiğit, İ., Kömürcü, B. ve Şenkal-Ertürk, İ. (2017). Geçmişin mirası ve geleceğin haritası: Erken dönem uyumsuz şemalar. *Nesne, 5*(10), 197-217.

Gülcan, A. (2014). Genç *Yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Gümüş, H. (2006). *Farklı mesleklerde çalışanların iş ve yaşam doyumlarının tükenmişlik düzeyleri açısından karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.

Gümüşoğlu, F. (2008). Ders kitaplarında toplumsal cinsiyet. *Toplum ve Demokrasi, 2*(4), 39-50.

Güner, İ., Güner, S. ve Şahan, M. H. (2010). Çocuklarda sosyal ve medikal bir problem: İstismar. *Van Tıp Dergisi*, 17, 3.

Güneri-Yöyen, E. (2017). Çocukluk çağı travması ve benlik saygısı. *International Journal of Social Sciences and Education Research, 3(*1), 276-277.

Güney, S. (2012). *Sosyal psikoloji (*2. Basım). Ankara: Nobel Yayınları.

Güngör, A. (1989). *Lise öğrencilerinin öz saygı düzeylerini etkileyen etmenler.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Gürcan, D. (2015). Benlik Farklılıklarına Rogers'ın danışan odaklı terapisi ile yaklaşım: vaka çalışması. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi, 2*(1), 13-26.

Gürcan, N. ve Kolburan, G. Ş. (2018). Üniversitedeki kız öğrencilerin yeme tutumlarının yaşam doyumu ve çocukluk çağı travmaları ile ilişkisi. *Aydın Toplum ve İnsan Dergisi, 4*(2), 17- 34.

Haktanır, G. ve Baran, G. (1998). Gençlerin benlik saygısı düzeyleri ile anne baba tutumlarını algılamalarının incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi,* 5(3), 134-141.

Hampton, N. Z. ve Marshall, A. (2000). Culture, gender, self-efficacy and life satisfaction: A comparison between Americans and Chinese people with spinal cord injures. *Journal of Rehabilation*, 66(3), 21-29.

Hancı, H. (2002). *Adli tıp ve adli tıp bilimler*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Harrıngton, D., Zuravın, D., Tıng, L. ve Dubowıtz, H. (2002). The neglect scale: Confirmatory factor analyses in a low-income sample. *Child Maltreatmen*t, *7*(4), 359-368.

Haspolat, N. M. ve Kağan, M. (2017). Sosyal fobinin yordayıcıları olarak beden imajı ve benlik saygısı. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *19*(2).

Herman, J. (2011). *Travma ve iyileşme*. İstanbul: Literatür Yayınevi.

Herman, J. L. (2007). *Travma ve iyileşme şiddetin sonuçları ev içi istismardan siyasi teröre.* 1. Basım. T. Tosun. (Çev.), İstanbul: Literatür Yayıncılık. (Orijinal baskı tarihi 1992).

Hinkle, D. E., Wiersma, W. ve Jurs, S. G. (2003). *Applied statistics for the behavioral sciences* (Vol. 663). Houghton Mifflin College Division.

Hintikka, J. (2001). Religious attendance and life satisfaction in the Finnish general population. *Journal of Psychology and Theology*, *29*(2), 158.

Hornor, G. (2012). Emotional maltreatment. *J Pediatr Health Care*, 26, 436-442.

Hunt, T. K., Slack, K. S. ve Berger, L. M. (2017). Adverse childhood experiences and behavioral problems in middle childhood. *Child abuse & neglect*, 67, 391-402.

Infurna, R. M., Reichl, C., Parzer, P., Schimmenti, A., Bifulco, A. ve Kaess, M. (2016). Associations between depression and specific childhood experiences of abuse and neglect: A meta-analysis, *Journal of Affective Disorders*,*190*,47-55.

İmperatori, C., Innamorati, M., Lester, D., Continisio, M., Balsamo, M., Saggino, A. ve Fabbricatore, M. (2017). The association between food addiction and early

maladaptive schemas in overweight and obese women: A preliminary ınvestigation. *Nutrients, 9*(11), 1259.

İnce, G., Olgaç, D. N., Çavuşoğlu, D. ve Dündar, B. D. (2014). Sarsılmış bebek sendromu. *Tepecik Eğitim Hastanesi Dergisi, 24*(3), 207-210.

İnci, S. (2014). *Aday öğretmenlerin duygusal zekâ ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.

Jackson, C. ve Cochran, S. D. (1991). Lonelinessand psychological distress. *Journal of Psychology*, 125(3), 257-262.

Kabasakal, Z. ve Baş, A. U. (2013). Öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerileri. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 2(*1), 27-35.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2012). *Benlik, aile ve insan gelişimi kültürel psikoloji* (3. Baskı). İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.

Kalyon, A. ve Yazıcı, H. (2020). Üniversite öğrencilerinde çocukluk dönemi ihmal ve istismar yaşantılarının yaşam doyumunu yordamadaki rolü: Cinsiyet ve ruhsal problemlere dayalı karşılaştırmalar. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi, 10*(3), 573-583.

Kaplan, S., Pelcovitz, D. ve Labruna, V. (1999). Child and adolescentabuse and neglect research: a review of the past 10 years.Part I: Physical and emotional abuse and neglect. *J AmAcad Child Adolesc Psychiatry,* 38, 1214-22.

Kara, B., Biçer, Ü. ve Gökalp, A. S. (2004). Çocuk İstismarı. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi,* 47, 140-151.

Karaaslan A. (1993). Öğrenci hemşirelerin benlik saygısı düzeyleri ve bunu etkileyen etmenlerin incelenmesi. *Ege Üniversitesi H.Y.O. Dergisi*, 9, 21-29.

Karaman, Y. (1993). *İlkokul öğretmenlerinin gözlemlerine göre çocukların aileleri tarafından istismarı ve ihmali.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Karayiğit, S. (2018). *Çocukluk dönemi örselenme yaşantıları ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

Kars, Ö. (1994). *Çocuk istismarı ve ihmalinin nedenleri ve okul başarısına etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Katja, R., Paivi, A. K., Marja-Terttu, T. ve Pekka, L. (2002). Relationships among adolescent' subjective wellbeing, health behavior and school satisfaction. *Journal of School Health, 72*(6), 243-250.

Kaya, İ. ve Çeçen-Eroğul, A. R. (2013). Ergenlerde çocukluk dönemi istismar yaşantılarının yordayıcısı olarak aile işlevlerinin rolü. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, *38*(168), 386-397.

Kaya, S. (2014). *Çocukluk dönemi örselenme yaşantıları ölçeği kısa formunun Türkçeye uyarlanması.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.

Kaya-Tezel, F., Tutarel-Kışlak, Ş. ve Boysan, M. (2015). Relationships between childhood traumatic experiences, early maladaptive schemas and ınterpersonal styles. *Arch Neuropsychiatr, 52*(3), 226–232.

Kelleci, H. (2019). *Annelerin çocuk yetiştirme tutumunun yaşam doyumu, evlilik doyumu, umutsuzluk düzeyi açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Kempe, R. S. ve Kempe, C. H. (1978). *Child abused.* Cambridge, Mass.: Harvard University Press,

Keser, A. (2005). İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi: Otomotiv sektöründe bir uygulama. *Çalışma ve Toplum Dergisi*, 4, 77-95.

Khosravani, V., Sharifi-Bastan, F., Samimi Ardestani, M. ve Jamaati Ardakani, R. (2017). Early maladaptive schemas and suicidal risk in an Iranian sample of patients with obsessive-compulsive disorder. *Psychiatry Research*, 441-448.

Kımter, N. (2012). *Benlik saygısı ve din (üniversiteli gençlerde öz saygı ve din üzerine ampirik bir araştırma*. İstanbul: Kriter.

Kim, J. H., Kim, J. E., Won, S. H., Rim. H, D. (2013). The role of childhood trauma on early maladaptive schema, PHD, *HD AND LEE, S.J.*

Kirişoğlu, Ş. (2016). *Genç yetişkinlerin aile yapıları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Klein, H., Elifson, W. K. ve Sterk, C. E. (2007). Childhood neglect and adulthood involvement in HIV-related risk behaviours. *Child Abuse Negl*, 31, 39-53.

Kline, M. (2021). *Bir çocuğun gözünden travma*. İstanbul: Butik Yayıncılık.

Kocaer, Ü. (2006). *Hekim ve hemşirelerin çocuk istismarı ve ihmaline yönelik farkındalık düzeyleri.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Kokurcan, A. ve Özsan, H. H. (2012). Travma kavramının psikiyatri tarihindeki seyri. *Kriz Dergisi*, *20*(1), 19-24.

Korkmaz, M. (1996*). Yetişkin örneklem için benlik saygısı ölçeğinin güvenirlik ve geçerlilik çalışması.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kula, S. ve Çakar, B. (2015). Maslow ihtiyaçlar hiyerarşisi bağlamında toplumda bireylerin güvenlik algısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Bartın Üniversitesi İ.İ.B.F. Dergisi, 6*(12), 191-210, 193.

Kulaksızoğlu, A. (2001). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Kulaksızoğlu, A. (2008). *Ergenlik psikolojisi* (10. Baskı). İstanbul: Remzi.

Kuo, J. R., vd, (2015). An examination of the relationship between childhood emotional abuse and borderline personality disorder features: the role of difficulties with emotion regulation. *J. Child abuse neglect*, 39, 147-155.

Kurtay, D., Özkök, S., Barlik, Y., Yatağan, M., Kurtay, A. ve Akman, E. (2004). *Çocuk ihmal ve istismarına multidisipliner yaklaşım,* T.C. Başbakanlık Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu, Aydın.

Kuzgun, Y. (1972). *Ana-baba tutumlarının bireyin kendini gerçekleştirme düzeyine etkisi.* Yayımlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Lewis, D. O. ve Yeager, C. A. (1994). Abuse, dissociative phenomena, and childhood multiple personality disorder. *Child Adolesc Psychiatr Clin North*, 3, 729-743.

Lumley, M. N. ve Harkness, K. L. (2007). Specificity in the relations among childhood adversity, early maladaptive schemas and symptom profiles in adolescent depression. *Cognit Ther Res*., 31, 639–657.

Maedeh, S. Y. ve Mehrangiz, P. (2011). The Relationship Between life statisfaction and early maladaptive schemas ın university student, *Knowledge & Research İn Applied Pschology, 12*(44), 55-65.

Mann, R. ve Hollin, C. (2010). Self-reported schemas in sexual offenders. *The Journal of Farensic Psychiatry & Psychology, 21*(6), 834-851.

Marufoğlu, M. (2010). *Klinik olmayan örneklemde çocukluk çağı travmatik yaşantıları, obsesif kompulsif belirtiler, dissosiyasyon ve bilişsel süreçler.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.

Maxwell, A. ve Bachkirova, T. (2010). Applying psychological theories of self-esteem in coaching practice. *International Coaching Psychology Review, 5*(1), 16–26.

Mayda, B. S. (2020). *Çocukluk çağı travmasının erken dönem uyumsuz şemalar ve stresle başa çıkma tarzına etkisi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Moksnes, U. K. ve Espnes, G. A. (2013). Self-esteem and life satisfaction in adolescents-gender and age as potential moderators. *Quality of Life Research, 22*(10), 2921-2928.

Mutlu, Z. (2015). *Çocukluk çağı travmalarının erişkin dönem obezitesi ile ilişkisinin belirlenmesi.* Yayımlanmamış Doktora Tez, Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-16.

Neugarten, B. L., Havighurst, R. J. ve Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal J Geronto*, 116, 134-143.

O'Hagan, K. (2006). *Identifying emotional and psychological abuse: a guide fo child care professionals.* New York: Mc Graw Hill Education, 1-256.

Oğlağu, Z. (2012). *Yeme bozukluklarında çocukluk çağı travmalarının benlik saygısı ve beden algısı değişkenleri üzerine etkisi.* Tıpta Uzmanlık Tezi, İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, İstanbul.

Oğurlu, U. (2006). *Düşünsel duygulanımcı davranış terapisi (DDDT) odaklı grupla psikolojik danışmanın ergenlerdeki benlik saygısı düzeyine etkisi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Onat, G., Dinç, H., Günaydın, S. ve Uğurlu, F. (2016). Çocukluk döneminde yaşanan ihmal veya istismarın benlik saygısına etkisinin incelenmesi. *HSP, 3*(1), 9-15.

Onur, B. (1997). *Gelişim psikolojisi, yetişkinlik, yaşlılık, ölüm*. Ankara: İmge Kitabevi.

Oral, K. Ü., Engin, P. ve Büyükyazıcı, Z. (2010). *Türkiye' de çocuk istismarı ve aile içi şiddet araştırması (özet rapor). UNİCEF.*

Osmanoğlu, D. ve Kaya, H. İ. (2013). Öğretmen adaylarının yükseköğretime dair memnuniyet durumları ile öznel iyi oluş durumlarının değerlendirilmesi: Kafkas üniversitesi örneği. *Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12, 47-70.

Öner, N. (1996*). Piers Harris' in çocuklarda öz kavramı ölçeği el kitabı*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.

Öner, U. (1987). *Benlik gelişimine ilişkin kuramlar, ergenlik psikolojisi.* B. Onur (Der.). 2. Baskı, Ankara: Hacettepe Tas Kitapçılık.

Öz, S. (2008). *Farklı aile yapılarındaki 6 yaş çocuklarının aile ilişkilerini algılayışlarındaki benzerlik ve farklılıkların incelenmesi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Özdemir, A. (1989). *Çocuğun fiziksel yönden istismarı ve ihmali*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Özdevecioğlu, M. (2003). *İş tatmini ve yaşam tatmini arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik bir araştırma*. II. Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresinde sunuldu, Afyon.

Özdin, S. (2016). *Bipolar ve unipolar bozukluk hastalarında erken dönem uyumsuz şemaların çocukluk çağı travmaları ile ilişkisi*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Samsun.

Özerkan, K. (2004). *Spor psikolojisine giriş*. Ankara: Nobel Yayınları.

Özgen, F. (2012). *Ç.O.M.Ü beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Spor Yöneticiliği Bölümü, Çanakkale.

Öztürk, E. (2016) Psikotarih Açısından çocuk yetiştirme tarzları ve çocuk istismar. *Turkiye Klinikleri Journal of Forensic Medicine-Special Topics, 2*(3), 24-34.

Öztürk, E. (2017). *Travma ve Dissosiyasyon: Dissosiyatif kimlik bozukluğunun psikoterapisi ve aile dinamikleri. 1. Baskı*, İstanbul: Nobel Yayıncılık, 7-97.

Öztürk, E. (2018). *Psikotarih ruhsal travma ve disosiyasyon*, Ed. Celbiş O, Ankara: Akademisyen Kitabevi, 92-106.

Padesky, C. A. (1994). Schema change processes in cognitive therapy. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, *1*(5), 267-278.

Pala, B. (2011). *Geleceğin öğretmenlerinin çocuk istismarı ve ihmali konusunda bilgi ve farkındalık düzeyleri.* Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Eskişehir.

Palgi, Y., Shrira, A., Ezra, M., Ezra, S. ve Ayalon, L. (2012). Self- and other-oriented potential lifetime traumatic events as predictors of loneliness in the second half of life. *Aging & Mental Health, 16*(4), 423-430.

Pelendecioğlu, B. ve Bulut, S. (2009). Çocuğa yönelik aile içi fiziksel istismar. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Dergisi, 9(*1), 50-62.

Plummer, D. M. (2011). *Benlik saygısı çocuklarda nasıl geliştirilir?* (E. Aksay, Çev.) İstanbul: Sistem.

Polat, O. (2001). *Çocuk ve şiddet*. İstanbul: Der Yayınları.

Polat, O. (2007). *Tüm boyutlarıyla çocuk istismarı I.* Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Polat, O., İnanıcı, M.A. ve Aksoy, M. E. (1997). *Adli tıp ders kitabı.* İstanbul: Nobel Yayınevi.

Polusny, M. A. ve Follette, V. M. (1995). Long-term correlates of child sexual abuse: theory and review of the empirical literature. *Applied and Preventive Psychology*, *4*(3),143–166.

Rafaeli, E., Bernstein, D. P. ve Young, J. E. (2019). *Şema terapi ayırıcı özellikleri*. (A. Karaosmanoğlu, N. Azizlerli, & M. Şaşıoğlu, Çev.) 9. Basım. İstanbul: Psikonet Yayınları.

Recepoğlu, E. (2013). Öğretmen adaylarının yaşam doyumları ile öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)*, *Özel Sayı* (1), 314.

Reçber, B. (2011). Bir özsaygı geliştirme programının yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerin özsaygı düzeyleri üzerinde etkililiği. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, *22*(1), 115-132.

Rezaei, M., Ghazanfari, F. ve Rezaee, F. (2016). The role of childhood trauma, early maladaptive schemas, emotional schemas and experimental avoidance on depression: A structurale quation modeling. *Psychiatry Res.*, 246, 407-414.

Riskind, J. H. ve Alloy, L. B. (2006). *Cognitive vulnerability to psychological disorders: Overview of theory, design, and methods.* Journal of Social and Clinical Psychology, *25*(7), 705-725.

Rosenberg, S. D., Lu, W., Mueser, K. T., Jankowski, M. K. ve Cournos, F. (2007). Correlates of adverse childhood events among adults with schizophrenia spectrum disorders. *Psychiatric Services*, *58*(2), 245-253.

Runyan, D., Wattam, C., Ikeda, R., Hassan, F. ve Ramiro, L. *Child abuse and neglect by parents and other caregivers.* In E.G. Krug, L. L. Dahlberg, J. A. Mercy, A. B. Zwi, & R. Lozano, (Ed), World report on violence and health. WHO, Geneva, 2002.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psycology.* 51, 1173-1182.

Sahraee, A., Yusefnejad, M. ve Khosravi, Z. (2011). Predicting of life satisfaction with respect to early maladaptive schemas among iranian college students, *European Psychiatric Association, 26*(S2).

Sam, D. L. (2001). Satisfaction with life among ınternational students: An exploratory study. *Fvee*, (3), 315-337.

Sarıca, E. (2013). *Ebeveynlerin sosyal sorun çözme yönelimi ile çocukların benlik algısı arasındaki ilişkisinin incelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.

Sarıyüze-Körükçü, Ö. (2004). *Altı yaş grubundaki çocukların özsaygı düzeyleri ile anne empatik becerilerinin incelenmesi.* Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Sav, İ. (2007). *Psikolojik danışman rehber öğretmenlerin kişilik özellikleri ile stresle başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Saygılı, G. (2014). *Erken döneme ilişkin gelişimsel etmenler ile psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolünün incelenmesi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Seligman, M. E. P. ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. An introduction. *American Psychologist, 55*(1), 5-14.

Semerci, B. (2014). Çocuk ihmal ve istismarı ile mücadele [Video dosyası]. https://www.youtube.com/watch?v=-dbzFtSZGXM

Shevlin, M., McElroy, E. ve Murphy, J. (2015). Loneliness mediates the relationship between childhood trauma and adult psychopathology: Evidence from the adult psychiatric survey. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol,* 50, 591-601.

Shorey, R. C., Stuart, G. L. ve Anderson, S. (2014). Differences in early maladaptive schemas between a sample of young adult female substance abusers and a non-clinical comparison group. *Clin Psychol Psychother*, *21*(1), 21–28.

Soyaslan, B. D. (2016). *Madde kullanım bozukluğu olan kişilerde erken dönem uyumsuz şemalar ile öfke düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A., & Çakır, Z. (2009). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi: Young şema ölçeği kısa form-3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi, 20*(1).

Soylu, T. (2017). *Borderline kişilik bozukluğu ve bipolar duygudurum bozukluklarında erken dönem uyumsuz şemaların karşılaştırılması.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Sperry, D. M. ve Widow, C. S. (2013). Child abuse and neglect, social support, and psychopathology in adulthood: A prospective investigation. *Childhood Abuse & Neglect*, 37, 415–425.

Sundag, J., Zens, C., Ascone, L., Thome, S. ve Lincoln, T.M., (2018). Are schemas passed on? A study on the association between early maladaptive schemas in parents and their off spring and the putative translating mechanisms. *Behav Cogn Psychother*, 7, 1-16.

Şahin, E. (2010). *İlköğretim öğretmenlerinde yaratıcılık, mesleki tükenmişlik ve yaşam doyumu düzeyleri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.

Şahin, M. ve Ünal, A. Ö. (2013). Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması. *Cumhuriyet International Journal of Education, 2*(3), 46-63.

Şahin, Ş. (2008). *Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik ve yaşam doyumu düzeyleri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.

Şar, V. (2011). Developmental trauma, complex PTSD and the current proposal of DSM-5. *Eur J Psychotraumatology,* 2, 5662.

Şar, V. ve Öztürk, Ö. (2005). What is trauma and dissociation. *J Trauma Practice, 4*(1-2),7-20.

Tan, H. (1995). *Psikolojik danışma ve rehberlik teori ve uygulama*. İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.

Taner, Y. ve Gökler, B. (2004). Çocuk istismarı ve ihmali: Psikiyatrik yönleri. *Hacettepe Tıp Dergisi,* 35, 82-86.

Taşgit, M. S. (2012). *Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve karar verme düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.

Temel, İ. (2022). *Üniversite öğrencilerinde beş faktör kişilik özelliklerinin yaşam doyumu ve depresyon belirtileriyle arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gedik Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Tercan, M. (1995). *Çocuğun ana-babası tarafından fiziksel istismarı ve ihmali*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Topbaş, M. (2004). İnsanlığın büyük bir ayıbı: Çocuk istismarı. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 3*(4), 76-80.

Torucu-Koçak, B. (1990). *13-14 yaşındaki gençlerin sosyo-ekonomik düzeyi ve ana-baba tutumlarındaki farklılıkların belirlenip benlik saygısına etkisinin araştırılıp karşılaştırılması.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Turanlı, P. (2010). *Orta yetişkinlikte evlilik uyumu ile benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin saptanması.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Turgut-Maden, E. (2010). *İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi ve İstanbul'daki devlet üniversite hastanelerinde çalışan hastane ameliyat hemşirelerine yönelik bir araştırma*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Türkkan, T. ve Odacı, H. (2018). Liseli ergenlerde çocukluk çağı örselenme yaşantılarının cinsiyet, gelir düzeyi ve ebeveyn eğitim durumuna göre incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet, 29*(1), 71–89.

Tyler, S., Allison, K., ve Wınsler, A. (2006). Child neglect: Developmental consequences, intervention and policy implications. *Child & Youth Care Forum, 35*(1), 1-20.

Ullman, C. ve Tatar, M. (2001). Psychological adjustment among ısraeli adolescent ımmigrants: a report on life statisfaction, self-concept and self-esteem. *Journal of Youth and Adolescence, 30*(4), 449-463.

Ulu, S. (2011). *Ergenlerde algılanan duygusal istismar ile sürekli öfke düzeyi ve öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Umberson, D. (2016). *Ebeveynin ölümü yeni bir yetişkin kimliğine geçiş* (2. Baskı). İstanbul: İletişim Yayınları.

UNICEF, (2007). *Çocuk haklarına dair sözleşme*: Uygulama kitabı.

Ülgen, G. (1997*). Eğitim Psikolojisi; kavramlar, ilkeler, yöntemler, kuramlar ve uygulamalar*. (3. Baskı). İstanbul: Alkım.

Ümmet, D. (2017). Genel psikolojik sağlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide evlilik uyumunun aracı rolü. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 6*(1), 159-175.

Ünal, E. (2014). *Çocuk istismarı ve ihmalinin psikopatolojik semptomlar üzerindeki etkisi: Erken dönem uyumsuz şemaların ve şema baş etme biçimlerinin rolü*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Webb, J. ve Musello, C. (2018). *Çocuklukta ihmalin izi: Boşluk hissi*, (G. Arıkan, Çev.). İstanbul: Sola Unitas Yayınları.

Westewn, D. (1995). *Self and narcisizm, collectivism on the development of morals society.* Cambridge: Cambridge University Press.

Wood, W., Rhodes, N. ve Whelan, M. (1989). Sex differences in positive well-being: A consideration of emotional style and marital status. *Psychological Bulletin, 106*(2), 249-264.

Yargıç, İ., Ersoy, E. ve Batmaz, O. S. (2012). Çocukluk çağı travmalarının intihar girişimi ve kendine zarar verme davranışı ile ilişkisi, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 13, 277-284.

Yates, A. (1997). Sexual abuse of children. In: Wiener JM, ed. Textbook of child adolescent psychiatry. 2nd ed. Washington: *American Psychiatric Press*, 699-709.

Yavuz, Ç. (2006). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinde öznel iyi olma hali, psikiyatrik belirtiler ve bazı kişilik özellikleri: karşılaştırmalı bir çalışma.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Soysal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yavuzer, H. (2003). *Okul çağı çocuğu*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (2012). *Çocuğu tanımak ve anlamak* (10. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yazgan-İnanç, B. ve Yerlikaya, E.E. (2011). *Kişilik kuramları.* Ankara: Pegem Akademi.

Yetim, Ü. (1991). *Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu.* Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan bireye mutluluk resimleri*. İstanbul: Bağlam Yayınları.

Yıldız, M. A. (2010). *Sokakta çalışan ve çalışmayan ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin benlik saygısı, yaşam doyumu ve depresyon düzeylerinin incelenmesi (Diyarbakır ili örneği).* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.

Yıldız, M. A. ve Baytemir, K. (2016). Evli bireylerde evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17*(1), 67-80.

Yıldız, M. A., ve Baytemir, K. (2016). Evli bireylerde evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17*(1), 67-80.

Yılmaz, A. S. (2011). *Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı ve karar verme stillerinin benlik saygısı ve utangaçlık açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Yiğit, H. (2010). *Ergenlerin benlik saygılarının yaşam doyumu ve bazı özlük nitelikleri açısından incelenmesi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Yiğit, R. (2012). Çevik kuvvet görevlilerinin benlik saygıları ile yaşam doyumu ve stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD), 13*(1), 61-75.

Young, J. E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema –focused approach*. Sarasota, FL: Professional Resource Press.

Young, J. E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach.* Sarasota, FL: Professional Resources Press.

Young, J. E. ve Klosko, J. S. (1993). Reinventing your life: How to break free from negative life patterns. New York: Dutton.

Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy*. New York: Guilford.

Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2009). *Şema Terapi Terapistin Rehberi*. (Tuğrul Veli Soylu Çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık.

Young, J. E., ve Brown, G. (1999). *Young schema questionnaire: Short version*. New York, NY: Cognitive Therapy Center of New York.

Young, J. ve Flanagan, C. (1998). Schema-focused therapy for narcissistic patients. In E. F. Ronningstam (Ed.*), Disorders of narcissism: Diagnostic, clinical, and empirical implications*. American Psychiatric Association.

Young, R., Lennie, S. ve Minnis, S. (2011). Children's perceptions of parental emotional neglect and control and psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 52*(8), 889–897.

Yörükoğlu, A. (1990). *Gençlik ve yetişkinler: Kuşaklar çatışması, aile yazıları III*. Ankara: T.C Aile Araştırma Kurumu.

Yörükoğlu, A. (1998). *Gençlik çağı.* (10. Baskı), İstanbul: Özgür Yayınları.

Yöyen, G. E. (2017). Çocukluk çağı travması ve benlik saygısı. *International Journal of Social Sciences and Education Research, 3*(1), 267-282.

Yurdakök, K. ve İnce, O. (2010). Duygusal istismar ve ihmal. *Katkı Pediatri Dergisi, 32*, 423-433.

Zara, A. (2018). Kolektif travma döngüsü: Kolektif travmalarda uzlaşma, bağışlama ve onarıcı adaletin iyileştirici rolü. *Klinik Psikiyatri*, 21, 301-311.

Zeigler-Hill, V., Green, B. A., Arnau, R. C., Sisemore, T. B. ve Myers, E. M. (2011). Trouble ahead, trouble behind: Narcissism and early maladaptive schemas. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 42*(1), 96-103.

Zeren, C., Yengil, E., Çelikel, A., Arık, A. ve Arslan, M. (2012). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı istismarı sıklığı. *Dicle Tip Dergisi*, 39(4).

Zerenoğlu, L. (2011). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleriyle çocukluktaki örselenme yaşantıları arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Zoroğlu, S., Tüzün, Ü., Şar, V., Öztürk, M., Kora, E. K. ve Alyanak, B. (2001). Çocukluk dönemi istismar ve ihmalinin olası sonuçları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *2*(2), 69-78.

EKLER

EK 1. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Değerli Katılımcı;

Bu araştırma İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı kapsamında gerçekleştirilen bir tez çalışmasıdır. Dr. Öğr. Üyesi Gizem Akcan'ın danışmanlığında Psikolog Kübra Meriç tarafından yürütülmektedir. Bu çalışmanın amacı; genç yetişkinlerde çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile erken dönem uyumsuz şemaları, benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda katılımcılara çocukluk çağı örselenme yaşantıları, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik saygısı ve yaşam doyumuna ilişkin sorular sorulacaktır. Bu çalışmaya İstanbul ilindeki çeşitli üniversitelerde öğrenim görmekte olan 18-65 yaş aralığındaki lisans ve yüksek lisans öğrencileri katılabilir. Bu araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanır. Soruları cevaplarken bölümlerdeki yönergeleri dikkate alınız. Araştırmaya ayıracağınız sürenin yaklaşık 30-35 dakika olması beklenmektedir.

Kübra MERİÇ

EK 2. Demografik Bilgi Formu

Cinsiyetiniz: ( ) Kadın ( ) Erkek ( ) Diğer

Yaşınız: ……..

Öğrenim durumunuz: ( ) Lisans (devam ediyor) ( ) Yüksek Lisans (devam ediyor)

Çalışıyor musunuz? ( ) Evet ( ) Hayır

İlişki durumunuz:: ( ) Yalnız ( ) İlişkisi var ( ) Sözlü/Nişanlı ( ) Evli

Anne: ( ) Sağ ( ) Vefat etmiş

Anne: ( ) İşsiz ( ) Çalışıyor ( ) Ev hanımı

Anne: ( ) Öz ( ) Üvey

Annenizin öğrenim durumu: ( ) Okur—yazar değil ( ) İlköğretim mezunu
( ) Lise mezunu ( ) Üniversite ve üzeri

Baba: ( ) Sağ ( ) Vefat etmiş

Baba: ( ) İşsiz ( ) Çalışıyor

Baba: ( ) Öz ( ) Üvey

Babanızın öğrenim durumu: ( ) Okur—yazar değil ( ) İlköğretim mezunu
( ) Lise mezunu ( ) Üniversite ve üzeri

Anne-babanızın beraberlik durumu: ( ) Birlikte yaşıyorlar ( )Boşanmamış ama ayrı ( ) Boşanmış

Şuanda herhangi bir psikolojik rahatsızlığınız var mı? ( ) Evet ( ) Hayır

Büyüdüğünüz yer: ( ) Köy ( ) İlçe ( ) İl

Aylık geliriniz: ……

EK 3. Young Şema Ölçeği Kısa Form (YŞÖ-3)

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

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

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

Derecelendirme:

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

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

2. _____ Beni terk edeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.

3. _____ İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum

4. _____ Uyumsuzum.

5. _____ Beğendiğim hiçbir erkek/kadın, kusurlarımı görürse beni sevmez.

6. _____ İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum

7. _____ Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.

8. _____ Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.

9. _____ Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşıtlarım kadar, başaramadım.

10. _____ Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.

11. _____ Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.

12. _____ Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemsediğimi göstermek gibi).

13. _____ Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.

14. _____ Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana "hayır" denilmesini çok zor kabullenirim.

15. _____ Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.

16. _____ Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.

17. _____ Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim.

18. _____ Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hakkederim.

19. _____ Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.

20. _____ Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.

21. _____ İnsanlara karşı tedbiri elden bırakamam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.

22. _____ Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.

23. _____ Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.

24. _____ İşleri halletmede son derece yetersizim.

25. _____ Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.

26. _____ Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissediyorum.

27. _____ Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.

28. _____ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.

29. _____ Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.

30. _____ Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.

31. _____ En iyisini yapmalıyım, "yeterince iyi" ile yetinemem.

32. _____ Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.

33. _____ Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.

34. _____ Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.

35. _____ İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.

36. _____ Eğer yanlış yaparsam, bunun özürü yoktur.

37. _____ Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.

38. _____ Yakınlarımın beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım

39. _____ Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.

40. _____ Bir yere ait değilim, yalnızım.

41. _____ Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.

42. _____ İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.

43. _____ Doğru ile yanlışı birbirinden ayırmakta zorlanırım.

44. _____ Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.

45. _____ Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hisseder veya suçluluk duyarız

46. _____ İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.

47. _____ Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.

48. _____ İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur.

49. _____ Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.

50. _____ İstediğimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.

51. _____ Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakarlık etmekte zorlanırım

52. _____ Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissederim.

53. _____ Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.

54. _____ Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.

55. _____ Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarım ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.

56. _____ Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim.

57. _____ Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheciyimdir.

58. _____ Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.

59. _____ Kendimi sevilebilecek biri gibi hissetmiyorum.

60. _____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.

61. _____ Gündelik işler için benim kararlarıma güvenilemez.

62. _____ Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.

63. _____ Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum-Benim kendime ait bir hayatım yok.

64. _____ Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.

65. _____ Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.

66. _____ Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.

67. _____ Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.

68. _____ Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.

69. _____ Benim yararıma olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.

70. _____ Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.

71. _____ Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.

72. _____ Neden yanlış yaptığımın önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.

73. _____ Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.

74. _____ İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.

75. _____ Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.

76. _____ Kendimi hep grupların dışında hissederim.

77. _____ Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.

78. _____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.

79. _____ Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum.

80. _____ Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.

81. _____ Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum.

82. _____ Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum.

83. _____ Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar.

84. _____ Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar.

85. _____ Kendimi sorumluluktan kolayca sıyıramıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.

86. _____ Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.

87. _____ Kararlarıma nadiren sadık kalabilirim.

88. _____ Bir dolu övgü ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.

89. _____ Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.

90. _____ Ben cezalandırılmayı hakeden kötü bir insanım.

EK 4. Çocukluk Dönemi Örselenme Ölçeği

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
	1	2	3	4	5
1. Çocukluğumda, yeterli düzeyde beslendiğime inanmıyorum.	1	2	3	4	5
2. Çocukluğumda, benimle ilgilenen ve beni koruyan birinin/birilerinin olduğunu bilirdim.	1	2	3	4	5
3. Çocukluğumda, ailemdeki kişiler bana "aptal", "tembel" ya da "çirkin" diye hitap ederlerdi.	1	2	3	4	5
4. Çocukluğumda, annem ve babam ailemize ilgilenemeyecek kadar sarhoş ya da uyuşturucunun etkisi altındaydı.	1	2	3	4	5
5. Çocukluğumda, ailemde kendimi önemli ya da özel hissetmemi sağlayan biri/birileri vardı.	1	2	3	4	5
6. Çocukluğumda, kirli giysiler giymek zorunda kalırdım.	1	2	3	4	5
7. Çocukluğumda, sevildiğimi hissederdim.	1	2	3	4	5
8. Çocukluğumda, annem ve babamın benim hiç doğmamış olmamı dilediklerini düşünürdüm.	1	2	3	4	5
9. Çocukluğumda, ailemdeki kişilerden, bir doktora ya da hastaneye gitmek zorunda kalacak kadar kötü dayak yediğim oldu.	1	2	3	4	5
10. Çocukluğumda, ailemle ilgili değiştirmek istediğim hiçbir şey yoktu.	1	2	3	4	5
11. Çocukluğumda, ailemdeki fertler beni, yara bere içinde bırakacak kadar kötü döverlerdi.	1	2	3	4	5
12. Çocukluğumda, kemer, sopa, kablo ya da benzeri sert cisimlerle dövülerek cezalandırıldım.	1	2	3	4	5
13. Çocukluğumda, ailemdeki fertler birbirlerini koruyup kollarlardı.	1	2	3	4	5

14. Çocukluğumda, ailemde fertler bana incitici veya aşağılayıcı şeyler söylediler.	1	2	3	4	5
15. Çocukluğumda, fiziksel olarak istismar edildiğime inanıyorum.	1	2	3	4	5
16. Mükemmel bir çocukluğum oldu.	1	2	3	4	5
17. Çocukluğumda, öğretmen, komşu ya da doktor gibi kişiler tarafından fark edilecek kadar kötü dayak yedim.	1	2	3	4	5
18. Çocukluğumda, ailemde benden nefret eden birisi/birileri olduğunu hissederdim.	1	2	3	4	5
19. Çocukluğumda, ailemdeki fertler birbirlerine yakındılar.	1	2	3	4	5
20. Çocukluğumda, birisi/birileri bana cinsel amaçla dokunmayı ya da ona/onlara dokundurtmayı denedi.	1	2	3	4	5
21. Çocukluğumda, birisi/birileri, cinsel içerikli taleplerini karşılamazsam, bana zarar vermekle ya da hakkımda yalanlar söylemekle beni tehdit etti.	1	2	3	4	5
22. Dünyadaki en iyi aileye sahiptim.	1	2	3	4	5
23. Çocukluğumda, birisi/birileri beni cinsel içerikli eylemlerde bulunmaya veya cinsel içerikli şeyler izlemeye zorladı	1	2	3	4	5
24. Çocukluğumda, birisi/birileri bana cinsel tacizde bulundu.	1	2	3	4	5
25. Çocukluğumda, duygusal olarak istismar edildiğime inanıyorum.	1	2	3	4	5
26. Çocukluğumda, ihtiyacım olduğunda beni doktora götürecek birisi/birileri vardı.	1	2	3	4	5
27. Çocukluğumda, cinsel olarak istismar edildiğime inanıyorum.	1	2	3	4	5
28. Çocukluğumda, ailem benim için bir güç ve destek kaynağıydı.	1	2	3	4	5

EK 5. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Sizin İçin Uygun Olanı Seçiniz

1) Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
a) Çok doğru b) Doğru c) Yanlış d) Çok yanlış

2) Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
a) Çok doğru b) Doğru c) Yanlış d) Çok yanlış

3) Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
a) Çok doğru b) Doğru c) Yanlış d) Çok yanlış

4) Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.
a) Çok doğru b) Doğru c) Yanlış d) Çok yanlış

5) Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.
a) Çok doğru b) Doğru c) Yanlış d) Çok yanlış

6) Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
a) Çok doğru b) Doğru c) Yanlış d) Çok yanlış

7) Genel olarak kendimden memnunum.
a) Çok doğru b) Doğru c) Yanlış d) Çok yanlış

8) Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.
a) Çok doğru b) Doğru c) Yanlış d) Çok yanlış

9) Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.
a) Çok doğru b) Doğru c) Yanlış d) Çok yanlış

10) Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.
a) Çok doğru b) Doğru c) Yanlış d) Çok yanlış

EK 6. Yaşam Doyumu Ölçeği

	Maddeler	Hiç katılmıyorum (1)	Çok az katılıyorum (2)	Orta düzeyde katılıyorum (3)	Büyük oranda katılıyorum (4)	Tamamen katılıyorum (5)
1	İdeallerime yakın bir yaşantım vardır.					
2	Yaşam koşullarım mükemmeldir.					
3	Yaşamımdan memnunum.					
4	Şimdiye kadar yaşamdan istediğim önemli şeylere sahip oldum.					
5	Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim					

ÖZGEÇMİŞ

Kübra MERİÇ, İstanbul Kültür Üniversitesi Psikoloji bölümünden 2019 yılında mezun olmuştur. Lisans sürecinde adliye, hastane, anaokulu, danışmanlık merkezi gibi yerlerde farklı alanlarda gönüllü stajlar yapmıştır. Yine lisans sürecinde otizmli çocuklarla gönüllü çalışmalarda bulunup oyun ablalığı yapmıştır. Lisans sürecinden hemen sonra yüksek lisans eğitimine başlamış, aynı zamanda özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde psikolog olarak görev almıştır. Şu an, almış olduğu terapi eğitimleri eşliğinde aktif bir şekilde danışan görmektedir.