

**T.C.  
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNDE ERKEN DÖNEM  
UYUMSUZ ŞEMALAR VE BAĞLANMA STİLLERİNİN  
KARŞILAŞTIRILMASI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Merve ÖKTEM ŞİMŞEK**

**Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji  
Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji**

**Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Burcu SEVİM**

**İSTANBUL – 2021**

T.C.  
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNDE ERKEN DÖNEM  
UYUMSUZ ŞEMALAR VE BAĞLANMA STİLLERİNİN  
KARŞILAŞTIRILMASI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Merve ÖKTEM ŞİMŞEK**

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji  
Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

“Bu tez \_\_\_/\_\_\_/2021 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATI	İMZA

## **BEYAN**

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

**Merve ÖKTEM ŞİMŞEK**

**23.08.2021**

## **ÖNSÖZ**

Yüksek lisans eğitimim boyunca bütün emeği ile bana birçok şey öğreten ve tez sürecinde de her zaman destek olan sevgili Dr. Öğretim Üyesi Burcu Sevim hocama çok teşekkür ederim.

Üniversitenin ilk yıllarından beri desteklerini üzerimden hiç çekmedikleri, tez sürecinin en başından bu yana beni hep motive ettikleri ve her zaman yanımda oldukları için dostlarım Ceren Nemutlu ve Bürge Ulukan'a minnetlerimi sunarım.

Bu süreç içerisinde anketlerimi kişilere ulaştırmada bana en çok desteği veren teyzeme, geceleri benimle uykusuz kalan eşime, yüksek lisans tecrübelerini benimle paylaşan canım ağabeyime ve bugünlere gelmem için en büyük emeği ve desteği veren canım annem Yasemen Öktem'e çok teşekkür ederim.

**Merve ÖKTEM ŞİMŞEK**

**23.08.2021**

# İÇİNDEKİLER

<b>KISALTMALAR</b> .....	i
<b>TABLO LİSTESİ</b> .....	ii
<b>ÖZET</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>GİRİŞ</b> .....	1
<b>BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR</b> .....	5
1.1. Kişilik.....	5
1.1.1. Kişiliğe Etki Eden Faktörler .....	8
1.1.2. Beş Faktör Kişilik Modeli .....	9
1.1.2.1. Dışadönüklük .....	10
1.1.2.2. Uyumluluk .....	11
1.1.2.3. Sorumluluk.....	11
1.1.2.4. Nörotisizm.....	12
1.1.2.5. Deneyime Açıklık .....	13
1.1.2.6. Negatif Değerlik.....	14
1.2. Şema Kavramı ve Şema Terapi.....	14
1.2.1. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Gelişimi .....	16
1.2.2. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları ve Şemalar .....	19
1.2.2.1. Kopukluk ve Reddedilmişlik Alanı.....	19
1.2.2.2. Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma Alanı .....	20
1.2.2.3. Zedelenmiş Sınırlar Alanı .....	21
1.2.2.4. Diğer Yönelimlilik Alanı .....	22
1.2.2.5. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Alanı .....	22
1.2.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Sonuçları.....	24
1.3. Bağlanma.....	25
1.3.1. Bağlanma Stilleri.....	26
1.3.1.1. Üçlü Bağlanma Modeli .....	26
1.3.1.2. Dörtlü Bağlanma Modeli .....	27
1.3.2. Yetişkinlerde Bağlanma .....	29
1.4. Kişilik Özellikleri, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Bağlanma Stilleri İlişkisi	30
1.4.1. Kişilik Özellikleri ile Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Arasındaki İlişki .....	30
1.4.2. Kişilik Özellikleri ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki.....	33
1.4.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemalarla Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki .....	34

<b>BÖLÜM 2: YÖNTEM</b> .....	38
2.1. Araştırmanın Modeli .....	38
2.2. Araştırmanın Örneklemi.....	38
2.3. Veri Toplama Araçları .....	38
2.3.1. Demografik Bilgi Formu.....	38
2.3.2. Young Şema Ölçeği .....	39
2.3.3. YIYE-II .....	40
2.3.4. Temel Kişilik Özellikleri Envanteri .....	41
2.4. Veri Analiz Yöntemi .....	41
<b>BÖLÜM 3: BULGULAR</b> .....	42
3.1. Betimsel İstatistikler.....	42
3.2. Sosyodemografik Bilgilere Yönelik Bulgular.....	44
3.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Bağlanma Stilleri ve Kişilik Özelliklerinin Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesine Yönelik Sonuçlar.....	45
3.4. Kişilik Özellikleri ile Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	54
3.5. Kişilik Özelliklerini Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi .....	56
<b>BÖLÜM 4 : TARTIŞMA</b> .....	64
4.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Demografik Özelliklere Göre Değerlendirilmesi .....	64
4.2. Bağlanma Stillерinin Demografik Özelliklere Göre Değerlendirilmesi.....	66
4.3. Kişilik Özelliklerinin Demografik Özelliklere Göre Değerlendirilmesi.....	67
4.4. Kişilik Özellikleri ile Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi.....	69
4.5. Kişilik Özellikleri ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi....	70
4.6. Kişilik Özelliklerini Yordayan Değişkenlerin Değerlendirilmesi.....	71
4.7. Çalışmanın Sınırlılıkları ve Öneriler .....	72
<b>KAYNAKÇA</b> .....	73
<b>EKLER</b> .....	93
<b>ÖZGEÇMİŞ</b> .....	101

## **KISALTMALAR**

**YİYE:** Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri

## TABLO LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Araştırmada İncelenen Değişkenlerin Betimsel İstatistikleri.....	43
<b>Tablo 2.</b> Örneklemeye Ait Özellikler .....	44
<b>Tablo 3.</b> Cinsiyete Göre Erken Dönem Uyumsuz Şemalardaki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi .....	45
<b>Tablo 4.</b> Cinsiyete Göre Erken Dönem Uyumsuz Şemalardaki Farklılaşmanın T-Testi ile İncelenmesi .....	46
<b>Tablo 5.</b> Eğitim Düzeyine Göre Erken Dönem Uyumsuz Şemalardaki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi .....	47
<b>Tablo 6.</b> Eğitim Düzeyine Göre Erken Dönem Uyumsuz Şemalardaki Farklılaşmanın Post-Hoc İncelenmesi.....	48
<b>Tablo 7.</b> Ekonomik Duruma Göre Erken Dönem Uyumsuz Şemalardaki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi .....	49
<b>Tablo 8.</b> Cinsiyete Göre Kişilik Özelliklerindeki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi .....	50
<b>Tablo 9.</b> Cinsiyete Göre Nörotisizm, Deneyime Açıklık ve Negatif Değerde Farklılaşma .....	51
<b>Tablo 10.</b> Eğitim Düzeyine Göre Kişilik Özelliklerindeki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi .....	51
<b>Tablo 11.</b> Ekonomik Duruma Göre Kişilik Özelliklerindeki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi .....	52
<b>Tablo 12.</b> Cinsiyete Göre Bağlanma Stillerindeki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi .....	52
<b>Tablo 13.</b> Eğitim Düzeyine Göre Bağlanma Stillerindeki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi .....	53
<b>Tablo 14.</b> Eğitim Düzeyine Göre Kaçınan Bağlanmada Farklılaşmanın Post-Hoc İncelenmesi .....	53
<b>Tablo 15.</b> Ekonomik Duruma Göre Bağlanma Stillerindeki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi .....	53
<b>Tablo 16.</b> Kişilik Özellikleri ile Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	56

<b>Tablo 17.</b> Dışadönüklük Kişilik Özelliğini Yordayan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların İncelenmesi .....	57
<b>Tablo 18.</b> Sorumluluk Kişilik Özelliğini Yordayan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların İncelenmesi .....	58
<b>Tablo 19.</b> Uyumluluk Kişilik Özelliğini Yordayan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların İncelenmesi .....	59
<b>Tablo 20.</b> Nörotisizm Kişilik Özelliğini Yordayan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların İncelenmesi .....	60
<b>Tablo 21.</b> Deneyime Açıklık Kişilik Özelliğini Yordayan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların İncelenmesi .....	62
<b>Tablo 22.</b> Negatif Değer Kişilik Özelliğini Yordayan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların İncelenmesi .....	63

## ÖZET

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

**Tezin Başlığı:** Kişilik Özelliklerinde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Bağlanma Stillерinin Karşılaştırılması

**Tezin Yazarı:** Merve ÖKTEM ŞİMŞEK **Danışman:** Dr. Öğr. Üyesi Burcu SEVİM

**Kabul Tarihi:** 23/08/2021

**Sayfa Sayısı:** v (ön kısım)+ 92 (tez)+8 (ek)

**Anabilimdalı:** Psikoloji

**Bilimdalı:** Klinik Psikoloji

Yapılan araştırmada kişilik özellikleri ile erken dönem uyumsuz şemalar ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca demografik değişkenlere göre farklılık durumlarının da incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmanın örneklemini internet erişimi olan ve yaşları 18-65 arasındaki 350 katılımcıdan oluşturmaktadır. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan bireylere Demografik Bilgi Formu, Young Şema Ölçeği, Yakın İlişkide Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II) ve Temel Kişilik Özellikleri Envanteri uygulanmıştır. Pandemi nedeniyle örneklem grubuna internet ortamı üzerinden ulaşılmıştır. Bu araştırmada kişilik özelliklerinde erken dönem uyumsuz şemalar ve bağlanma stillerinin karşılaştırılmasına yönelik analizler SPSS 21 programıyla gerçekleştirilmiştir. İlk olarak kayıp ve uç değer analizleri gerçekleştirilmiş ve 3 katılımcının verileri araştırmadan çıkarılmıştır. Yapılan normallik testi sonucunda basıklık ve çarpıklık değerlerinin ise -2 ile +2 değerlerinin içinde olduğu bu nedenle verilerin normal dağılım gösterdiği anlaşılmıştır. Demografik değişkenlere yönelik analizler frekans analiziyle incelenirken, değişkenler arasındaki ilişki ise MANOVA, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu ve Çoklu Regresyon analiziyle incelenmiştir. Araştırma sonucunda duyguları bastırma, sosyal izolasyon, başarısızlık, boyun eğicilik ve duygusal yoksunluğun, dışadönüklüğü yordadığı belirlenirken; başarısızlık, yetersiz özdenetim, sosyal izolasyon, yüksek standartlar ve duygusal yoksunluğun, sorumluluğu yordamaktadır. Duyguları bastırma, kendini feda etme ve karamsarlık nörotisizmi ve uyumluluğu yordarken; başarısızlık, boyun eğicilik, dayanıksızlık ve haklılığın, deneyime açıklığı yordamakta; onay arama ve kendini feda etmenin, negatif değeri yordamaktadır. Ayrıca kaygılı ve kaçınan bağlanmanın, sorumluluğu yordadığı tespit edilmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar tartışılmış olup önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Kişilik, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Bağlanma.

## ABSTRACT

Istanbul Kent University, Institute of Graduate Education - Abstract of Master Thesis

<b>Title of the Thesis: Early Maladaptive Schemas of Personality Traits and Attachment Style Comparisons</b>	
<b>Author: Merve Öktem ŞİMŞEK</b>	<b>Supervisor: Dr. Lecturer Burcu SEVİM</b>
<b>Date: 23/08/2021</b>	<b>Nu. of pages: v (pre text) + 92 (main j body) + 8 (app.)</b>
<b>Department: Psychology</b>	<b>Subfield: Clinical Psychology</b>
<p>In this study, the relationship between personality traits with early maladaptive schemas and attachment styles was examined. In addition, it was aimed to examine the differences in terms of demographic variables. The sample of this research consists of 350 participants between the ages of 18-65 who have internet access. Demographic Information Form, Young Schema Scale, Experiences in Close Relationship-Revised (ECR-R) and Basic Personality Traits Inventory were applied to individuals who have voluntarily participated in the study. Due to the pandemic, the sample group was contacted via the internet. This study also analyzes the comparison of early maladaptive schemas and attachment styles in personality traits through the SPSS 21 program. First, loss and extreme value analyzes were performed and the data of 3 participants were excluded from the study. As a result of the normality test, it was understood that the kurtosis and skewness values were between -2 and +2 values, therefore the data showed a normal distribution. While analyzes for demographic variables were analyzed by frequency analysis, the relationship between variables was examined by MANOVA, Pearson Product Moments Correlation and Multiple Regression analysis. As a result of the research, it was determined that suppression of emotions, social isolation, failure, submissiveness and emotional deprivation predicted extraversion; failure, inadequate self-control, social isolation, high standards and emotional deprivation predict responsibility. While suppression of emotions, self-sacrifice and pessimism predict neuroticism and adaptability; failure, submissiveness, vulnerability and righteousness predict openness to experience; Approval seeking and self-sacrifice predict negative value. In addition, it was determined that anxious and avoidant attachment predicted responsibility. The results obtained from the research were discussed and suggestions were made.</p>	
<b>Keywords: Personality, Early Maladaptive Schemas, Attachment styles.</b>	

## GİRİŞ

Kişilik, bireylerin içsel dünyasındaki büyüme ve gelişmeyi ifade etmektedir (Robbins ve Judge 2013: 134). İnsanların farklı kişilik yapısına sahip olması ve kişiliğin karmaşık yapısının olması, kişiliğin net biçimde tanımlanmasının önüne geçmektedir. Bu durum kişiliğin tanımlanmasını güçleştirmektedir. Genel olarak bakıldığında ise kişilik bireylerin sergilediği, kişiye özgün olan ve kısmen sabit olan duygular, düşünceler ve davranışlardır (Greenberg, 1999: 40). Kişiliğin kişiye özgün bir yapıda olması, insanların farklı kişilik özelliklerine sahip olmasını sağlamaktadır. Kişilik özellikleri, heterojen bir yapıdadır ve bu durum kişilik özelliklerinin temel noktasını oluşturmaktadır. Heterojen yapı, ortak özelliği olan insanların bir arada gruplandırılabilmesini ve içinde bulunduğu grubun özelliğine göre karakterize edilmesine yardımcı olmaktadır (Loehlin ve Martin, 2018: 100). Kişilik özellikleri, insanların birbirlerinden ayırt edilmesini sağladığı gibi farklı zamanda ve durumda aynı tepkilerin verilmesiyle kendi içerisinde tutarlılık göstermektedir ve kısmen kalıcılık özelliği bulunmaktadır. Bireylerin yaşamı boyunca kişilik özelliklerinin tamamen kalıcılık özelliği bulunmamaktadır. Kişilik yapısı, çeşitli müdahalelerle ve uzun süreçler sonucunda değişikliğe uğrayabilmektedir (Roberts ve diğerleri, 2017: 117). Bu değişimi sağlayan unsurlardan birisi, bireylerin yaşam dönemlerinde etkileşime girdiği gruplardır. Etkileşime girilen gruplarda değişim olduğunda, kişilik özellikleri de değişime uğrayabilmektedir (Robbins ve Judge, 2013: 136).

Kişilik özellikleri birçok faktörle ilişki içerisindedir. İlişki içerisinde olduğu faktörlerden birisi de bağlanma stilleridir (Bowlby, 1982). Bağlanma, önem verilen kişilerle geliştirilen duygusal bağı ifade etmektedir. Duygusal bağ ise bebeklerin korunmasını, rahatlamasını ve destek almasını sağlayan kişilerle kurulmaktadır. Bebeklikte ve çocuklukta kurulan duygusal bağ gereksinimlerin karşılanmasıyla ilişkiliyken, yaşamın ileriki dönemlerinde ise bireyle daha fazla birlikte olan kişilerle kurulduğu ifade edilmektedir (Bowlby, 1982: 166–176). İnsanların çevresinde bulunan bireylerle ilişki kurmaya, sosyal bir grup içerisinde yer alamaya ihtiyaçları vardır. İhtiyaç duyulan bireyler, bağlanma figürü kavramıyla açıklanmıştır. Çevredeki kişilerle kurulan ya da kurulamayan bağlanma ilişkilerinin bireyin yaşamı boyunca kurduğu ilişkileri

etkilediği ve bu ilişkilerin gidişatına yon verdiği savunulmaktadır (Bowlby, 1969; Akt. Hazan ve Shaver, 1994). Yapılan çeşitli araştırmalarda da bağlanma stilleri ile kişilik ozellikleri arasında ilişki olduğu belirlenmiştir (Backström ve Holmes, 2001; Deniz, 2011; Kantarcioğlu, 2004; Shaver ve Brenan, 1992; Surcinell ve diğerleri, 2010; Ulu ve Tezer, 2010).

Kişilik ozellikleri ve bağlanma stilleriyle ilişki içerisinde olan erken donem uyumsuz şemalar, kişilik gelişiminde etkili olurken, bağlanma stillerinden etkilenmektedir. Klaczynski (2001) bilişsel psikolojide şemanın, bilginin işlenmesinde yardımı olan sezgisel işlem becerilerini geliştirebilmek için kişilerin doğru olan ya da olmayan bilgilerden yararlanılma süreci olduğunu bildirmektedir. şemalar bireylerin karar vermesine, dünüyayı anlayabilmesine ve tahmin etmesine yardımcı olmaktadır. İnsanların biręođu başkalarının davranışını ve yaşamsal olaylarını daha iyi anlayabilmek için çeşitli şemalar geliştirmektedir. şemaların oluşumunda ozellikle çocukluk donemi önemli bir yere sahiptir. Bu donemlerde deneyimlenen duygular, olaylar ve algılar yaşanan durumlarla birleştirildiğinde şemalar oluşturulmaktadır (Van Vreeswijk, Broersen ve Nadort, 2012). Bu kapsamda yapılan araştırmada kişilik ozellikleri ile erken donem uyumsuz şemalar ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amağlanmaktadır.

### **Araştırmanın Amacı ve Önemi**

Yapılan araştırmada kişilik ozellikleri ile erken donem uyumsuz şemalar ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenecektir. Ayrıca demografik değişkenlere göre farklılık durumlarının da incelenmesi amağlanmaktadır.

Yapılan alanyazın taramasında kişilik ozellikleri ile erken donem uyumsuz şemalar ve bağlanma stilleri arasında ilişki olduğu belirlenmiştir. Kişilik ozellikleri ile erken donem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi gösteren çeşitli ęalıřmaların olduğu görülmektedir (Jones ve Paulhus, 2009; Langroudi, Bahramizadeh ve Mehri, 2011; Oral, 2006; Sava, 2009; Platts ve diğerleri, 2005; Thimm 2011; Twenge ve Campbell, 2010; Young, Klosko ve Weishaar, 2009). Bağlanma stillerinin, kişilik ozellikleriyle ilişki içerisinde olduğunu gösteren çeşitli ęalıřmalar bulunmaktadır (Backström ve Holmes,

2001; Deniz, 2011; Kantarcıoğlu, 2004; Shaver ve Brennan, 1992; Surcinell ve diğerleri, 2010; Ulu ve Tezer, 2010). Erken dđnem uyumsuz şemalar ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki olduğunu bildiren şalışmalar da bulunmaktadır (Abadi ve diğerleri, 2015; Ainsworth ve Bowlby, 1991; Alkım Arı, 2015; Cecero ve diğerleri, 2004; Mason, Platts ve Tyson, 2002; Roelofs ve diğerleri, 2001; Yaka, 2011; Young, 1999). Fakat yapılan araştırmalarda kişilik dđzellikleri ile erken dđnem uyumsuz şemalar ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi bir arada inceleyen şalışmanın olmaması, bu alanda ileride yapılacak olan araştırmalara referans olabileceğinin dđngdđrldđmesini sağlamaktadır. Alanyazına yeni bulguların kazandırılacağı dđřdđnldđđnde ve daha dđnce değişkenlerin bir arada incelendiği şalışmanın olmaması nedeniyle yapılan bu araştırmanın dđneminin arttığı dđřdđnlebilir.

### **Araştırmanın Sınırlılıkları**

Yapılan araştırma, internet erişimi olan 18-65 yaş aralığındaki 350 kişiyle sınırlıdır.

Orneklem grubunun erken dđnem uyumsuz şemaları Young şema dđlçeđi'nin, bağlanma stilleri Yakın İlişkide Yaşantılar Envanteri-II'nin, kişilik dđzellikleri ise Temel Kişilik dđzellikleri Envanteri'nin dđlctđđđ niteliklerle sınırlıdır.

### **Araştırmanın Varsayımları**

1. Orneklem grubunu oluşturan 18-65 yaşları arasındaki bireylerin evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
2. Orneklem Young şema dđlçeđi, Yakın İlişkide Yaşantılar Envanteri-II ve Temel Kişilik dđzellikleri Envanteri'ne gerçeği yansıtacak biçimde, işlerinden geldiği gibi cevapladıkları varsayılmıştır.
3. Young şema dđlçeđi, Yakın İlişkide Yaşantılar Envanteri-II ve Temel Kişilik dđzellikleri Envanteri'nin dđlçülen nitelikleri belirlemede geğerli ve gđvenilir oldukları varsayılmıştır.

## **Tanımlar**

**Kişilik:** Kişilik, bireylerin zamanla kalıcı hale gelen duygular, davranışlar ve zihinsel biçimlerin, nedenlerini belirleyebilmek ruhsal yapı özelliğini ve bireylerin kim olduğuna yönelik bilgileri kapsayan özelliklerini tamamıdır (Mount ve diğerleri, 2005: 452).

**Şema Terapi:** Şema terapi, bilişsel-davranışçı, yapısalcılık, psikodinamik, gestalt ve bağlanma ekollerinin birleştirilmesiyle oluşan, yaşantısal ve psikodinamik unsurları içinde barındıran bütüncül terapi modelidir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003)

**Erken Dönem Uyumsuz Şemalar:** Çocukluk ve ergenlik dönemlerinde gelişen, bireyin anıları, duyuları, bilişleri ve bedensel duyumlarından oluşan, fonksiyonel olmayan, kişinin kendilik algısı ve ilişkilerini olumsuz etkileyen, yaşam boyu tekrarı olan kalıplar ya da örüntülerdir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003).

**Bağlanma:** Bağlanma, bebeklerin bakım verenine veya kendine daha yakın gördüğü kişiye yönelik geliştirilen duygusal bağıdır (Bowlby, 1973; Akt. Morsümbül ve Çok, 2011).

# **BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR**

Araştırmanın birinci bölümünde kişilik ve kişilik özellikleri, erken dönem uyumsuz şemalar ile bağlanma stillerine yönelik literatür bilgileri yer almaktadır.

## **1.1. Kişilik**

Kişiliği açıklamaya yönelik çok fazla tanımlama yapılmıştır. Kişilik, bireyin iç dünyası ve sosyal çevresi arasında kurduğu, başka insanlardan farklılıklar gösterip, onlardan ayrılmasına olanak sağlayan tutarlı ve yapılandırılmış ilişkiler bütünüdür (Cüceloğlu, 2002). Aslan'a (2008: 8) göre kişilik, içsel kaynakların kullanılmasıyla oluşmaya başlayan, öğrenmeyle gelişen ve biyolojik yönünün olduğu algı, davranış ve öğrenme biçimleridir. Şencan (2016) kişiliğin bireyin temel özelliğine yerleşen, kendisini açıklamasına ihtiyaç duymadan davranışlarının yorumlanmasını sağlayan unsurlar olduğunu açıklamıştır. Şencan'a göre kişilik, bireyin kendisini açıklamasına gerek kalmadan kişiyle ilgili durumların anlaşılmasına yardımcı olmaktadır.

Kişilik, zamanla kalıcı hale gelen duygusal, davranışsal ve zihinsel biçimlerin nedenlerini belirleyebilmek amacıyla ruhsal yapı özelliğini ve bireylerin kim olduğuna yönelik bilgileri kapsayan özelliklerini tamamıdır (Mount ve diğerleri, 2005: 452). Burger (2016: 21-22) insanların birbirlerinden farklı özelliklere sahip olduğunu bildirmektedir, bu durum aynı zamanda insanların en belirgin özelliklerinden birisidir ve bu özellikler sayesinde insanlar başkalarından ayrılmaktadır. İnsanların diğerlerinden farklı kılan özellikler kişiliği ifade etmektedir. Kişilik tanımlanırken kişiliğin kibar, sessiz ve neşeli gibi baskın özelliklerinden faydalanılabilmektedir (Luthans, 2010: 125). Bu özellikler ifade edilirken kişiliğin mizaç, huy ve karakter kavramları ön plana çıkmaktadır.

Gustavsson ve arkadaşları (2003: 72) kişilik özelliklerinin farklı olmasının, belirli durumlara yönelik sergilenen davranışların ve bu durumlara yönelik oluşturulan algıların farklılık göstermesini sağladığını bildirmektedir. Bu açıklamadan anlaşıldığı

üzere kişilik özellikleri, insanların davranış örüntülerine yön vermektedir. Kişilik özellikleri ruhsal ve fiziksel yapıların birleşmesiyle son halini alır. Kişilik, bireylerin çevresine uyum sağlayabilme süresince davranışlarını belirlemekte ve çevresel unsurlardan çok fazla etkilenmektedir (Allport, 1968; Akt. Aslan, 2008: 8-9). Kişilik kavramı karakter, huy ve mizaçla karıştırılabilmektedir. Bu kavramların bilinmesi, kişiliğin daha iyi anlaşılması için oldukça önemli görülmektedir. Karakter, kişiliğin toplumsal boyutuyla ilişkiliyken; huy ise kişiliğin kalımsal boyutuyla ilişkilidir. Karakter ve huyun birleşmesiyle kişilik oluşmaktadır (Allport, 1968; Akt. Aslan, 2008: 8-9). Huy ile aynı anlama gelen mizaç, bireylere özel duygusal tepkiler olarak tanımlanmaktadır. Bireyin üzülmesi, öfkelenmesi ve neşelenmesi gibi özellikler mizaç/huyla açıklanmaktadır (Köknel, 2005: 19).

Kişilik yapısını oluşturan unsurlar incelendiğinde insanların duyuşsal, düşünsel ve davranışsal yapısını etkileyen unsurların bireye has biçiminin kişiliği oluşturduğu belirtilmektedir. Bireylerin kişilik yapıları devamlı içsel ve dışsal uyaranlara maruz kalmaktadır. Kalıtım, ruh yapısı, davranışlar ve tutumlar bireylerin kişilik yapılarını kapsamaktadır (Funder, 2001: 198-199).

Özkalp ve Kırel (2011) kişiliğin net bir şekilde açıklanmasının ve tanımlanabilmesinin zor olduğunu bildirmiştir. Kişiliğin tanımlanmasından ziyade, kişilik özelliklerinin iyi bir şekilde bilinmesinin, kişiliğin anlaşılmasına yardımcı olduğu belirtilmektedir. Kişilik özellikleri şu şekilde açıklanmaktadır:

**Benzersizlik:** Benzersizlik boyutu, bireyin benzersiz olmasıyla ilişkilidir. Benzersizlik, insanların karşılaştığı olaylara ve yaşadığı durumlara yönelik çeşitli davranışlarla cevap vermesini sağlar. Ayrıca bu durumlar karşısında bireyler farklı tutumlar sergilemektedir.

**Tutarlılık:** Bireylerin benzer durumlarla karşılaştığında, benzer tepkiler vermesi tutarlılıkla ilişkilidir. Bireyler farklı durumları tecrübe ettiğinde benzer tepkileri verebilmesi, yaşanan durumun istenildiği gibi şekillendirme düşüncesinden kaynaklanmaktadır. Farklı olaylara benzer tepkilerin verilmesi, benzer davranışların aktarılmasıyla açıklanmaktadır (Özkalp ve Kırel, 2011).

Greenberg'e (1999: 40) göre bireylerin davranışlarındaki kısmen tutarlılığın olması, davranış örüntülerindeki belirgin değişimlerin kısa sürede ve sıkça değişmemesiyle ilişkilidir. Her bireyin kendisine özgün ve tutarlılık gösteren özelliklerinin olması, bireylerin farklı kişilik özelliklerine sahip olmasının temelini oluşturmaktadır. İçe dönük ya da kibar kişilik özelliğine sahip olan bir birey için ileriki dönemlerde aynı şekilde özellikler gösterme eğiliminde olduğu söylenebilir. Ayrıca bu kişi için geçmişte de içe dönük ya da kibar özelliklere sahip olduğu düşünülebilir. Bu kişi çok farklı olaylarla karşılaştığında benzer biçimde davranmaya devam edecektir.

Kişilik özelliklerinin tutarlı olması, kişilik özelliklerinin hiçbir şekilde değişime uğramayacağını göstermemektedir. Bireyin içerisinde bulunduğu durumun şartlarına göre ya da geçici şekilde oluşan anlık tepkilerin, normal zamandaki tepkilere göre farklılık göstermesi kişilik özelliğinin değişime uğradığı anlamı taşımamaktadır. Kişilik özelliğinin uzun süre tutarlı olması, davranışların sıklıkla değişime uğramayacağını göstermektedir. Genel olarak çok düzenli olan bir kişi, ilerleyen dönemlerde de düzenli olmaya devam edecektir ya da dışa dönük birisi ilerleyen dönemlerde de benzer şekilde davranışlar sergileyecektir. Bireyin geçmiş yaşantısında sahip olduğu özelliklerin, şimdiki zamanda ve gelecekte büyük ölçüde değişmemesi beklenir. Bu açıdan incelendiğinde bireylerin düşüncelerinin ve duygusal tepkilerinin değişime uğraması uzun bir sürecin sonucunda meydana geldiğinden, kısa süreli değişimler kişilik özelliğinin değiştiğini göstermemektedir. Bireylerin sahip olduğu kişilik özellikleri süreklilik gösterir (Greenberg 1999: 40).

**Değişmezlik:** Davranışların tutarlılığı süreklilik gösterdiğinde, davranışlar değişmemektedir, bu durum değişmezlik boyutuyla ilişkilidir (Özkalp ve Kırel, 2011). Bahsedilen bu özellikler kişiliğin daha iyi anlaşılmasına yardımcı olabilecektir.

Yaşamın ilk dönemlerinden itibaren kişilik oluşumu başlar. Kişiliğin temel yapısı ilköğretim döneminde çizilmektedir. Kişilik son halini ise gençlik döneminde alır. Kişiliğin son aşamasının netleşmesinde bireyin çevresiyle kurduğu ilişkiler ve çevreye uyum sağlama süreci etkilidir. Öğrenme ve olgunlaşma düzeyi ile bireyin sosyal çevresiyle kurduğu ilişkilerin niteliği kişiliği etkileyen önemli faktörler arasında

gösterilmektedir (Tatlılıoğlu, 2010). Kişiliği etkileyen faktörler ise bir sonraki bölümde ayrıntılı olarak incelenmiştir.

### **1.1.1. Kişiliğe Etki Eden Faktörler**

Kişiliğin oluşmasında ve gelişmesinde çok çeşitli faktörler devreye girmektedir. Bireylerin kişilik yapıları kendileri ve başkaları tarafından çok farklı değerlendirilebilir. Yapılan değerlendirmelere göre kişilik çeşitli şekillerde algılanabilmekte ve tanımlanabilmektedir. Bireylerin ruhsal, biyolojik ve bilişsel yapısını etkileyen etmenler aynı zamanda kişiliği de etkilemektedir (Yılmaz ve Eroğlu, 2012).

**Biyolojik Faktörler:** Kalıtsal faktörler, bireyler üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Kalıtımla birlikte tam olarak hangi özelliklerin bireye geçtiği net biçimde tespit edilememiş olsa da zeka geriliği, saç ve göz rengi ile boy gibi unsurların kalıtımla geçtiği ifade edilmektedir (Carrel, 2000: 305).

Tüm canlılarda olduğu gibi insanlar da kalıtsal özellikleri paylaşmaktadır. İnsanlar kalıtsal özelliklerle birlikte ailesine ve soyuna dair bazı nitelikleri de taşırlar. Günümüzde eski zamanlara oranla genlerin kalıtımı yönlendirme biçimleri daha fazla anlaşılabilir. Ebeveynlerden gelen genler, çift halinde taşınarak bireye geçmektedir. Günümüzde genlerle birlikte hangi özelliklerin geçtiği ise net bir şekilde ifade edilememektedir (Eroğlu, 2011: 211-212).

**Sosyo-Kültürel Faktörler:** Sosyal bir varlık olan insanlar kalıtımdan, aile yapısından ve sosyal çevrenin kültürel yapısından etkilenmektedir. Doğumla birlikte bireylerin sosyal çevreden etkilenme süreçleri başlamaktadır. İçinde büyüdüğü toplumun sosyo-kültürel özellikleri nasıl olursa olsun insanlar bu özelliklerden etkilenmektedir. Davranışlar, algılar ve tutumlar bu çevrenin yapısına uygun şekilde gelişim göstermektedir (İlbars, 1987; Akt. Göktaş ve Kazaferoğlu, 2018).

Hiriyappa (2009: 50-51) kişilik yapısının şekillenmesinde kültürel etkilerden bahsetmiştir. Aileler, çocuklarını içinde buldukları toplumun yapısından etkilenerek

bu yapıya uygun şekilde çocuklarını yetiştirmektedir. Yetişilen toplumun kültürel yapısı içinde bireyler kendi kişilik özelliklerini ortaya çıkarırlar.

Kişilik gelişiminde önemli olan bir diğer faktör aile yapısıdır. Çocuklar anne, baba, kardeşler ya da diğer aile üyeleriyle yakın ilişki içerisinde. Çocuklara olumlu rol model olunması, aile içi iletişimin sağlıklı kurulması ve aile işlevselliğinin yüksek olması çocukların olumlu kişilik özellikleri geliştirmesini sağlayacaktır (Hellriegel ve diğerleri, 1992: 79).

Kişiliğin gelişmesinde ebeveynlerin eğitim düzeyleri, ailenin ekonomik geliri, ailenin yapısı ve ailenin kalabalık olup olmaması önemli etkenlerdir. Ebeveynlerin eğitim düzeyinin yüksek ve ekonomik geliri fazla olan ailelerde büyümek çocukların daha fazla imkana sahip olmasına ve daha olumsuz şartlardaki çocuklara göre yaşam tarzlarının farklı olmasına neden olabilmektedir. Bu durum ise çocukların kişilik yapılarında farklılıklara yol açabilecektir (Hellriegel ve diğerleri, 1992: 79). Ebeveynlerin çocukların kişilik yapılarına etkilerinin incelendiği araştırmada, ebeveynlerin zaman içerisinde isteyerek ya da istemeyerek de olsa çocukları tarafından benimsendiği tespit edilmiştir (Erdoğan, 1994: 241). Bu durum ebeveynlerin ve aile yapısının, kişilik üzerindeki etkilerini göstermektedir.

Kişilik özelliğini etkileyen faktörlerden birisi de bireyin yetiştiği coğrafi bölgenin yapısıdır. Çevresel özellikler iklim koşulları ve çevrenin imkanları doğrudan ya da dolaylı olarak kişilik yapısı üzerinde etkili olmaktadır (Allık ve McCrae, 2004: 14-15). Eroğlu (2006) kişilik özelliğini etkileyen bir diğer faktörün sosyal sınıf olduğunu bildirmiştir. Bireyin sosyal sınıfı davranışları, yaşam tarzını, düşünceleri, algıları ve tutumları etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

### **1.1.2. Beş Faktör Kişilik Modeli**

Beş Faktör Kişilik Modeli, kişilik modellemesi içerisinde en çok kabul gören modeldir (Lynam ve Miller, 2015: 614). John ve Naumann'ın (2010: 1002) yaptığı araştırmada Beş Faktör Kişilik Modeli'ne göre incelenen 3000'den fazla araştırma olduğu bildirilmiştir.

Beş Faktör Kişilik Modeli'ne göre bahsedilen kişilik özellikleri “Dışadönüklük, Uyumluluk, Sorumluluk, Nörotisizm ve Deneyime Açıklık” olmak üzere beş boyutta toplanmıştır (Goldberg, 1990). Oluşturulan model, kişilik özelliğini beş boyutta açıkladığı için yetersiz olacağı düşünülmüştür. Fakat Beş Faktör Kişilik Modeli, kişilik özelliklerini geniş kapsamlı biçimde bir araya getirip, kişilik özelliklerini alt boyutlarla birlikte kapsamlı biçimde açıklamaya çalışmıştır (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002: 25-29).

Kişilik özelliklerinde çevresel unsurların rolü büyük ölçüde olsa da bu modelde bahsedilen yapının, evrensel özellikler taşıdığı savunulmuştur. Bahsedilen modelde yer alan kişilik özelliklerin kültürel arası farklardan etkilenmediği ifade edilmiştir (McCrea ve Costa, 1997: 510).

Ülkemizde Gencöz ve Öncül (2012: 194) gerçekleştirdiği araştırmada Beş Faktör Kişilik Modeli'nde belirlenen kişilik özelliklerine ek olarak bir boyutun daha olduğunu belirlemiştir. Buna göre eklenen bu boyut “Negatif Değerlilik” olarak tanımlandırılmıştır.

#### **1.1.2.1. Dışadönüklük**

Dışadönüklük, Beş Faktör Kişilik Modeli içerisinde yer alan beş faktörden birisidir. Dışadönüklük bireylerin sosyal çevre içerisinde yoğun şekilde çevresiyle etkileşim içerisinde olmaları, özgüveni yüksek şekilde rekabetçi biçimde davranabilmeleriyle ilişkilidir (McCrae ve Costa, 1987: 510-514).

Dışadönük bireylerin en belirgin özellikleri arasında enerjik olmaları, heyecanı sevmeleri, sıcakkanlı özellikler taşımaları ve grup içerisinde aktif hareket etmeleri gösterilmektedir (Buckley ve Doyle, 2017: 46). Dışadönük olmayan içedönük bireyler ise tam tersi şekilde pasif, rekabetten hoşlanmayan, yalnızlıktan hoşlanan ve utangaç kişilerdir (Ayduk ve diğerleri, 2000: 776; Floros ve Siomos, 2014: 21-22).

Sosyalleşmekten hoşlanan dışadönük bireyler son derece sıcakkanlı ve sevecendir. Bu kişiler jestleriyle ve mimikleriyle kendilerini ifade edebilmektedir. Çevresiyle etkileşime girmekten son derece hoşlanan bu kişilerin arkadaş ilişkileri de

iyi düzeydedir. Yeterli düzeyde arkadaşına sahip oldukları için problemleri durumlarla başa çıkabilmek için yeterli sosyal destek kaynaklarına da sahiptirler (Burger, 2016).

Dışadönük olmayan bireyler yalnız vakit geçirmekten hoşlanırken, dışadönük bireyler ise başkalarıyla etkileşime girmekten hoşlanmaktadır (Karim, Zamzuri ve Nor, 2009: 88). İçedönük bireyler grup içerisinde sessiz kalmayı severler ve çevresiyle de kendi aralarına mesafe koyarlar (Doğan, 2013).

### **1.1.2.2. Uyumluluk**

Beş Faktör Kişilik Modeli'nde yer alan ikinci faktör uyumluluktur. Uyumluluk, sosyal çevreyle olan ilişkilerde öne çıkmaktadır (McCrae ve Costa, 1987). Ahlaki değerlere daha fazla yoğunlaşan uyumluluk boyutunda bireylerin çevresine yönelik düşüncelerinde ve davranışlarında iyi niyetten bahsedilmektedir. Problemleri durumlarda çözüm üretmeye çabalarlar ve problemleri durumda daha az gerginlik yaşarlar. Uyumlu oldukları için çevresindekilere karşı ılımlıdır ve o kişileri rahatlatıcı davranışlar sergilemektedirler (Tatar ve diğerleri, 2014).

Uyumluluk düzeyi yüksek olan bireyler iş birliğine yatkındır, hoşgörülüdür ve karşısındakini düşünürler. Ayrıca bu kişilerle anlaşması daha kolaydır ve bu kişiler makul kişilerdir (Buckley ve Doyle, 2017). Uyumlu bireylerin çevresindekilerle kurduğu iletişim doyum verici olsa da yönetim noktasında uyumlu yöneticilerin, çalışanların beğenmediği kararların alınması gerektiğinde uyumlu yöneticilerin yaşamını zorlaştırabilmektedir (Seibert ve Kraimer, 2001: 6).

Uyumluluk düzeyi düşük olan bireyler ise karşısındakine daha az güvenir, iş birliğine yatkın değildir, başkalarından ziyade kendi çıkarlarını daha fazla düşünür ve çevresiyle tartışmaya yatkındır (Buckley ve Doyle, 2017).

### **1.1.2.3. Sorumluluk**

Beş Faktör Kişilik Modeli'nde yer alan üçüncü faktör olan sorumluluk boyutu kişinin kurallara sıkı sıkıya uyması, düzenli çalışması, planlı, programlı ve disiplinli olmasıyla ilişkilidir (Costa ve McCrae, 1992). Friedman ve Martin (2011)

araştırmasında örneklem grubundaki bireylerden sorumluluk düzeyi yüksek olanların trafik kurallarına daha fazla uyduğunu, bu bireylerin aynı zamanda yeme alışkanlıklarının sağlıklı olduğu ve madde kötüye kullanım düzeylerinin düşük olduğunu belirlemiştir (Friedman ve Martin, 2011). Sorumluluk düzeyi yüksek olan bireyler başarı odaklıdır, düzenden hoşlanırlar ve plan yapmayı severler. Ayrıca bu kişiler son derece disiplinlidir ve kurallara uyarlar (Lounsbury ve Gibson, 2009).

Yapılan çalışmada sorumluluk düzeyi yüksek olanların kendileriyle daha fazla ilgilendiği ve kendisine daha fazla önem verdiği belirtilmiştir. Bu durumun sorumluluk sahibi olan kişilerin daha fazla yaşam süresi olmasını sağladığı ifade edilmektedir. Sorumluluk sahibi olmak bireylerin tehlikeli sonuçlara yol açabilecek durumlardan uzak kalmasını sağlamaktadır. Bağımlılık yapıcı maddeleri kullanmamak da bu duruma örnek olarak verilebilir. Bu kişiler gereğinden fazla düzenli olduklarında çevresine uyum sağlamakta zorlanabilirler. Yaratıcılık özelliğinin düşük olmasının en büyük sebebi ise üretmek yerine görevlerini ve sorumlulukları kusursuz yerine getirme arzusundan kaynaklanmaktadır (Robbins ve Judge, 2013).

Sorumluluk alt boyutundan düşük puan alan bireyler içinse dağınık, başarı odaklı olmayan, akademik ve genel erteleme düzeyi yüksek oldukları söylenebilir (Karim, Zamzuri ve Nor, 2009).

#### **1.1.2.4. Nörotisizm**

Beş Faktör Kişilik Modeli'nde yer alan dördüncü faktör nörotisizmdir. Nörotisizm kavramıyla açıklanan nevrozluğun temelini kaygı, stres ve saldırgan davranışlar oluşturmaktadır (Robbins ve Judge, 2013). Nörotisizm, bireylerin duygusal dengesizlik yaşamalarıyla ilişkilendirilmiştir (McCrae ve Costa, 1997). Duygusal denge sahibi bireylerin davranışları tutarlıdır. İlişkilerinde uyumludur ve kalıcılık özelliği gösteren olumsuz duygulardan uzak durmayı tercih ederler. Ayrıca bu kişilerin duygusal tepkileri daha karardır ve olumlu duyguları daha fazla tecrübe ederler. Olumsuz durumlar karşısında telaşlanmazlar ve duygularını kontrol altına alabilirler (Bilgin, 2017; Doğan, 2013).

Duygusal denge yakalandığında bireyler stresle daha dirençli mücadele edebilmektedir ve daha sabırlı olmaktadır. Özgüveni yüksek olan duygusal denge sahibi kişiler, duygusal dengeyi yakalamayanlara göre olumsuz durumlara odaklanmazlar (Robbins ve Judge, 2013).

Floros ve Siomos (2014) nörotisizm düzeyi yüksek olanların tedirgin, stresli, öfkeli, problemlerle etkin mücadele edemeyen ve üzgün kişiler olduğunu bildirmektedir. Nörotisizmin tersi olan duygusal denge sahibi kişilerin ise özgüvenleri daha yüksektir ve stresle etkin şekilde başa çıkabilmektedir (John ve Gross, 2004).

Nörotisizm düzeyi yüksek bireyler gergin, şüpheli ve kötümserdir. Bu kişiler duygularıyla daha fazla hareket etmekteyken, özgüvenleri de duygusal dengeyi yakalayanlara göre daha düşük olmaktadır (Widiger ve Oltmanns, 2017).

#### **1.1.2.5. Deneyime Açıklık**

Beş Faktör Kişilik Modeli'nde yer alan beşinci faktör deneyime açıklıktır. Smidt (2015) deneyime açık olanların geleneksellikten uzak olduğunu, farklı düşüncelere açık olduklarını bildirmiştir. Esnek, hayal gücü yüksek, yeni fikirlere açık, son derece meraklı ve yeniliği aramaktadırlar (Chong, Teh ve Tan, 2014).

Deneyime açık olanlar yaşamında yenilikçiliğe daha fazla önem vermektedir. Bu kişiler yeni düşünce ve fikirlere açıktır. Deneyime açık olanların hayal gücü yüksektir ve yaratıcılıkları da aynı doğrultuda yüksek olmaktadır. Aynı zamanda meraklı olan bu kişiler, yeni durumlar deneyimlemekten hoşlanırken, hata yapmaktan korkmamaktadırlar. Deneyime açık olmayanlar ise daha önce başkaları tarafından denenilen ve kabul gören davranışları tekrar etme eğilimindedir ve bu kişilerin yeniliğe bakış açıları daha zayıftır (Burger, 2016).

Deneyime açık olmayanlar ise tekdüzeliği sevmektedir, entelektüel girişimleri düşüktür ve geleneksellikten hoşlanmaktadır (Glass ve diğerleri, 2013).

### **1.1.2.6. Negatif Değerlik**

Negatif değerlik boyutu Gencöz ve Öncül tarafından 2012 yılında yapılan araştırmanın sonucunda Beş Faktör Kişilik Modeli içerisine eklenen altıncı boyut olarak ele alınmıştır. Negatif değerlik olumsuz ruh hali olarak ifade edilmiştir (Durrett ve Trull, 2005) ve bireylerin kaygılı olduğunu göstermektedir (Gencöz ve Öncül, 2012: 210). Negatif değerlilik bireylerin, psikolojik iyi oluşunu olumsuz yönde etkilemektedir (Durrett ve Trull, 2005). Yapılan çalışmada da negatif değerlilik ile nörotisizm arasında anlamlı ilişki olduğu ortaya konulmuştur (Gencöz ve Öncül, 2012: 210).

Gencöz ve Öncül (2012: 204) gerçekleştirdikleri çalışmada “Negatif Değerlik” alt boyutunun görgsüz, yapmacık, terbiyesiz, içten pazarlıklı, aç gözlü ve sabit fikirli özellikleriyle ifade edilmektedir.

## **1.2. Şema Kavramı ve Şema Terapi**

Şemalar bilginin yorumlanmasında ve problem çözme sürecinde bireylere yardımcı bulunan soyut bilişsel planlardır (Safran ve Tompkins, 1999). Şema kavramı daha önce Piaget (1952) ve Barlett (1932) tarafından algısal deneyimler ve dünyanın anlamlandırılmasını biçimlendiren bilişsel organizasyon olarak kullanılsa da daha sonra Barlett “şema” kavramını kullanmayı tercih etmiştir (Akt. Bulut, 2019).

Bilişsel kurama göre bireylerin deneyimlerinin sonucunda algı ve tutumların oluşumunu sağlayan yapılara şema denilmektedir (Beck, 2008). Şemalar bireyin deneyimine bağlı biçimde kişinin kendisine özgün biçimde geliştirilen bilişsel örüntülerdir. Şemalar bireyin yaşamsal işlevselliğine hizmet eder (Alford ve Beck, 1997). Beck’e göre şema verilerin taranması, kodlanması ve değerlendirilmesi için gereken bilişsel yapılardır (Bulut, 2009).

Şema terapiye göre şemalar, çocukluk ve ergenlik dönemlerinde gelişen, bireyin anıları, duyuları, bilişleri ve bedensel duyularından oluşan, fonksiyonel olmayan, kişinin kendilik algısı ve ilişkilerini olumsuz etkileyen, yaşam boyu tekrarı olan kalıplar ya da örüntüler olarak tanımlanmıştır (Young, Klosko ve Weishaar,

2003). Şema terapi modelinde, kişilerin kendisiyle ve çevresiyle oluşturduğu çarpık inançların, algıları ve davranış biçimlerini olumsuz etkileyerek önemli ruhsal sorunlara yol açtığını savunulmaktadır (Muris,2006). Şema terapi, Young ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş olup, bilişsel-davranışçı terapinin tedavi yaklaşımının genişletilerek bütüncül terapi biçimi şeklinde oluşturulmuştur. Şema terapi çeşitli ekollerin birleşimiyle oluşturulduğundan, zengin bir terapi çeşididir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

Beck, depresyon tanısı alan bireylerle gerçekleştirdiği araştırmalarda depresyon tanılı bireylerin sahip olduğu olumsuz düşünceleri benliğine, yaşamına ve geleceklerine taşıdığını belirlemiştir. Bu doğrultuda oluşturulan şemaların bireyin yaşamının anlamlandırmasında önemli olduğu fark edilmiş ve oluşturulan terapinin temelleri oluşturulmuştur. Şema terapi Beck'in geliştirmiş olduğu bilişsel terapinin uzantısı şeklinde devam etmiştir (Datillo,2005).

Şema kavramını en çok kullanan araştırmacı Piaget'tir. Ona göre bilgiler öğrenildikçe yeni şemalar oluşturulur. Şema, bilişsel-davranışçı terapide çok çeşitli araştırmalarda kullanılmıştır (Datillo,2005). Çevremizi daha iyi anlamamıza ve algılamamıza yardım eden şemalar, bilginin düzenlenmesi ve işlenmesi için insanlara bir yapı sunmaktadır (Burger, 2016). Bilişsel-davranışçı terapi yöntemi ile şema terapi arasındaki en önemli farklar, şema terapi çocuklukta gelişim dönemlerine, başa çıkma stratejilerine ve terapötik ilişkiye odaklanmaktadır (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2017).

Şema terapi sürecinde iki aşama bulunmaktadır. İlk olarak danışanların durumu değerlendirilir, problemleri hakkında bilgi sahibi olunur ve şemaları belirlenir. Şemaların bireyin yaşamındaki olumsuz etkileri tespit edilerek, fonksiyonel olmayan başa çıkma stratejileri ve modlar saptanır. Daha sonra ise ikinci aşamada bireylerin bilişsel, yaşantısal, terapi ilişkisi ve davranış kalıpları alanlarında değişim sağlanır (Farrell, Reiss ve Shaw, 2016; Rafaeli, Bernstein ve Young, 2017). Kronik şekilde süreklilik gösteren psikolojik hastalıkların tedavisinde etkili olan şema terapiye yönelik yapılan araştırmada Eksen I bozukluklarının tedavi edilmesinde önemli bir yere sahip olduğu belirlenmiştir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2017).

Şema terapi modelinde kullanılan şema kavramının geliştirilmesi için klinik deneyimler analiz edilmiş ve erken dönem uyumsuz şemalar geliştirilmiştir. Erken dönem uyumsuz şemalar, bireyin anılarından, bilişlerinden ve bedensel duyularından oluşan, kişinin ilişkilerini etkileyen, çocukluktan başlayarak ileriki dönemlerde de etkisini gösterebilen örüntülerdir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009). Erken dönem uyumsuz şemalar alt başlıkta ayrıntılı olarak incelenecektir.

### **1.2.1. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Gelişimi**

Şema Terapi Modeli'nde kavramsallaştırılan erken dönem uyumsuz şemalar, genellikle bireylerin farkındalık alanının dışında, bilişin derinliğinde oluşmaktadır. Erken dönem uyumsuz şemalar, erken dönemlerde gelişmeye başlayan, yaşam boyu gelişip, sürebilen, duygular, deneyimler, bedensel ve bilişsel duyulardan oluşan yaygın temalardır (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

Erken dönem uyumsuz şemaların gelişimi incelendiğinde ise çocukluk ve ergenlik döneminin önemine işaret edilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009). Erken dönem uyumsuz şemaların kaynağını, bebeklik dönemindeki deneyimler ile kişinin mizacının etkileşimi oluşturmaktadır (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2017).

Şema terapi modelinde çocukluk döneminde zararlı durumlarla karşılaşmaların, fonksiyonel olamayan karakter özellikleri olarak nitelenen erken dönem uyumsuz şemalar geliştireceği bildirilmiştir (Trincas ve diğerleri, 2014).

Erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminde ebeveyn tutumlarının da önemli bir yere sahip olduğu belirtilmektedir. Çocukların aile dinamiklerine ve ailesine yönelik temsilleri, erken dönem dünyasına ilişkin dinamikleri yansıtmaktadır. Bu noktada da ebeveynler ve aile etkileşimleri büyük oranda etkilemektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

Bunlara ek olarak çocukların psikolojik gereksinimlerin karşılanma düzeyleri de erken dönemdeki uyumsuz şemaların oluşmasında etkili olmaktadır. Erken dönem uyumsuz şemaların süreçlerini anlayabilmek, uyumsuz şemaların yol açtığı

problemlerle mücadele edebilmeyi kolaylaştırmaktadır (Kesici, 2008; Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

Şema terapi modeline göre erken dönem uyumsuz şemaların gelişimini, çocukların ihtiyaç duyduğu temel alanlara göre sınıflandırmıştır. Buna göre aşağıda yer alan alanlardaki ihtiyaçların karşılanmaması ya da fazlasıyla karşılanması, çocukların şema gelişimine yol açmaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2009):

- İlk olarak çocuklar güvenli bağlanmaya ihtiyaç duymaktadır. Ebeveynleriyle arasında duygusal açıdan mesafenin olması, ebeveynlerin şiddet eğiliminin olması, çocukların ihtiyaçlarının reddedilmesi çocukların sosyal içe çekilme, terk edilme ve kendisini kusurlu görme gibi şemaların oluşumuna yol açmaktadır.

- İkinci olarak çocuklar yetkinlik, özerklik ve kimlik algısına ihtiyaç duyarlar. Her ne kadar çocuklar korunma ve desteğe ihtiyaç duysalar da bağımsız biçimde hareket edebilmeleri ve olayları deneyimleyebilmeleri için özgüvene ihtiyacı vardır. Aşırı koruyucu ebeveynlerin çocuklarında bu ihtiyaçlar karşılanmaz ve çocuklar başarısızlık, dayanıksızlık, bağımlı ve iç içelik şemaları geliştirir.

- Çocukların ihtiyaç duyduğu bir diğer temel alan ise sorumluluktur. Aşırı düzeyde serbest bırakılan ve aile ortamında yeterli disiplinin sağlanamadığı durumlarda çocuklar sorumluluğunu yerine getirmekte güçlük çeker ve sürekli olarak ilk önce kendi ihtiyacının karşılanmasını bekler. Bu çocuklar, başkalarının haklarında saygı göstermekte güçlük yaşar. Bunun sonucunda ise yetersiz öz denetim ve haklılık şemaları gelişmektedir.

- Çocuklar duygularını rahatça ifade edebilecekleri bir ortama ihtiyaç duyar. İstenmeyen duyguları ya da isteklerini ifade etmemek, ebeveynlerden kabul görmek için bir koşul olarak görülebilmektedir. Bu çocuklar başkalarını memnun edebilmek ve sürekli olarak onların ihtiyaçlarını karşılamak için çaba gösterir. Bu durum çocukların boyun eğme, kendini feda etme ve onay arama şemalarının gelişmesine yol açacaktır.

Çocuklar oyun oynamaya ihtiyaç duymaktadır. Mükemmeliyetçi ebeveynler, çocuklarına karşı katı ve talepkar davranmaktadır. Çocuklar böyle bir ortamda yetiştiklerinde duygularını ve dürtülerini bastırmak zorunda kalabilmektedir. Böylelikle duyguların bastırılması, karamsarlık, cezalandırıcılık ve abartılı standartlar şemaları gelişir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

Çocukluk ve ergenlik döneminde yalnızca erken dönem uyumsuz şemalar gelişmemektedir. Bu dönemlerde uyumlu şemalar da geliştirilebilmektedir. Uyumlu şemalar, uyumsuz şemalar gibi katı olmamakla birlikte, esnek bir yapıya sahiptir. Erken dönem uyumlu şemalar, bireylerin çevresiyle kurduğu olumlu ilişkileri geliştirmesini, kendi gereksinimlerini bağımsız biçimde karşılayabilmesini sağlarken bunları başkasına zarar vermeden gerçekleştirmesine yardımcı olmaktadır. Erken dönem uyumlu şemaların gelişim sürecinde aile ve çevre tarafından duygusal gereksinimlerin karşılanması önemli olduğu belirtilmektedir. Uyumlu şemalarla oluşan uyumlu davranışlar, erişkinlikte sağlıklı bir yaşam sürülmesine katkıda bulunmaktadır (Atalar Sarıtaş ve Gençöz, 2015; Corey, 2008). Öğrenilen bilgilerin, yaşamı daha kolay hale getirmesine yardımcı olan şemalar, bilginin organize edilmesini sağlamaktadır. Erken dönem uyumsuz şemalar ise bireyin bilgiyi yanlış işlemesine ve yanlış kararlar almasına yol açabilmektedir (Hacıömeroğlu ve diğerleri, 2014; Yalçın ve diğerleri, 2017). Uyumlu ve uyumsuz şemaların kaynağını çocukluk ve ergenlik dönemi oluştursa da geliştirilen şemalar, yaşamın ilerleyen dönemlerinde de gelişimini sürdürebilmektedir (Atalar Sarıtaş ve Gençöz, 2015; Corey, 2008).

Erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminde çocukların psikolojik ihtiyaç ve gereksinimlerinin karşılanma düzeyinin, aile içi iletişiminin, sosyal ilişkilerinin, ebeveyn tutumlarının ve travmatik deneyimlerin etkili olduğu anlaşılmaktadır. Olumsuz deneyimler çocukların erken dönem uyumsuz şemalar geliştirmesine neden olabilmektedir. Gelişen şemalar ise ilerleyen dönemlerde çeşitli sorunlara yol açabilmektedir. Erken dönem uyumsuz şemaların gelişimiyle bireylerin karşılaşılabilecekleri durumlar, yaşamın ilerleyen yıllarında da devam edebilmektedir.

## 1.2.2. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları ve Şemalar

Erken dönem uyum bozucu şemalar 5 şema alanından, 18 şemadan oluşmaktadır. Bu şema alanları ve şemalar şu şekilde ifade edilmektedir:

### 1.2.2.1. Kopukluk ve Reddedilmişlik Alanı

Kopukluk ve reddedilmişlik alanındaki şemalar bireylerin başkalarıyla güvene dayanan ve tatmin eden bağlanma kuramamasına neden olmaktadır. Bu bireyler güven, sevgi, aidiyet, kabul görme, empati ve duyguların ifade edilebilmesi gereksinimlerinin başkalarınca karşılanmayacağını düşünürler. Bu şemalara sahip olan bireylerin ailelerinin reddedici, soğuk, ilgisiz veya tutarsız tutumu benimsedikleri bilinmektedir. Bahsedilen erken dönem uyumsuz şemalara sahip bireylerin, diğer şemalarla kıyaslandığında genelde travmatik çocukluk deneyimleri olduğu ve çocukluk döneminde daha fazla zarar gördükleri ifade edilmektedir. Bu bireyler kendisine zarar veren ilişkiyi yetişkinlikte sürdürebildiği gibi bu ilişkilerden kaçınabildikleri belirtilmektedir (Üstünoğlu, 1990).

**Terk Edilme Şeması:** Terk edilme şemasına sahip bireyler yaşamında önem verdiği kişilerin sebepsiz ve aniden gideceklerine inanmaktadır. Bu şema temel güvensizliğe veya çocuklukta ebeveynin vefatına ve ebeveyninden ayrı kalmak zorunda olmayla oluştuğu ifade edilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Şüphencilik/Kuşkuculuk Şeması:** Şüphencilik/kuşkuculuk şemasına sahip bireyler, çevresindekilerin kendisini kullanıp, aldatılacağına, küçümseyeceğine ve yalan söyleyeceklerine inanmaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Duygusal Yoksunluk Şeması:** Duygusal yoksunluk şemasına sahip olanlar çevresindekilerin duygusal gereksinimlerini karşılamayacağına inanmaktadır. Duygusal yoksunluğun alt boyutlarında ilgi, empati ve korunma yoksunlukları bulunmaktadır. Bireyin kendisine fiziksel ilgi gösterecek kimsenin olmadığını hissetmesi ilgi yoksunluğunu göstermektedir. Empati yoksunluğunda bireyin nasıl hissettiğini ve kendisini anlayacak kimselerin olmadığını hissedilmesidir. Korunma

yoksunluğu ise bireyi koruyacak ve ona yol gösterecek kişilerin olmadığını hissedilmesidir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Kusurluluk Şeması:** Kusurluluk şemasında bireyler yanlış yapmamasına rağmen, kusurlu olduklarını düşünürler. Bu kişiler kendisini değersiz ve sevilmeye layık olmayan kişiler olarak görmektedirler (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Sosyal İzolasyon Şeması:** Sosyal izolasyon şemasına sahip olanlar, kendilerinin bir gruba ait olmadığını düşünmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009). Bu şemanın azınlık gruplarda daha fazla görülebildiği, ayrıca topluma kıyasla farklı yapıya sahip olanlarda da görülebileceği belirtilmektedir. Aşağılanmaların ve dışlanmaların, sosyal izolasyon şemasına yol açabileceği ifade edilmektedir (Roediger, 2009). Genel olarak geçmiş deneyimlerin sonucunda bireyin utanç duymasından ve ailenin sosyalleşme eksikliğinden kaynaklandığı öne sürülen sosyal izolasyon şeması, kişinin kendisini hiçbir gruba ait hissetmemesini düşündürmektedir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2011).

#### **1.2.2.2. Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma Alanı**

Bireylerin bağımsız hareket edebilmesi ve rekabete dayalı anlayışın olması, ebeveyn tutumlarıyla mümkün olmaktadır. Bu konuda oluşan şemalarda ebeveyn tutumlarındaki farklılıklardan etkilenmektedir. Bireylerin ebeveyn tutumlarına yönelik yaşadıkları çatışmalar şemaların oluşumuna sebebiyet vermektedir. Aşırı koruyucu ya da aşırı hoşgörülü ebeveyn tutumları bu alandaki şemaların oluşumunda önemli bir kaynak oluşturmaktadır. Bu tutumları benimseyen ebeveynler çocuklarının özgüvenini zedeleyebilmekte ve geleceğine ilişkin olumsuz beklentilerin oluşumuna yol açabilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Bağımlılık Şeması:** Bağımlılık şemasına sahip bireyler başkalarının yardımı olmadan yaşamını idame ettiremeyeceğini ve hiçbir işi tek başına yerine getiremeyeceğini düşünür (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Dayanısızlık Şeması:** Dayanısızlık şeması olanlar sürekli başına olumsuz bir olay gelecekmiş gibi tetikte olurlar ve abartılı şekilde bu düşünce devam eder.

Genelde yaşanan korkular doğal afet, sağlık sorunları ve aklını kaybetme korkularıdır (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Gelişmemiş Benlik Şeması:** Gelişmemiş benlik şemasına sahip olanlar çevresindekilerle ya da ebeveynleriyle bütün detayları paylaşmadan iletişim kuramayacağını düşünmektedir ve onlarla yapışık bir ilişki geliştirmeleri gerektiğini düşünür (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Başarısızlık Şeması:** Başarısızlık şeması bireylerin kendisini başkalarıyla devamlı karşılaştırmasına ve sürekli başarısız olma korkusu yaşanmasına yol açmaktadır. Bu kişiler kendisini diğerlerinden daha az başarılı görmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

### **1.2.2.3. Zedelenmiş Sınırlar Alanı**

Bu alanda oluşan şemalar çevresindeki kişilere saygı gösterme, sorumluluk alma, öz disiplin, hedef belirleme ve bu hedeflere ulaşma konularına yönelik şemaları kapsamaktadır. İzin verici tutumla ve aşırı serbest büyüyen çocuklarda bu şemalar görülebilmektedir. Bahsedilen tutumla yetişen çocuklarda narsistik eğilimler, kurallara uymamak, bencillik ve dürtülerin kontrol edilmesinde zorluk ortaya çıkabilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Haklılık Şeması:** Haklılık şeması görülen bireyler sürekli kendilerini haklı görürler ve özel olduklarına inanırlar. Bu durumun başkaları tarafından da kabul edilmesini beklerler (Young, Klosko ve Weishaar, 2009). Bahsedilen bu durum narsistik eğilimlere oldukça benzer niteliktedir.

**Yetersiz Özdenetim Şeması:** Yetersiz özdenetim şemasına sahip bireylerde hedef oluşturma ve oluşturulan hedeflere ulaşabilmek için gösterilen çabadan kaçınma durumu vardır. Duygular ve dürtülerin kontrolü yeterince sağlanamamaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

#### 1.2.2.4. Diğer Yönelimlilik Alanı

Kendi-yönelimli olma gereksinimi insanların evrensel bir gereksinimidir. Ebeveynler tarafından bu gereksinimin desteklenmemiş olması, bireylerin başkasına yönelim şema alanının oluşmasına yol açmaktadır. Diğer yönelimlilik alanındaki şemalarda olumsuz tepkilerden kaçmak ya da başkalarından onay almaya odaklanılmaktadır. Yeterli düzeyde sevgi görebilmek için başkaları koşullu kabullenilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Boyun Eğicilik Şeması:** Boyun eğicilik şeması bireylerin başkalarının onayını alabilmek, yalnız kalmasını engellemek, başkalarını sınırlandırmamak için kendi ihtiyaçlarını göz ardı etmesini ve başkalarının ihtiyaçlarına daha fazla önem vermesi anlamına gelmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Kendini Feda Şeması:** Kendini feda şeması bireyin çevresindekileri mutlu ederek, kendisinin de mutlu olacağına inanmasıdır. Onların duygusal gereksinimlerine daha fazla önem verilmekte ve kendi gereksinimleri geri plana atılmaktadır. Bu kişilerin sahip olduğu şema bireyin ani patlamalarına yol açabilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Onay Arayıcılık Şeması:** Onay arayıcılık şeması bireylerin başkalarının onayını aramasıdır. Bu şema bireylerin kazanç, sosyal statü ve zafere daha fazla önem vermesine neden olmaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

#### 1.2.2.5. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Alanı

Oluşan şema alanı bireylerin dürtülerini ve duygularını bastırmasıyla veya yok saymasıyla oluşmaktadır. Bu şema alanına sahip bireylerin katı kuralları varken, mutluluklarından, ilişkiden alınan doyumdan ve sağlıklarından ödün vermesine yol açmaktadır. Oluşan şema alanının ortaya çıkmasında en büyük etken katı ve kuralcı aile tutumudur. Olumsuz aile tutumları çocukların kontrol ve inkar mekanizmalarının gelişimine yol açarken spontan gelişen oyun gibi zevk verici etkinliklerden uzak durmalarına neden olmaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Karamsarlık Şeması:** Karamsarlık şemasına sahip olanlar, yaşamın olumsuz yönlerine odaklanmakta ve sürekli olarak başlarına kötü bir şey geleceğine inanmaktadırlar (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Duyguları Ketleme Şeması:** Duyguları ketleme şeması bireylerin duygu ve davranışların ketlenerek, doğal davranamama durumudur. Kendiliğinden gelişen duyguların bireye zarar verebileceğinden korkulmaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Yüksek Standartlar Şeması:** Yüksek standartlar şemasında bireyler mükemmeliyetçi ve kusursuz bir anlayışı benimsemektedir. Mükemmele ulaşabilmek içinde sürekli bir çaba içerisinde olmaları gerektiğine inanmaktadırlar (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

**Cezalandırıcılık Şeması:** Bu şemaya sahip bireyler yaptığı hataların ve yanlışların sonucunda ceza almaları gerektiğine inanmaktadır. Aynı şekilde hata ve yanlış yapanlara karşı da cezalandırıcı oldukları ve affetme eğiliminde olmadıkları belirtilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

Erken dönem uyum bozucu şemalar “kopukluk ve reddedilmişlik, zedelenmiş özerklik ve kendini ortaya koyma, zedelenmiş sınırlar, diğer yönelimlilik ile aşırı tetikte olma ve bastırılmışlık alanları” olmak üzere 5 şema alanı ve 18 şemayla incelenmektedir. Uyum bozucu şemaların temelleri incelendiğinde çocukluk dönemi travmatik yaşantılarının önemli bir yere sahip olduğu anlaşılmaktadır. Genel olarak ebeveynlerin yaklaşımlarının çocuklarda erken dönem uyumsuz şemaların oluşumuna yol açtığı görülmektedir. Ebeveynlerin çocuklarına karşı aşırı koruyucu ya da aşırı hoşgörülü olması, gereksinimlerini yeterli düzeyde karşılamamaları, yeterli düzeyde sevgi ve ilgi göstermemeleri ve çocuklarının duygularını bastırmasına neden olmalarının şema alanlarının oluşumunda temel faktörler olduğu belirtilmiştir. Oluşan uyumsuz şemaların ise bireylerin yaşamında ne tür sorunlara yol açabileceği aşağıda yer alan başlıkta incelenmiştir.

### 1.2.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Sonuçları

Young şemaların, çocukluk gereksinimlerinin aşırı düzeyde engellenmesinin ya da aşırı düzeyde doyurulmasının sonucunda oluşan, ilk olarak dünyayı algılamayı kolaylaştırmasına rağmen zamanla değişime dirençli hale gelerek psikopatolojilerin oluşmasına zemin hazırlayabileceğini savunmuştur. Yetişkinlik döneminde bireyler değişim gösteren çevresel koşullara rağmen dünyayı şemalarıyla tutarlı algıladıklarında oluşan şemalar uyumsuz hale gelecektir. Bu durumda uyumsuz şemaların değişime direncinin bir göstergesi olmaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

Erken dönem uyumsuz şemalar, değişime dirençli ve katı olmasının yanı sıra, yaşamın ileriki döneminde de uyum bozucu özelliğini devam ettirebilmektedir. Olumsuz deneyimlerle aktive olan uyumsuz şemalar, olumsuz duyguların daha fazla yaşanmasına neden olurken, olumlu duyguların yaşanmasını engellemektedir. Böylelikle bireylerde çeşitli psikolojik sorunlara yol açabilmektedir (Atlı Özbaş, Sayın ve Coşar, 2012).

Erken dönem uyumsuz şemalar bireylerde belirgin rahatsızlıklara yol açabilmektedir. Yapılan araştırmada Eksen I ve II bozukluğunun temelinde uyum bozucu şemaların rol alabildiğini göstermektedir (Mairet, Boag ve Warburton, 2014).

Erken dönem uyumsuz şemalar çok çeşitli psikopatolojilerle ilişki içerisindedir. Depresyon, kişilik bozuklukları, madde kötüye kullanılması, sosyal kaygı ve çevreyle olumlu ilişki geliştirememeye erken dönem uyumsuz şemalarla ilişki içerisinde olan sorunlardan bazılarıdır (Atalay ve diğerleri, 2008; Atlı Özbaş, Sayın ve Coşar, 2012; Carr ve Francis, 2010; Hedley, Hoffart ve Sexton, 2001, Pinto-Gouveia ve diğerleri, 2006).

Erken dönem uyumsuz şemaların en belirgin özelliklerinden birisi bireyin yaşamını uyum bozucu hale getirmesidir. Bireyin olumlu duygular yaşamasını engelleyen uyumsuz şemaların, bireylerde belirgin rahatsızlıklara sebep olduğu anlaşılmaktadır.

### 1.3. Bağlanma

Bağlanma, bebeklerin bakım verenine veya kendine daha yakın gördüğü kişiye yönelik geliştirilen duygusal bağdır. Bebeğin yaşamına sağlıklı devam edebilmesi için duygusal bağın kurulması oldukça önemlidir (Bowlby, 1973; Akt. Morsümbül ve çok, 2011). Bağlanma kuramı ise değer verilen kişilerle kurulan duygusal bağı açıklayan, bebek ile bakım veren arasındaki bağın önemi üzerinde duran ve psikodinamik yaklaşımı temel alan kişilik gelişimi kuramıdır (Bretherton, 1992).

Bağlanma kuramı oluşturulmadan önce bazı çocukların kaygıları olduğu gözlenirken, bu çocukların temel gereksinimlerinin karşılandığı anlaşılmıştır. Bowlby, temel gereksinimleri karşılanan çocukların, bakım verenleriyle arasındaki ilişkinin incelenmeye değer olduğunu savunmuştur. Bu sayede çeşitli çalışmalar yapılmıştır (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanma kuramı, bağlanılan kişilerle geliştirilen samimi, sıcak ve sürekliliği olan ilişkilerin bebeklik ve çocukluk dönemindeki sağlıklı gelişim için son derece önemli olduğunu vurgulamaktadır (Bretherton, 1992). Bebeklerin annesiyle ya da bakımını üstlendiği kişiyle kurduğu bağlanma, bebeklerin temel güven duygusunun gelişiminde önemli bir yere sahiptir (Budak, 2003). Bağlanmanın gerçekleştirilmesinde 0-3 yaş arası kritik dönem olarak görülmektedir. Bu yaşlarda geliştiren bağlanmalar, yaşamın ileriki dönemlerindeki ilişkileri doğrudan etkileme özelliğine sahiptir. Bebeklerin kurduğu bağlanma önemli bir ihtiyaçtır ve bu gereksinim, kurulan ilişkilerin temellerini oluşturmaktadır (Bowlby, 2012). Bebeklik döneminde bağlanma figürüyle kurulan ilişkiler öfke, sevgi, empati gibi temel duyguların öğrenilmesinde ve geliştirilmesinde oldukça önemli görülmektedir (elik, 2010). Temel güven duygusunun kazanıldığı bebeklik döneminde, herhangi bir nedenden ötürü annesinden ayrı kalanların gelişimsel gerilik, ie kapanıklık ve yeme problemlerinin oluşabildiği belirtilmektedir (Bildik ve Özbaran, 2006). Bebeklik döneminde gerçekleştirilen bağlanma yaşamın ilerleyen dönemlerinde kurulacak olan yakın ve romantik ilişkilerin niteliğini önemli oranda etkilemektedir (elik, 2010).

### 1.3.1. Bağlanma Stilleri

Bağlanma stillerine yönelik çeşitli yaklaşımlar bulunmaktadır. Hazan ve Shaver (1987) bağlanma stillerini güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınmacı bağlanma olmak üzere üç boyutta incelerken; Bartholomew ve Horowitz (1991) güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma şekline incelemiş olup, dörtlü bağlanma modelini oluşturmuştur. Yetişkinlerdeki bağlanma stillerini belirleyebilmek için Brennan, Clark ve Shaver (1998) kaygılı ve kaçınan bağlanma olmak üzere iki boyutta incelenebileceğini belirtmiştir. Yapılan bu araştırmada kullanılan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'de kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeyini ölçmektedir. Güvenli bağlanma stili hem üçlü hem de dörtlü bağlanma modelinde yer almaktadır. Bu araştırmada üçlü bağlanma modelinde yer alan kaygılı ve kaçınan bağlanma incelenecektir. Bunun sebebi ise bağlanma stillerini ölçen ölçekler arasında YİYE-II en yüksek ölçün duyarlılığına sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Oluşturulan modeller şu şekilde incelenmektedir:

#### 1.3.1.1. Üçlü Bağlanma Modeli

Üçlü bağlanma modelinde kaygılı-kararsız, kaçınan ve güvenli bağlanma stilleri yer almaktadır.

**Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili:** Bu bağlanmayı gerçekleştiren bireylerin kendilerine ve yaşadıkları ilişkiye yönelik problemleri olmaktadır. İlişkilerinde sürekli kaygı yaşarken, sevgiye layık olmadıklarına yönelik çeşitli kaygıları vardır. Çevresi tarafından sosyal desteğe çok fazla ihtiyaç duyarlar ve bu durum bağımlı kişilik özellikleri geliştirmelerine yol açabilmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Eriş (2010) kaygılı-kararsız bağlanma gerçekleştirenlerin özgüveninin düşük olduğunu bildirmektedir. Bu kişiler çevresi tarafından yeteri kadar anlaşılmadığını düşünmekte ve onlara bağımlı olmadığını savunmaktadır.

**Kaçınan Bağlanma Stili:** İlişkilerinde kaçınmacı bir tutum sergileyen kaçınan bağlanan bireyler, duygularını anlamakta ve ifade etmekte zorluk

yaşamaktadır. İlişkilerinde ön planda olmayı tercih ederler ve sosyal desteğe başvurmadan uzak dururlar. Bu kişiler görev ve sorumluluklarını yerine getirirken sosyal desteğe başvurmadıklarından dolayı yalnızca kendilerinin yapabileceği işlere odaklanırlar (Hazan ve Shaver, 1987).

Kaçıngan bağlananlar, ilişki kurmak istememektedir ve başkalarına soğuk davranmaktadırlar. Bu durum çevresinden uzak durmalarına yol açmaktadır. Kaçıngan tavırları çevresi tarafından güvenilmez olarak algılanmasına rağmen, kendisine yönelik olumlu imgeler geliştirilebilirler (Eriş, 2010).

**Güvenli Bağlanma Stili:** Bireyin bakım veren kişiye karşı güven duymasıyla güvenli bağlanma gelişmektedir. Bebeğin bağlanma figürü, bebeğin yanından ayrıldığında stres düzeyi yükselmektedir. Bakım verenin bebeğin yanına gelmesiyle birlikte yaşanan streste azalmaktadır. Güvenli bağlanan bebeklerde ise bakım veren bebeğin yanından uzaklaştığında, bebekler stres yaşamamaktadır ve çevreyi keşfetmeye devam etmektedir. Güvenli bağlanan bebekler yalnızca bakım veren kişiye güvenli bağlanmamakta, çevresindekilere karşı da güven geliştirmektedir (Ainsworth ve diğerleri, 1978).

Güvenli bağlanma gerçekleştirenler kendisini sevgi ve değer göremeye layık birisi olarak algılamakta, çevresine karşı da olumlu beklentileri bulunmaktadır. Güvenli bağlananlar, çevresindekilerle sağlıklı ilişkiler geliştirebilirler ve özerk davranışlar sergileyebilirler. Ayrıca bu kişilerin benlik algıları da olumludur (Sümer ve Güngör, 1999).

Çevresine adapte olmaya meyilli olan güvenli bağlananlar, terk edilme korkusu yaşamamaktadır. Çevresindeki kişilerle mutlu olabilen bu kişiler, kurdukları ilişkilerden tatmin olmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987). Güvenli bağlanan bireylerin kurdukları ilişkiler karşılıklı güvene dayalıdır (Fraley ve Davis, 1997).

### **1.3.1.2. Dörtlü Bağlanma Modeli**

Dörtlü bağlanma modelinde güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri yer almaktadır.

**Korkulu Bağlanma Stili:** Korkulu bağlanma gerçekleştirenlerin benlik algısı düşüktür. Sosyal ortamlardan kaçınırlar ve başkalarının kabulü beklenmektedir. Ayrıca bu kişiler reddedilme korkusu yaşamaktadır ve bu nedenle ilişkilere başlamamayı tercih etmektedir. Son olarak ise korkulu bağlananlar düşük özgüvene sahiptir ve problemler baş etmede zorluk yaşamaktadır (Arslan, Arslan ve Arı, 2012). Surcinelli ve diğerleri (2010) korkulu bağlanan bireylerin bağlanma korkusu yaşadığını hem kendisine hem de başkalarına dair olumsuz algılara sahip olduğunu bildirmektedir.

Korkulu bağlananlar grup etkinliklerinden reddedilme korkusu nedeniyle uzak durmaktadır. Başkalarına yakın olmak isteseler de reddedileceklerini düşündüklerinden, ilişkilere başlamamayı tercih ederler (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

**Saplantılı Bağlanma Stili:** Saplantılı bağlanan bireylerin benlik algısı olumsuzdur, bu kişiler kendilerinin değer ve sevgi görmeye layık olmadıklarını düşünürler. Geliştirdikleri ilişkilere ise kendilerini kanıtlama eğilimi içerisine girdikleri bildirilmektedir. Tıpkı korkulu bağlananlarda olduğu gibi saplantılı bağlanan bireyler de reddedilme korkusu yaşamaktadır. Çevresi tarafından onaylanmak bu kişiler için son derece önemlidir. Saplantılı bağlananların ailesi tarafından yeterli sevgiyi görmedikleri düşünülmektedir. Kurulan yakın ilişkilere ise kıskançlık, öfke, sevgi ve nefret duyguları birbirlerinin yerini alabilmektedir (Landy, 2002). Bartholomew ve Horowitz (1991) bu kişilerin olumsuz benlik algısı olduğundan ve kendisi haricindeki herkesin değerli olduğundan bahsetmiştir.

Saplantılı bağlananlar kendilerini değersiz görmektedir ve bu nedenden dolayı ilişkilere kaçınma eğilimi içerisindedirler. Bu durum saplantılı bağlananların bağımlı kişilik özelliği geliştirmesine yol açabilmektedir. Devamlı başkalarını mutlu etmek için uğraşırlar. İlişkilerinde çok yakın olma istekleri, saplantılı bağlananların çevresi tarafından uzaklaştırılmasına yol açabilmektedir (Soygüt, 2004).

**Kayıtsız Bağlanma Stili:** Bookwala (2002) kayıtsız bağlananların bağımsızlıklarına çok fazla önem verdiğini bildirmektedir. Kayıtsız bağlanan bireylerin özsaygı ve özerklik düzeyleri yüksektir. Kendilerine yönelik benlik algıları

olumlu iken, çevresini olumsuz algılamaktadır. Kayıtsız bağlananlar yakınlık kurmamaktadır ve duygularının açığa çıkmasından hoşlanmamaktadır (Bartholomew ve diğerleri, 2001). Kayıtsız bağlananların bu durumları bağlanmayla doğan gereksinimleri reddetme eğilimi içerisinde olduklarını göstermektedir (Surcinelli ve diğerleri, 2010).

**Güvenli Bağlanma Stili:** Üçlü Bağlanma Modeli'nde yer alan özelliklerin aynısı Dörtlü Bağlanma Modeli'nde de geçerlidir.

### **1.3.2. Yetişkinlerde Bağlanma**

Çocuklardaki bağlanma sistemi, yetişkinler için de uyarlanmıştır. Bebeklerin bakım verenle kurduğu ilişkiler, yetişkinlik dönemine taşınmaktadır. Bebeklerin stres ve kaygı düzeyi yükseldiğinde kendilerini güvende hissedebileceği bağlanma figürünü aradığı ifade edilirken, aynı şekilde yetişkinlerin de kendilerini stresli hissettiklerinde güvenli bir üs aradığı belirtilmektedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Yetişkinlik dönemindeki kurulan romantik ve yakın ilişkilerin, çocukluk döneminde geliştirilen bağlanmalardan etkilendiği bildirilmektedir. Bireylerin eşiyle kurduğu ilişkide güvende olmayı istediği ve rahatlama arzusu içerisinde olduğu belirtilmektedir (Ainsworth, 1989). Benzer düşüncüyü savunan Fraley ve Shaver (2000)'de çocukluk döneminde annesinden yeterli düzeyde sevgi ve şefkat görülmemesinin, çocukların tedirgin ve güvensiz bir yaşam sürmelerine yol açtığını, bu durumun çocukların geleceğini doğrudan etkilediğini ve yetişkinlerin kuracağı ilişkilerin niteliğini belirlediğini ifade etmiştir (Fraley ve Shaver, 2000).

Yetişkinlerin kurduğu ilişkilerde, tıpkı çocuklarda olduğu gibi sosyal ve duygusal temas ihtiyacı gözlenmektedir. Yetişkinlerin stres düzeyi arttığında yakınlık aramakta ve kendilerini güvende hissetmek istemektedir. Bunun için çevresinde güvenilebileceği kişiler aramaktadır. Bowlby (1979) bireylerin yaşı ne olursa olsun, zorlukla karşılaştığında çevresinde destekte bulunacak kişilerin var olmasının bireyi mutlu ettiğini bildirmiştir (Akt. Hazan ve Shaver, 1994). Çocukluk döneminde güvenli bağlanan bireylerin yetişkinlikte iyi bir eş ve ebeveyn olmak için gerekli olan alt yapıyı hazırladıkları savunulmuştur (Ainsworth, 1989).

Yetişkinlik dönemindeki bağlanma figürünün romantik ilişki yaşanan kişiler olabileceği ifade edilirken, bu dönemdeki bağlanma ilişkisinin karşılıklı olduğu savunulmuştur. Bebeklik döneminde bu ilişki yalnızca bebeğin ihtiyaçlarının karşılanmasıyla ilgiliyken, yetişkinlik döneminde ise karşılıklı duygusal ihtiyaçların karşılanması son derece önemlidir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Yapılan literatür taramasında yetişkinlik döneminde kurulan ilişkilerin, çocukluk dönemi bağlanma stilleriyle ilişkili olduğu anlaşılmıştır. Çocukluk döneminde güvenli bağlananlar yetişkinlik döneminde kendisine güvenen ve sağlıklı ilişkiler geliştiren kişiler olabilmektedir. Kaygılı bağlanma gerçekleştiren çocuklar ise ilerleyen dönemlerde özgüveni düşük ve başkalarının desteğine çok fazla ihtiyaç duyar hale gelebilmektedir. Kaçınan bağlanma gerçekleştirenler ise yetişkinlik döneminde çevresinden uzaklaşarak ilişki kurmak istememekte, duygularını anlama ve ifade etme noktalarında zorluk yaşayabilmektedir.

#### **1.4. Kişilik Özellikleri, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Bağlanma Stilleri İlişkisi**

Bu bölümde kişilik özellikleri, erken dönem uyumsuz şemalar ve bağlanma stilleri ilişkisine yer verilmiştir.

##### **1.4.1. Kişilik Özellikleri ile Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Arasındaki İlişki**

Erken dönem uyumsuz şemalar bireylerin mizacı, kişilik yapısı ve çevresiyle kurduğu iletişimle ilişkili olan deneyimlerdir. Bu deneyimler fonksiyonel değildir ve bireyin duyguları, düşünceleri ile sorunlarla baş etme stratejileriyle ilişki içerisindedir (Platts ve diğ., 2005; Thimm 2010).

Erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunun ve gelişiminin kişilik gelişimi sırasında olduğu belirtilirken, oluşan şemaların kişilik yapısının önemli bir parçası haline geldiği ifade edilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

Young, Klosko ve Weishaar (2009) erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunda duygusal mizacın etkili olduğunu bildirmiştir. Caspi, Roberts ve Shiner

(2005: 453) ise duygusal mizaçla kişilik özelliği arasında benzerliğin olduğunu belirtmiştir. Erken dönem uyumsuz şemaların yüksek düzeyde nörotisizm kişilik özelliğini anlamlı biçimde yordamaktadır. Ayrıca erken dönem uyumsuz şemaların, düşük düzeyde dışadönüklük, uyumluluk ve özdenetim kişilik özellikleriyle ilişkili olduğu belirlenmiştir.

Kişilik yapısını değerlendirebilmek ve sağaltım önerisinde bulunabilmek amacıyla geliştirilen Şema Terapi, erken dönem uyumsuz şemaların çocukluk dönemindeki düşünce, inanışlar ve kurallarla geliştiğini belirtmektedir. Çocukluk döneminde istikrarlı ve dayanıklı biçimde gelişen şemalar, bireyin yaşamı boyunca genişletilmekte ve kullanılmaktadır. Çocukluk döneminde sergilenen davranışlar, uyumsuz şemalarla birlikte yetişkin olduğunda da devam edecektir. Bu durum bireylerin çevresiyle kuracağı ilişkilerin niteliğini bozabildiği gibi kişilik bozukluklarının ortaya çıkmasına da yol açabilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009). Kişilik özellikleri ve erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili çeşitli araştırmaların yapıldığı görülmektedir (Langroudi, Bahramizadeh ve Mehri, 2011; Oral, 2006; Sava, 2009; Thimm, 2011: 2013).

Sava (2009) araştırmasında bireylerin duygusal denge ve uyumluluk özelliklerinin, uyumsuz şemalarla negatif ilişki içerisinde olduğunu belirlemiştir. Duygusal denge, bütün şemalarla negatif ilişki içerisindedir. Uyumluluk özelliklerinin ise yalnızca terk edilme, haklılık, güvensizlik ve baskınlık şemalarıyla negatif ilişki içerisinde olduğu bildirilmiştir.

Yapılan bir başka araştırmada erken dönem uyumsuz şemalar ile kişilik özelliklerinin anlamlı ilişki içerisinde olduğu belirtilmektedir. Thimm (2011) nörotisizmin yapışıklık, hak görme, duygusal yoksunluk ve duyguları bastırma şemalarıyla anlamlı ilişki içerisinde olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca kişilik özelliklerinin yetersiz özdenetim, bağımlılık, sosyal izolasyon, başarısızlık, boyun eğme, hak görme ve kusurluluk şemalarıyla ilişkili olduğu belirlenmiştir. Yapışıklık, duygusal yoksunluk ve kendini feda şemalarının ise kişilik faktörleriyle zayıf bir ilişki içerisinde olduğu saptanmıştır. Sorumluluk, dışadönüklük ve uyumluluk kişilik özelliklerinin, erken dönem uyumsuz şemalarla anlamlı ilişki içerisinde olduğu belirtilmiştir. Deneyime açıklığın ise erken dönem uyumsuz şema alanlarıyla zayıf bir

ilişki içerisinde olduğu belirlenmiştir. Bunların dışında erken dönem uyumsuz şemaların depresif belirtilerle annesel ve babasal reddedilmeyle ilişkili olduğu da bildirilmektedir.

Yüksek standart şeması olan bireyler, yaptıkları işin istedikleri gibi olmayacağından korktukları için sorumlulukları ertelemeyebilmektedir (Jacob and Arntz, 2016). Yüksek standartlar şeması bireyin mükemmeliyetçi özelliklerini yansıtmaktadır. Mükemmeliyetçi kişilik özelliklerine sahip olan bireyler, belirlediği yüksek standartlara ulaşabilmek için kendisini çok fazla eleştirmektedir (Shafran ve Mansell, 2001). Saygılı (2014) bu durumun bireylerin ulaşamayacakları hedefler belirlemesine yol açabileceğini ve sonucunda fonksiyonel olmayan şemaların ortaya çıkabileceğini belirtmektedir.

Erken dönem uyumsuz şemaların kişilik bozukluklarıyla ve duygudurum bozukluklarıyla ilişkili olabileceği belirten araştırmalar bulunmaktadır (Hinrichsen, Waller ve Emanuelli, 2004; Reeves ve Taylor, 2007). Pinto-Gouveia ve diğerleri (2006) araştırmasında sosyal kaygı bozukluğu olanların başarısızlık şeması düzeyinin yüksek olduğunu belirlemiştir.

Paulhus ve Williams (2002) çalışmasında kişiliğin karanlık tarafını tanımlayan üç kişilik özelliğinden söz etmektedir. Bunlar klinik olmayan narsisizm, makyavelizm ve klinik olmayan psikopati kişilik özellikleridir. Bu kişilik özellikleri karanlık üçlü olarak kavramsallaştırılmıştır. Narsistik özelliklere sahip olanlar dikkat çekmeyi severken, kendisini de aşırı düzeyde beğenmekte ve başkalarından üstün görerek, onlardan daha fazla ayrıcalığa sahip olduğuna inanmaktadır (Twenge ve Campbell, 2010). Makyavelizm, bireyin amacına ulaşabilmesi için başkalarını bir araç olarak kullanması ve istediğini elde etmek için sergilediği her yolun doğru olduğunun düşünülmesidir (Jones ve Paulhus, 2009). Psikopati ise psikolojik bozukluğu olmayan fakat ahlaki değerlerden yoksun olarak, şiddet içerikli davranışlar sergilenmesidir (Davison ve Neale, 2011). Yürek (2018) araştırmasında karanlık üçlü kişilik özellikleri ile kaygılı bağlanma arasında erken dönem uyumsuz şemaların tam aracı rolü olduğunu belirlemiştir.

#### 1.4.2. Kişilik Özellikleri ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki

İnsanlar, sosyal ortamlarda başkalarıyla etkileşime girmekte ve böylelikle sosyokültürel çevresini genişleterek kişilik gelişimlerine katkı sağlamaktadırlar (Cervone, Shadel ve Jencius, 2001). Bağlanma stilleri bireylerin kişilik gelişiminde önemli bir etkiye sahiptir. Bireyin yaşamı boyunca devam eden bağlanma sistemi çevreyle kurulan ilişkileri doğrudan etkileme özelliğine sahiptir (Ainsworth, 1989; Hamilton, 2000). Kişilik gelişim kuramı olarak geliştirilen bağlanma kuramı da bağlanma stilleriyle kişilik özellikleri arasında önemli bir ilişki olduğunu vurgulamaktadır (Bowlby, 1982).

Bowlby (1980), bağlanma stillerinin kişilik özellikleriyle ilişki içerisinde olduğunu bildirmiştir (Akt. Reiner ve Spangler, 2013). Bağlanma stilleri, bireylerin sağlıklı kişilik gelişimlerinin tamamlanması açısından son derece önemli bir durumdur. Bebeklik ve ilk çocukluk döneminde oluşmaya başlan bağlanma, ergenlik döneminde de devam etmektedir. Bağlanma stillerinin bireylerin karar verme becerilerini, özsaygı düzeyini ve kişilik özelliklerini etkilediği bildirilmektedir (Deniz, 2011).

Hazan ve Shaver (1987) güvenli bağlanma gerçekleştiren bireylerin, kaygılı bağlanana göre benlik saygısı düzeyinin ve yeterlilik duygusunun yüksek olduğunu belirtmiştir. Kaygılı bağlanana bireylerin zihinsel temsillerinde olumsuz içerikler daha fazla iken, daha fazla olumsuz duygular hissetmektedirler.

Bağlanma stillerinin kişilik özelliğini etkilediğini belirten Shaver ve Brennan (1992), üniversite öğrencileriyle yürüttüğü çalışmada güvensiz bağlananaların kaygı düzeyinin yüksek olduğunu ve duygusal dengesizliği ifade eden, nörotisizm özellikler gösterdiği tespit edilirken, kaçınmacı bağlanana bireylerin ise depresif belirtilerinin yüksek olduğu bildirilmiştir.

Yapılan araştırmada güvensiz bağlanana bireylerin nörotisizm özelliklerinin yüksek olduğu tespit edilirken; güvenli bağlananaların ise dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk kişilik özellikleri puanlarının yüksek olduğu anlaşılmıştır (Deniz, 2011).

Yapılan araştırmalarda kaçınan ve kaygılı bağlanmanın nörotisizm ile ilişki içerisinde olduğu tespit edilmiştir (Backström ve Holmes, 2001; Surcinell ve diğerleri, 2010; Ulu ve Tezer, 2010). Yapılan başka araştırmada ise güvensiz bağlanmanın nörotisizm, sosyalleşme ve başkalarına güvenme düzeyinin düşük olmasıyla ilişkili bulunmuştur (Kantarcıoğlu, 2004).

Yapılan araştırmalar incelendiğinde bağlanma stilleri ile kişilik özelliklerim arasında ilişkilerin olduğu anlaşılmıştır. Genel olarak yapılan araştırmalarda kaygılı ve kaçınan bağlanma ile nörotisizm arasında ilişki olduğu ifade edilmektedir. Ayrıca yapılan araştırmalarda kaçınan bağlananlarda depresif belirtilerin yüksek olduğu, güvensiz bağlanmanın ise nörotisizm, sosyalleşme ve başkalarına güvenme düzeyinin düşüklüğü ile ilişkili olduğu belirtilmiştir. Yapılan çalışmalarda incelenen bağlanma stilleri ve kişilik özelliklerine göre çeşitli sonuçlar elde edilmiş olsa da bağlanma stilleri ile kişilik özellikleri arasında ilişki olduğu üzerinde ortak bir fikrin olduğu görülmektedir.

#### **1.4.3. Erken Dönem Uyumsuz şemalarla Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki**

Bağlanma figürüyle kurulan etkileşim, çocukların kendilik ilişkisine ve çevresindekilerle geliştirdiği ilişkilere yönelik şemaların içinde içselleştirilmektedir. Daha sonra bu durum sosyal ilişki içerisinde kalıcı referans olmaktadır ve kişilik yapısına entegre olmaktadır (Ainsworth ve Bowlby, 1991).

Çocukluktaki duygusal gereksinimlerin yeterince karşılanmaması, erken dönem uyumsuz şemaların gelişimi açısından önemli görülmektedir. şema terapi, çocukluk dönemindeki deneyimlerin, şu anki yaşamda var olan şemalarla ilişkisini inceleyerek, şemaların bireyler üzerindeki etkisi üzerinde durmaktadır. Bu nedenle erken dönem uyumsuz şemaların keşfedilerek, çevreyle olan ilişkileri etkileme düzeyi incelenmektedir. Bireyin erken dönemde kendisine ve başkalarına yönelik geliştirdiği şemaların koşulsuz ve derinde geliştiği belirtilmektedir. Çocuğuyla yeterince iyi ilişkiler geliştiremeyen ve reddedici tutumu benimseyen aile ortamında büyüyen çocuklar, en temel ihtiyaçlardan olan güvende ve ait olma ihtiyaını gideremeyeceğinden dolayı koşulsuz şemalar geliştirmeye başlayacaklardır (Cecero ve diğerleri, 2004). Benzer düşünceleri savunan Alkım Arı (2015) ocukların güvenli

bağlanma ve özgür olma gibi temel duygusal gereksinimlerini karşılama noktasında başarısız olunmasının, olumsuz ebeveyn tutumlarının ve çocukların beklentilerinin yeterince karşılanmamasının, erken dönem uyumsuz şemalarının ortaya çıkmasında önemli olduğunu bildirilmektedir (Alkım Arı, 2015).

Geliştirilen şemaların, bağlanma stilleri ile ilişkisi olduğu ifade edilmektedir. Kopukluk ve reddedilmişlik alanlarında gelişen şemaların bağlanma problemlerinden kaynaklandığı ileri sürülmektedir. Terk edilmişlik şemasına sahip çocuklar önem verdiği kişi gibi olmaya çalışırken, aynı zamanda onların kendisini terk edeceğinden korkmaktadır. İstismar şemasına sahip olanlar, istismar edileceğini düşünmektedir. Duygusal yoksunluk şeması olanlar, duygusal ihtiyaçlarının karşılanamaz olduğuna inanmaktadır. Ailesinden yeterince ilgi ve değer görmeyen çocuklarda duygusal yoksunluk şeması gelişebilmektedir. Aşırı hoşgörülü aile ortamında yetişen çocuklar kendini kusurlu ve değersiz görerek utanç şeması geliştirebilmektedir. Başkalarının ihtiyaçlarını göz ardı eden ve büyüklük şemaya sahip olanlarda ise öz kontrol mekanizması yeterince gelişmemiştir (Cecero ve diğerleri, 2004).

Duygusal yoksunluk, yüksek standartlar ve sosyal izolasyon şemalarının, kayıtsız bağlanmayla ilişkili olduğu ifade edilmektedir. Kayıtsız bağlanma stilinde başkaları olumsuz algılanırken birey olumlu benlik algısına sahiptir. Kayıtsız bağlanan bireyler başkalarını güvenilmez ve değersiz görürken, o kişilerin tutarsız olduğunu düşünür ve bu nedenlerden dolayı derin ilişki geliştirmek yerine daha yüzeysel ilişkileri tercih ederler (Mason, Platts ve Tyson, 2002).

İstismar ve dayanıksızlık şemalarının korkulu bağlanmayla ilişkili olduğu belirtilmektedir. Oluşan şemalar, korkuyla harekete geçmekte ve başkalarının kendisine zarar vereceği beklentisiyle kaçınan bağlanma davranışlarına sebep olabilmektedir. Güvenli bağlanan bireylerin ise ailesiyle olumlu etkileşime sahip olduğundan, erken dönem uyumsuz şemalar geliştirmedikleri savunulmuştur (Mason, Platts ve Tyson, 2002).

Terk edilme ve bağımlılık şeması olan çocukların saplantılı bağlandıkları ifade edilirken, bu şemalara sahip olanların başkalarının dikkatini çekebilmek ve onlarla

ilişki kurmakla çok fazla meşgul olup saplanabildikleri bildirilmektedir (Mason, Platts ve Tyson, 2002).

Bağlanma stilleri ile erken dönem uyumsuz şemalar ilişkisinin incelendiği çeşitli araştırmalar bulunmaktadır. Yaka (2011) erken dönem uyumsuz şemaların, kaygılı ve kaçınan bağlanma stilleri ile ilişki içerisinde olduğunu belirlemiştir. Young Şema Ölçeği'nin alt boyutları olan "duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık ve yüksek standartlar" ile kaygılı ve kaçınan bağlanma arasında pozitif yönde korelasyon olduğu tespit edilmiştir.

Roelofs ve diğerleri (2001) gerçekleştirdiği araştırmada şema alanlarının, güvenli bağlanma stilleri arasında negatif korelasyon olduğunu belirlenmiştir (Roelofs ve diğerleri, 2001). Nilson, Staarup ve Halvorsen (2014) ise araştırmasında erken dönem uyumsuz şemaların bipolar bozukluğu olan yetişkinlerde majör depresif bozukluğu olan yetişkinlere kıyasla daha yaygın olduğu tespit edilmiştir (Nilson, Staarup ve Halvorsen, 2014).

Yapılan literatür taramasında bağlanma stillerinin, erken dönem uyumsuz şemalara yol açabileceği belirtilmiştir. Bakım verenle arasında güvenli bağlanma gerçekleştirilemeyen çocukların, uyumsuz şemalar geliştirebileceği üzerinde durulmuştur. Ayrıca geliştirilen erken dönem uyumsuz şemaların kaçınan bağlanma davranışlarına yol açabileceği anlaşılmıştır.

Yapılan bu araştırmada literatür bilgileri doğrultusunda aşağıda yer alan hipotezler oluşturulmuştur:

- Dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık kişilik özellikleri baskın olanlar, daha az başarısızlık, duyguları bastırma ve terk edilme şema düzeylerine sahiptir.

- Nörotisizm ve negatif değerlik kişilik özellikleri baskın olanlar, daha yüksek kaçınan bağlanma göstermektedir.
- Nörotisizm ve negatif değerlik kişilik özellikleri baskın olanlar, daha fazla erken dönem uyumsuz şemalara sahiptir.
- Erken dönem uyumsuz şemalar, kişilik özelliklerinden uyumluluğu ve nörotisizmi yordamaktadır.

## **BÖLÜM 2: YÖNTEM**

Araştırmanın üçüncü bölümünde araştırmanın modeline, örnekleme, veri toplama araçlarına ve veri analizinde kullanılan yöntemlere yer verilmiştir.

### **2.1. Araştırmanın Modeli**

Yapılan bu çalışmada kişilik özellikleri, erken dönem uyumsuz şemalar ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın modelini, ilişkisel tarama modeli oluşturmaktadır. Oluşturulan bu model, iki ya da daha fazla sayıdaki değişken arasındaki ilişkiyi ve ilişkinin yönünü belirlemeyi hedeflemektedir (Karasar,2002).

### **2.2. Araştırmanın Örnekleme**

Bu araştırmanın örneklemini internet erişimi olan ve yaşları 18-65 arasındaki 350 katılımcıdan oluşturmaktadır. Pandemi nedeniyle örneklem grubuna internet ortamı üzerinden ulaşılmıştır. Örneklem grubu kartopu örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir.

### **2.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmaya katılmaya gönüllü olan bireylere Demografik Bilgi Formu, Young Şema Ölçeği, Yakın İlişkide Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II) ve Temel Kişilik Özellikleri Envanteri uygulanmıştır. Uygulama internet ortamı üzerinden gerçekleştirilmiştir.

#### **2.3.1. Demografik Bilgi Formu**

Demografik Bilgi Formu (EK 1) araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Örneklem grubuna ait yaş, cinsiyet, eğitim ve ekonomik durum bilgilerinin öğrenilmesi hedeflenmiştir.

### 2.3.2. Young Şema Ölçeği

Young Şema Ölçeği (EK 2) Young'un şema terapisinin temellerinde geliştirilen ve şema alanlarına ait 14 boyutu kapsayan bir formdur (1990; 2003). İlk olarak 16 şema ve 205 madden oluşan uzun form geliştirilmiştir (Young ve Brown, 1990:5), sonra 75 madde ve 15 şemaya indirilen ölçek (Young, 1994), daha sonra 90 madde ve 18 şemayı kapsayacak biçimde geliştirilmiştir (Young, 2004). Bu çalışmada da 90 madde ve 18 şemalık 3.kısa formu kullanılmıştır. Young Şema Ölçeği'nin 90 maddelik kısa formunda maddeler 6'lı likert tipi (1=benim için tamamıyla yanlış, 6=beni mükemmel şekilde tanımlıyor) şeklinde değerlendirilmiştir. Şema boyutlarının korelasyon katsayıları ,66-,82 ( $p<,01$ ) arasında değişirken, şema alanlarının test- tekrar test güvenilirliği analizi sonuçlarına göre ise korelasyon Katsayılarının ,66-,83 ( $p<,01$ ) arasında değiştiği görülmektedir. Bu duruma göre kabul edilebilir düzeyde anlamlı katsayılar tespit edilmiştir (Soygut, Karaosmanoğlu ve Çakır, 2009:82). Ayırt edici geçerlilik incelendiğinde klinik ve normal örneklemden oluşan iki grubun ölçekten aldığı puanlar incelenmiş olup, gruplar arası farklılıklar t-testi ile incelenmiştir. Buna göre Duygusal Yoksunluk, Başarısızlık, Karamsarlık, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Duyguları Bastırma, İç İç Geçme/Bağımlılık, Terk Edilme, Kusurluluk ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık alt boyutlarının normal ve klinik örneklem grupları arasında anlamlı şekilde farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $p<,05$ -,01). Klinik örneklemdeki bireylerin tüm alt boyutlarda normal örnekleme göre yüksek puan aldığı tespit edilmiştir (Soygut, Karaosmanoğlu ve Çakır, 2009:81).

Ölçekte yer alan alt boyutlar şunlardır:

- Duygusal Yoksunluk
- Terk Edilme
- Kuşkuculuk
- Sosyal İzolasyon
- Kusurluluk
- Başarısızlık
- Bağımlılık
- Dayanıksızlık
- İç İçelik/Gelişmemiş Benlik
- Boyun Eğicilik
- Kendini Feda Etme

- Duyguları Bastırma
- Yüksek Standartlar
- Haklılık
- Yetersiz Özdenetim
- Onay Arama
- Karamsarlık
- Cezalandırıcılık

Faktör analizi sonuçlarına göre iç tutarlılık katsayılarının ,63-,80 arasında değiştiği belirlenmiştir. Yapılan üst sıra faktör analizi sonucu belirlenen şema alanlarının Cronbach Alpha iç tutarlık katsayılarının ,53-,81 arasında değiştiği bulgulanmıştır. Bu duruma göre ölçeğin orta düzeyde iç tutarlılık katsayısına sahip olduğu anlaşılmıştır (Soygut, Karaosmanoğlu ve Çakır, 2009:81).

### **2.3.3. YİYE-II**

YİYE-II (EK 3), bağlanma stillerine yönelik bilgi elde edebilmek için Brennan, Clark ve Shaver (1998) tarafından geliştirilmiştir. Dilimize Selçuk ve diğerleri (2005) tarafından uyarlanan ölçeğin kaygı ve kaçınma olmak üzere iki boyutu bulunmaktadır. Toplamda 36 maddesi olan ölçeğe 1 (Hiç katılmıyorum) ile 7 (Kesinlikle katılıyorum) arasında puan verilmektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı kaygılı bağlanma için ,86 olarak belirlenirken, kaçınan bağlanma için iç tutarlılık katsayısı ,90 olarak belirlenmiştir. Yapılan test-tekrar test analizi sonucunda kaçınan bağlanmanın ,82, kaygılı bağlanmanın ise ,81 olduğu ve yüksek güvenilirliğe sahip olduğu belirlenmiştir. YİYE-II'de 18 soru kaçınan bağlanmayı ölçerken, 18 soru da kaygılı bağlanmayı ölçmektedir. Alınan puanların yüksek olması kaygılı ya da kaçınan bağlanmanın yüksekliğine işaret etmektedir. YİYE-II'nin faktör yapısı incelendiğinde ayırt etme değerlerine göre üçerli gruplar oluşturulmuştur. Her boyut için 6 olmak üzere 12 grup oluşturulmuş ve uyum indekslerinin iki faktörlü çözümle tanımlanabileceği belirlenmiştir (GFI = .86; NNFI = .86; CFI = .89; RMR = .087). Oluşturulan modelin standartlaştırılmış faktör yükleri anlamlı iken, kaçınan bağlanma için ,56-,87 ; kaygılı bağlanma için ,57-,80 arasında değiştiği tespit edilmiştir. Kaygılı ve kaçınan bağlanma arasında ,42 oranında yapısal bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

### 2.3.4. Temel Kişilik Özellikleri Envanteri

Temel Kişilik Özellikleri Envanteri (EK 4) kültürümüzdeki temel kişilik özelliklerini ölçebilmek amacıyla Gençöz ve Öncül (2012) tarafından geliştirilmiştir. Temel Kişilik Özellikleri Envanteri'nin;

- Dışadönüklük
- Sorumluluk
- Uyumluluk
- Nörotisizm
- Deneyime Açıklık
- Negatif Değer olmak üzere 6 alt boyutu bulunmaktadır.

Toplamda 45 maddesi bulunan ölçeğe 1 (Hiç Uygun Değil) – 5 (Tamamen Uygun) arasında puan verilmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık değerlerinin ,71-,89 arasında değiştiği belirlenmiştir. Test-tekrar test tutarlılığının ise ,71-,84 arasında değiştiği tespit edilmiştir. Yapılan geçerlilik analizleri sonucunda dışadönüklüğün pozitif duygu ile ,47; sorumluluğun ,37, uyumluluğun ,38, gelişime açıklığın ise ,60 korelasyon katsayısına sahip olduğu belirlenmiştir. Dışadönüklüğün negatif duygu ile -,37, uyumluluğun ,59, nörotisizmin -,35, negatif değerliğin ,35 korelasyon katsayısına sahip olduğu belirlenmiştir.

### 2.4. Veri Analiz Yöntemi

Bu araştırmada kişilik özelliklerinde erken dönem uyumsuz şemalar ve bağlanma stillerinin karşılaştırılmasına yönelik analizler SPSS 21 programıyla gerçekleştirilmiştir. İlk olarak kayıp ve uç değer analizleri gerçekleştirilmiş ve 3 katılımcının verileri araştırmadan çıkarılmıştır. Yapılan normallik testi sonucunda basıklık ve çarpıklık değerlerinin ise -2 ile +2 değerlerinin içinde olduğu bu nedenle verilerin normal dağılım gösterdiği anlaşılmıştır (George ve Mallery, 2010). Demografik değişkenlere yönelik analizler frekans analiziyle incelenirken, değişkenler arasındaki ilişki ise MANOVA, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu ve Çoklu Regresyon analiziyle incelenmiştir.

## BÖLÜM 3: BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amaçlarına uygun biçimde gerçekleştirilen analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

### 3.1. Betimsel İstatistikler

Araştırmanın bu bölümünde erken dönem uyumsuz şemalar, kişilik özellikleri ve bağlanma stillerine ilişkin tanımlayıcı analizler yer almaktadır.

Tablo 1’de görüldüğü gibi Young Şema Ölçeği alt boyutlarına ilişkin ortalama puanlar incelendiğinde, örnekleme oluşturan 350 katılımcının verileri SPSS ile hesaplanmış olup; duygusal yoksunluk (Ort:9,85; SS:5,25), terk edilme (Ort:12,07; SS:4,37), kuşkuculuk (Ort:9,33; SS:5,03), sosyal izolasyon (Ort:12,73; SS:6,12), kusurluluk (Ort:9,33; SS:5,03), başarısızlık (Ort:10,29;SS:5,16), bağımlılık (Ort:8,31;SS:4,02), dayanıksızlık (Ort:12,92;SS:5,53), iç içelik/gelişmemiş benlik (Ort:11,75; SS:4,93), boyun eğcilik (Ort:10,85; SS:4,80), kendini feda etme (Ort:16,27; SS:5,56), duyguları bastırma (Ort:11,87; SS:5,52), yüksek standartlar (Ort:15,94; SS:5,05), haklılık (Ort:16,41; SS:4,90), yetersiz özdenetim (Ort:15,35; SS:4,75), onay arama (Ort:15,62; SS:5,14), karamsarlık (Ort:14,44; SS:5,71), cezalandırıcılık (Ort:13,52; SS:4,48) puanlarına sahip olduğu belirlenmiştir.

Temel Kişilik Envanteri alt boyutlarına ilişkin ortalama puanlar incelendiğinde katılımcıların dışadönüklük (Ort:28,70; SS:7,26), sorumluluk (Ort:30,38; SS:6,80), uyumluluk (Ort:35,31; SS:4,66), nörotisizm (Ort:24,48; SS:7,27), deneyime açıklık (Ort:22,23; SS:4,72), negatif değer (Ort:8,92;SS:3,02) puanlarına sahip olduğu belirlenmiştir.

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri alt boyutlarına ilişkin ortalama puanlar incelendiğinde katılımcıların kaygılı bağlanma (Ort:72,89; SS:10,27), kaçınan bağlanma (Ort:75,94; SS:8,27) puanlarına sahip olduğu belirlenmiştir.

Tablo 1’de erken dönem uyumsuz şemalar, kişilik özellikleri ve bağlanma stillerine ait puan ortalamaları ve standart sapma değerleri yer almaktadır.

**Tablo 1. Araştırmada İncelenen Değişkenlerin Betimsel İstatistikleri**

Ölçekler	Alt Boyutlar	Min	Max	Ort.	SS	
Young Şema Ölçeği	Duygusal Yoksunluk	5,00	30,00	9,85	5,25	
	Terk Edilme	5,00	28,00	12,07	4,37	
	Kuşkuculuk	5,00	28,00	9,33	5,03	
	Sosyal İzolasyon	5,00	30,00	12,73	5,66	
	Kusurluluk	5,00	28,00	9,33	5,03	
	Başarısızlık	5,00	30,00	10,29	5,16	
	Bağımlılık	5,00	25,00	8,31	4,02	
	Dayanıksızlık	5,00	30,00	12,92	5,53	
	İç İçelik	5,00	28,00	11,75	4,93	
	Boyun Eğicilik	5,00	30,00	10,85	4,80	
	Kendini Feda Etme	5,00	30,00	16,27	5,56	
	Duyguları Bastırma	5,00	30,00	11,87	5,52	
	Yüksek Standartlar	5,00	28,00	15,94	5,05	
	Haklılık	5,00	29,00	16,41	4,90	
	Yetersiz Özdenetim	5,00	30,00	15,35	4,75	
	Onay Arama	5,00	30,00	15,62	5,14	
	Karamsarlık	5,00	30,00	14,44	5,71	
	Cezalandırıcılık	5,00	27,00	13,52	4,48	
	Temel Kişilik Envanteri	Dışadönüklük	10,00	40,00	28,70	7,26
		Sorumluluk	8,00	40,00	30,38	6,80
Uyumluluk		16,00	40,00	35,31	4,66	
Nörotisizm		9,00	44,00	24,48	7,27	
Deneyime Açıklık		9,00	30,00	22,23	4,72	
YİYE-II	Negatif Değer	6,00	27,00	8,92	3,02	
	Kaygılı Bağlanma	42,00	97,00	72,89	10,27	
	Kaçıngan Bağlanma	44,00	96,00	75,94	8,27	

### 3.2. Sosyodemografik Bilgilere Yönelik Bulgular

Araştırmanın örneklem grubuna internet ortamı üzerinden ulaşılmıştır. Araştırmaya katılanlardan 256 kişi kadın, 94 kişi erkektir.

Eğitim durumuna göre yapılan incelemede 4 kişi ilkokul, 9 kişi ortaokul, 49 kişi lise, 201 kişi üniversite, 80 kişi yüksek lisans, 7 kişi ise doktora ve üstü eğitim durumuna sahiptir. 27 kişi düşük düzeyde ekonomik duruma sahipken, 289 kişi orta düzeyde, 34 kişi ise yüksek düzeyde ekonomik duruma sahiptir. Katılımcıların yaşları incelendiğinde 350 kişinin 18-65 yaşları arasındayken, yaş ortalamasının 34,89 (SS: 12,54) olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 2’de örnekleme ait özelliklere yer verilmiştir.

	<b>DEĞİŞKEN</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	256	73,1
	Erkek	94	26,9
<b>Eğitim Durumu</b>	İlkokul	4	1,1
	Ortaokul	9	2,6
	Lise	49	14,0
	Üniversite	201	57,4
	Yüksek Lisans	80	22,9
<b>Ekonomik Durum</b>	Doktora ve Üstü	7	2,0
	Düşük	27	7,7
	Orta	289	82,6
	Yüksek	34	9,70

### 3.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Bağlanma Stilleri ve Kişilik Özelliklerinin Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesine Yönelik Sonuçlar

Araştırmanın bu bölümünde erken dönem uyumsuz şemalar, bağlanma stilleri ve kişilik özelliklerinin demografik değişkenler açısından incelenmesine yer verilmiştir.

Örneklem grubunun erken dönem uyumsuz şemaları açısından cinsiyetlerine göre istatistiksel düzeyde anlamlı farklılık gösterip göstermediği test edilmiştir. Bu amaçla öncelikle MANOVA tekniği gerçekleştirilmiştir. Analizler sonrasında ortaya çıkan bulgular Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 3. incelendiğinde, cinsiyet değişkenine göre bağımlı değişkenler üzerindeki farklılaşmanın Wilks’ değeri ,791 olduğu ve  $p < ,05$  olduğu için anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $F_{(1-348)}=5,158$ ;  $p < ,05$ ).

Erken dönem uyumsuz şemalarından Duygusal Yoksunluk, Dayanıksızlık, İç İçelik, Yüksek Standartlar ve Cezalandırıcılık alt boyutlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmaktadır.

**Tablo 3. Cinsiyete Göre Erken Dönem Uyumsuz Şemalardaki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi**

Değişkenler	Wilks'	Multivariate F	U -F	Sig	df	$\eta^2$
Cinsiyet	,791	5,158		,000	348	,028
Duygusal Yoksunluk			4,176	<b>,042</b>	1	,012
Terk Edilme			1,141	,286	1	,003
Kuşkuculuk			,384	,536	1	,001
Sosyal İzolasyon			,540	,463	1	,002
Kusurluluk			,384	,536	1	,001
Başarısızlık			2,323	,128	1	,007
Bağımlılık			,005	,941	1	,000
Dayanıksızlık			7,117	<b>,008</b>	1	,020
İç İçelik			3,925	<b>,048</b>	1	,011
Boyun Eğicilik			,259	,611	1	,001
Kendini Feda Etme			1,697	,194	1	,005
Duyguları Bastırma			3,716	,055	1	,011
Yüksek Standartlar			11,780	<b>,001</b>	1	,033
Haklılık			3,323	,069	1	,009
Yetersiz Özdenetim			1,004	,317	1	,003
Onay Arama			,128	,720	1	,000
Karamsarlık			,426	,515	1	,001
Cezalandırıcılık			33,773	<b>,000</b>	1	,088

Tablo 4'te cinsiyete göre erken dönem uyumsuz şemalardaki farklılaşmanın student t testi sonuçları yer almaktadır.

Tablo 4. incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre duygusal yoksunluk düzeyleri student t testi ile incelenmiş ve anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $t_{(348)}=-2,044;p<,05$ ). Erkeklerin duygusal yoksunluk düzeyleri, kadınlarınkine göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Cinsiyet değişkenine göre dayanıksızlık düzeyleri student t testi ile incelenmiş ve anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $t_{(348)}=2,668;p<,05$ ). Kadınların dayanıksızlık düzeyleri, erkeklerinkine göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Cinsiyet değişkenine göre iç içelik düzeyleri student t testi ile incelenmiş ve anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $t_{(348)}=1,981;p<,05$ ). Kadınların iç içelik düzeyleri, erkeklerinkine göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Cinsiyet değişkenine göre yüksek standartlar düzeyleri student t testi ile incelenmiş ve anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $t_{(348)}=-3,432;p<,05$ ). Erkeklerin yüksek standartlar düzeyleri, kadınlarınkine göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Cinsiyet değişkenine göre cezalandırıcılık düzeyleri student t testi ile incelenmiş ve anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $t_{(348)}=-2,044;p<,05$ ). Erkeklerin cezalandırıcılık düzeyleri, kadınlarınkine göre anlamlı ölçüde yüksektir.

**Tablo 4. Cinsiyete Göre Erken Dönem Uyumsuz Şemalardaki Farklılaşmanın T-Testi ile İncelenmesi**

Değişken	Cinsiyet	N	Ort	SS	t	P
Duygusal Yoksunluk	Kadın	256	9,50	5,14	-2,044	<b>,042</b>
	Erkek	94	10,79	5,44		
Dayanıksızlık	Kadın	256	13,39	5,55	2,668	<b>,008</b>
	Erkek	94	11,63	5,29		
İç İçelik	Kadın	256	12,07	5,04	1,981	<b>,048</b>
	Erkek	94	10,89	4,51		
Yüksek Standartlar	Kadın	256	15,39	5,09	-3,432	<b>,001</b>
	Erkek	94	17,45	4,66		
Cezalandırıcılık	Kadın	256	12,71	4,16	-5,811	<b>,000</b>
	Erkek	94	15,71	4,61		

Tablo 5. incelendiğinde, eğitim düzeyi değişkenine göre bağımlı değişkenler üzerindeki farklılaşmanın Wilks' değeri ,610 olduğu ve  $p < ,05$  olduğu için anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $F_{(5-344)}=2,015$ ;  $p < ,05$ ).

Erken dönem uyumsuz şemalarından Sosyal İzolasyon ( $p < ,05$ ), Kendini Feda Etme ( $p < ,05$ ), Haklılık ( $p < ,05$ ), Karamsarlık ( $p < ,05$ ) ve Cezalandırıcılık ( $p < ,01$ ) alt boyutlarında eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Bu etkilenmenin değeri %9'dur.

Tablo 5'te eğitim düzeyine göre erken dönem uyumsuz şemalardaki farklılaşmanın Manova Testi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 5. Eğitim Düzeyine Göre Erken Dönem Uyumsuz Şemalardaki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi**

Değişkenler	Wilks'	Multivariate F	U -F	Sig	df	$\eta^2$
Eğitim Düzeyi	,610	2,015		,000	344	,094
Duygusal Yoksunluk			2,096	,065	5	,030
Terk Edilme			1,006	,414	5	,014
Kuşkuculuk			,777	,567	5	,011
Sosyal İzolasyon			2,404	<b>,037</b>	5	,034
Kusurluluk			,777	,567	5	,011
Başarısızlık			2,082	,067	5	,029
Bağımlılık			1,217	,301	5	,017
Dayanıksızlık			1,327	,252	5	,019
İç İçelik			,799	,551	5	,011
Boyun Eğicilik			1,220	,299	5	,017
Kendini Feda Etme			2,663	<b>,022</b>	5	,037
Duyguları Bastırma			1,192	,313	5	,017
Yüksek Standartlar			,731	,600	5	,011
Haklılık			2,644	<b>,023</b>	5	,037
Yetersiz Özdenetim			2,093	,066	5	,030
Onay Arama			2,038	,073	5	,029
Karamsarlık			2,367	<b>,039</b>	5	,033
Cezalandırıcılık			3,863	<b>,002</b>	5	,053

Tablo 6'da görüldüğü gibi eğitim düzeyi değişkenine göre sosyal izolasyon, kendini feda etme, haklılık, karamsarlık ve cezalandırıcılık düzeyleri anlamlı farklılık göstermektedir. Yapılan Tukey testi sonuçlarına göre yüksek lisans mezunu olanların sosyal izolasyon düzeyleri, lise mezunu olanlara göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Eğitim düzeyi değişkenine göre kendini feda etme düzeyleri anlamlı farklılık göstermektedir ( $F_{(5-344)}=2,663$ ;  $p < ,05$ ). Tukey testi sonucunda ortaokul mezunu

olanların kendini feda etme düzeyleri, üniversite ve yüksek lisans mezunu olanlara göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Eğitim düzeyi değişkenine göre haklılık düzeyleri anlamlı farklılık göstermektedir ( $F_{(5-344)}=2,644$ ;  $p<,05$ ). Tukey testi sonucunda ortaokul mezunu olanların haklılık düzeyleri, doktora ve üzerinde eğitim durumu olanlara göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Eğitim düzeyi değişkenine göre karamsarlık düzeyleri anlamlı farklılık göstermektedir ( $F_{(5-344)}=2,367$ ;  $p<,05$ ). Tukey testi sonucunda ortaokul mezunu olanların karamsarlık düzeyleri lise, üniversite ve yüksek lisans mezunu olanlara göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Eğitim düzeyi değişkenine göre cezalandırıcılık düzeyleri anlamlı farklılık göstermektedir ( $F_{(5-344)}=3,863$ ;  $p<,05$ ). Tukey testi sonucunda ortaokul mezunu olanların cezalandırıcılık düzeyleri, üniversite ve yüksek lisans mezunu olanlara göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Tablo 6’da eğitim düzeyine göre erken dönem uyumsuz şemalardaki farklılaşmanın Post-Hoc Testi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 6. Eğitim Düzeyine Göre Erken Dönem Uyumsuz Şemalardaki Farklılaşmanın Post-Hoc İncelenmesi**

Değişken	Eğitim Düzeyi	N	Ort	SS	Anlamlı Farklılık
<b>Sosyal İzolasyon</b>	İlkokul	4	13,75	6,75	Yüksek Lisans>Lise
	Ortaokul	9	15,33	8,03	
	Lise	49	10,37	5,33	
	Üniversite	201	12,90	5,62	
	Yüksek Lisans	80	13,35	5,48	
	Doktora ve Üstü	7	13,29	4,15	
<b>Kendini Feda Etme</b>	İlkokul	4	14,75	8,18	Ortaokul>Üniversite Ortaokul>Yüksek Lisans
	Ortaokul	9	21,67	5,22	
	Lise	49	17,61	6,44	
	Üniversite	201	15,92	5,21	
	Yüksek Lisans	80	15,85	5,44	
	Doktora ve Üstü	7	15,57	6,05	
<b>Haklılık</b>	İlkokul	4	14,50	3,87	Ortaokul>Doktora
	Ortaokul	9	20,11	3,52	
	Lise	49	15,78	5,55	
	Üniversite	201	16,82	4,75	
	Yüksek Lisans	80	15,73	4,84	
	Doktora ve Üstü	7	13,00	3,96	

Değişken	Eğitim Düzeyi	N	Ort	SS	Anlamlı Farklılık
Karamsarlık	İlkokul	4	14,25	4,03	
	Ortaokul	9	20,56	7,11	
	Lise	49	14,63	5,78	Ortaokul>Lise
	Üniversite	201	14,41	5,75	Ortaokul>Üniversite
	Yüksek Lisans	80	13,75	5,11	Ortaokul>Yüksek Lisans
	Doktora ve Üstü	7	14,00	6,53	
Cezalandırıcılık	İlkokul	4	11,25	6,45	
	Ortaokul	9	18,11	4,43	
	Lise	49	15,02	5,11	Ortaokul>Üniversite
	Üniversite	201	13,09	4,25	Ortaokul>Yüksek Lisans
	Yüksek Lisans	80	13,18	4,04	
	Doktora ve Üstü	7	14,43	5,80	

Tablo 7. incelendiğinde, ekonomik durum değişkenine göre bağımlı değişkenlerdeki farklılaşmanın Wilks' değeri ,845 olduğu ve  $p>,05$  olduğu için anlamlı olmadığı belirlenmiştir ( $F_{(2-347)}=1,708$ ;  $p>,05$ ).

Tablo 7'de ekonomik duruma göre erken dönem uyumsuz şemalardaki farklılaşmanın Manova Testi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 7. Ekonomik Duruma Göre Erken Dönem Uyumsuz Şemalardaki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi**

Değişkenler	Wilks'	Multivariate F	U -F	Sig	df	$\eta^2$
<b>Ekonomik Durum</b>	,845	1,708		,080	347	,081
<b>Duygusal Yoksunluk</b>			,549	,578	2	,003
<b>Terk Edilme</b>			2,361	,096	2	,013
<b>Kuşkuculuk</b>			2,313	,100	2	,013
<b>Sosyal İzolasyon</b>			2,769	,064	2	,016
<b>Kusurluluk</b>			2,313	,100	2	,013
<b>Başarısızlık</b>			2,464	,087	2	,014
<b>Bağımlılık</b>			,959	,384	2	,005
<b>Dayanıksızlık</b>			,885	,414	2	,005
<b>İç İçelik</b>			1,547	,214	2	,009
<b>Boyun Eğicilik</b>			2,582	,077	2	,015
<b>Kendini Feda Etme</b>			,306	,736	2	,002
<b>Duyguları Bastırma</b>			,562	,571	2	,003
<b>Yüksek Standartlar</b>			,144	,866	2	,001
<b>Haklılık</b>			,684	,505	2	,004
<b>Yetersiz Özdenetim</b>			2,412	,091	2	,014
<b>Onay Arama</b>			3,013	,050	2	,017
<b>Karamsarlık</b>			1,405	,247	2	,008
<b>Cezalandırıcılık</b>			2,163	,117	2	,012

Tablo 7. incelendiğinde, cinsiyet değişkenine göre bağımlı değişkenler üzerindeki farklılaşmanın Wilks' değeri ,875 olduğu ve  $p<,001$  olduğu için ileri düzeyde anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $F_{(1-348)}=8,177$ ;  $p<,001$ ). Buna göre Temel

Kişilik Özellikleri Envanteri alt boyutlarında cinsiyetler arasında anlamlı farklılık olduğu anlaşılmaktadır. Bu etkilenmenin değeri %12'dir. Tablo incelendiğinde nörotisizm ( $p<,05$ ), deneyime açıklık ( $p<,001$ ) ve negatif değer ( $p<,01$ ) alt boyutlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Dışadönüklük, sorumluluk ve uyumluluk alt boyutunda ise anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $p>,05$ ). Cinsiyetin nörotisizme etkisi %1,1 iken deneyime açıklığa etkisi %6, negatif değere etkisi %2,3'tür.

Tablo 8'de cinsiyete göre kişilik özelliklerindeki farklılaşmanın Manova Testi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 8. Cinsiyete Göre Kişilik Özelliklerindeki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi**

Değişkenler	Wilks'	Multivariate F	U -F	Sig	df	$\eta^2$
Cinsiyet	,875	8,177*		,000	348	,125
Dışadönüklük			,772	,380	1	,002
Sorumluluk			,029	,866	1	,000
Uyumluluk			,708	,401	1	,002
Nörotisizm			3,920	<b>,048</b>	1	,011
Deneyime Açıklık			22,023	<b>,000</b>	1	,060
Negatif Değer			8,130	<b>,005</b>	1	,023

\* $p<0,05$ , \*\* $p<0,01$

Tablo 9'da görüldüğü gibi cinsiyet değişkenine göre nörotisizm düzeyleri student t testi ile incelenmiş ve anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $t_{(348)}=1,980;p<,05$ ). Kadınların nörotisizm düzeyleri, erkeklerin nörotisizm düzeylerine göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Cinsiyet değişkenine göre deneyime açıklık düzeyleri student t testi ile incelenmiş ve anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $t_{(348)}=-5,109;p<,05$ ). Erkeklerin deneyime açıklık düzeyleri, kadınların deneyime açıklık düzeylerine göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Cinsiyet değişkenine göre negatif değer düzeyleri student t testi ile incelenmiş ve anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $t_{(348)}=-2,645;p<,05$ ). Erkeklerin negatif değer düzeyleri, kadınların negatif değer düzeylerine göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Tablo 9’da cinsiyete göre nörotisizm, deneyime açıklık ve negatif değer puanları karşılaştırılmıştır.

**Tablo 9. Cinsiyete Göre Nörotisizm, Deneyime Açıklık ve Negatif Değerde Farklılaşma**

Değişken	Cinsiyet	N	Ort	SS	t	P
Nörotisizm	Kadın	256	24,94	7,30	1,980	<b>,048</b>
	Erkek	94	23,21	7,08		
Deneyime Açıklık	Kadın	256	21,54	4,78	-5,109	<b>,000</b>
	Erkek	94	24,13	3,98		
Negatif Değer	Kadın	256	8,64	2,69	-2,465	<b>,015</b>
	Erkek	94	9,67	3,71		

Tablo 10. incelendiğinde, eğitim düzeyi değişkenine göre bağımlı değişkenler üzerindeki farklılaşmanın Wilks’ değeri ,892 olduğu ve  $p>,05$  olduğu için anlamlı olmadığı belirlenmiştir ( $F_{(5-344)}=1,307$ ;  $p>,05$ ). Temel Kişilik Özellikleri Envanteri alt boyutlarında eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık yoktur.

Tablo 10’da eğitim düzeyine göre kişilik özelliklerindeki farklılaşmanın Manova Testi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 10. Eğitim Düzeyine Göre Kişilik Özelliklerindeki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi**

Değişkenler	Wilks’	Multivariate F	U -F	Sig	df	$\eta^2$
Eğitim Düzeyi	,892	1,307		,125	344	,023
Dışadönüklük			,804	,547	5	,012
Sorumluluk			1,787	,115	5	,025
Uyumluluk			,301	,912	5	,004
Nörotisizm			1,364	,237	5	,019
Deneyime Açıklık			,418	,836	5	,006
Negatif Değer			3,246	<b>,007</b>	5	,045

Tablo 11. incelendiğinde, ekonomik durum değişkeninin bağımlı değişkenler üzerindeki etkisi için Wilks’ değeri ,975 olduğu ve  $p>,05$  olduğu için anlamlı olmadığı belirlenmiştir ( $F_{(2-347)}=1,259$ ;  $p>,05$ ). Temel Kişilik Özellikleri Envanteri alt boyutlarında ekonomik duruma göre anlamlı bir farklılık yoktur.

Tablo 11’de ekonomik duruma göre kişilik özelliklerindeki farklılaşmanın Manova Testi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 11. Ekonomik Duruma Göre Kişilik Özelliklerindeki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi**

Değişkenler	Wilks'	Multivariate F	U -F	Sig	df	$\eta^2$
Ekonomik Durum	,975	1,259		,239	347	,022
Dışadönüklük			,343	,710	2	,002
Sorumluluk			4,188	<b>,016</b>	2	,024
Uyumluluk			1,278	,280	2	,007
Nörotisizm			,598	,551	2	,003
Deneyime Açıklık			,971	,380	2	,006
Negatif Değer			,913	,402	2	,005

Tablo 12. incelendiğinde, cinsiyet değişkeninin bağımlı değişkenler üzerindeki etkisi için Wilks' değeri ,997 olduğu ve  $p>,05$  olduğu için anlamlı olmadığı belirlenmiştir ( $F_{(1-348)}=,499$ ;  $p>,05$ ). Bağlanma stilleri alt boyutlarından olan kaygılı ve kaçınan bağlanma alt boyutlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık yoktur.

Tablo 12'de cinsiyete göre bağlanma stillerindeki farklılaşmanın Manova Testi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 12. Cinsiyete Göre Bağlanma Stillerindeki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi**

Değişkenler	Wilks'	Multivariate F	U -F	Sig	df	$\eta^2$
Cinsiyet	,997	,499		,607	348	,003
Kaygılı Bağlanma			1,001	,318	1	,003
Kaçınan Bağlanma			,088	,767	1	,000

Tablo 13. incelendiğinde, eğitim düzeyi değişkeninin bağımlı değişkenler üzerindeki etkisi için Wilks' değeri ,936 olduğu ve  $p<,05$  olduğu için anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $F_{(5-344)}=2,296$ ;  $p<,05$ ). Buna göre Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri alt boyutlarında eğitim düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu anlaşılmaktadır. Bu etkilenmenin değeri %3,2'dir. Tablo incelendiğinde kaçınan bağlanma ( $p<,05$ ) alt boyutlarında eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Kaygılı bağlanma alt boyutunda ise anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $p>,05$ ). Eğitim düzeyinin kaçınan bağlanmaya etkisi %2,9'dur. Tablo 15'te eğitim düzeyine göre kaçınan bağlanma puanları karşılaştırılmıştır.

Tablo 13'te eğitim düzeyine göre bağlanma stillerindeki farklılaşmanın Manova Testi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 13. Eğitim Düzeyine Göre Bağlanma Stillerindeki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi**

Değişkenler	Wilks'	Multivariate F	U -F	Sig	df	$\eta^2$
Eğitim Düzeyi	,936	2,296*		,012	344	,032
Kaygılı Bağlanma			2,042	,072	5	,029
Kaçıngan Bağlanma			3,273*	,007	5	,045

\*p<0,05

Tablo 14. incelendiğinde eğitim düzeyi değişkenine göre kaçıngan bağlanma düzeyleri anlamlı farklılık göstermektedir ( $F_{(5-344)}=3,273$ ;  $p<,05$ ). Yapılan Tukey testi sonuçlarına göre lise mezunu olanların kaçıngan bağlanma düzeyleri, ortaokul ve üniversite mezunu olanlara göre anlamlı ölçüde yüksektir.

Tablo 14'te eğitim düzeyine göre kaçıngan bağlanmadaki farklılaşmanın Post-Hoc Testi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 15. Eğitim Düzeyine Göre Kaçıngan Bağlanmada Farklılaşmanın Post-Hoc İncelenmesi**

Değişken	Eğitim Düzeyi	N	Ort	SS	Anlamlı Farklılık
Kaçıngan Bağlanma	İlkokul	4	81,00	6,98	
	Ortaokul	9	69,56	10,62	
	Lise	49	78,53	6,96	Lise>Ortaokul
	Üniversite	201	76,04	8,29	Lise>Üniversite
	Yüksek Lisans	80	74,29	8,23	
	Doktora ve Üstü	7	79,00	7,30	

Tablo 15. incelendiğinde, ekonomik durum değişkeninin bağımlı değişkenler üzerindeki etkisi için Wilks' değeri ,981 olduğu ve  $p>,05$  olduğu için anlamlı olmadığı belirlenmiştir ( $F_{(2-347)}=1,679$ ;  $p>,05$ ). Bağlanma stilleri alt boyutlarından olan kaygılı ve kaçıngan bağlanma alt boyutlarında ekonomik duruma göre anlamlı bir farklılık yoktur. Tablo 15'te ekonomik duruma göre bağlanma stillerindeki farklılaşmanın Manova Testi sonuçları yer almaktadır.

**Tablo 15. Ekonomik Duruma Göre Bağlanma Stillerindeki Farklılaşmanın Manova Testi ile İncelenmesi**

Değişkenler	Wilks'	Multivariate F	U -F	Sig	df	$\eta^2$
Cinsiyet	,981	1,679		,157	347	,010
Kaygılı Bağlanma			1,958	,143	2	,011
Kaçıngan Bağlanma			1,651	,193	2	,009

### 3.4 Kişilik Özellikleri ile Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Kişilik özellikleri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla değişkenler arasında Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayısı ele alınmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkileri gösteren korelasyon katsayısı Tablo 16’da yer almaktadır.

Kişilik özellikleri ile erken dönem uyumsuz şemalar alt boyutlarına ait puanlar arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 16’da gösterilmiştir. Temel Kişilik Envanteri alt boyutlarından olan Dışadönüklük ile erken dönem uyumsuz şemalar alt boyutlarından olan İç İçelik, Yüksek Standartlar, Haklılık ve Onay Arama arasında çok zayıf, Duygusal Yoksunluk, Terk Edilme, Kuşkuculuk, Kusurluluk, Başarısızlık, Bağımlılık, Dayanıksızlık, Boyun Eğicilik, Yetersiz Özdenetim ve Karamsarlık arasında zayıf, Sosyal İzolasyon ve Duyguları Bastırma arasında orta ve istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki bulunmuştur ( $p < ,05$ ). Dışadönüklük ile bağlanma stilleri alt boyutlarından kaygılı ve kaçınan bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ( $p > ,05$ ).

Temel Kişilik Envanteri alt boyutlarından olan Sorumluluk ile erken dönem uyumsuz şemalar alt boyutlarından olan Duygusal Yoksunluk, Terk Edilme, İç İçelik, Onay Arama ve Karamsarlık arasında çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki, Kendini Feda Etme, Yüksek Standartlar arasında çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki bulunmuştur ( $p < ,05$ ). Sorumluluk ile Kuşkuculuk, Sosyal İzolasyon, Kusurluluk, Başarısızlık, Bağımlılık, Dayanıksızlık, Boyun Eğicilik ve Yetersiz Özdenetim arasında orta ve istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki bulunmuştur ( $p < ,05$ ). Sorumluluk ile bağlanma stilleri alt boyutundan Kaygılı Bağlanma arasında çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki bulunmuştur ( $p < ,05$ ).

Temel Kişilik Envanteri alt boyutlarından olan Uyumluluk ile erken dönem uyumsuz şemalar alt boyutlarından olan Terk Edilme, Başarısızlık, Dayanıksızlık, İç İçelik, Boyun Eğicilik ve Yetersiz Özdenetim arasında çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki, Kendini Feda Etme arasında çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki bulunmuştur ( $p < ,05$ ). Uyumluluk ile Duygusal

Yoksunluk, Kuşkuculuk, Sosyal İzolasyon, Kusurluluk, Bağımlılık ve Duyguları Bastırma arasında zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki bulunmuştur ( $p<,05$ ). Uyumluluk ile bağlanma stilleri alt boyutlarından kaygılı ve kaçınan bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ( $p>,05$ ).

Temel Kişilik Envanteri alt boyutlarından olan Nörotisizm ile erken dönem uyumsuz şemalar alt boyutlarından olan Duygusal Yoksunluk, İç İçelik, Boyun Eğicilik ve Cezalandırıcılık arasında çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki bulunmuştur ( $p<,05$ ). Nörotisizm ile Terk Edilme, Kuşkuculuk, Sosyal İzolasyon, Kusurluluk, Başarısızlık, Bağımlılık, Dayanıksızlık, Duyguları Bastırma, Yüksek Standartlar, Haklılık, Yetersiz Özdenetim, Onay Arama ve Karamsarlık arasında zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki bulunmuştur ( $p<,05$ ). Nörotisizm ile bağlanma stilleri alt boyutundan kaçınan bağlanma arasında çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki bulunmuştur ( $p<,05$ ).

Temel Kişilik Envanteri alt boyutlarından olan Deneyime Açıklık ile erken dönem uyumsuz şemalar alt boyutlarından olan Duygusal Yoksunluk, Sosyal İzolasyon, İç İçelik, Duyguları Bastırma, Yetersiz Özdenetim arasında çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki bulunmuştur ( $p<,05$ ). Deneyime Açıklık ile Haklılık arasında çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki bulunmuştur ( $p<,05$ ). Deneyime Açıklık ile Terk Edilme, Kuşkuculuk, , Kusurluluk, Başarısızlık, Bağımlılık, Dayanıksızlık ve Boyun Eğicilik arasında zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki bulunmuştur ( $p<,05$ ). Deneyime Açıklık ile bağlanma stilleri alt boyutundan kaçınan bağlanma arasında çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki bulunmuştur ( $p<,05$ ).

Temel Kişilik Envanteri alt boyutlarından olan Negatif Değer ile erken dönem uyumsuz şemalar alt boyutlarından olan Duygusal Yoksunluk, Terk Edilme, Dayanıksızlık, İç İçelik, Yüksek Standartlar, Haklılık, Yetersiz Özdenetim, Karamsarlık ve Cezalandırıcılık arasında çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki bulunmuştur ( $p<,05$ ). Negatif Değer ile Kuşkuculuk, Sosyal İzolasyon, Kusurluluk, Başarısızlık, Bağımlılık, Boyun Eğicilik, Duyguları Bastırma ve Onay Arama arasında zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki bulunmuştur ( $p<,05$ ). Deneyime Açıklık ile bağlanma stilleri alt boyutundan kaçınan

bağlanma arasında çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki bulunmuştur ( $p<,05$ ).

**Tablo 16. Kişilik Özellikleri ile Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

	Dışadönüklük	Sorumluluk	Uyumluluk	Nörotisizm	Deneyime Açıklık	Negatif Değer
Duygusal Yoksunluk	-,288**	-,121*	-,266**	,180**	-,204**	,176**
Terk Edilme	-,319**	-,210**	-,156**	,272**	-,353**	,198**
Kuşkuculuk	-,481**	-,268**	-,384**	,320**	-,301**	,371**
Sosyal İzolasyon	-,507**	-,262**	-,395**	,411**	-,192**	,323**
Kusurluluk	-,481**	-,268**	-,384**	,320**	-,301**	,371**
Başarısızlık	-,442**	-,455**	-,254**	,310**	-,505**	,295**
Bağımlılık	-,376**	-,344**	-,271**	,296**	-,391**	,327**
Dayanaksızlık	-,347**	-,276**	-,217**	,406**	-,379**	,252**
İç İçelik	-,230**	-,119*	-,128*	,210**	-,242**	,233**
Boyun Eğicilik	-,419**	-,262**	-,165**	,245**	-,429**	,279**
Kendini Feda Etme	-0,064	,110*	,242**	0,083	-0,086	0,003
Duyguları Bastırma	-,578**	-0,081	-,488**	,311**	-,181**	,293**
Yüksek Standartlar	-,133*	,158**	-0,031	,283**	0,019	,202**
Haklılık	-,199**	-0,074	-,114*	,312**	,110*	,215**
Yetersiz Özdenetim	-,315**	-,439**	-,161**	,330**	-,180**	,218**
Onay Arama	-,173**	-,125*	-0,074	,274**	-0,099	,273**
Karamsarlık	-,299**	-,185**	-0,103	,329**	-,256**	,258**
Cezalandırıcılık	-0,104	-0,018	-0,037	,126*	-0,06	,173**
Kaygılı Bağlanma	-,006	-,210**	,054	,076	-,009	-,034
Kaçınan Bağlanma	,082	,004	-,040	-,210**	,112*	-,137*

\* $p<,05$ , \*\* $p<,01$

### 3.5. Kişilik Özelliklerini Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi

Tablo 17’de regresyon analizi sonucunda, birinci adımda erken dönem uyumsuz şemaların dışadönüklük üzerinde etkisi incelenmiştir. Buna göre erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından olan duyguları bastırma alt boyutunun ( $\beta = -0,448$ ,  $p<,001$ ) negatif, sosyal izolasyon alt boyutunun ( $\beta = -0,237$ ,  $p<,001$ ) negatif, başarısızlık alt boyutunun ( $\beta = -0,221$ ,  $p<,001$ ) negatif, boyun eğicilik alt boyutunun ( $\beta = -0,197$ ,  $p<,001$ ) negatif, duygusal yoksunluk alt boyutunun ( $\beta = 0,188$ ,  $p<,001$ ) pozitif yönlü ve anlamlı etkisi olduğu görülmektedir. Duyguları bastırma, sosyal izolasyon, başarısızlık, boyun eğicilik ve duygusal yoksunluğun, dışadönüklüğü yordadığı

belirlenmiştir. İkinci adımda yapılan regresyon analizinde bağlanma stillerinin, dışadönüklüğü yordamadığı görülmektedir ( $p>,05$ ).

**Tablo 17. Dışadönüklük Kişilik Özelliğini Yordayan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların İncelenmesi**

Değişkenler	B	SH B	$\beta$	t	p
<b>Model 1</b>					
Sabit	38,836	1,409		27,561	,000
Duyguları Bastırma	-,590	,071	-,448	-8,257	,000
Sosyal İzolasyon	-,304	,082	-,237	-3,710	,000
Kuşkuculuk	,012	,101	,008	,120	,905
Başarısızlık	-,310	,086	-,221	-3,592	,000
Boyun Eğicilik	-,298	,094	-,197	-3,161	,002
Bağımlılık	,028	,106	,016	,267	,789
Dayanısızlık	-,061	,083	-,046	-,730	,466
Terk Edilme	-,083	,104	-,050	-,796	,426
Yetersiz Özdenetim	,000	,086	,000	,004	,997
Karamsarlık	-,001	,089	-,001	-,011	,991
Duygusal Yoksunluk	,260	,077	,188	3,384	,001
İçiçelik	,113	,076	,077	1,493	,136
Haklılık	,086	,082	,058	1,049	,295
Onay Arama	,002	,075	,001	,027	,978
Yüksek Standartlar	,051	,078	,036	,658	,511
Cezalandırıcılık	,158	,086	,097	1,846	,066
Kendini Feda Etme	,020	,068	,015	,291	,772
<b>Model 2</b>					
Sabit	43,707	4,665		9,368	,000
Duyguları Bastırma	-,584	,072	-,444	-8,122	,000
Sosyal İzolasyon	-,307	,082	-,240	-3,745	,000
Kuşkuculuk	,011	,102	,008	,112	,911
Başarısızlık	-,321	,087	-,228	-3,692	,000
Boyun Eğicilik	-,308	,095	-,204	-3,260	,001
Bağımlılık	,036	,106	,020	,335	,738
Dayanısızlık	-,057	,083	-,044	-,689	,491
Terk Edilme	-,079	,104	-,047	-,754	,451
Yetersiz Özdenetim	,004	,086	,003	,051	,959
Karamsarlık	-,005	,090	-,004	-,053	,958
Duygusal Yoksunluk	,265	,078	,191	3,406	,001
İçiçelik	,101	,077	,069	1,321	,188
Haklılık	,078	,083	,053	,947	,344
Onay Arama	-,024	,078	-,017	-,312	,755
Yüksek Standartlar	,056	,078	,039	,715	,475
Cezalandırıcılık	,147	,087	,090	1,694	,091
Kendini Feda Etme	,015	,068	,011	,221	,825
Kaçıngan Bağlanma	-,054	,041	-,061	-1,304	,193
Kaygılı Bağlanma	,000	,031	,001	,012	,990

Tablo 18’de regresyon analizi sonucunda, birinci adımda erken dönem uyumsuz şemaların sorumluluk üzerinde etkisi incelenmiştir. Buna göre erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından olan başarısızlık alt boyutunun ( $\beta= -,254, p<,001$ )

negatif, yetersiz özdenetim alt boyutunun ( $\beta = -.350$ ,  $p < .001$ ) negatif, sosyal izolasyon alt boyutunun ( $\beta = -.148$ ,  $p < .05$ ) negatif, yüksek standartlar alt boyutunun ( $\beta = .234$ ,  $p < .001$ ) pozitif, duygusal yoksunluk alt boyutunun ( $\beta = .131$ ,  $p < .001$ ) pozitif yönlü ve anlamlı etkisi olduğu görülmektedir. Başarısızlık, yetersiz özdenetim, sosyal izolasyon, yüksek standartlar ve duygusal yoksunluğun, sorumluluğu yordadığı belirlenmiştir. İkinci adımda yapılan regresyon analizinde bağlanma stillerinin sorumluluğu yordaması incelenmiştir. Kaygılı bağlanmanın ( $\beta = -.183$ ,  $p < .001$ ) negatif, kaçınan bağlanmanın ( $\beta = -.157$ ,  $p < .01$ ) negatif yönlü ve anlamlı etkisi olduğu görülmektedir. Kaygılı ve kaçınan bağlanmanın, sorumluluğu yordadığı görülmektedir.

**Tablo 18. Sorumluluk Kişilik Özelliğini Yordayan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların İncelenmesi**

Değişkenler	B	SHB	$\beta$	t	p
<b>Model 1</b>					
Sabit	34,725	1,423		24,398	,000
Başarısızlık	-,334	,087	-,254	-3,822	,000
Yetersiz Özdenetim	-,501	,086	-,350	-5,790	,000
Bağımlılık	-,034	,107	-,020	-,322	,748
Dayanıksızlık	-,080	,084	-,065	-,951	,342
Kusurluluk	,021	,103	,015	,201	,841
Sosyal İzolasyon	-,177	,083	-,148	-2,141	,033
Boyun Eğicilik	-,338	,095	-,239	-3,555	,000
Terk Edilme	,059	,105	,038	,561	,575
Karamsarlık	,037	,090	,031	,410	,682
Yüksek Standartlar	,315	,079	,234	3,987	,000
Onay Arama	-,026	,076	-,020	-,348	,728
Duygusal Yoksunluk	,170	,078	,131	2,184	,030
İç İçelik	,098	,077	,071	1,285	,200
Kendini Feda Etme	,179	,068	,147	2,616	,009
Cezalandırıcılık	-,025	,086	-,017	-,292	,771
Haklılık	,054	,083	,039	,655	,513
Duyguları Bastırma	,142	,072	,115	1,964	,050
<b>Model 2</b>					
Sabit	53,720	4,571		11,751	,000
Başarısızlık	-,356	,085	-,270	-4,185	,000
Yetersiz Özdenetim	-,461	,084	-,323	-5,468	,000
Bağımlılık	-,049	,104	-,029	-,471	,638
Dayanıksızlık	-,075	,082	-,061	-,919	,359
Kusurluluk	,007	,100	,005	,074	,941
Sosyal İzolasyon	-,170	,080	-,142	-2,118	,035
Boyun Eğicilik	-,351	,093	-,248	-3,791	,000
Terk Edilme	,099	,102	,064	,970	,333
Karamsarlık	,051	,088	,043	,586	,558
Yüksek Standartlar	,302	,077	,224	3,923	,000
Onay Arama	-,051	,077	-,039	-,673	,502
Duygusal Yoksunluk	,137	,076	,106	1,803	,072
İç İçelik	,055	,075	,040	,734	,463

<b>Değişkenler</b>	<b>B</b>	<b>SH B</b>	<b>β</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Kendini Feda Etme	,177	,067	,145	2,660	<b>,008</b>
Cezalandırıcılık	-,012	,085	-,008	-,145	,885
Haklılık	,069	,081	,050	,853	,394
Duyguları Bastırma	,127	,070	,103	1,807	,072
Kaygılı Bağlanma	-,121	,031	-,183	-3,978	<b>,000</b>
Kaçıngan Bağlanma	-,129	,040	-,157	-3,195	<b>,002</b>

Tablo 19’da regresyon analizi sonucunda, birinci adımda erken dönem uyumsuz şemaların uyumluluk üzerinde etkisi incelenmiştir. Buna göre erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından olan duyguları bastırma alt boyutunun ( $\beta = -,399$ ,  $p < ,001$ ) negatif, kendini feda etme alt boyutunun ( $\beta = ,365$ ,  $p < ,001$ ) pozitif, karamsarlık alt boyutunun ( $\beta = ,176$ ,  $p < ,05$ ) pozitif yönlü ve anlamlı etkisi olduğu görülmektedir. Duyguları bastırma, kendini feda etme ve karamsarlığın, uyumluluğu yordadığı belirlenmiştir. İkinci adımda yapılan regresyon analizinde bağlanma stillerinin, uyumluluğu yordamadığı görülmektedir ( $p > ,05$ ).

**Tablo 19. Uyumluluk Kişilik Özelliğini Yordayan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların İncelenmesi**

<b>Değişkenler</b>	<b>B</b>	<b>SH B</b>	<b>β</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
<b>Model 1</b>					
Sabit	37,800	,976		38,722	<b>,000</b>
Duyguları Bastırma	-,337	,050	-,399	-6,817	<b>,000</b>
Sosyal İzolasyon	-,106	,057	-,128	-1,861	,064
Kusurluluk	-,018	,070	-,020	-,262	,793
Bağımlılık	-,039	,073	-,033	-,526	,599
Duygusal Yoksunluk	-,045	,053	-,050	-,840	,402
Başarısızlık	-,060	,060	-,066	-,996	,320
Kendini Feda Etme	,305	,047	,365	6,505	<b>,000</b>
Dayanaksızlık	-,110	,058	-,130	-1,897	,059
Boyun Eğicilik	,030	,065	,031	,457	,648
Yetersiz Özdenetim	,079	,059	,080	1,329	,185
Terk Edilme	-,093	,072	-,087	-1,283	,200
İç İçelik	-,053	,052	-,056	-1,012	,312
Haklılık	,014	,057	,015	,251	,802
Yüksek Standartlar	-,007	,054	-,007	-,122	,903
Cezalandırıcılık	-,029	,059	-,027	-,481	,631
Onay Arama	-,048	,052	-,053	-,919	,359
Karamsarlık	,144	,062	,176	2,323	<b>,021</b>
<b>Model 2</b>					
Sabit	43,147	3,225		13,380	<b>,000</b>
Duyguları Bastırma	-,335	,050	-,396	-6,733	<b>,000</b>
Sosyal İzolasyon	-,107	,057	-,130	-1,893	,059
Kusurluluk	-,020	,070	-,022	-,289	,773
Bağımlılık	-,035	,073	-,030	-,474	,636
Duygusal Yoksunluk	-,045	,054	-,050	-,834	,405
Başarısızlık	-,069	,060	-,076	-1,151	,251
Kendini Feda Etme	,302	,047	,360	6,430	<b>,000</b>

<b>Değişkenler</b>	<b>B</b>	<b>SH B</b>	<b>β</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Dayanıksızlık	-,107	,058	-,126	-1,849	,065
Boyun Eğicilik	,021	,065	,022	,320	,749
Yetersiz Özdenetim	,086	,059	,087	1,438	,151
Terk Edilme	-,086	,072	-,080	-1,186	,237
İç İçelik	-,066	,053	-,070	-1,248	,213
Haklılık	,010	,057	,011	,178	,859
Yüksek Standartlar	-,005	,054	-,005	-,084	,933
Cezalandırıcılık	-,035	,060	-,034	-,592	,554
Onay Arama	-,069	,054	-,076	-1,282	,201
Karamsarlık	,142	,062	,174	2,301	<b>,022</b>
Kaygılı Bağlanma	-,012	,022	-,026	-,543	,588
Kaçınan Bağlanma	-,051	,028	-,090	-1,792	,074

Tablo 20’de regresyon analizi sonucunda, birinci adımda erken dönem uyumsuz şemaların nörotisizm üzerinde etkisi incelenmiştir. Buna göre erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından olan sosyal izolasyon alt boyutunun ( $\beta = ,399$ ,  $p < ,01$ ) pozitif, yetersiz özdenetim alt boyutunun ( $\beta = ,365$ ,  $p < ,001$ ) pozitif, yüksek standartlar alt boyutunun ( $\beta = ,176$ ,  $p < ,05$ ) pozitif yönlü ve anlamlı etkisi olduğu görülmektedir. Sosyal izolasyon, yetersiz özdenetim ve yüksek standartların nörotisizmi yordadığı belirlenmiştir. İkinci adımda yapılan regresyon analizinde bağlanma stillerinin, nörotisizmi yordamadığı görülmektedir ( $p > ,05$ ).

**Tablo 20. Nörotisizm Kişilik Özelliğini Yordayan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların İncelenmesi**

<b>Değişkenler</b>	<b>B</b>	<b>SH B</b>	<b>β</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
<b>Model 1</b>					
Sabit	12,227	1,649		7,414	<b>,000</b>
Sosyal İzolasyon	,282	,096	,220	2,943	<b>,003</b>
Dayanıksızlık	,301	,098	,229	3,087	<b>,002</b>
Yetersiz Özdenetim	,047	,100	,031	,469	,640
Karamsarlık	-,014	,104	-,011	-,138	,890
Kusurluluk	,056	,119	,039	,474	,636
Haklılık	,097	,096	,065	1,006	,315
Duyguları Bastırma	,120	,084	,091	1,433	,153
Başarısızlık	,072	,101	,051	,713	,476
Bağımlılık	,118	,124	,065	,955	,340
Yüksek Standartlar	,211	,091	,147	2,307	<b>,022</b>
Onay Arama	,085	,088	,060	,961	,337
Terk Edilme	,043	,122	,026	,356	,722
Boyun Eğicilik	-,037	,110	-,024	-,335	,738
İç İçelik	-,035	,089	-,024	-,399	,690
Duygusal Yoksunluk	-,255	,090	-,184	-2,829	<b>,005</b>
Cezalandırıcılık	-,134	,100	-,082	-1,333	,183
Kendini Feda Etme	-,067	,079	-,051	-,841	,401
<b>Model 2</b>					
Sabit	20,276	5,454		3,718	<b>,000</b>
Sosyal İzolasyon	,280	,096	,218	2,915	<b>,004</b>

<b>Değişkenler</b>	<b>B</b>	<b>SH B</b>	<b>β</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Dayanıksızlık	,306	,098	,232	3,133	<b>,002</b>
Yetersiz Özdenetim	,057	,101	,037	,569	,570
Karamsarlık	-,016	,105	-,013	-,156	,876
Kusurluluk	,054	,119	,037	,451	,652
Haklılık	,091	,097	,061	,937	,350
Duyguları Bastırma	,124	,084	,094	1,475	,141
Başarısızlık	,058	,101	,041	,572	,567
Bağımlılık	,124	,124	,068	,997	,319
Yüksek Standartlar	,214	,092	,149	2,334	<b>,020</b>
Onay Arama	,053	,091	,037	,577	,565
Terk Edilme	,054	,122	,032	,441	,660
Boyun Eğicilik	-,050	,111	-,033	-,454	,650
İç İçelik	-,055	,089	-,037	-,612	,541
Duygusal Yoksunluk	-,255	,091	-,184	-2,804	<b>,005</b>
Cezalandırıcılık	-,144	,101	-,089	-1,422	,156
Kendini Feda Etme	-,072	,079	-,055	-,907	,365
Kaçıngan Bağlanma	-,076	,048	-,087	-1,592	,112
Kaygılı Bağlanma	-,018	,036	-,025	-,488	,626

Tablo 21’de regresyon analizi sonucunda, birinci adımda erken dönem uyumsuz şemaların deneyime açıklık üzerinde etkisi incelenmiştir. Buna göre erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından olan başarısızlık alt boyutunun ( $\beta = -,399$ ,  $p < ,001$ ) negatif, boyun eğicilik alt boyutunun ( $\beta = -,365$ ,  $p < ,001$ ) negatif, dayanıksızlık alt boyutunun ( $\beta = -,176$ ,  $p < ,05$ ) negatif, haklılık alt boyutunun ( $\beta = ,257$ ,  $p < ,001$ ) pozitif yönlü ve anlamlı etkisi olduğu görülmektedir. Başarısızlık, boyun eğicilik, dayanıksızlık ve haklılığın, deneyime açıklığı yordadığı belirlenmiştir. İkinci adımda yapılan regresyon analizinde bağlanma stillerinin, deneyime açıklığı yordamadığı görülmektedir ( $p > ,05$ ).

**Tablo 21. Deneyime Açıklık Kişilik Özelliğini Yordayan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların İncelenmesi**

Değişkenler	<i>B</i>	<i>SH B</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
<b>Model 1</b>					
Sabit	25,073	,982		25,524	<b>,000</b>
Başarısızlık	-,349	,060	-,381	-5,784	<b>,000</b>
Boyun Eğicilik	-,289	,066	-,294	-4,401	<b>,000</b>
Bağımlılık	-,046	,074	-,039	-,619	,536
Dayanıksızlık	-,182	,058	-,214	-3,140	<b>,002</b>
Terk Edilme	-,050	,073	-,046	-,685	,494
Kusurluluk	,124	,071	,132	1,753	,081
Karamsarlık	,069	,062	,084	1,115	,266
İç İçelik	,024	,053	,025	,453	,651
Duygusal Yoksunluk	,014	,054	,016	,263	,793
Sosyal İzolasyon	-,015	,057	-,017	-,254	,799
Duyguları Bastırma	-,085	,050	-,100	-1,710	,088
Yetersiz Özdenetim	,023	,060	,023	,381	,703
Haklılık	,247	,057	,257	4,314	<b>,000</b>
Yüksek Standartlar	,036	,054	,039	,667	,505
Cezalandırıcılık	,070	,060	,067	1,177	,240
Kendini Feda Etme	-,012	,047	-,014	-,256	,798
Onay Arama	,006	,052	,007	,124	,901
<b>Model 2</b>					
Sabit	25,117	3,261		7,702	<b>,000</b>
Başarısızlık	-,348	,061	-,381	-5,741	<b>,000</b>
Boyun Eğicilik	-,289	,066	-,294	-4,365	<b>,000</b>
Bağımlılık	-,046	,074	-,040	-,625	,532
Dayanıksızlık	-,183	,058	-,214	-3,131	<b>,002</b>
Terk Edilme	-,049	,073	-,046	-,673	,501
Kusurluluk	,124	,071	,132	1,744	,082
Karamsarlık	,070	,063	,085	1,117	,265
İç İçelik	,024	,053	,025	,446	,656
Duygusal Yoksunluk	,013	,054	,015	,243	,808
Sosyal İzolasyon	-,014	,057	-,017	-,247	,805
Duyguları Bastırma	-,086	,050	-,100	-1,708	,089
Yetersiz Özdenetim	,023	,060	,023	,386	,699
Haklılık	,248	,058	,258	4,286	<b>,000</b>
Yüksek Standartlar	,036	,055	,038	,652	,515
Cezalandırıcılık	,071	,060	,068	1,178	,240
Kendini Feda Etme	-,012	,047	-,014	-,249	,803
Onay Arama	,008	,055	,008	,142	,887
Kaçıngan Bağlanma	,001	,029	,002	,037	,971
Kaygılı Bağlanma	-,002	,022	-,005	-,107	,915

Tablo 22 Regresyon analizi sonucunda, birinci adımda erken dönem uyumsuz şemaların negatif değer üzerinde etkisi incelenmiştir. Buna göre erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından olan onay arama alt boyutunun ( $\beta = ,165$ ,  $p < ,05$ )

pozitif, kendini feda etme alt boyutunun ( $\beta = -.158, p < .05$ ) negatif yönlü ve anlamlı etkisi olduğu görülmektedir. Onay arama ve kendini feda etmenin, negatif değeri yordadığı belirlenmiştir. İkinci adımda yapılan regresyon analizinde bağlanma stillerinin, negatif değeri yordamadığı görülmektedir ( $p > .05$ ).

**Tablo 22. Negatif Değer Kişilik Özelliğini Yordayan Erken Dönem Uyumsuz Şemaların İncelenmesi**

Değişkenler	B	SH B	$\beta$	t	p
<b>Model 1</b>					
Sabit	5,142	,714		7,205	<b>,000</b>
Kusurluluk	,094	,051	,157	1,836	,067
Bağımlılık	,088	,054	,117	1,638	,102
Sosyal İzolasyon	,056	,042	,105	1,348	,178
Başarısızlık	,037	,044	,063	,841	,401
Duyguları Bastırma	,041	,036	,075	1,131	,259
Boyun Eğicilik	,053	,048	,084	1,107	,269
Onay Arama	,097	,038	,165	2,550	<b>,011</b>
Karamsarlık	,000	,045	,000	-,002	,999
Dayanıksızlık	,023	,042	,042	,547	,585
İç İçelik	,038	,038	,063	1,003	,317
Yetersiz Özdenetim	-,044	,043	-,069	-1,008	,314
Haklılık	,030	,042	,048	,716	,474
Yüksek Standartlar	,042	,040	,071	1,072	,285
Terk Edilme	-,080	,053	-,115	-1,512	,132
Duygusal Yoksunluk	-,075	,039	-,131	-1,931	,054
Cezalandırıcılık	,026	,043	,039	,608	,544
Kendini Feda Etme	-,086	,034	-,158	-2,509	<b>,013</b>
<b>Model 2</b>					
Sabit	6,504	2,356		2,761	<b>,006</b>
Kusurluluk	,092	,051	,152	1,788	,075
Bağımlılık	,079	,054	,105	1,479	,140
Sosyal İzolasyon	,060	,041	,112	1,445	,149
Başarısızlık	,038	,044	,065	,870	,385
Duyguları Bastırma	,034	,036	,061	,923	,357
Boyun Eğicilik	,057	,048	,090	1,187	,236
Onay Arama	,109	,039	,184	2,755	<b>,006</b>
Karamsarlık	,006	,045	,011	,132	,895
Dayanıksızlık	,022	,042	,040	,523	,601
İç İçelik	,036	,039	,059	,933	,352
Yetersiz Özdenetim	-,037	,043	-,058	-,848	,397
Haklılık	,039	,042	,063	,924	,356
Yüksek Standartlar	,036	,040	,060	,912	,363
Terk Edilme	-,073	,053	-,105	-1,377	,170
Duygusal Yoksunluk	-,086	,039	-,149	-2,192	<b>,029</b>
Cezalandırıcılık	,037	,044	,055	,849	,397
Kendini Feda Etme	-,084	,034	-,154	-2,436	<b>,015</b>
Kaçıngan Bağlanma	,004	,021	,012	,216	,829
Kaygılı Bağlanma	-,030	,016	-,101	-1,887	,060

## **BÖLÜM 4: TARTIŞMA**

Yapılan bu çalışmada kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca sosyodemografik değişkenlerin erken dönem uyum bozucu şemalar, bağlanma stilleri ve kişilik özellikleriyle farklılaşma durumları incelenmiştir. Araştırmanın bu bölümünde belirlenen araştırma sorularına yönelik elde edilen sonuçlar, literatür doğrultusunda değerlendirilmiş, tartışılmış ve yorumlanmıştır.

### **4.1. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Demografik Özelliklere Göre Değerlendirilmesi**

Cinsiyete göre erken dönem uyum bozucu şemalar incelendiğinde duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, kusurluluk, haklılık ve onay arayıcılık şemalarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Yapılan araştırmalar incelendiğinde Sağlam (2016) benzer bulgulara ulaşmıştır. Kıray (2019) haklılık ve onay arayıcılığın cinsiyete göre farklılaşmadığını belirlerken, duyguları bastırma, duygusal yoksunluk ve kusurluluğun erkeklerde kadınlara göre yüksek olduğunu bulmuştur. Karayiğit (2018) erkeklerin duygusal yoksunluk, kusurluluk ve yüksek standartlar şemalarını, kadın katılımcılara göre yüksek bulurken; kadınların karamsarlık şemalarını erkeklere göre yüksek bulmuştur. Tütüncü, İnce ve Türkçapar (2012) duygusal yoksunluk şemasının erkeklerde daha yüksek olduğunu bulgulamıştır. Kevlekçi (2013) yalnızca duygusal bastırma şemasının erkeklerde yüksek olduğunu, diğer şemalarda anlamlı bir farklılığın olmadığını belirlemiştir. Boysan (2012) sosyal kopukluk ve reddedilmişlik şemalarında erkeklerde daha yüksek olduğu, diğer şema alanlarında ise anlamlı farklılığın olmadığını belirlemiştir. Akhun (2012) duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, kusurluluk, haklılık ve onay arayıcılık şemalarının erkeklerde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulguları destekleyen Kaya (2010) erkeklerin, kadınlara kıyasla daha fazla çocukluk dönemi istismar öyküsünün olmasının erkeklerde daha fazla erken dönem uyum bozucu şemalara neden olduğunu belirtmektedir. Şema terapi modelinde çocukluk döneminde travmatik olaylarla karşılaşmaların, fonksiyonel olmayan karakter özellikleri olarak nitelenen erken dönem uyumsuz şemalar geliştireceği bildirilmiştir (Trincas ve diğerleri, 2014).

Ayrıca çocukların psikolojik gereksinimlerin karşılanmaması da erken dönemdeki uyumsuz şemaların oluşmasında etkili olmaktadır (Kesici, 2008; Young, Klosko ve Weishaar, 2009). Erken dönem uyum bozucu şemaların gelişiminde ebeveyn tutumları önemli bir yere sahiptir. Çocuklarla kurulan ilişkiler, çocukların duygusal gereksinimlerinin karşılanma durumu ve duygularını ifade etmelerinin desteklenmesi uyum bozucu şemaların gelişimine neden olabilmektedir. Cinsiyete göre erken dönem uyum bozucu şemalarda farklılığın oluşmaması, örneklem grubundaki katılımcıların aile tutum ve davranışlarının benzer olduğunu düşündürebilir.

Eğitim düzeyine göre erken dönem uyum bozucu şemalar incelendiğinde yüksek standartlar şeması ve kusurluluk şemalarında eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Altun (2019), Kıray (2019), Sağlam (2016) ve Çakırca (2020)'nin araştırmasında da ulaşılan bulgular, bu sonuçlarla paralellik göstermektedir. Altun (2019) yalnızca yüksek standartlar şemasında eğitim düzeyine göre farklılık olduğunu, diğer erken dönem uyum bozucu şemalarda farklılığın olmadığını belirlemiştir. Katılımcıların %57,4'ünün üniversite mezunu iken ilkököl, ortaokul, doktora ve üstü mezuniyete sahip olanlar ise %5,7'lik bir kesimi oluşturmaktadır. Eğitim durumuna göre erken dönem uyumsuz şemalarda farklılığın olmaması eğitim durumuna göre katılımcıların dengeli dağılmamasıyla açıklanabilir.

Ekonomik duruma göre erken dönem uyum bozucu şemalar incelendiğinde sosyal izolasyon ve yüksek standartlar şemalarında ekonomik duruma göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Boysan (2012), Karayığit (2018), Kıray (2019) ve Çakırca (2020) araştırmasında benzer bulgulara ulaşmıştır. Boysan (2012) araştırmasında gelir durumu yüksek olanların haklılık ve yetersiz özdenetim şemalarının, orta ve düşük gelirli olanlara göre yüksek olduğunu bulgulamıştır. Bu sonuçlardan farklı bulgulara ulaşan Akhun (2012) ekonomik duruma göre sosyal izolasyon ve yüksek standartlar şemasının farklılık gösterdiğini, ekonomik durumu düşük olanların sosyal izolasyon ve yüksek standartlar şemalarının yüksek olduğunu bulmuştur. Ekonomik durumun düşmesi erken dönem gereksinimlerinde kısıtlığa neden olacağından, bireyler kendisini azınlık gruplarda görebilir. Ayrıca topluma kıyasla farklı bir sosyal yapıya ait olduğunu düşünür ve bu durumda sosyal izolasyon şemasının gelişimine yol açabilir (Roediger, 2009). Yüksek standartlar şemasında da ekonomik durum arttıkça, bireylerin daha fazla imkana sahip olarak kendi

mükemmeliyetçi anlayışını oluşturabilir. Bu araştırmada katılımcıların %82'sinin orta düzeyde ekonomik gelire sahip olması, benzer imkanlara sahip olduğunu ve bu nedenle sosyal izolasyon ve yüksek standartlar şemalarında farklılığın oluşmadığını düşündürmektedir.

#### **4.2. Bağlanma Stillerinin Demografik Özelliklere Göre Değerlendirilmesi**

Cinsiyete göre bağlanma stilleri incelendiğinde kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Gezer (2001), Kılıç (2010), Topkara (2014), Ay (2016) ve Yavuz (2018) araştırmasında cinsiyete göre bağlanma stillerini incelemiş ve benzer sonuçlara ulaşmıştır. Scharfe ve Bartholomew (1994), Konyalıoğlu (2000), Beştav (2007) ve Kaçmaz (2020) araştırmasında erkeklerin, kadınlara göre daha kaçınan bağlandıklarını belirlemiştir. Ünlü (2015) ve Kaçmaz (2020) kaygılı bağlanma açısından cinsiyete göre fark olmadığını bulmuştur. Bağlanma kuramına göre anneyle çocuk arasında olumlu ilişki kurulması, annenin cinsiyet ayırt etmeden çocuğun temel bakım ve gereksiniminin karşılanması, bağlanma davranışları açısından cinsiyetler arasında farklılık yaratmamış olabileceğini düşündürmektedir.

Eğitim düzeyine göre bağlanma stilleri incelendiğinde kaçınan bağlanma stilinde eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Lise mezunu olanların kaçınan bağlanma düzeyinin yüksek lisans mezunu olanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulgulanırken, kaygılı bağlanma stilinde ise anlamlı bir farklılık yoktur. Kılıç (2010), Soğancı (2017) ve Gençoğlu (2019) araştırmasında eğitim düzeyine göre bağlanma stillerinde farklılık olmadığını bulmuştur. Yahşi ve Bayraktar (2016) eğitim düzeyine göre kaçınan bağlanmanın farklılık göstermediğini, kaygılı bağlanmada ise ilköğretim mezunlarının daha kaygılı bağlandığını bulgulanmıştır. Yapılan diğer çalışmalarda güvensiz bağlananların, eğitim düzeylerinin düşük olduğu bildirilmektedir (Lopez ve ark., 1997; Zimmerman ve ark., 2001). Yapılan bu araştırma sonuçlarının, literatürle paralellik göstermediği görülmektedir. Lise mezunu olanların kaçınan bağlanma düzeyinin yüksek olmasında ebeveynlerin eğitim düzeylerinin etkisinden bahsedilebilir. Erözkan (2011) ebeveynlerin eğitim düzeyinin artmasının, ebeveyne güvenli bağlanmayı artırdığını belirtmektedir. Ebeveynlerin eğitim düzeyinin yüksek olması çocukları daha iyi anlamalarına ve

nitelikli ilişki geliştirmelerine yardımcı olabilecektir. Bu nedenle eğitim düzeyinden ziyade ebeveynlerin eğitim düzeyine göre bağlanma stillerinin incelenmesi gerçekleştirilebilir.

#### **4.3. Kişilik Özelliklerinin Demografik Özelliklere Göre Değerlendirilmesi**

Cinsiyete göre kişilik özellikleri incelendiğinde nörotisizm, deneyime açıklık ve negatif değerlik kişilik özelliklerinde anlamlı farklılığın olduğu bulgulanmıştır. Dışadönüklükte ise anlamlı farklılık yoktur. Erkeklerin deneyime açıklık ve negatif değer düzeyi kadınlara göre anlamlı düzeyde yüksekken, kadınların nörotisizm düzeyi erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksektir. Shevlin ve arkadaşları (2002), Karancı, Dirik ve Yorulmaz (2007), Şahin ve Ünüvar (2010) ile Deniz ve Kesicioğlu (2012) dışadönüklükle ilgili elde ettiği sonuçlar bu bulgular ile paralellik gösterirken, nörotisizm düzeyin cinsiyete göre farklılığın olmadığını bulmuşlardır. Yapılan diğer çalışmalarda da dışadönüklüğün cinsiyete göre farklılık göstermediği bulunmuştur (Eysenck ve Haapsalo 1989, Francis 1993, Hanin ve ark. 1991). Şahin ve Ünüvar (2010) ayrıca erkeklerin kadınlara göre daha yüksek nörotisizm düzeyine sahip olduğunu bulgulanmıştır. Ulucan ve Bahadır (2011) dışadönüklüğün cinsiyete göre farklılık göstermediği, fakat nörotisizmin erkeklerde daha yüksek olduğunu bulmuştur. Tunç ve Kaygas (2016) dışadönüklüğün kadınlarda, erkeklere göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bu sonuçlar dışadönüklük haricindeki kişilik özellikleriyle ilgili elde edilen sonuçlarla paralellik göstermemektedir. Dışadönüklük açısından değerlendirildiğinde cinsiyete göre anlamlı farklılığın olmaması geleneksel cinsiyet rollerinin etkisinin azalmasıyla açıklanabilir (Özkan ve Lajunen 2005). Geleneksel cinsiyet rollerinde erkekler daha dışadönük yetiştirilirken ve bu konuda desteklenirken, kadınlar evine bağlı olarak yetiştirilmektedir. Cinsiyete göre dışadönüklüğün farklılaşmaması, geleneksel cinsiyet rollerinden uzaklaşıldığını düşündürmektedir.

Deneyime açık olmanın, kadınlara göre erkeklerde daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Deneyime açık olanlar yenilikçiliğe daha fazla önem verirken, yeni düşünce ve fikirlere açıktır. Hayal güçleri yüksektir ve aynı oranda yaratıcılıkları da yüksektir. Bu kişiler oldukça meraklıdır, yeni deneyimlere açıktır ve hata yapmaktan korkmazlar. Deneyime açık olmayanlar ise kabul gören davranışları sürdürme eğilimi

içerisindedir (Burger, 2006). Toplumsal cinsiyet rollerine göre erkeklerin daha özgüvenli yetiştirilmesi, hata yapmalarına izin verilmesi ve yaratıcılığını göstermelerine fırsat tanınması, kadınların ise erkeklerin izin verdiği ölçüde istediklerini yapabilmeleri, erkeklerin kadınlara göre deneyime daha fazla açık olmasını açıklayabilir.

Nörotisizm açısından araştırmadaki bulgularla paralellik gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Altınöz, Çöp ve Boso, 2017; Kaya, 2017; Uğurlu ve Çelebi, 2014; Süren, 2015; Tosunoğlu, 2008). Nörotisizm, bireylerin duygusal dengesizlik yaşamalarıyla ilişkilendirilmiştir (McCrae ve Costa, 1997). Duygusal denge sahibi bireylerin davranışları tutarlıdır. İlişkilerinde uyumludur ve kalıcılık özelliği gösteren olumsuz duygulardan uzak durmayı tercih ederler. Ayrıca bu kişilerin duygusal tepkileri daha karardır ve olumlu duyguları daha fazla tecrübe ederler. Olumsuz durumlar karşısında telaşlanmazlar ve duygularını kontrol altına alabilirler (Bilgin, 2017; Doğan, 2013). Kadınların nörotisizm düzeyinin yüksek olması, erkeklere göre daha güvensiz ve endişeli olmasıyla ayrıca duygu değişimlerinin daha fazla olmasıyla açıklanabilir. Negatif değerlik açısından cinsiyete göre farklılık durumu incelendiğinde bu kişilik özelliğiyle ilgili daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulduğu söylenebilir.

Ekonomik duruma göre kişilik özellikleri incelendiğinde nörotisizm ve negatif değerlik kişilik özelliklerinde anlamlı farklılığın olmadığı gözlenmiştir. Koç, Avşaroğlu ve Sezer (2004)'in bulguları, bu sonuçlarla paralellik göstermektedir. Tunç ve Aliyev (2015) ekonomik durum düştüğünde nörotisizm düzeyinin arttığını bulmuştur. Floros ve Siomos (2014) nörotisizm düzeyi yüksek olanların tedirgin, stresli, öfkeli, problemlerle etkin mücadele edemeyen ve üzgün kişiler olduğunu bildirmektedir. Ekonomik durumun düşmesi imkanları daha kısıtlı hale getireceğinden, ruhsal sorunlar yaratma ihtimali yükselmektedir.

Eğitim düzeyine göre kişilik özellikleri dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık kişilik özelliklerinde anlamlı farklılığın olmadığı gözlenmiştir. Literatür incelendiğinde farklı bulgulara ulaşıldığı görülmektedir. Bayramoğlu (2019) eğitim düzeyi yükseldikçe bireylerin deneyime açıklığın yükseldiğini belirlemiştir. Orhan Ergin (2016) eğitim düzeyi düştükçe dışadönüklüğün arttığını bulmuştur. Bal

ve Şahin (2011) eğitim düzeyi düştükçe dışadönüklüğün azaldığını bulgulamıştır. Elde edilen bulgular ile bu araştırmadaki bulguların farklılık göstermesinin, katılımcıların eğitim düzeyinin yanı sıra sosyoekonomik ve kültürel farklılıklarının olduğunu düşündürmektedir.

#### **4.4. Kişilik Özellikleri ile Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi**

Dışadönüklük, sorumluluk, uyumluluk ve deneyime açıklık ile erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından olan başarısızlık, karamsarlık, duyguları bastırma ve terk edilme şemaları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Nörotisizm ve negatif değerlik kişilik özellikleri baskın olanların, daha fazla erken dönem uyumsuz şemalara sahip olduğu görülmektedir. Araştırma bulgularıyla paralel sonuçlara ulaşan Caspi, Roberts ve Shiner (2005: 453) erken dönem uyumsuz şemaların yüksek düzeyde nörotisizm kişilik özelliğini anlamlı biçimde yordadığını bulmuştur. Ayrıca erken dönem uyumsuz şemaların, düşük düzeyde dışadönüklük ve uyumluluk kişilik özellikleriyle ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Bir diğer paralel bulgulara ulaşan Sava (2009) araştırmasında bireylerin nörotisizm ve uyumluluk özelliklerinin, uyumsuz şemalarla negatif ilişki içerisinde olduğunu belirlemiştir. Nörotisizmin, bütün şemalarla pozitif ilişki içerisinde olduğu, uyumluluk özelliklerinin ise yalnızca terk edilme, haklılık, güvensizlik ve baskınlık şemalarıyla negatif ilişki içerisinde olduğunu bulmuştur. Erken dönem uyumsuz şemaların duygudurum bozukluğuyla ilişkisinden bahseden Reeves ve Taylor (2007)'a göre nörotisizmin erken dönem uyumsuz şemalarla yüksek düzeyde ilişkilidir. Bu bulgular, yapılan araştırmadaki bulgularla paralellik göstermektedir.

Erken dönem uyumsuz şemaların oluşumu ve gelişimi kişilik gelişimi sırasında oluşur ve oluşan şemalar kişilik yapısının önemli bir parçası haline gelir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009). Yapılan bir başka araştırmada da erken dönem uyumsuz şemalar ile kişilik özelliklerinin anlamlı ilişki içerisinde olduğu belirtilmektedir. Thimm (2011) nörotisizmin yapışıklık, hak görme, duygusal yoksunluk ve duyguları bastırma şemalarıyla pozitif yönde anlamlı ilişki içerisinde olduğunu bulmuştur. Ayrıca sorumluluk, dışadönüklük ve uyumluluk kişilik özelliklerinin, erken dönem uyumsuz şemalarla negatif yönde anlamlı ilişki içerisinde olduğu belirtilmiştir. Bu

araştırmadaki bulgulardan farklı olarak Thimm (2011) deneyime açıklığın erken dönem uyumsuz şema alanlarıyla negatif yönde zayıf bir ilişki içerisinde olduğunu bulmuştur. Yapılan araştırmalar bize kişilik özellikleri ve erken dönem uyumsuz şemaların ilişki içerisinde olduğunu göstermektedir (Langroudi, Bahramizadeh ve Mehri, 2011; Oral, 2006; Sava, 2009; Thimm, 2011: 2013). Bu sonuçlara göre olumlu kişilik özelliklerinden olan dışadönüklük, sorumluluk, uyumluluk ve deneyime açıklığın erken dönem uyumsuz şemalarla negatif ilişki içerisinde olması, negatif özellikler barındıran nörotisizm ile negatif değerlerin ise erken dönem uyumsuz şemalarla pozitif ilişki içerisinde olmasını doğrular niteliktedir. Young, Klosko ve Weishaar (2009), erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunun ve gelişiminin kişilik gelişimi sırasında oluştuğunu belirtmektedir. Erken dönem uyumsuz şemalar ayrıca çocuklukta düşüncele inanışlarla ve kurullarla gelişmektedir. Uyumsuz şemalar yetişkinlik döneminde de devam etmekte ve çeşitli kişilik bozukluklarına neden olabilmektedir. Buna göre erken dönem uyumsuz şemaların olumsuz kişilik özellikleriyle pozitif ilişki içerisinde olması, olumlu kişilik özellikleriyle de negatif yönde ilişki içerisinde olması beklenebilir.

#### **4.5. Kişilik Özellikleri ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi**

Nörotisizm ve negatif değerlik kişilik özellikleri ile kaçınan bağlanma arasında negatif yönde ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yapılan araştırmalarda kaçınan ve kaygılı bağlanmanın nörotisizm ile ilişki içerisinde olduğu bulgulanmıştır (Backström ve Holmes, 2001; Surcinell ve diğerleri, 2010; Ulu ve Tezer, 2010). Yapılan başka araştırmada ise kaçınan bağlanmanın nörotisizm, sosyalleşme ve başkalarına güvenme düzeyinin düşük olmasıyla ilişkili bulunmuştur (Kantarcıoğlu, 2004). Bağlanma kuramına göre bağlanma stilleriyle kişilik özellikleri arasında önemli bir ilişki bulunmaktadır. Annelerin, çocuğuyla geliştirdiği ilişkide, temel gereksinimleri karşılamada ve çocuğun bağımsızlığının desteklenmesinde sorunların olması bu çocukların yetişkinlikte, nörotisizm düzeyinin yüksek olmasına neden olabilir. Shaver ve Brennan (1992)'e göre kaçınan bağlanan bireylerin depresif belirtileri yüksektir. Kaçınan bağlanma açısından bulgular paralellik gösterirken, kaygılı bağlanmayla ilgili bulgular paralellik göstermemektedir. Bu araştırmalar incelendiğinde kaçınan bağlanma ile nörotisizmin ilişki içerisinde olduğu

görülmektedir. Bu durum kaçınan bağlananların sosyal desteğe başvuramaları, çevresiyle geliştirdiği ilişkilerde ön planda olma arzuları (Hazan ve Shaver, 1987), çevresi tarafından güvenilmez algılanmaları (Eriş, 2010) olumsuz duyguları daha fazla tecrübe etmeleriyle açıklanabilir. Negatif değer görgüsüz, yapmacık, terbiyesiz, içten pazarlıklı, aç gözlü ve sabit fikirli özellikleriyle ifade edilmiştir. Durrett ve Trull (2010) negatif değeri, olumsuz ruh hali olarak açıklamıştır. Negatif değer ile kaçınan bağlanma arasında ilişkinin olması, literatürle ilişkili olarak olumsuz ruh haline sahip olmalarıyla açıklanabilir.

#### **4.6. Kişilik Özelliklerini Yordayan Değişkenlerin Değerlendirilmesi**

Duyguları bastırma şeması uyumluluğu negatif yönde yordarken, kendini feda etme ve karamsarlık şemaları uyumluluğu pozitif yönde yordamaktadır. Thim (2010) araştırmasında kendini feda etme ile uyumluluk arasında pozitif ilişki olduğunu bulgulamıştır. Sava (2009) erken dönem uyumsuz şemalar ile uyumluluk arasında negatif yönde ilişki olduğunu bulgulamıştır. Ehsan ve Bahramizadeh (2011) yüksek standartlar, sosyal izolasyon ve başarısızlık şemalarının, uyumluluğu yordadığını bulgulamıştır. Erken dönem uyumsuz şemalar ile uyumluluk ilişkisinde farklı bulguların olduğu görülmektedir. Duyguları bastırma şemasına sahip olanlar duygularını ifade etmekten kaçınırken, çevresi tarafından hissiz olarak algılanır ve bu durum ilişkilerine yansiyarak, uyumlu hareket etmesini engelleyebilir. Çünkü uyumlulukta sosyal ilişkiler ön plandadır ve çevresini rahatlatıcı hareketler sergilenir. Kendini feda şemasına sahip olanlar ise kendi çıkarlarını geri plana atarak, çevresindekilerin çıkarlarını ön plana çıkarır ve bu durum çevreleri tarafından uyumlu olduklarını düşündürebilir. Karamsarlık şemasına sahip olanlar ise sürekli başına kötü bir durum geleceğini düşündüğünden ve bu durumdan uzaklaşmak istediğinden, çevresine uyumlu davranmaya çalışıyor olabilir.

Sosyal izolasyon, yetersiz özdenetim ve yüksek standartlar şemaları, nörotisizmi pozitif yönde yordamaktadır. Yapılan araştırmalarda erken dönem uyumsuz şemalar ile nörotisizm arasında pozitif ilişki olduğu bulgulanmıştır (Muris, 2006; Sava, 2009; Thimm, 2010). Zadahmad ve Torkan (2016) sosyal izolasyon şemasının, nörotisizmi pozitif yönde yordadığını belirlemiştir. Bahsedilen şemaların oluşum nedenleri incelendiğinde sosyal izolasyonun aşağılanmaların ve dışlanmalarla

(Roediger, 2009), yetersiz özdenetimin izin verici ve aşırı serbest ebeveyn tutumla (Young, Klosko ve Weishaar, 2009), yüksek standartların ise olumsuz aile tutumlarıyla (Young, Klosko ve Weishaar, 2009) ortaya çıkabileceği görülmektedir. Olumsuz ebeveyn tutumuyla büyüyen bireylerin davranışlarında tutarsızlık olması, stres, saldırganlık ve kaygı düzeylerinin yüksek olması beklenebilir. Buna göre ise bu şemaların, nörotizme yol açabileceği söylenebilir.

#### **4.7. Çalışmanın Sınırlılıkları ve Öneriler**

Bu çalışma ulaşılan 350 kişiyle sınırlıdır. Pandemi nedeniyle internet ortamından veriler toplanmış, bu nedenle katılımcılarla yüz yüze görüşme yapılamayarak, o anki sorularına cevap verilememiştir. Cinsiyet, eğitim durumu ve ekonomi duruma göre katılımcıların dengeli bir dağılım göstermemesi araştırmanın bir diğer sınırlılığıdır. Kadınların, üniversite mezunu ve orta düzeyde ekonomik durumu olanların yoğunlukta olmasının elde edilen bulguları etkilediği düşünülmektedir. Araştırmadaki değişkenlerin ilişkisinin tartışılmasında daha önce kısıtlı sayıda yapılan araştırmalarla benzerlikleri olduğundan, literatür bilgisi sınırlı kalmıştır. Özellikle negatif değer kişilik özellikleriyle ilgili literatür bilgisi ve yapılan araştırmalar oldukça sınırlıdır. Erken dönem uyumsuz şemalar, kişilik özellikleri ve bağlanma stilleri ilişkisi ölçeklerle tespit edilmek istendiğinden, ölçme araçlarının ölçtüğü niteliklerle sınırlı kalmıştır.

İleride yapılacak olan araştırmalar için boylamsal yöntem kullanılarak çalışılabilir. Böylelikle bağlanma stilleri ile erken dönem uyumsuz şemaların gelişim aşamasından, yetişkinliğe kadar olan dönemde daha güvenilir bulgular elde edilebilir.

Erken dönem uyumsuz şemaların ve bağlanma stillerinin, kişilik özelliğini yordadığı ve şemalar ile kişilik özelliklerinin ilişki içerisinde olduğu görülmektedir. Erken dönem uyumsuz şemalar ile bağlanma stilleri üzerine çalışmalar yürütülerek, olumsuz kişilik özelliklerinin gelişimi engellenebilir.

## KAYNAKÇA

- Abadi, F.G.S., Abdolmohamadi, K., Kheiradin, J. B. ve Roodsari, A. B. (2014). Prediction of alexithymia on the basis of attachment style and early maladaptive schemas in university students. *Practice in Clinical Psychology*, (3)1, 39-46.
- Ainsworth, M. D. S. (1982). *Attachment: Retrospect and prospect. The place of attachment in human behavior*. New York: Basic Books.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- Ainsworth, M. D. S. ve Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personaliy development. *American Psychologist*, 46, 333-341.
- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment*. N.J.: Lawrance Erlbaum Associates.
- Akgül E, (2015). *Okul öncesi eğitim kurumlarında çalışan personelin cinsel istismar bildirim durumları* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Akhun, M. (2012). *Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik kurgusu, ayrılma-bireyleşme ve duygu düzenleme güçlüğüünün psikolojik belirtilerle ilişkisi* (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Alford, B. A. ve Beck, A. T. (1997). Therapeutic interpersonal support in cognitive therapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 7(2), 105–117.
- Alkım Arı, F. (2015). *Evliliklerinde sorun yaşayan bireylerin bağlanma stilleri ve erken dönem uyumsuz şemalarının incelenmesi* (Doktora tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Allık, J ve R. R. McCrae. (2004). Toward a Geography of Personality Traits: Patterns of Profiles across 36 Cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 35.1, 13-28.

- Altınöz, M., Çöp, S. ve Boso, N. I. (2017). Nevrotik yöneticilerin işkolik davranışları üzerine bir araştırma. *Selçuk Ün. Sos. Bil. Ens. Der.* (38), 154-165.
- Altun, N. (2019). *Kadınlarda toplumsal cinsiyet rollerine göre çocukluk çağı travmaları ile erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Arslan, E., Arslan, C. ve Arı, R.(2012). Kişilerarası problem çözme yaklaşımlarının bağlanma stilleri açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri* (12)1,1-17
- Aslan, S. (2008). Kişilik, huy ve psikopatoloji. *Rewiews, Cases and Hypotheses in Psychiatry*, 2(1-2), 7-18.
- Atalar Sarıtaş, D. ve Gençöz, T. (2015). Anne ret algısı ile psikolojik sorunlar arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(1), 40.
- Atalay, H., Atalay, F., Karahan, D. ve Çalışkan, M. (2008). Early maladaptive schemas activated in patients with obsessive compulsive disorder: A cross-sectional study. *Int J Psychiatry Clin Pract*, 12, 268-279.
- Atkinson, R. C. ve Hilgard, E. R. (1995). *Psikolojiye giriş*. İstanbul: Sosyal Yayınları.
- Atlı Özbaş, A., Sayın, A. ve Coşar, B. (2008). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav öncesi anksiyete düzeyi ile erken dönem uyumsuz şema ilişkilerinin incelenmesi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1, 81-89.
- Ay, A. (2016). *Üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri ve duygusal dışavurumlarının yeme tutumlarına olan etkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ayduk, O., Mendoza-Denton, R., Mischel, W., Downey, G., Peake, P. K. ve Rodriguez, M. (2000). Regulating the interpersonal self: Strategic self-

regulation for coping with rejection sensitivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(5), 776.

Backström, M. ve Holmes, B. M. (2001). Measuring adult attachment: A construct validation of two self-report instruments. *Scandinavian Journal of Psychology*, 42(1), 79-86.

Bal, M. D. ve Şahin, N. H. (2011). The effects of personality traits on quality of life. *Menopause*, 18, 1309–1316.

Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 61, 226– 241.

Bartholomew, K., Henderson, A. ve Dutton, D. (2001). Insecure attachment and abusive intimate relationships. *Adult attachment and couple psychotherapy*, 43-61.

Başaran, İ. E. (2000). *Örgütlerde davranış. insanın üretim gücü*. Ankara: Feryal Matbaası.

Bayramoğlu, E. (2019). *Ölümlülük manipülasyonunun, bağlanma türlerinin ve karanlık üçlü kişilik özelliklerinin risk alma davranışına etkisi* (Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Beck, A. (2008). *Bilişsel terapi ve duygusal bozuklukları*. (Çev. A. Türkcan ve V. Öztürk). İstanbul: Litera Yayıncılık (Orihinal yayın yarihi, 1976).

Beştav, F. G. (2007). *Romantik ilişki doyumu ile cinsiyet, bağlanma stilleri, rasyonel olmayan inançlar ve aşka ilişkin tutumlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Bildik, T. ve Özbaran, B. (2006). Bağlanmanın nörobiyolojisi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 13, 137-144.

Bilgin, M. (2017). Ergenlerin beş faktör kişilik özelliği ile bilişsel esneklik ilişkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(62), 945-954.

- Bookwala, J. (2002). The role of own and perceived partner attachment in relationship aggression. *Journal of Interpersonal Violence*, 17(1), 84-100.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664–678.
- Bowlby, J. (2012). *Güvenli bir dayanak: Ebeveyn-çocuk bağlanması ve sağlıklı insan gelişimi*. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Boysan, M., (2012). *Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma stilleri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilere yönelik bir model sınaması* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Brennan, K. A. ve Shaver, P. R. (1998). Attachment styles and personality disorders: their connections to each other and to parental divorce, parental death, and perceptions of parental caregiving. *Journal of Personality*, 66, 835-878.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Dev Psychol*, 28(5), 759-775.
- Buckley, P. ve Doyle, E. (2017). Individualising gamification: An investigation of the impact of learning styles and personality traits on the efficacy of gamification using a prediction market. *Computers & Education*, 106, 43-55.
- Buckley, P. ve Doyle, E. (2017). Individualising gamification: An investigation of the impact of learning styles and personality traits on the efficacy of gamification using a prediction market. *Computers & Education*, 106, 43-55.
- Bulut, V. E. (2019). *Beliren yetişkinlik dönemindeki kadınlarda toplumsal cinsiyet rolleri ve anne baba tutumlarının erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Burger, M. J. (2016). *Kişilik*. (Çev. İ. D. Erguvan Sarioğlu). İstanbul: Kaknüs Yayıncılık. (Orijinal yayın tarihi, 1986).

- Carr, S. N. ve Francis, A. J. P. (2010). Early maladaptive schemas and personality disorder symptoms: An examination in a non-clinical sample. A preliminary investigation in a non-clinical sample. *J Psychol Psychother*, 83, 333-349.
- Carrel, A. (2000). *İnsan denen meçhul*. (Çev. R. Özdek). İstanbul: Timaş Yayınları (Orijinal yayın tarihi, 1935).
- Caspi, A., Roberts, B. W. ve Shiner, R. L. (2005). Personality Development: Stability and Change. *Annual Review Psychology*, 56(1), 453-484
- Cecero, J. J., Nelson, J. D. ve Gillie, J. M. (2004). Tools and tenets of schema therapy: Toward the construct validity of the early maladaptive schema questionnaire-research version (EMSQ-R). *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11, 344-357
- Cervone, D., Shadel, W. G. ve Jencius, S. (2001). Social cognitive theory of personality assessment. *Personality and Social Psychology Review*, 5(1), 33-51.
- Chong, C. W., Teh, P. L. ve Tan, B. C. (2014). Knowledge sharing among Malaysian universities' students: do personality traits, class room and technological factors matter? *Educational Studies*, 40(1), 1-25.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma psikoterapi kuram ve uygulamaları*. (Çev. T. Ergene). Ankara: Mentis Yayınları. (Orijinal yayın tarihi, 1976).
- Cüceloglu, D. (2002). *İnsan ve davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çakırca, F. (2020). *Kişilerin erken dönem uyumsuz şemaları ve öfke kontrol düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çelik, Ç. B. (2010). *Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı örülenme yaşantılarının kendilik algısı ve boyun eğici davranışlar üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Datillo, F. M. (2005). The restructuring of family schemas: a cognitive-behavior perspective. *Journal of Marital And Family Therapy*, 31(1), 15-30.

- Davison, G. C. ve Neale, J. M. (2011). *Anormal psikolojisi* (Çev. İ. Dağ). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları. (Orijinal yayın tarihi, 1974).
- Deniz, M. E. (2011). Karar verme stilleri ve beş faktör kişilik özelliklerinin bağlanma stilleri açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(1), 97-113.
- Deniz, Ü. ve Kesicioğlu, O. S. (2012) Okul Öncesi Öğretmen Adaylarının Kişilik Özelliklerinin Bazı Değişkenlerle İlişkisinin İncelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(2), 1-13.
- Dilmaç, P. D. (2018). *Ebeveyn kişilik özellikleri, aile tutumları, demografik değişkenler ile erişkinlik bağlanma modelleri, depresyon belirtileri ve erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.
- Dozois, D. J. A., Martin, R. A., & Bieling, P. J. (2009). Early maladaptive schemas and adaptive/maladaptive styles of humor. *Cognitive Therapy and Research*, 33(6), 585–596.
- Dönmez, A. (1992). *Bilişsel sosyal şemalar*. Ankara Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. doi:10.1501/Felsböl\_0000000108.
- Durrett, C. ve Timothy, T. J. (2005). An evaluation of evaluative personality terms: a comparison of the big seven and five-factor model in predicting psychopathology. *Psychological Assessment*, 17(3), 359-368.
- Erdoğan, İ. (1994). *İşletmelerde davranış*. İstanbul: Beta Basım Yayım Dağıtım A.Ş.
- Eriş, A. (2010). *Bağlanma biçimleri, kişilik özellikleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Eroğlu, F. (2006). *Davranış bilimleri*. İstanbul: Beta Basım Yayım.

- Erözkan, A. (2011). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve karar stratejileri. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3), 60-74.
- Eysenck, S. B. G. ve Haapasalo, J. (1989). Cross-cultural comparisons of personality: Finland and England. *Pers Individ Dif*, 10, 121–125.
- Farrell, J. M., Reiss, N. ve Shaw, I. A. (2016). *Şema terapi klinisyenin rehberi*. (Çev. S. G. Alkan ve E. Alkan). İstanbul: Psikonet Yayınları. (Orijinal yayın tarihi, 2003).
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L. ve McCown, W. G. (1995). Procrastination research: A synopsis of existing research perspectives. *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*, 21–46.
- Floros, G. ve Siomos, K. (2014). Excessive Internet use and personality traits. *Current Behavioral Neuroscience Reports*, 1(1), 19-26.
- Fraley, R. C. ve Davis, K. E. (1997). Attachment formation and transfer in young adults' close friendships and romantic relationships. *Personal relationships*, 4(2), 131-144.
- Fraley, R. C. ve Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4, 132- 154.
- Francis, L. J. (1993). The dual nature of the Eysenckian neuroticism scales: a question of sex differences. *Pers Individ Dif*, 15, 43–59.
- Friedman H. S. ve Martin L. R. (2011). *The longevity project: Surprising discoveries for health and long life from the landmark eight-decade study*. NY: Hudson Street Press.
- Funder, D. C. (2001). Personality. *Annual review of psychology*, 52, 197–221.
- Gençoğlu, Ç.H. (2019). *Bireylerin bağlanma stillerinin kullanılan savunma mekanizmaları ve sosyodemografik değişkenler ile ilişkilerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Gençöz, T. ve Öncül, Ö. (2012). Examination of personality characteristics in a turkish sample: development of basic personality traits inventory. *The Journal of General Psychology*, 139(3), 194–216.
- Gezer, Z. Ü. (2001). *Ergenlerin bağlanma stilleri ve aile yapıları arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Glass, R., Prichard, J., Lafortune, A. ve Schwab, N. (2013). The influence of personality and Facebook use on student academic performance. *Issues in Information Systems*, 14(2), 119-126.
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative “description of personality”: The big-five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1216-1229.
- Göktaş, P. ve Kazaferoğlu E. (2018). Kişilik özellikleri ile girişimcilik eğilimi arasındaki ilişki: süleyman demirel üniversitesi öğrencileri üzerine bir araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 5(1), 39-63.
- Greenberg, J. (1999). *Managing behavior in organizations*. New Jersey: Prentice Hall.
- Gustavsson, J. P., Jönsson, E. G., Linder, J. ve Weinryb, R. M. (2003). The HP5 inventory: definition and assessment of five health-relevant personality traits from a five-factor model perspective. *Personality and Individual Differences*, 35(1), 69-89.
- Gürkaynak, B. (2017). *Çalışan iş performansının değerlendirilmesinde insan kaynakları yönetimi uygulamalarının etkililiği ve kişilik özelliklerinin rolü üzerine bir araştırma* (Yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hacıömeroğlu, B., Ak, M., Garip, B., Çınar, A. ve Congoloğlu, E. (2014). The Role of Early Maladaptive Schemas and Coping Strategies in Substance Dependence. *Journal of Cognitive Behavioral Psychotherapy and Research*, 2, 162-170.

- Hamilton, C. E. (2000). Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence. *Child Development*, 71, 690-694.
- Hanin, Y, Eysenck, S. B. G. ve Eysenck, H. J. (1991) A cross-cultural study of personality: Russia and England. *Pers Individ Dif*, 12, 265–271.
- Hawke, L. ve Provencher, M. (2011). Schema theory and schema therapy in mood and anxiety disorders: A review. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 25, 257-276.
- Hazan, C. ve Shaver, P., (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hazan, C. ve Shaver, P.R. (1994). Bağlanma (Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve). (Çev. A. Dönmez). *Psychological Inquiry*, 5 (1), 1-49.
- Hedley, L. M., Hoffart, A. ve Sexton, H. (2001). Early maladaptive schemas in patients with panic disorder with agoraphobia. *J Cogn Psychother*, 15, 131-142.
- Hellriegel, D., Slocum, J. W. ve Woodman, R. W. (1992). *Organizational behavior*. NY: West Publication Company.
- Hinrichsen, H., Waller, G. ve Emanuelli, F. (2004). Social anxiety and agoraphobia in the eating disorders: Associations with core beliefs. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 192, 784- 787.
- Hiriyappa, B. (2009). *Organizational behavior*. Delhi: New Age International Press.
- Jacob, G. ve Arntz, A. (2016). *Uygulamada şema terapi - şema mod yaklaşımına giriş rehberi*. (Çev. B. Akın, E. Keser, V. Gülüm, E. Tuncer, G. Şen, E. Ataman, G. Soygüt). İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık. (Orijinal yayın tarihi, 2012).
- John, O. P. ve Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality*, 72(6), 1301-1334.

- John, O. P. ve Naumann, L. P. (2010). Surviving two critiques by Block? The resilient big five have emerged as the paradigm for personality trait psychology. *Psychological Inquiry*, 21(1), 44-49.
- Jones, D. N. ve Paulhus, D. L. (2009). Machiavellianism. M. R. Leary ve R. H. Hoyle (Ed.), *Individual differences in social behaviour* (93-108. ss.). Newyork: Guilford.
- Kaçmaz, Ö.N. (2020). *Boşanmış aileye sahip bireylerde bağlanma stillerinin ilişki doyumu ve reddedilme duyarlılığı ile ilişkisi*. (Yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kantarcıoğlu, A., (2004). *Suç işlemiş erkek ergenlerin bağlanma davranışları, kişilik boyutları ve kimlik gelişimlerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Kapçı, E. G. ve Hamamcı, Z. (2010). Aile işlevi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü. *Klinik Psikiyatri*, 13, 127-136.
- Karancı, A. N., Dirik, G. ve Yorulmaz, O. (2007). Eysenck Kişilik Anketi -Gözden Geçirilmiş Kısaltılmış Formu'nun (EKA-GGK) Türkiye'de geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 254-261.
- Karayığit, S., (2018). *Çocukluk dönemi örselenme yaşantıları ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Karim, N. S. A., Zamzuri, N. H. A. ve Nor, Y. M. (2009). Exploring the relationship between Internet ethics in university students and the big five model of personality. *Computers ve Education*, 53(1), 86-93.
- Kaya, E. Ü. (2017). Üniversite öğrencilerinde kişilik özelliklerinin kişisel değişkenlere göre farklılıklarının incelenmesi. *Fırat Üniversitesi İİBF Uluslararası İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 1(2).

- Kaya, F. (2010). *Çocukluk döneminde yaşanan istismarın kişilerarası ilişki tarzları üzerindeki etkisi: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü* (Uzmanlık tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S.Ö. ve Üstündağ, M.F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Görsel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-342.
- Kesici, Ş. (2008). Yeni psikolojik ihtiyaç değerlendirme ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması: Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20, 493-500.
- Kevlekçi, M. (2013). *Erken dönem uyumsuz şemalar, tutumlar ve hatalı otomatik düşüncelerin depresif duygudurum ve intihar düşüncelerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kılıç, G. (2010). *Lise öğrenimi görmekte olan ergenlerin atılganlık düzeylerinin ebeveynlerine bağlanma örüntülerine ve bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi: Darıca ilçesi örneği* (Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kıray, Ş. (2019). *Üniversite öğrencilerinde cinsel tutum, ebeveyn tutumları ve erken dönem uyum bozucu şemalar arasındaki ilişkiler* (Yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kıbrıs.
- Klaczynski, P. A. (2001). Analytic heuristic processing influences on adolescent reasoning and decision-making. *Child Development*, 72,844-853.
- Koç, M. Avşaroğlu, S. ve Sezer, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin akademik başarıları ile problem alanları arasındaki ilişki. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11, 483-497.
- Konyalıoğlu, P. A. (2000). *Üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki bağlanma tarzları ile kişilik tipleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Köknel, Ö. (2005). *Kaygıdan mutluluğa kişilik*. İstanbul: Altın Kitaplar.

- Landy, S. (2009). *Pathways to competence encouraging healthy social and emotinal development in young children*. United States of America: Brooks Publishing Co
- Langroudi, M. S., Bahramizadeh, H. ve Mehri, Y. (2011). Schema Therapy and Family Systems Theory: The Relationship between Early Maladaptive Schemas and Differentiation Of Self. *Social and Behavioral Sciences*, 30, 634 – 638.
- Loehlin, J. C. ve Martin, N. G. (2018). Personality types: A twin study. *Personality and Individual Differences*, 122, 99-103.
- Lopez, F., Gover, M., Leskela, J., Sauer, E., Schirmer, L. ve Wyssmann, J. (1997). Attachment styles, shame, guilt, and collaborative problem-solving orientations. *Personal Relationships*, 4, 187-199.
- Lounsbury, J. W. ve Gibson, L. W. (2009). *Personal Style Inventory: A personality measurement system for work and school settings*. Knoxville, TN: Resource Associates Inc.
- Luthans, F. (2010). *Organizational behaviour. An evidence based approach*. NY: Mcgrow Hill.
- Lynam, D. R. ve Miller, J. D. (2015). Psychopathy from a basic trait perspective: The utility of a five- factor model approach. *Journal of Personality*, 83(6), 611-626.
- Mairet, K., Boag, S. ve Warburton, W. (2014). How important is temperament? The relationship between coping styles, early maladaptive schemas and social anxiety. *International Journal Of Psychology And Psychological Therapy*, 14(2), 171-190.
- Mason, O., Platts, H. ve Tyson, M. (2005). Early maladaptive schemas and adult attachment in a UK clinical population. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 78, 549-564.
- McCrae, R. R. ve Costa, P. T. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52, 509-516.

- Morelen, D., Shaffer, A. ve Suveg, C. (2014). Maternal emotion regulation: Links to emotion parenting and child emotion regulation. *Journal of Family Issues*, 35, 1-26.
- Morsümbül, Ü. ve Çok, F. (2011). Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 553-570.
- Mount, M. K., Murray R. B., Steve M.S. ve James, R. (2005). Higher – order dimesions of the big five personality traits and the big six vocational interest types. *Personel Psychology*. 58, 447-478.
- Muris, P. (2006). Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: Relations to perceived parental rearing behaviours, Big Five personality factors and psychopathological symptoms. *ClinicalPsychology & Psychotherapy*,13, 405-413.
- Nilsson, K. K., Nielsen Straarup, K. ve Halvorsen, M. (2014). Early maladaptive schemas: a comparison between bipolar disorder and major depressive disorder. *Clinical Psychology & Psychotherapy*. *Clinical Psychology & Psychotherapy*. 22(5), 387–391.
- Oral, N. (2006). *Yeme tutum bozukluğu ile kişilerarası şemalar, bağlanma stilleri, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Doktora tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Orhan Engin, İ. (2016). Enopozal yakınmalar ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki (Yüksek lisans tezi). İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Özdemir, O., Güzel Özdemir, P., Kadak, M. T., Nasıroğlu, S. (2012). Kişilik gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 566-589.
- Özkalp, E. ve Kirel, Ç. (2011). *Örgütsel davranış*. Bursa: Ekin Yayınevi.
- Özkan, T. Ve Lajunen, T. (2005) Masculinity, femininity and bem sex role inventory in Turkey. *Sex Roles*, 52, 103-110.
- Parikh, M. ve Gupta, R. (2010). *Organizational behavior*. Tata: McGraw-Hill.

- Paulhus, D. L. ve Williams, K. M. (2002). The dark triad of personality: narcissism, machiavellianism, and psychopathy. *Journal of Research in Personality*, 36, 556–563.
- Pinto-Gouveia, J., Castilho, P., Galhardo, A. ve Cunha, M. (2006). Early Maladaptive schemas and social phobia. *Cognitive Therapy and Research*, 30, 571-584.
- Platts, H., Mason, O. ve Tyson, M. (2005) Early maladaptive schemas and adult attachment in a UK clinical population. *Psychol Psychother*, 78, 549–564.
- Rafaeli, E., Bernstein, D.P. ve Young, J.E., (2017). *Şema terapi ayırıcı özellikler*. (Çev. M. Şaşıoğlu). İstanbul: Psikonet. (Orijinal yayın tarihi, 2010).
- Reeves, M. ve Taylor, J. (2007). Specific relationships between core beliefs and personality disorder symptoms in a non-clinical sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14, 96-104.
- Reiner, I. ve Spangler, G. (2013). Representations of early attachment experiences and personality in adulthood. *Journal of Adult Development*, 20(1), 38-45.
- Renner, F., Van Goor, M., Huibers, M., Arntz, A. Butz, B. ve Bernstein, D. (2013). Short-term group schema cognitive-behavioral therapy for young adults with personality disorders and personality disorder features: Associations with changes in symptomatic distress, schemas, schema modes and coping styles. *Behaviour Research And Therapy*, 51(8), 487-492
- Robbins, S. P. ve Judge, T.A. (2013). *Örgütsel davranış*. (Çev. İ. Erdem). İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık (Orijinal yayın tarihi, 2005).
- Roberts, B. W., Luo, J., Briley, D. A., Chow, P. I., Su, R. ve Hill, P. L. (2017). A systematic review of personality trait change through intervention. *Psychological Bulletin*, 143(2), 117.
- Roelofs, J., Lee, C., Ruijten, T. Ve Lobbestael, J. (2011).The mediating role of early maladaptive schemas in the relation between quality of attachment relationships and symptoms of depression in adolescents. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 39, 471–479.

- Safran, J. ve Tompkins, M. (1999). *Widening the scope of cognitive therapy: The therapeutic relationship, emotion, and the process of change. Journal of Cognitive Psychotherapy, 13(3).*
- Sağlam, N. (2016). *Young Şema Modeli'ne göre aleksitimi kavramının incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Sava, F. A. (2009). Maladaptive schemas, irrational beliefs and their relationship with the five-factor personality model. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies, 9(2),135-147.*
- Saygılı, G.. (2014). *Erken döneme ilişkin gelişimsel etmenler ile psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolünün incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Scharfe, E. ve Bartholomew, K. I. M. (1994). Reliability and stability of adult attachment patterns. *Personal relationships, 1(1), 23-43.*
- Schmidt, N. B., Joiner, T. E., Young, J. E. ve Telch, M. J. (1995) The schema questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognit Ther and Res, 19, 295-321.*
- Seibert, S. E. ve Kraime, M. L. (2001). The Five-Factor Model Of Personality and Career Sccess. *Journal of Vocational Behavior, 58, 1-21.*
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N. ve Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları, 8(16), 1-11.*
- Shafran, R. ve Mansell, W. (2001). Perfectionism and psychopathology: A review of research and treatment. *Clinical Psychology Review, 21(6), 879–906.*
- Shaver, P. R. ve Brennan, K. A. (1992). Attachment styles and the " Big Five" personality traits: Their connections with each other and with romantic

relationship outcomes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(5), 536-545.

Shevlin, M., Bailey, F. ve Adamson, G. (2002) Examining the factor structure and sources of differential functioning of the Eysenck Personality Questionnaire Revised-Abbreviated. *Pers Individ Dif*, 32, 479-487.

Smidt, W. (2015). Big Five personality traits as predictors of the academic success of university and college students in early childhood education. *Journal of Education for Teaching*, 41(4), 385-403.

Soğancı, D. (2017). Bağlanma stillerinin romantik ilişki doyumu üzerindeki etkisi (Yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Somer, O., Korkmaz, M. ve Tatar, A. (2002). Beş faktör kişilik envanterinin geliştirilmesi: ölçek ve alt ölçeklerin oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17 (49), 21 – 33.

Soygüt, G. (2004). Bir düzeltici bağlanma ilişkisi olarak psikoterapi: psikoterapi süreçlerinde bağlanma ve terapötik ittifak. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(7), 63-77.

Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A. ve Çakır, Z. (2009). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 75-84

Soysal, Ş., Bodur, Ş., İşeri, E. ve Şenol, S. (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Journal of Clinic Psychology*, 8(2), 88-99.

Surcinelli, P., Rossi, N., Montebarrucci, O. & Baldaro, B. (2010). Adult attachment styles and psychological disease: Examining the mediating role of personality traits. *The Journal of Psychology*, 144(6), 523–534.

Sümer, N. & Güngör, D., (1999). Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.

- Süren S. (2015). Banka çalışanlarında tükenmişlik ve beş büyük kişilik özellikleri arasındaki ilişki: Bir alan araştırması (Yüksek lisans tezi). Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Şahin, H. ve Ünüvar, P. (2010). Eğitim fakültesi öğrencilerinin empatik becerileri ve kişilik özelliklerinin incelenmesi. *19.Eğitim Bilimleri Kongresi*. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur, Türkiye.
- Şencan, M. N. M. (2016). Beş faktör kişilik özellikleri ile işkolizm arasındaki ilişkinin incelenmesi: Kamu sektöründe çalışanlar üzerinde bir araştırma. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(5), 229-246.
- Tatar, A., Bildik, T., Saltukoğlu, G. ve Güler Dinçel, M. (2014). Klinik olmayan örnekleme beş faktör kişilik envanteri belirti tarama amaçlı kullanılabilir mi?: Ön çalışma. *FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, 4, 181-199.
- Tatlılıoğlu, K. (2010). *Farklı öz-anlayış düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinin karar vermede öz-saygı, karar verme stilleri ve kişilik özelliklerinin değerlendirilmesi* (Doktora tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Thimm J.C. (2010) Relationships between early maladaptive schemas and psychosocial developmental task resolution. *Clin Psychol Psychother*, 17, 219–230.
- Thimm, J. C. (2013). Early Maladaptive Schemas and Interpersonal Problems: A Circumplex Analysis Of The YSQ-SF. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 13(1), 113-124.
- Topkara, G. (2014). *Üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ve yetişkin bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin cinsiyete göre karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tosunoğlu, F. (2008). *Orta öğretimde okuyan takım sporları ile uğraşan sporcu öğrencilerin spor branşlarına göre kişilik özelliklerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Gazi üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Trincas, R., Ottaviani, C., Couyoumdjian, A., Tenore, K., Spitoni, G. ve Mancini, F. (2014). Specific dysphoric symptoms are predicted by early maladaptive schemas. *The scientific world journal*, 8.
- Troisi, A., Lorenzo, G., Alcini, S., Nanni, R., Pasquale, C. ve Siracusano, A. (2006). Body satisfaction in women with eating disorders: Relationship to early separation anxiety and insecure attachment. *Psychosomatic Medicine*, 68, 449-553
- Tunç, E. ve Aliyev, R. (2015). Lisansüstü öğrencilerinin kişilik özelliklerinin incelenmesi. *Hasan Kalyoncu University Journal of Social Sciences*, 14(4), 949-963.
- Tunç, E. ve Kaygas, Y. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve psikolojik eğilimlerinin incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1).
- Tütüncü, R., İnce, A. ve Türkçapar, M. H. (2012). Test performance related dysfunctional beliefs. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1, 90-97.
- Twenge, J. M., Campbell, S. M., Hoffman, B. J. ve Lance, C. E. (2010). Generational differences in work values: Leisure and extrinsic values increasing, social and intrinsic values decreasing. *Journal of Management*, 36(5), 1117-1142.
- Uğurlu B. ve Çelebi N. (2014). Resmi liselerde çalışan öğretmenlerin kişilik özelliklerinin demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(18), 537-569.
- Ulu, I. P. ve Tezer, E. (2010). Adaptive and maladaptive perfectionism, adult attachment, and big five personality traits. *The journal of Psychology*, 144(4), 327-340.
- Uytun, M. Ç., Öztop, D. B. ve Eşel, E. (2013). Ergenlik ve erişkinlikte bağlanma davranışının değerlendirilmesi. *Düşünen Adam*, 26, 177-189.

- Ünlü, F. (2015). *Ebeveyni boşanmış bireylerde benlik saygısı, yalnızlık ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Uzmanlık tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Üstünoğlu, Ü. (1990). *Ailelerin okul öncesi dönemin önemi konusunda bilinçlendirilmesi, Türkiye aile yyllığı*. Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları.
- Van Vreeswijk, M., Broersen, J. ve Nadort, M. (2012). *The wiley-blackwell handbook of schema therapy theory, research and practice*. United Kingdom: John Wiley & Sons Ltd.
- Welburn, K., Coristine, M., Dagg, P. ve Pontefract, A. ve Jordan, S. (2002) The schema questionnaire-short form: Factor analysis and relationship between schemas and symptoms. *Cognit Ther and Res*, 26, 519-30.
- Widiger, T. A., & Oltmanns, J. R. (2017).The general factor of psychopathology and personality. *Clinical Psychological Science*, 5(1), 182-183.
- Yahşi, G. ve Bayraktar, S. (2015). Bağlanma kuramı çerçevesinde doğum sırasının bağlanma stilleri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 2(1), 209-218.
- Yaka, A. (2011). *Bağlanma, erken döneme yönelik şemalar, öz-yönetim ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler* (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yalçın, S.B., Kavaklı, M., Kesici, Ş. ve Ak, M. (2017). University students' early maladaptive schemas' prediction of their mindfulness levels. *Journal of Education and Practice*, 8(20), 174-181.
- Yavuz, T. (2018). *Üniversite öğrencilerinin ilişki doyumu ve bağlanma stilleri arasındaki bağlantı* (Yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, A. ve Eroğlu, C. (2012). *Davranış bilimleri ve örgütsel davranış*. Ankara: Detay Yayıncılık.

- Young, J. E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: a schema focused Approach*. Sarasota: Professional Resource Press.
- Young, J. E. (2019) *Kişilik bozuklukları için bilişsel terapi şema odaklı bir yaklaşım*. (Çev. İ. Yiğit). Ankara: Türk Psikologlar Derneği. (Orijinal yayın tarihi, 1990).
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: The Guilford Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2009). *Şema terapi*. (Çev. T. V. Soylu). İstanbul: Litera Yayıncılık. (Orijinal yayın tarihi, 1986).
- Yürek, D. (2018). *Reddedilme duyarlılığı, kişilerarası çatışma çözme stilleri ve bağlanmanın karanlık üçlü kişilik özellikleri ile ilişkisi: Erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolü* (Yüksek lisans tezi). İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Zimmermann, P., Maier, M. A., Winter, M. ve Grossmann, K. E. (2001). Attachment and adolescents' emotion regulation during a joint problem-solving task with a friend. *International Journal of Behavioral Development*, 25, 331-343.

## **EKLER**

### **Ek 1: Demografik Bilgi Formu**

Bu araştırma kişilik özelliklerinde erken dönem uyumsuz şemalar ve bağlanma stillerinin karşılaştırılması amacıyla gerçekleştirilmiştir. Anketlere verilen cevaplar tamamıyla gizli tutulacaktır ve elde edilecek bilgiler sadece araştırma amaçlı kullanılacaktır. Bu çalışmaya katıldığınız için teşekkür ederiz.

#### **Yaşınız:**

#### **Cinsiyetiniz:**

- Kadın
- Erkek

#### **Eğitim Durumu:**

- Okur Yazar Değil
- Okur-Yazar
- İlkokul
- Ortaokul
- Lise
- Üniversite
- Yüksek Lisans
- Doktora ve Üstü

#### **Ekonomik Durum Algısı:**

- Düşük
- Orta
- Yüksek

## Ek 2: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3

**Yönerge:** Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olmadığımız 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, yaşitlarım kadar, başaramadım.
10. \_\_\_\_\_ Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.
11. \_\_\_\_\_ Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.
12. \_\_\_\_\_ Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseddiğimi göstermek gibi).
13. \_\_\_\_\_ Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.
14. \_\_\_\_\_ Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana "hayır" denilmesini çok zor kabullenirim.
15. \_\_\_\_\_ Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.
16. \_\_\_\_\_ Paramın olması ve önemli insanlar tanıyarak beni değerli yapar.
17. \_\_\_\_\_ Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim.
- 2
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 bırakmam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.
22. \_\_\_\_ Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.
23. \_\_\_\_ Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.
24. \_\_\_\_ İşleri halletmede son derece yetersizim.
25. \_\_\_\_ Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.
26. \_\_\_\_ Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hiss ediyorum.
27. \_\_\_\_ Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
28. \_\_\_\_ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hiss ediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.
29. \_\_\_\_ Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.
30. \_\_\_\_ Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.
31. \_\_\_\_ En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.
32. \_\_\_\_ Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.
33. \_\_\_\_ Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.
34. \_\_\_\_ Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.
35. \_\_\_\_ İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.
36. \_\_\_\_ Eğer yanlış yaparsam, bunun özürü yoktur.
37. \_\_\_\_ Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.
38. \_\_\_\_ Yakınlarımla beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım
39. \_\_\_\_ Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.
40. \_\_\_\_ Bir yere ait değilim, yalnızım.
41. \_\_\_\_ Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.
42. \_\_\_\_ İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.
43. \_\_\_\_ Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.
- 3
44. \_\_\_\_ Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.
45. \_\_\_\_ Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hiss eder veya suçluluk duyarız
46. \_\_\_\_ İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.
47. \_\_\_\_ Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.
48. \_\_\_\_ İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur.
49. \_\_\_\_ Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.
50. \_\_\_\_ İsteddiğimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.
51. \_\_\_\_ Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimizden fedakarlık etmekte zorlanırım
52. \_\_\_\_ Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hiss ederim.
53. \_\_\_\_ Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.
54. \_\_\_\_ Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.

55. \_\_\_\_ Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarım ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.
56. \_\_\_\_ Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim.
57. \_\_\_\_ Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.
58. \_\_\_\_ Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.
59. \_\_\_\_ Kendimi sevilebilecek biri gibi hissetmiyorum.
60. \_\_\_\_ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.
61. \_\_\_\_ Gündelik işler için benim kararlarım güvenilemez.
62. \_\_\_\_ Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.
63. \_\_\_\_ Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum- Benim kendime ait bir hayatım yok.
64. \_\_\_\_ Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.
65. \_\_\_\_ Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.
66. \_\_\_\_ Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.
67. \_\_\_\_ Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.
68. \_\_\_\_ Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.
69. \_\_\_\_ Benim yararım olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.
- 4
70. \_\_\_\_ Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.
71. \_\_\_\_ Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.
72. \_\_\_\_ Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.
73. \_\_\_\_ Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.
74. \_\_\_\_ İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.
75. \_\_\_\_ Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.
76. \_\_\_\_ Kendimi hep grupların dışında hissederim.
77. \_\_\_\_ Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.
78. \_\_\_\_ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.
79. \_\_\_\_ Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum.
80. \_\_\_\_ Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın

gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.

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

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

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

84. \_\_\_\_\_ Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar.

85. \_\_\_\_\_ Kendimi sorumluluktan kolayca sıyıramıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.

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

87. \_\_\_\_\_ Kararlarıma nadiren sadık kalabilirim.

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

89. \_\_\_\_\_ Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.

90. \_\_\_\_\_ Ben cezalandırılmayı hakeden kötü bir insanım.

### Ek 3: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II

Aşağıdaki her bir ifadenin sizi ne derecede tanımladığını yanlarındaki ölçek üzerinde işaretleyiniz. Ölçeği işaretlerken lütfen aşağıdaki anahtar göz önünde bulundurunuz.

- 1: Beni hiç tanımlamıyor
- 2: Çok az tanımlıyor
- 3: Az tanımlıyor
- 4: Orta derecede tanımlıyor
- 5: Ortanın üstünde tanımlıyor
- 6: Epey tanımlıyor
- 7: Beni tamamen tanımlıyor

1. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
2. Terk edilmekten korkarım	1	2	3	4	5	6	7
3. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olmak konusunda çok rahatımdır	1	2	3	4	5	6	7
4. İlişkilerim konusunda çok kaygılıyım	1	2	3	4	5	6	7
5. Birlikte olduğum kişi bana yakınlığa başlar başlamaz kendimi geri çekiyorum	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni benim onları umursadığım kadar umursamayacaklarından endişelenirim	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik ilişkide olduğum kişi çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım	1	2	3	4	5	6	7
8. Birlikte olduğum kişiyi kaybedeceğim diye çok kaygılanırım	1	2	3	4	5	6	7
9. Birlikte olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissedemem	1	2	3	4	5	6	7
10. Genellikle birlikte olduğum kişinin benim için hissettiklerinin benim onun için hissettiklerim kadar güçlü olmasını arzu ederim	1	2	3	4	5	6	7
11. Birlikte olduğum kişiye yakın olmak isterim ama sürekli kendimi geri çekerim	1	2	3	4	5	6	7
12. Genellikle birlikte olduğum kişiyle tamamen bütünleşmek isterim ve bu bazen onları korkutup benden uzaklaştırır	1	2	3	4	5	6	7
13. Birlikte olduğum kişilerin benimle çok yakınlaşması beni gerginleştirir	1	2	3	4	5	6	7
14. Yalnız kalmaktan endişelenirim	1	2	3	4	5	6	7
15. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda oldukça rahatımdır	1	2	3	4	5	6	7
16. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır	1	2	3	4	5	6	7
17. Birlikte olduğum kişiyle çok yakınlaşmaktan kaçınmaya çalışırım	1	2	3	4	5	6	7

18. Birlikte olduğum kişi tarafından sevildiğimin sürekli ifade edilmesine gereksinim duyarım	1	2	3	4	5	6	7
19. Birlikte olduğum kişiyle kolaylıkla yakınlaşabilirim	1	2	3	4	5	6	7
20. Birlikte olduğum kişileri bazen fazla duygu ve bağlılık göstermeleri için zorladığımı hissederim	1	2	3	4	5	6	7
21. Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanma konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım	1	2	3	4	5	6	7
22. Terk edilmekten pek korkmam	1	2	3	4	5	6	7
23. Birlikte olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim	1	2	3	4	5	6	7
24. Birlikte olduğum kişinin bana ilgi göstermesini sağlayamazsam üzülür ya da kızarım	1	2	3	4	5	6	7
25. Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım	1	2	3	4	5	6	7
26. Birlikte olduğum kişinin bana isteğim kadar yakın olmadığını düşünürüm	1	2	3	4	5	6	7
27. Sorunlarımı ve kaygılarımı genellikle birlikte olduğum kişiyle tartışırım	1	2	3	4	5	6	7
28. Bir ilişkide olmadığım zaman kendimi biraz kaygılı ve güvensiz hissederim	1	2	3	4	5	6	7
29. Birlikte olduğum kişilere güvenip dayanmakta rahatımdır	1	2	3	4	5	6	7
30. Birlikte olduğum kişi istediğim kadar yakınımda olmadığında kendimi engellenmiş hissederim	1	2	3	4	5	6	7
31. Birlikte olduğum kişilerden teselli, öğüt ya da yardım istemekten rahatsız olmam	1	2	3	4	5	6	7
32. İhtiyaç duyduğumda, birlikte olduğum kişiye ulaşamazsam kendimi engellenmiş hissederim	1	2	3	4	5	6	7
33. İhtiyacım olduğunda birlikte olduğum kişiden yardım istemek işe yarar	1	2	3	4	5	6	7
34. Birlikte olduğum kişiler beni onaylamadıkları zaman kendimi gerçekten kötü hissederim	1	2	3	4	5	6	7
35. Rahatlama ve güvencenin yanı sıra çok şey için birlikte olduğum kişiyi ararım	1	2	3	4	5	6	7
36. Birlikte olduğum kişi benden ayrı zaman geçirdiğinde üzülürüm	1	2	3	4	5	6	7

#### Ek 4: Temel Kişilik Özellikleri Envanteri

##### Yönerge:

Aşağıda size uyan ya da uymayan pek çok kişilik özelliği bulunmaktadır. Bu özelliklerden her birinin sizin için ne kadar uygun olduğunu ilgili rakamı daire içine alarak belirtiniz.

##### Örneğin;

**Kendimi ..... biri olarak görüyorum.**

<u>Hiç uygun değil</u>	<u>Uygun değil</u>	<u>Kararsızım</u>	<u>Uygun</u>	<u>Cok</u>
1	2	3	4	5
Hiç uygun değil	Uygun değil	Kararsızım	Uygun	Çok uygun
1 Aceleci	1 2 3 4 5	24 Pasif	1 2 3 4 5	
2 Yapmacık	1 2 3 4 5	25 Disiplinli	1 2 3 4 5	
3 Duyarlı	1 2 3 4 5	26 Açgözlü	1 2 3 4 5	
4 Konuşkan	1 2 3 4 5	27 Sinirli	1 2 3 4 5	
5 Kendine güvenen	1 2 3 4 5	28 Canayakın	1 2 3 4 5	
6 Soğuk	1 2 3 4 5	29 Kızgın	1 2 3 4 5	
7 Utangaç	1 2 3 4 5	30 Sabit fikirli	1 2 3 4 5	
8 Paylaşımçı	1 2 3 4 5	31 Görgüsüz	1 2 3 4 5	
9 Geniş / rahat	1 2 3 4 5	32 Durgun	1 2 3 4 5	
10 Cesur	1 2 3 4 5	33 Kaygılı	1 2 3 4 5	
11 Agresif(Saldırgan)	1 2 3 4 5	34 Terbiyesiz	1 2 3 4 5	
12 Çalışkan	1 2 3 4 5	35 Sabırsız	1 2 3 4 5	
13 İçten pazarlıklı	1 2 3 4 5	36 Yaratıcı (Üretken)	1 2 3 4 5	
14 Girişken	1 2 3 4 5	37 Kaprisli	1 2 3 4 5	
15 İyi niyetli	1 2 3 4 5	38 İçine kapanık	1 2 3 4 5	
16 İçten	1 2 3 4 5	39 Çekingen	1 2 3 4 5	
17 Kendinden emin	1 2 3 4 5	40 Alıngan	1 2 3 4 5	
18 Huysuz	1 2 3 4 5	41 Hoşgörülü	1 2 3 4 5	
19 Yardımsever	1 2 3 4 5	42 Düzenli	1 2 3 4 5	
20 Kabiliyetli	1 2 3 4 5	43 Titiz	1 2 3 4 5	
21 Üşengeç	1 2 3 4 5	44 Tedbirli	1 2 3 4 5	
22 Sorumsuz	1 2 3 4 5	45 Azimli	1 2 3 4 5	
23 Sevecen	1 2 3 4 5			

## **ÖZGEÇMİŞ**

Merve ÖKTEM ŞİMŞEK, Habire Yahşı Lisesi'ni bitirdikten sonra 2018 yılında Yeditepe Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesinde Psikoloji bölümünden mezun olmuştur. Aynı sene içerisinde İstanbul Kent Üniversitesi Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans eğitimine başlamıştır.