



**FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**YÜKSEK LİSANS YETERLİK TEZİ**

**ANNE VE YETİŞKİN ÇOCUKLARIN ERKEN DÖNEM  
UYUMSUZ ŞEMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE SAVUNMA STİLLERİ  
BAKIMINDAN İNCELENMESİ**

**ZİŞAN ŞAROĞLU**

**210133042**

**İSTANBUL, 2023**



FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

**ANNE VE YETİŞKİN ÇOCUKLARIN ERKEN DÖNEM  
UYUMSUZ ŞEMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE SAVUNMA STİLLERİ  
BAKIMINDAN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS YETERLİK TEZİ**

**ZİŞAN ŞAROĞLU  
210133042**

**Danışman  
(Prof. Dr. Gaye SALTUKOĞLU)**

..... tarafından .....proje  
numarası ile desteklenmiştir.

**İSTANBUL, 2023**

**..... KODLU TEZ ONAY SAFYASI KONULACAK**

## **BEYAN/ ETİK BİLDİRİM**

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

Zişan Şaroğlu

İmza

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisans tez sürecinde engin tecrübesinden yararladığım tez danışmanım Prof. Dr. Gaye SALTUKOĞLU' na, maddi ve manevi desteğini her zaman hissettiren Doç. Dr. Melek ASTAR' a sonsuz teşekkür ve saygılarımı sunarım

Eğitim sürecimin başlangıcından bugüne kadar her türlü fedakarlıkta bulunan, ilgilerini ve sevgilerini her zaman yanımda hissettiğim annem Münevver ŞAROĞLU ve babam Adnan ŞAROĞLU' na, motivasyonumun ve neşemin biricik kaynakları olan ablam Selma ŞAROĞLU ve kardeşim M. Seyyidhan ŞAROĞLU' na en içten sonsuz teşekkürlerimi sunarım. İyi ki varsınız.

Yüksek lisans sürecinde hayatıma giren, teşvikleriyle devam etmemi sağlayan, zorlukları beraber üstlendiğimiz arkadaşlarıma Arzunur Manav'a ve Ayşe Nur Çaldır'a çok teşekkür ederim.

Zişan Şaroğlu

İmza

**ANNE VE YETİŞKİN ÇOCUKLARIN ERKEN DÖNEM  
UYUMSUZ ŞEMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN KİŞİLİK  
ÖZELLİKLERİ VE SAVUNMA STİLLERİ BAKIMINDAN  
İNCELENMESİ**

**Zişan Şaroğlu**

**ÖZET**

Bireyi yaşamı boyunca etkileyen ve olumsuz çocukluk deneyimleriyle ilişkili olan erken dönem uyumsuz Şemalar, çeşitli faktörler aracılığıyla bir sonraki kuşağa aktarılabilir. Araştırmanın amacı, annelerin ve yetişkin çocuklarının erken dönem uyumsuz Şemaları arasındaki ilişkinin yetişkin çocukların kullandıkları savunma stilleri ve kişilik özellikleri açısından incelenmesidir. Bu amaçla çalışmaya 159 anne ve 159 ocuk olmak üzere toplamda 318 kişi gönüllülük temeline dayalı olarak katılım sađlamıŐtır. Yapılan çalışmada katılımcılara Young Şema Ölçeği, Kısa Form 3 (YŞÖ-KF3), Büyük Beş-50 Kişilik Testi, Savunma Biçimleri Testi (SBT-40), BilgilendirilmiŐ Onam Formu ve Demografik Veri Formu verilmiştir. İstatistiksel analizler Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı (Statistical Program for Social Sciences, SPSS 21) kullanılarak yapılmıştır. Savunma mekanizmaları ve kişilik özellikleri düzey Şeklinde ayrılarak değerlendirilmiştir. Normallik analizi sonrasında anne ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz Şemaları arasındaki ilişkinin varlığı ortaya konulmuştur. Yapılan Bağımlı Örnek t-Testi sonucuna göre, anne ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz Şemaları arasındaki benzerlik savunma mekanizmaları ve kişilik özellikleri düzeyleri kapsamında incelendiğinde, belirli bazı Şema alanları için bu benzerliğin farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar kelimeler:** *erken dönem uyumsuz Şemalar, savunma mekanizmaları, beş faktör kişilik, Şema aktarımı.*

**AN EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN  
EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS OF MOTHER AND THEIR  
ADULT CHILDREN IN TERMS OF PERSONALITY TRAITS  
AND DEFENSE MECHANISMS**

**Zişan şaroglu**

**ABSTRACT**

Early maladaptive schemas, which affect the individual throughout his/ her life and are associated with negative childhood experiences, can be transferred to the next generation through various factors. The aim of the study is to examine the relationship between early maladaptive schemas of mothers and their adult children in terms of defense styles and personality traits used by adult children. For this purpose, a total of 318 people, 159 mothers and 159 children, participated in the study on a voluntary basis. In the study, participants were given the Young Schema Questionnaire, Short Form 3 (YSQ-SF3), The Big Five-50 Personality Questionnaire (B5KT-50-Tr), The Defense Style Questionnaire (DSQ), Informed Consent Form and Demographic Data Form. Statistical analyzes were performed using the Statistical Program for Social Sciences (SPSS 21). Defense mechanisms and personality traits were evaluated by dividing them into levels. After the normality analysis, the existence of the relationship between the early maladaptive schemas of the mother and adult children was revealed. According to the Dependent Sample t-Test result, when the similarity between the early maladaptive schemas of mothers and adult children is examined according to the levels of defense mechanisms and personality traits, it has been concluded that this similarity differs for certain schema domains.

**Key words:** *early maladaptive schema, defense mechanisms, five factor personality, schema transmission.*

## ÖNSÖZ

Yapılan tez çalışmasının amacı, anne ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkiye çocukların savunma mekanizmaları ve kişilik özellikleri açısından incelemektir. Bu amaçla çalışma, kuşaklar arası şema geçişlerine savunma mekanizmaları ve kişilik özelliklerini incelemesiyle farklı bir perspektif ortaya koymuştur. Çalışmanın anne ve yetişkin çocuk olmak üzere ikili bir şekilde yürütülmesi veri toplama sürecinin hem elden hem de online şekilde anket yoluyla olması kaynaklı uzun sürmesi yaşanan güçlüklerdir. Ancak bu güçlükler tez süreci boyunca Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi hocaları ve çalışmaya katılım sağlayanların içten destekleri sayesinde kolaylıkla aşılmıştır. Bu sebeple herkese çok teşekkürlerimi sunarım.

## İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	vi
ABSTRACT .....	vii
ÖNSÖZ.....	viii
KISALTMALAR .....	xiii
GİRİŞ .....	1
BİRİNCİ BÖLÜM.....	3
1. GENEL BİLGİLER.....	3
1.1. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR .....	3
1.1.1. Şema Kavramı.....	3
1.1.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar .....	4
1.1.2.1. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Kökeni .....	4
1.1.2.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Özellikleri.....	5
1.1.2.3. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları.....	6
1.1.2.3.1. Kopukluk ve Reddedilme Şema Alanı .....	7
1.1.2.3.1.1. Terk Edilme ve İstikrarsızlık.....	7
1.1.2.3.1.2. Güvensizlik ve Kötüye Kullanılma.....	7
1.1.2.3.1.3. Duygusal Yoksunluk.....	7
1.1.2.3.1.4. Kusurluluk ve Utanç.....	8
1.1.2.3.1.5. Sosyal İzolasyon ve Yabancılaşma .....	8
1.1.2.3.2. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı .....	8
1.1.2.3.2.1. Bağımlılık ve Yetersizlik .....	9
1.1.2.3.2.2. Zarar ya da Hastalık Karşısında İncinebilirlik .....	9
1.1.2.3.2.3. İç İç Geçme ve Gelişmemiş Benlik.....	10
1.1.2.3.2.4. Başarısızlık .....	10
1.1.2.3.3. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı.....	10
1.1.2.3.3.1. Hak Görme ve Büyüklenmecilik .....	10
1.1.2.3.3.2. Yetersiz Öz Denetim ve Öz Disiplin .....	11

1.1.2.3.4. Diğerlerine Yönelimlilik Şema Alanı .....	11
1.1.2.3.4.1. Boyun Eğme.....	11
1.1.2.3.4.2. Kendini Fedâ .....	11
1.1.2.3.4.3. Onay ve Tanınma Arama.....	12
1.1.2.3.5. Aşırı Tetikte Olma ve Ketlenme .....	12
1.1.2.3.5.1. Karamsarlık ve Kötümserlik .....	12
1.1.2.3.5.2. Duygusal Ketlenme .....	13
1.1.2.3.5.3. Cezalandırılma .....	13
1.1.2.3.5.4. Yüksek Standartlar ve Aşırı Eleştirme .....	13
1.2. SAVUNMA MEKANİZMALARI.....	13
1.2.1. Savunma Mekanizmaları .....	13
1.2.2. Savunma Mekanizmalarının Tarihsel Gelişimi .....	14
1.2.3. Savunma Mekanizmaları Sınıflandırılması .....	16
1.2.3.1. İmmatür Savunma Mekanizmaları.....	16
1.2.3.1.1. Yansıtma .....	17
1.2.3.1.2. Pasif Saldırganlık.....	17
1.2.3.1.3. Dışa Vurma.....	18
1.2.3.1.4. Yalıtma.....	18
1.2.3.1.5. Değersizleştirme .....	18
1.2.3.1.6. Otistik Fantezi .....	18
1.2.3.1.7. İnkâr.....	19
1.2.3.1.8. Yer Değiştirme .....	19
1.2.3.1.9. Disosiyasyon .....	19
1.2.3.1.10. Bölünme .....	19
1.2.3.1.11. Rasyonalizasyon .....	19
1.2.3.1.12. Bedenselleştirme.....	20
1.2.3.2. Nevrotik Savunma Mekanizmaları .....	20
1.2.3.2.1. Yapma Bozma .....	20
1.2.3.2.2. Yapay Özgeçilîk .....	21
1.2.3.2.3. İdealleştirme .....	21
1.2.3.2.4. Karşıt Tepki Geliştirme.....	21

1.2.3.3. Matür Savunma Mekanizmaları .....	21
1.2.3.3.1. Yüceltme .....	22
1.2.3.3.2. Mizah.....	22
1.2.3.3.3. Beklenti .....	22
1.2.3.3.4. Baskılama .....	22
1.3. BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK KURAMI .....	23
1.3.1. Kişilik .....	23
1.3.1.1. Psikanalitik Yaklaşım.....	23
1.3.1.1.1. Sigmund Freud ve Kişilik.....	23
1.3.1.1.2. Post- Freudyenler ve Kişilik.....	24
1.3.1.1.2.1. Carl Gustav Jung ve Kişilik.....	24
1.3.1.1.2.2. Alfred Adler ve Kişilik .....	24
1.3.1.2. Hümanistik Yaklaşım .....	25
1.3.1.3. Davranışsal/ Sosyal Bilişsel Yaklaşım .....	25
1.3.1.4. Ayrıcı Özellikler Yaklaşımı .....	26
1.3.2. Beş Faktör Kişilik Kuramı.....	26
1.3.3. Beş Faktör Kişilik Kuramının Gelişimi .....	27
1.3.4. Büyük Beş Faktör Kişilik Kuramının Özellikleri.....	28
1.3.4.1. Dışadönüklük .....	28
1.3.4.2. Nevrotisizm/ Duygusal Dengelilik .....	28
1.3.4.3. Deneyime açıklık .....	29
1.3.4.4. Uyumluluk .....	29
1.3.4.5. Sorumluluk.....	29
1.4. ALANYAZINA KISA BİR BAKIŞ.....	30
1.4.1. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları ile Savunma Mekanizmaları Hakkında Yapılan Çalışmalar .....	30
1.4.2. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları ve Büyük Beş Kişilik Kuramını Ele Alan Çalışmalar .....	31
1.4.3. Ebeveyn ve Yetişkin Çocuklara Yönelik Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları ile İlgili Çalışmalar .....	32
İKİNCİ BÖLÜM .....	34
2. YÖNTEM.....	34

2.1. KATILIMCILAR .....	34
2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI .....	34
2.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu .....	34
2.2.2. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 .....	34
2.2.3. Savunma Biçimleri Testi .....	35
2.2.4. Büyük Beş Kişilik-50 Kişilik Testi.....	35
2.3. UYGULAMA.....	36
3. VERİLERİN ANALİZİ .....	36
3.1. BULGULAR .....	36
3.1.1. Betimleyici İstatistikler.....	37
3.1.2. Ölçek Güvenirlik Katsayıları.....	41
3.1.3. Normallik Analizi.....	43
3.1.4. t Test Analizleri .....	43
4. TARTIŞMA .....	57
5. SONUÇ ve ÖNERİLER.....	62
KAYNAKÇA .....	63
EKLER.....	72
EK 1 Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Etik Kurul Onay Formu.....	72

## KISALTMALAR

$\bar{x}$	: Ortalama
sd	: Serbestlik derecesi
SPSS	: Statistical Package for Social Science
F	: F İstatistiği
k	: Madde sayısı
n	: Kişi sayısı
t	: Bağımlı Örnek t- Testi İstatistiği
s	: Standart sapma
p	: Anlamlılık düzeyi

## TABLULAR LİSTESİ

Sayfa

<b>Tablo 1. Yetişkin Çocuk Örnekleminin Demografik Değişkenler Açısından Dağılımı .....</b>	<b>37</b>
<b>Tablo 2. Anne Örnekleminin Demografik Değişkenler Açısından Dağılımı .....</b>	<b>38</b>
<b>Tablo 3. Yetişkin Çocuk Ölçek Toplam Puanı ile Alt Boyut Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri.....</b>	<b>38</b>
<b>Tablo 4. Anne Ölçek Toplam Puanı ile Alt Boyut Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri.....</b>	<b>40</b>
<b>Tablo 5. Yetişkin Çocuk- Ölçek ve Ölçek Alt Boyutları için Kullanılan Güvenirlik Katsayıları.....</b>	<b>42</b>
<b>Tablo 6. Anne- Ölçek ve Ölçek Alt Boyutları için Kullanılan Güvenirlik Katsayıları.....</b>	<b>42</b>
<b>Tablo 7. Anne ve Yetişkin Çocuk Young Şema Toplam ve Şema Alt Boyutları Fark Normallik Sınaması Sonuçları.....</b>	<b>43</b>
<b>Tablo 11. Dışadönüklük Kişilik Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması .....</b>	<b>48</b>
<b>Tablo 12. Uyumluluk Kişilik Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması.....</b>	<b>50</b>
<b>Tablo 13. Sorumluluk Kişilik Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması.....</b>	<b>52</b>
<b>Tablo 14. Duygusal Dengelilik Kişilik Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması .....</b>	<b>53</b>
<b>Tablo 15. Deneyime Açıklık Kişilik Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması .....</b>	<b>55</b>

## GİRİŞ

Erken dönem uyumsuz şemalar, çocukluk ve ergenlik dönemlerinde gelişen ve yaşam boyu etki etmeye devam ederek işlevsizliğe neden olan tekrarlı kalıplardır. Çeşitli anı, duygu, biliş ve beden duyumlarını içermekle birlikte kişinin kendi ve ötekiyle olan ilişkisinde de belirleyici rol oynamaktadır (Young ve ark., 2003; Young ve Klosko, 1993). Young (1999) kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, diğerlerine yönelimlilik, aşırı tetikte olma ve ketlenme şema alanları olmak üzere toplamda 5 adet şema alanı olduğunu belirtmiştir. Çocuklukta olumsuz yaşam deneyimleri, temel duygusal ihtiyaçların karşılanmaması ve duygusal mizaç erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasına zemin hazırlayan başlıca faktörler olarak kabul edilmektedir (Young, 1999; Gör ve ark., 2017). Bu faktörler düşünüldüğünde, ebeveynin çocuğun erken dönem uyumsuz şemalarına dair önemli etkisi olduğu açıkça görülmektedir (Young ve ark., 2003; Muris, 2006; Thimm, 2010a). Dolayısıyla ebeveyn ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şema alanları arasında ilişkinin var olması kaçınılmazdır (Macik ve ark., 2016; Sundag ve ark., 2018). Olumsuz çocukluk deneyimleri (Zeynel ve Uzer, 2020), savunma mekanizmaları (Karaarslan ve ark., 2021), ebeveyn stilleri (Gibson ve Francis, 2019) gibi faktörlerin kuşaklar arası şema geçişini açıklamaya yarayan ilgili mekanizmalardan olabileceği ortaya konulmuştur.

Savunma mekanizmaları utanç, kaygı ve suçluluk gibi içsel çatışmaya neden olan olumsuz duygularla baş etmeyi kolaylaştıran bilişdışı stratejilerdir (Freud, 1937; Fenichel, 1945; Vaillant, 1971). Bu stratejiler erken dönem uyumsuz şemalar gibi yaşamın erken döneminde gelişmeye başlamaktadır. Kişinin kendisi ve çevresine dair algısında değişiklikler meydana getirmektedir (Vaillant, 1977). Gerçekle bağlantılı ve zihinsel gelişim süreciyle ilişkili olan savunma mekanizmaları; immatür, nevrotik ve olgun olmak üzere sınıflandırılmıştır (Yılmaz ve ark., 2007).

Literatüre bakıldığında kişilik, tutarlık ve içsel süreçlerle ilişkili olma gibi iki ana unsurla temellendirilmiştir. (Burger, 2004). Kişiliğin değerlendirilmesi hususunda Beş Faktör Kişilik Kuramı toparlayıcı bir rol üstlenmiştir (Costa ve McCrae, 1985). Tüm bireyler için ortak olan 60 kişilik özelliği dışadönüklük, deneyime açıklık, nevrozizm, uyumluluk ve sorumluluk olmak üzere toplamda 5 temel boyutla sınıflandırılmıştır (Thurstone, 1934; Wiggins ve Trapnell, 1997; Costa ve McCrae, 1985).

Yapılan çalışmalarla birlikte erken dönem uyumsuz şema alanlarının kişilik ve savunma mekanizmaları ile ilişkili bir yapıda olduğu ortaya konulmuştur. Büyük beş kişilik özellikleri ile erken dönem uyumsuz şema alanları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar, nevrozizm ile erken dönem uyumsuz şema alanları arasında pozitif bir ilişki olduğu belirtirken (Sava, 2009; Thimm, 2010; Muris, 2006; Ekşi ve ark., 2020); uyumluluk kişilik özelliği ile negatif doğrultudaki ilişkiyi göstermiştir (Ehsan ve Bahramizadeh, 2011). Bunun yanında savunma mekanizmaları ile erken dönem uyumsuz şema alanlarının ilişki de ilgili çalışmalarla desteklenmiştir (Wallburg ve Chiaramello, 2015; Bashiri Nejadian, 2017; Price, 2007).

Bu çalışmanın amacı anne ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şema alanları arasındaki ilişkinin incelenmesi ve yetişkin çocukların kişilik özelliklerinin ve kullandıkları savunma mekanizmalarının bu ilişkideki rolünü ortaya koymaktır. Çalışmanın hipotezleri, anne ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki benzerlik savunma mekanizmaları alt boyutlarına ve kişilik özellikleri alt boyutlarına göre farklılık göstermektedir.

Literatürde erken dönem uyumsuz şemaların kuşaklar arasındaki ilişkiye ve bu ilişkinin altındaki mekanizmalara açıkça yer veren çok kısıtlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Bu tez çalışması literatürde var olan boşluğa ışık tutularak gelecek çalışmalara fikir vermesi hedeflenmiştir.

# BİRİNCİ BÖLÜM

## 1. GENEL BİLGİLER

### 1.1. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR

#### 1.1.1. Şema Kavramı

Şemalar, dünyayı anlamak ve bilgileri organize etmek için var olan temel yapı taşlarıdır. Yaşamın erken dönemlerinde birey fiziksel ve sosyal çevreyle etkileşime geçtiğinde oluşmakta ve zamanla üst bilişsel seviye gerektiren faaliyetlerle gelişimlerini sürdürmektedir (Piaget, 1964).

Şemaların literatürde ilk defa yer bulması 1932 yılında Bartlett tarafından sağlanmıştır. Bartlett yeni edinilen bilgilerin var olan eski bilgilerden yola çıkılarak algılandığını ve bu bilgilerle birlikte anlam kazandığını belirtmiştir. Şemaların da bireylerin dünyaya dair genel bilgisini temsil etmekte olduğunu ifade etmiştir (Bartlett, 1932). Şema kavramının detaylandırılması ve kaynaklarda çokça yer almasına zemin hazırlayan Piaget embriyogenetik gelişimin sinir sistemi ve zihinsel öğrenme süreçleriyle ilgili olduğunu aktarmıştır (1964). Şemanın bu öğrenme süreçlerinde oluşan zihinsel çerçeveler olduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda Piaget' ye göre şema uyarınları algılama, anlamlandırma ve onlara dair tepki oluşturmada kullanılan kalıplaşmış, organize olmuş davranışsal ve zihinsel yapılardır (Özdel, 2015). Bunların yanında şemayla benzer işlev çerçevesine sahip (Gör ve ark., 2017) ve şemanın güncel tanımına daha yakın yaklaşım, Bowlby tarafından oluşturulmuş ve şema yerine bağlanma teorisinde yer alan içsel çalışma modelleri kullanılmıştır (1973). Bağlanma teorisinde bu modeller; çocuğun bakımverenle olan etkileşimiyle şekillenen, kendisine ve diğerlerine yönelik oluşturduğu algının bilişsel temsilleridir (Bowlby, 1973; Lopez, 1995). Dolayısıyla, iki kavramın da dünyayı anlamlandırma sürecinin bilişsel temsilleri olmak üzere benzer terimler olduğu düşünülmektedir (Mason ve ark., 2005).

Zamanla bilişsel bakışın psikoterapi sürecine hakimiyetinin artmasıyla, Beck (1967) de şemayı bireyin yaşam deneyimlerini anlamlandırmak için oluşan ve doğru ya da yanlış olması farketmeksizin devamlılığını sürdüren örgütlenmiş zihinsel kalıplar şeklinde tanımlamıştır (Young ve ark., 2003). Böylelikle, Beck Bilişsel Davranışçı Terapi'nin odak noktasını bilginin işlenmesi (bilgiyi kaydetme, hatırlama, geri çağırma) ve şema süreçlerini içeren bilişsel faaliyetler olarak kabul edip terapistteki müdahale alanlarını oluşturmuştur (Beck ve ark., 1979).

### **1.1.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar**

Young ve arkadaşları (2003) erken dönem uyumsuz şemaları, “çocuklukta oluşmaya başlayan ve ergenlik süresince de gelişmeye devam eden, çeşitli anı, duyu, biliş ve beden duyularını içeren, önemli derecede işlevsizliğe neden olan, bireyin hem kendi hem de başkalarıyla olan ilişkisiyle ilgili devamlı tekrar eden kalıplar, örüntüler” olarak kapsamlı bir şekilde tanımlamıştır.

#### **1.1.2.1. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Kökeni**

Beck'in (1967) şema tanımlamasının ayrıntılı sonucu olan uyumsuz erken dönem şemaların 3 farklı etkenle oluşması mümkün olduğu belirtilmiştir. Bunlar: erken dönem çocukluk deneyimleri, temel duygusal ihtiyaçlar ve duygusal mizaç (Young, 1999).

Çocuklukta yaşam deneyimleri erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasında birincil faktör olarak kabul edilmektedir. Genellikle çekirdek ailenin dinamikleri çocuğun da dinamiklerini meydana getirir. Yetişkinlik döneminde erken dönem uyumsuz şemaları tetikleyen durumlar çoğunlukla çocuklukta getirilen olumsuz yaşam deneyimlerine benzerdir. Ayrıca çocuğun gelişimi ve yetişmesi sırasındaki sosyal bağlamı uyumsuz şemaları güçlendirir ve kişi için belirginleşmesine neden olur (Young ve ark., 2009).

Erken dönem uyumsuz şemalara neden olan 4 tip erken dönem çocukluk deneyimi vardır. İlki, çocuğun ihtiyaçlarının karşılanmasının aşırı düzeyde engellenmesidir. Bu çocukluk deneyimi istikrar, sevgi ve anlayış gibi temel ihtiyaçların çocuğun çevresinde olmamasıyla ilişkilidir. Diğer çocukluk deneyimi olan travma ve kurbanlaştırmada çocuğun tehdit altında kalması ve çocuk için fiziksel ve

duygusal tehlikeli durumun mevcut olması söz konusudur. Burada güven duygusu sağlanamamış aksine güvensizlik, kaygı ve umutsuzluk aktarılmıştır. Üçüncü tip çocukluk deneyimi ihtiyaçların aşırı karşılanmasıdır. Gereğinden fazla sunulan imkanlar çocukta özerklik, öz denetim ve sınırlara hakim olma gibi yetilerinin gelişmemesine neden olur. Son olarak, önem verilenlerle seçici içselleştirme ve özdeşimde çocuk özellikle ebeveyninin duygu, düşünce ve davranışlarını kopyalar ve hayatını onlara göre temellendirir (Young ve ark., 2003; (Young ve ark., 2009 Rafaeli ve ark., 2011; Gör ve ark., 2017).

Erken dönemde var olan diğerlerine güvenli bağlanma, özerklik, yetkinlik ve kimlik algısı, duyguların ve ihtiyaçların ifade edilmesi, kendiliğindenlik ve oyun ile gerçekçi sınırlar olmak toplamda 5 temel duygusal ihtiyaç mevcuttur. Belirtilen bu ihtiyaçların herkes için aynı düzeyde bulunmadığı aktarılmıştır. Bazı bireylerde daha fazla bulunurken, bazılarında ise daha az düzeyde bulunması mümkündür. Ancak temel duygusal ihtiyaçların evrensel olduğu kabul edilmekte ve her bireyde olduğu düşünülmektedir. Çocukluk ve ergenlik döneminde bu temel duygusal ihtiyaçların karşılanmaması erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasına zemin hazırladığı görülmüştür (Young, 1990; Young ve ark., 2003; Gülüm ve Soygüt, 2021).

Kişiliğin biyolojik temelini oluşturan mizaç, erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasında oldukça önemli bir etkidir. Çünkü çocuğun doğuştan getirdiği mizacı çocuğun farklı yaşam deneyimlerine ve ebeveynin olumsuz tutumuna daha fazla maruz kalmasına neden olabileceği aktarılmıştır. Örneğin agresif mizaçlı bir çocuk şiddet gösteren ebeveyn tutumunu arttırabilir ya da daha pasif mizaçlı bir çocuk istismar durumuna daha fazla maruz kalabileceği öngörülmüştür. Ancak buna rağmen zorlu yaşam maruziyetleri belli bir süre sonra mizacı geride bıraktığı anlaşılmıştır (Young ve ark., 2003; Thimm, 2010).

#### 1.1.2.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Özellikleri

Duygusal ihtiyaçların karşılanmaması, olumsuz erken dönem travmatik yaşantılar ve duygusal mizacın zemin hazırlanmasıyla oluşan erken dönem uyumsuz şemalar çocukluk ve ergenlik dönemi boyunca gelişmektedir. Kişi yetişkinlik yaşamında daha önce uyumsuz şemaların oluşmasına neden olan bu koşullara benzer

durumlarla karşılaştığında veya bu koşulları bilinçdışı bir şekilde hatırladığında bir nevi uyuyan şemalar tetiklenmekte ve aktif bir hale gelmektedir. Böyle bir durumun kişinin olumsuz yoğun duygulara kapılmasına zemin oluşturduğu belirtilmiştir. Oluşan olumsuz yoğun duygular kişinin hayatına komple etki etmekte ve aslında hayat ne kadar iyi giderse gitsin ve o kişi için eksiklikler daima ön planda olduğu düşünülmektedir (Young ve ark., 2003; Young ve Klosko 1993).

Şemaların kişinin direkt olarak hayatı algılayış biçimiyle alakalı olduğu aktarılmıştır. Bu algılama şekli zaman içinde içselleştirilmekte ve pratik olarak yaşamın tamamına uyarlanmaktadır. Kişi kendi çevresindeki olan her şey için bu şemaları baz almakta ve duygularını, düşüncelerini, davranışlarını ve tüm ilişkilerini şemalara göre sürdürmektedir. Dolayısıyla, şemalar kişi adına bilişsel tutarlılık oluşturarak kişinin algısında stabilliği de sağlamaktadır. Ayrıca, kişi için uyumsuz, zararlı bir etkisi olsa da kişinin doğru bildiği ve aşına olduğu temel olmasından şemaların değişime son derece dirençli olduğu görülmüştür (Young ve Klosko, 1993; Young ve ark., 2009; Rafaeli ve ark., 2011).

Erken dönem uyumsuz şemalar esnek olmayan ve hayatta kalmaya yönelik bir yapıya sahiptir. Çocukluk koşullarında işlevsel olan şemalar, yetişkinlik çağında değişen koşullarda kişi için işlevini yitirmekte ve hatta olumsuz anlamda etkili olmaya başlamaktadır. Uyum bozucu bir şekilde kişinin hayatının neredeyse her alanında etkili olduğu belirtilmiştir. Buradan da yola çıkılarak, erken dönem uyumsuz şemaların ruh sağlığı problemleri ile ilişkisi olması kaçınılmazdır (Kunst ve ark.,2020; Davoodi ve ark., 2018; Maher ve ark., 2022).

Son olarak, erken dönem uyumsuz şemalar boyutsal bir özelliğe sahiptirler. Farklı şiddetlerde ve yaygınlıkta görülebilmektedirler. Şiddetli şemaların etkisi birey tarafından daha yoğun ve daha olumsuz olarak algılanmaktadır (Young ve ark., 2003; Young ve ark., 2009).

### 1.1.2.3. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları

Young'ın sınıflandırması (1999) sonucunda biliş içeriğinin değişmesine göre toplam 18 erken dönem uyumsuz şema ve bu şemaların bağlı olduğu 5 adet şema alanı bulunmaktadır (Bosmans ve ark., 2009). Bunlar: kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş

otonomi, zedelenmiş sınırlar, diğerlerine yönelimlilik, aşırı tetikte olma ve ketlenme şema alanlarıdır.

#### ***1.1.2.3.1. Kopukluk ve Reddedilme Şema Alanı***

Kopukluk ve reddedilme şema alanı güven, sevgi ve aidiyet duygularının karşılanmasıyla ilişkilidir. Kopukluk ve reddedilme şema alanına sahip kişiler yakın ve duygusal bağ kurabilecekleri ilişkilerden uzak durmakta ve bağlanmayı sağlamadan ilişkiden ilişkiye adım atabileceği öngörülmektedir (Young ve ark., 2003).

Bu şema alanına bağlı olarak toplamda 5 erken dönem uyumsuz şema vardır. Bunlar: Terk edilme ve istikrarsızlık, güvensizlik ve kötüye kullanılma, duygusal yoksunluk, kusurluluk ve utanç, sosyal izolasyon ve yabancılaşmadır.

##### ***1.1.2.3.1.1. Terk Edilme ve İstikrarsızlık***

Terk edilme ve istikrarsızlık şemasıyla ilişkili olan kişiler değer verdikleri insanların devamlı olarak yanlarında var olmayacaklarına ve bu kişilerin daha iyi bir seçenekleri olduğunda terk edeceklerine dair inançları bulunmaktadır. Çevreyle olan ilişkilerini güvenli bir zemine oturtmakta zorlanmaktadır. Bu nedenle bu şemaya sahip bazı kişilerin karşı tarafla fazla bağ kurduğu gözlemlenirken, bazılarının da insanlardan uzaklaşma davranışları sergilediği görülmüştür (Young ve Klosko, 1993). Bu nedenle bu kişilerde sıklıkla görülen öfke kontrolünü sağlamama durumu mevcuttur (Young ve ark., 2003).

##### ***1.1.2.3.1.2. Güvensizlik ve Kötüye Kullanılma***

Bu şemaya sahip kişilerin başkalarıyla kurdukları ilişkilerde kullanılacaklarına ya da zarar göreceğine dair inançları ve beklentileri vardır. Kuşku ilişkilerinde daima temel bir noktadadır. Onlar için ilişkiler güvensizlik üzerine kurulmaktadır. Bu kişiler karşı tarafı kendi bencil amaçları doğrultusunda manipüle ederek ilişkilerini sürdürmektedirler. ilişkilerinde açık ve samimi şekilde davranmakta güçlük çektikleri belirtilmiştir (Young ve ark., 2003; Young ve Klosko, 1993).

##### ***1.1.2.3.1.3. Duygusal Yoksunluk***

Duygusal yoksunluk şema alanı kişinin ihtiyacı olan bakım (sevgi, şefkat, sıcaklık), empati (anlayış, dinleme, paylaşma) ve korunma (güç, yön, rehberlik)

gereksinimlerinin başkaları tarafından yeterince karşılanamayacağına dair beklentiyi içermektedir. Bu üç farklı şekilde yoksunlukta olan kişi, ihtiyacı olan duygusal desteğin sağlanamayacağını düşünmektedir (Rafaeli ve ark., 2011). Bu durumla baş etmek adına duygusal yoksunluk şemasını besleyen insanları hayatına dahil etmekte ve ilişkilerini kurmaktadır. Bu durum kişinin devamlı olarak öfke ve yalnızlık hisleri arasında gel gitler yaşamasına sebep olduğu düşünülmektedir (Young ve Klosko, 1993).

#### *1.1.2.3.1.4. Kusurluluk ve Utanç*

Kusurluluk ve utanç şema alanında kişinin kendisi için kusurlu, değersiz ve sevilmeyecek biri olduğuna dair inançları mevcuttur. Kusurlu yönlerin bireysel ya da toplumsal konularda olabileceği belirtilmiştir. Bireysel kusurlar, agresiflik, bencillik veya kabul edilmeyen cinsel arzular olabilirken; toplumsal kusurları da çekici olmayan görünüş veya sosyal uyumsuzluk olabilmektedir. Bu kusurluluk inancı utanç duygusunun da ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır. Ebeveynlerin aşırı eleştirel olması, kişiyi sevimliye layık biri olmadığı inancına sürüklemekte, kusurluluk ve utanç duygusunu da pekiştirmektedir (Bricker ve Young, 2012).

#### *1.1.2.3.1.5. Sosyal İzolasyon ve Yabancılaşma*

Sosyal izolasyon ve yabancılaşma sosyal toplumdan farklı olduğunu hissetme, herhangi bir topluluğa veya gruba ait olamama hissiyle ilişkilidir. Bu nedenle bu şemaya sahip kişilerin grup aktivitelerine katılmadan yalnız kalacakları durumlara daha fazla yönelmeye yatkın olduğu düşünülmektedir. Bazı durumlarda, ebeveyn tutumunun kaynaklık etmesinin yanında sosyal ortamın da kişiyi dışlaması sonucunda sosyal izolasyon ve yabancılaşma şeması ortaya çıkması mümkün görülmektedir (Rafaeli ve ark., 2011). Küçük yaşta akran tarafından dışlanmak kişinin kendini sosyal ortamlarda istenmeyen, aşağı biri olarak tanımlamasına yol açabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda sürdürülen davranış örüntüleriyle birlikte sosyal izolasyon ve yabancılaşma şeması pekiştirilmektedir (Young ve Klosko, 1993).

#### *1.1.2.3.2. Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı*

Zedelenmiş otonomi şema alanı, bağımsız bir şekilde hareket edebilme, özerklik kavramlarıyla ilişkilidir. Bireylerde bu şemanın oluşmasındaki etken,

çocukken ya ebeveynleri tarafından her türlü problemleri çözülmüş ve aşırı korunmuş olması ya da tam tersi olarak ebeveynlerinden bekledikleri ilgi alakayı görememeleri olarak belirtilmiştir. Bu kişilerin, kendilerine ait kimlik inşa etme ve dış dünyada evden bağımsız bir şekilde var olmaları için teşvik edilmedikleri görülmektedir. Ayrıca yaşlıları gibi günlük sorumluluklarıyla tek başına baş etmekte zorlanmakta ve yetersiz kalmaktadırlar (Young ve ark., 2003).

Zedelenmiş otonomi şema alanında 4 adet (Bağımlılık ve yetersizlik, zarar ya da hastalık karşısında incinebilirlik, iç içe geçme ve gelişmemiş benlik, başarısızlık) şemadan oluşmaktadır.

#### *1.1.2.3.2.1. Bağımlılık ve Yetersizlik*

Bağımlılık ve yetersizlik şema alanına sahip kişilerin başkasına ihtiyaç duymadan kendi sorumluluklarını yapma becerisine sahip olmadığına dair inançları mevcuttur. Kişinin kendine dair bu inancı günlük yaşam sorumluluklarından akademik veya iş hayatına kadar her alana sinmiş olduğu gözlemlenmektedir. Bu nedenle hayatlarında onları devamlı yönlendirecek birine ya da birilerine ihtiyaç duymaktadırlar. Başkalarından istedikleri desteği almadıkları zaman ise yetersizlik veya çaresizlik gibi duygulara kapılabilecekleri düşünülmektedir (Young ve Klosko, 1993; Young ve ark., 2003). Çoğunlukla, ebeveynleri tarafından bağımsız hareket etmeleri ve özgüvenlerini geliştirmeleri için desteklenmemişlerdir (Bricker ve Young, 2012).

#### *1.1.2.3.2.2. Zarar ya da Hastalık Karşısında İncinebilirlik*

Zarar ya da hastalık karşısında incinebilirlik katastrofik düşünceler ve zarar görmeye dayalı inançların hakim olmasıyla ilişkilendirilmiştir. Bu şemaya sahip olan bireyler, aniden felaketlerin (medikal, duygusal ve çevresel alanlar) meydana geleceğini düşünmektedirler. Bu felaketlerden alınacak hasarlara karşı da gerçeklikten uzak aşırı korku geliştirdikleri görülmektedir. Endişeli ve kaygılı duygu durumu sıklıkla zarar ya da hastalık karşısında incinebilirlik şemasına eşlik ettiği belirtilmiştir (Young ve Klosko, 1993; Young ve ark., 2003). Ek olarak, aşırı korumacı ebeveyn tutumunun bu şema alanının oluşmasında etkili olduğu düşünülmektedir (Bricker ve Young, 2012).

#### *1.1.2.3.2.3. İç İçe Geçme ve Gelişmemiş Benlik*

İç içe geçme ve gelişmemiş benlik şemasına sahip kişiler hayatlarında genellikle ebeveynleri olmak üzere bir ya da birden fazla kişiye aşırı oranda yakınlık ve bağımlılık geliştirmiştir. Bu kişiler olmadan hayatına devam edemeyeceğine dair inançları mevcuttur. Bireyselleşme söz konusu değildir (Rafaeli ve ark., 2011, p. 28). Buna bağlı olarak sosyal ilişkileri yeterince gelişmemiştir (Young ve ark., 2003). Çocuğun bireysel kimliğinin oluşmasına izin vermeyen, aşırı kontrolcü ve istismarcı ebeveynler etkilidir (Bricker ve Young, 2012).

#### *1.1.2.3.2.4. Başarısızlık*

Hayatın çeşitli başarı alanlarında (akademi, spor, kariyer) yetersiz olduğuna ve çevresinden daha başarısız olacağına inanan kişilerin bu şemaya sahip olduğu düşünülür. Kişi kendini beceriksiz, yeteneksiz, aptal gibi etiketlendirir. Bu şekilde bir etiketlendirme kişi için başarısızlığın devamlılığının sürdürülmesine neden olur (Rafaeli ve ark., 2011; Young ve ark., 2003).

#### *1.1.2.3.3. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı*

Zedelenmiş sınırlar şema alanı, özdisiplin, işbirliğine açık olmama ve belirli ilişkisel sınırlarla sahip olmama durumlarını içerir. Kişi, sosyal ilişkilerin getirdiği temel kurallara uyması gerektiğine inanmaz, diğerlerinin haklarına önem vermez veya kendi hayatında yapması gereken sorumluluklara dair yeterli öz denetimi kuramaz. Aile kökenlerine bakıldığında, ebeveynlerin fazla serbestlik tanıdığı, kural ve disiplinden uzak bir şekilde bir tutum sergilediği aile ortamlarında zedelenmiş sınır şema alanının ortaya çıktığı düşünülür (Rafaeli ve ark., 2011).

Bu şema alanında hak görme ve büyükenmecilik, yetersiz öz denetim ve öz disiplin olmak üzere iki şema yer almaktadır.

#### *1.1.2.3.3.1. Hak Görme ve Büyükenmecilik*

Bu şema alanı özel hak ve imtiyazlara sahip olduğuna inanan, diğer kişilerden daha üst olmaya odaklı kişilerle ilişkili olarak görülmüştür. Bu bireylerin, istedikleri her şeyi yapabileceklerine ve herhangi bir toplumsal kuralın kendisini bağlamayacağına dair düşünceleri mevcuttur. Başkalarının hislerini ve düşüncelerini

umursamayarak gücü kendi çıkarları dahilinde kullanabileceklerini varsayarlar. Bu kişilerin ebeveynleri genellikle sınırları tam olarak belirleyememiş ve kontrol sağlayamamışlardır ( Young ve Klosko, 1993; Rafaeli ve ark., 2011).

#### *1.1.2.3.3.2. Yetersiz Öz Denetim ve Öz Disiplin*

Yetersiz öz denetim ve öz disiplin temelde dürtülerin kontrol altına alınamaması ve bireysel uzun vadeli hedefler için doyumunu erteleme becerisinin eksikliğini içermektedir. Bu şema alanına sahip kişilerin duygularını ve dürtülerini uygun bir şekilde ifade etme konusunda problemleri olduğu düşünülmektedir. Ebeveynlerin aşırı kontrolcü tutumu ve sınır belirleyememesi yetersiz öz denetim ve öz disiplin şemasının oluşmasına zemin hazırlamaktadır (Bricker ve Young, 2012).

#### *1.1.2.3.4. Diğerlerine Yönelimlilik Şema Alanı*

Diğerlerine yönelimlilik şema alanı, kendinden ziyade başkalarının isteklerini ve ihtiyaçlarını asıl mesele olarak kabul edilmesiyle alakalı şemaları içermektedir. Temelde ebeveynlerin sevgiyi koşullu olarak vermesiyle diğerlerine yönelimlilik şema ortaya çıkar. Çocuktan kendi arzularına göre değil ebeveyninin karşılamak istediği duygusal ihtiyaca göre hayatına yön vermesi beklenir. Bu bağlamda yetişkinlik hayatında kişi sevilme, onaylanma ve takdir görme ihtiyacını karşılamak için sürekli olarak diğerlerinin isteğini ön planda tutar. Kendi duygularını ve ihtiyaçlarını geri planda tutar (Young ve ark., 2003; Rafaeli ve ark., 2011).

Diğerlerine yönelimlilik şema alanı 3 adet şemayı içerir. Bunlar: boyun eğme, kendini feda, onay ve tanınma aramadır.

#### *1.1.2.3.4.1. Boyun Eğme*

Terk edilmekten, tepki almaktan ve öfkeden kaçınmak için kişinin başkasının otoritesine boyun eğmek zorunda hissetmesiyle ilgili bir şemadır. Kişi kendi istek ve ihtiyaçlarını göz ardı ederek diğerlerinin istek ve ihtiyaçlarını kabullenir. Bazı durumlarda kişi kendi istek ve tercihlerini bastırırken, bazı durumlarda ise duygularını bastırır. Bunun sonucunda da agresyon, pasif- agresif davranışlar, duygusal geri çekilme gözlemlenebilir (Rafaeli ve ark., 2011).

#### *1.1.2.3.4.2. Kendini Feda*

İlgili şema, kendi isteklerini feda ederek başkalarına yardım etmeyi ön plana alma eğilimini içerir. Eğer kendini öncelik olarak ele alırsa kişi suçluluk duygusuna kapılır. Diğer bireylerin (özellikle ebeveyn) sorunlarına karşı aşırı duyarlı olma ve buna yönelik sorumluluk alma davranışlarıyla ortaya çıkabilir (Bricker ve Young, 2012). Bazı durumlarda da kişi kendini önceliklerine değer vermediğini fark ettiğinde fedakarlık yaptığı kişilere karşı kırgınlık geliştirebilir (Rafaeli ve ark., 2011).

#### *1.1.2.3.4.3. Onay ve Tanınma Arama*

Bu şemada kişi diğerlerinin beğeni ve takdirini kazanmaya aşırı değer verir. Kendini kabullenmek kişi için ancak başkalarının onay vermesiyle mümkün olabilir. Reddedilmeye karşı aşırı hassas yapıda olabilirler. Bu bağlamda devamlı olarak bunun için bir çaba mevcuttur. Dolayısıyla, izledikleri yol kendilerinin fikirleri ve istekleri doğrultusunda olmadığı için, bu kişinin hayatında aldığı önemli kararlar genellikle onlar için tatmin edici değildir (Young ve ark., 2003).

#### *1.1.2.3.5. Aşırı Tetikte Olma ve Ketlenme*

Aşırı tetikte olma ve ketlenme şema alanı, akışında gelişen duyguların ve dürtülerin aşırı bastırılması ve kişinin kendisini devamlı olarak katı kurallarla sınırlandırması ile ilişkilidir. Genellikle ailenin cezalandırıcı tutum sergilemesi veya aşırı talepkar olması bu şemanın oluşmasına zemin hazırlar (Bricker ve Young, 2012). Bu şemaya sahip kişileri hayatlarında hataya yer olmadığından mükemmelliyetçi bir yapıya sahiptirler. Bu durum da karamsar düşünce şeklini ve endişeyi beraberinde getirir. Onlar için kurallar ve sorumluluklar uyulması gereken daimi zorunluluklardır.

Karamsarlık ve kötümserlik, duygusal ketlenme, cezalandırma, yüksek standartlar ve aşırı eleştirme olmak üzere 4 şema, aşırı tetikte olma ve ketlenme şema alanında yer almaktadır (Rafaeli ve ark., 2011).

#### *1.1.2.3.5.1. Karamsarlık ve Kötümserlik*

Karamsarlık ve kötümserlik şemasında genellikle pozitiflik göz ardı edilerek hayatın negatif yönlerine vurgu yapılır. Geleceğe yönelik tahminler hep olumsuz yöndedir. Olumlu, pozitif sürekliliği olan durumların da bir gün bozulacağı inancını içerir. Bu nedenle en ufak aksaklık veya hatalar felaket olarak kabul edilir. Endişe,

kararsızlık veya yakınma sıklıkla beraberinde gelen sonuçlardır (Rafaeli ve ark., 2011).

#### *1.1.2.3.5.2. Duygusal Ketlenme*

Duygusal ketleme şeması eş alanlarda duygu ve davranışların bastırılmasıyla ilişkilidir. Bu alanlar: ‘öfkenin bastırılması, olumlu dürtülerin bastırılması, kırılganlığı göstermede ve duyguyu hiçe sayarken mantığı daha önemli kılma’ şeklinde sıralanabilir. Temelde kişi dürtülerinin kontrolünü elinde tutamamaktan veya başkaları tarafından yargılanmaktan kaçınmak amacıyla hareket eder (Rafaeli ve ark., 2011).

#### *1.1.2.3.5.3. Cezalandırılma*

Hatanın büyüklüğü ya da küçüklüğü fark etmeksizin sert bir şekilde cezayla sonuçlandırılması gerektiğine dair inancı kapsar. Bu şema alanına sahip kişiler kendisinin ve başkalarının yaptığı hataları bağışlamakta zorlanırlar. Buna bağlı olarak da bu kişiler öfkeli, saldırgan ve aşırı tahammülsüz davranışlar sergileyebilirler (Young ve ark., 2003).

#### *1.1.2.3.5.4. Yüksek Standartlar ve Aşırı Eleştirme*

Bu şema, mükemmeliyetçilik, başarıyı küçümseme, katı etik ve ahlaki kurallara sahip olma, verimliliğe aşırı önem verme gibi birçok kavramla ilişkilidir. Bu şemaya sahip kişilerde var olan her zaman daha fazlasına, daha üstüne ulaşma inancı genellikle başkaları tarafından eleştiriden kaçınmak için vardır. Ebeveynlerin sevgiyi bir koşula bağlı olarak vermesi sonucunda oluşması mümkündür (Young ve ark., 2003).

## **1.2. SAVUNMA MEKANİZMALARI**

### **1.2.1. Savunma Mekanizmaları**

Savunma mekanizmaları, utanç, kaygı ve suçluluk gibi istenmeyen olumsuz duyguları baş edilebilir düzeyde tutmayı amaçlayan zihinsel stratejilerdir. Psikanalitik perspektif savunma mekanizmalarını toplum tarafından kabul edilmeyen dürtüler ile ego bütünlüğünü korumak arasındaki dengeleme sistemi olarak değerlendirmiştir (Freud, 1937; Fenichel, 1945; Vaillant, 1971; Kreidler ve Kreidler, 1987).

İd ve ego arasındaki içsel karmaşaya müdahale edilirken istemli ve öğrenilmiş bir süreçten ziyade savunma mekanizmalarıyla daha çok dinamik ve bilinçdışı bir psikolojik baş etme süreci yürütülmektedir (Vaillant, 1994). Ayrıca bu süreçte kişinin kendisine ve diğerlerine yönelik algısına etkide bulunarak değişime neden olmaktadır (Vaillant, 1971).

Vaillant'ın savunma mekanizmalarının yaklaşık 40 senelik literatür geçmişine dayandığı yapılandırmasıyla savunma mekanizmalarının 5 tane önemli özelliği ortaya konulmuştur (2012). Bunlar şu şekilde belirtilmiştir:

- Savunma mekanizmaları, çatışma ve duygulanımı yönetmenin temel yollarından biridir.
- Savunma mekanizmaları, görece bilinçdışıdır.
- Savunma mekanizmaları, birbirinden bağımsız mekanizmalardır.
- Savunma mekanizmaları, birçok psikolojik belirtinin öncülleri olsa da geri çevrilebilir yapıdadır.
- Savunma mekanizmaları, patolojik olduğu kadar da uyumsaldır.

### **1.2.2. Savunma Mekanizmalarının Tarihsel Gelişimi**

Psikanalitik teorinin genel çerçevesini oluşturan unsurlardan biri olan savunma mekanizmaları, 1894'te Freud tarafından "Savunma Psikonevrozları" araştırmasında ilk defa yer verilmiştir. Bu durum savunma mekanizmalarının literatüre kazandırılmasını sağlamış hem de gelecek araştırmaların önünü açmıştır. Freud (1894), ilk zamanlar savunmayı bilinçdışına etki eden genel zihin fonksiyonlarından biri olarak nitelendirmiştir ve bu doğrultuda savunmanın asıl amacını kişiyi olumsuz etkileyen, acı veren veren duygulardan uzaklaştırmak olarak öne sürmüştür. Ancak sonraki zamanlarda Freud'un araştırma odağının bilinçdışı dürtüler ve psişik gerçekliğe yönelmesiyle savunma mekanizmalarının işlevine dürtülerin boşaltılmasını engelleyen karşı bir güç olarak bakılmaya başlanmıştır (Freud, 1923, aktaran Cramer, 1991). İd, ego ve süperego'nun kişiliğin temel kavramlarının birer unsuru olarak sahneye çıkmasıyla, ego kendine özgü işlevleri ve özellikleri olan bir yapı olarak ortaya çıkmıştır. Ego, id ve süperego arasındaki dengenin sağlanmasından sorumlu olarak içsel ve dışsal gerilimi azaltarak işlevlerini sürdürmeye çalışmaktadır. Bu faktörler düşünüldüğünde savunmalar da genel zihin fonksiyonlarından ziyade ego fonksiyonları olarak tanımlanmıştır. Temelde savunmanın amacı, egoyu içgüdüsel

dürtülere karşı korumak olarak şekillendirmek olarak görülmüştür (Freud ,1926, aktaran Cramer, 1991).

Savunma mekanizmaları ilk kez sistematik bir şekilde Anna Freud tarafından ele alınarak Freud'dan önceki ve sonraki görüşlerin ortada birleşmesini sağlanmıştır (1936). Anna Freud savunma mekanizmalarının amacını egoyu suçluluk ve kaygı gibi olumsuz hislerden uzaklaştırarak ve içgüdüsel istekleri kontrol altında tutarak egonun bütünlüğünü korumak olarak belirtmiştir. Dolayısıyla egonun dürtü ve duygu değişimleri savunma mekanizmalarının temel kaynağını oluşturduğu düşünülmüştür (Freud, 1936; Kaya ve Bozkurt, 2017). Bunun yanında Anna Freud, egodaki çözülmeye sebep olma ihtimali dolayısıyla bastırmaya ayrıca dikkat çekerek en tehlikeli savunma mekanizması olduğunu belirtmiştir (Freud, 1938).

Fenichel suçluluk ve kaygı duygularına odaklanarak savunmanın iki temel motivasyonunu ayrıntılandırarak gelişimsel bir zeminde incelemiştir (1945). Yaşamın erken dönemlerinde organizma içgüdüsel enerji salınımının etkisi altına kalmaktadır ve bu duruma müdahale edecek olan egonun aktif olmaması, kaygı ve panik deneyiminin yaşanmasına sebep olduğu düşünülmektedir. Egonun gelişmesi sonrasında, tehlike ihtimali sırasında ego tarafından savunma mekanizmalarını canlandıracak kaygı sinyallerini iletilmektedir ve savunma davranışları egoyu kaygıdan koruyamazsa kaygının tüm vücudu ele geçirmesi kaçınılmaz olarak görülmektedir. Öte yandan nesne ilişkileriyle bağlantılı olan suçluluk duygusu, egonun gelişmediği dönemde narsistik kaynakların karşılanmaması sebebiyle organizmayı saran kaygıya, egonun oluşmasıyla birlikte savunma mekanizmaları aracılığıyla müdahale edilmekte ve sonrasında süper egonun da devreye girmesiyle suçluluk duygusuna dönüştüğü belirtilmektedir. Sonuç olarak, Fenichel savunma mekanizmalarının egoyu içsel (anksiyete) ve dışsal (suçluluk) tehlikelerden uzaklaştırmayı hedeflemekte olduğunu aktarmıştır (Fenichel, 1945; akt., Cramer, 1991).

Vaillant (1971), savunma mekanizmalarını vücudun bazı koşullarda verdiği ve vermesi beklenen tepkiler gibi olduğunu belirterek içsel homeostatiği sağlayan sağlıklı reaksiyon olarak görmektedir. Bunun yanında yaptığı çalışmalarda savuma mekanizmalarını hiyerarşik düzenle sıralandırmıştır (Vaillant, 1977). Vaillant'ın

oluşturduğu bu hiyerarşik düzende, savunma mekanizmaları belirlenen gelişim dönemlerine göre normal ya da anormal kabul edilir. Temelde dört basamaklı gelişim dönemiyle sınıflandırılmıştır. 5 yaşına kadar olan süreci kapsayan ilk basamak narsistik ve patolojik savunmalardır. İkinci basamak ise 3- 16 yaş arasındaki süreçtir ve ilkel savunma mekanizmaları mevcuttur. Üçüncü basamakta, nevrotik savunma mekanizmaları yer alırken 3 ile 90 yaş arasında görülmesi normal olarak kabul edilmektedir. Son basamak olan olgun savunma mekanizmaları da, 12- 90 yaş kapsamaktadır (Vaillant, 1977; Kaya ve Bozkurt, 2017).

Son olarak Cramer de savunmaların sınıflandırılmasına yönelik çalışmalar yapmıştır. Bu çalışmalarında savunma mekanizmalarını 7 sınıfa ayırmıştır. Bunlar: yüksek uyumlu, zihinsel engelleme, küçük çapta imge bozulması, reddetme, büyük çapta imge bozulması, eylem ve defansif düzensizlik şeklinde belirtilmiştir.

### **1.2.3. Savunma Mekanizmaları Sınıflandırılması**

Literatüre bakıldığında savunma mekanizmalarının farklı şekillerde sınıflandırıldığı görülebilir (Vaillant, 1977; Andrews ve ark., 1993). Ancak çalışmada Savunma Biçimleri Testi (SBT-40) kullanılmıştır. Bu nedenle SBT-40 temel alınarak savunma mekanizmalarının sınıflandırılmasına değinilmiştir (Yılmaz ve ark., 2007).

SBT- 40' da toplamda 20 tane savunma mekanizması vardır. Bu savunma mekanizmaları; immatür, nevrotik ve olgun olarak 3 gruba ayrılmıştır (Yılmaz ve ark., 2007). Sınıflandırma yapılırken zihinsel sağlık, ego gelişimine ve dolayısıyla temelde gerçeği ne kadar değiştirdiğine bağlı olarak derecelendirme yapılmıştır (Andrews ve ark., 1993; Vaillant, 1986; APA, 1994). Ancak, savunma mekanizmalarının olgunluk düzeyi değerlendirildiğinde kişilerin yaşları dikkate alınarak karar verilir. Örneğin, kullanılan savunma mekanizması yaşı ileri olan biri için immatür olarak değerlendirilirken, aşı küçük olan biri için ise normal düzeyde kabul edilmektedir (Cramer, 2006). Bunların yanında ergenlik döneminden sonraki süreçlerde kişilerin hayatında immatür savunma mekanizmalarının yeri azalmaya başladığı da öngörülmektedir (Andrews ve ark., 1993).

#### **1.2.3.1. İmmatür Savunma Mekanizmaları**

İmmatür savunma mekanizmaları kişinin kendisi ya da başkalarına dair algısını bozan savunmalarla ilişkilendirilmiştir (APA, 1994). Algının içsel ve dışsal gerçekliğini birbirinden ayırıştırmakta ve bu iki gerçeklik arasında uyumsuzluğun oluşmasına neden olduğu düşünülmektedir (McWilliams, 2014).

İmmatür savunma mekanizmaları kaygıyı aşırı abartma, psikolojik huzursuzluk gibi negatif etki oluşturan hisleri azaltmakla karakterize edilmiştir (Vaillant, 1977). Ancak bu mekanizmaların yapısı kendini ve ötekini deneyimlemede katı bir tutumun yolunu açtığını belirtilmiştir (Koenigsberg et al., 2000). Bu nedenle de immatür savunma mekanizmaları stresle baş etme konusunda uyumlu bir çözüm yöntemi olarak görülmemektedir (APA, 1994).

Vaillant'a göre (1971), 3-16 yaş arası sağlıklı bireylerde ve kişilik ve duygulanım bozukluğu yaşayan yetişkin bireyler psikoterapide immatür savunma mekanizmalarını aktif olarak kullanmaktadırlar. Bu mekanizmalar bireysel yakınlık kurma ya da kaybetme konusunda yaşanan kaygıyı değiştirir. Dolayısıyla genellikle toplum tarafından desteklenmeyen, hoş görülmeyen davranışlar olarak bakılma durumu söz konusu olabilir.

İmmatür savunma mekanizmaları; yansıtma, pasif saldırganlık, dışa vurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, inkar, yer değiştirme, disosiyasyon, bölünme, rasyonalizasyon, bedenselleştirme olarak belirlenmiştir (Yılmaz ve ark., 2007).

#### ***1.2.3.1.1. Yansıtma***

Yansıtma savunma mekanizması, bilinçli olmayan bir şekilde kaygıdan uzaklaşmak adına iki biçimde kullanılabilir. İlki günlük yaşantıda kişilerin kendilerinde gördüğü eksiklikler üzerinden sorumluluğu veya suçu bir başkasına atfetmesiyle ilgilidir. İkincisi ise kişide suçluluğu tetikleyen duyguları, düşünceleri ve dürtüleri diğer kişilere mal ederek kendini temizliğini koruduğunu düşünmesiyle ilişkilendirilir (Geçtan, 1988). Her iki biçimde de kişi kaygıya neden olan içsel kaynakları görmezden gelip asıl kaynağın dışardan geldiği sonucuna varır (McWilliams, 1994, s.133). Genellikle, bu savunma mekanizmasının kullanılması paranoid eğilimi olan bireylerde görülebilir (Geçtan, 1988; Vaillant, 1994).

#### ***1.2.3.1.2. Pasif Saldırganlık***

Olumsuz dürtü ve duygularından uzaklaşmak adına kişinin içinde barındırdığı öfkelerini karşı tarafa direkt olarak gösteremediği için dolaylı yoldan iletmesine pasif saldırganlık denir. Genellikle hiyerarşinin olduğu yerlerde alt mevkide olan kişinin pasif saldırganlık savunma mekanizmasını kullandığı belirtilmiştir (APA, 2014).

#### **1.2.3.1.3. Dışa Vurma**

Dışa vurma, düşüncelerin ve duyguların geri planda bırakılarak eylem odaklı olmakla ilişkilendirilir. İçteki kaygı ve acının oluşmasına neden olan çatışmadan kaynaklı dışa aktarımın gerçekleşmesidir (APA, 2014). Kişi aynı zamanda içsel çatışmasının sorumluluğunu çevresine yükler ve buna yönelik çevresini suçlama eyleminde bulunabilir (Geçtan, 2003).

#### **1.2.3.1.4. Yalıtma**

Kaygının ve acının oluşabileceği durumlarda kişinin bilişle duygularını birbirinden ayırıp duyguyu dışarda bırakmasıdır. Doktorlar, polisler gibi bazı meslek gruplarında bu durum işlevsellik kazandırır da; yalnızca düşünselliği önem verip duygusallığı tamamiyle göz ardı etmek, kişiyi obsesif bir örüntüye sürükleyerek uzun vadede olumsuzlukların oluşmasına neden olur (McWilliams, 1994, s.150).

#### **1.2.3.1.5. Değersizleştirme**

Yaşamın ilk yıllarında bebeğin ebeveyne hayranlık duyma ve tümgüçlülüğü ebeveyne atfetme eğilimi mevcuttur. Ancak ileriki dönemde bu durumun aşırıya kaçma durumu patolojik problemlerin oluşmasına zemin hazırlar. İdealizemin seviyesinin artması, idealizasyonun farklı bir yüzü olan değersizleştirmenin de artmasına neden olur. Çünkü ‘‘Bir nesne ne kadar çok idealize edilirse sonunda maruz kalacağı değersizleştirme de o kadar derin olacaktır...’’ şeklinde belirtilmiştir (McWilliams, 1994, s.131).

#### **1.2.3.1.6. Otistik Fantezi**

Otistik fantezi; istek ve dürtü doyumunun hayal ve düş dünyasında sağlanmasıdır. Kişi yaşadığı kaygı gibi olumsuz duygularla bu şekilde başa çıkmaya çalışır. Çocukluk ve ergenlik döneminde sıklıkla kullanılması normal karşılanırken

daha sonraki süreçte bu durumun azalması ve doyumun dış dünyadaki nesnelere sağlanması beklenir (Öztürk ve Uluşahin, 1989, s.55).

#### ***1.2.3.1.7. İnkâr***

İnkâr en temel ve ilke savunma mekanizmalarından biri olarak görülmüştür (Ersevîm, 1997). Egonun bütünlüğünü tehdit eden durumun bilinç dahiline girmesi istenmediğinden, kişinin tamamiyle bu durumu yok sayması, varlığını inkâr etmesidir. Esasında inkâr savunma mekanizması dışsal gerçekliğin çarpıtılmasıyla ilişkilendirilmiştir (Freud., 1936).

#### ***1.2.3.1.8. Yer Değiştirme***

Biliçdışında egoyu tehdit eden kaygı veya korkunun hiç ilgisi olmayan başka bir unsura yönlendirilmesidir. Fobilerin gelişim süreciyle de ilişkilendirilmiştir. Örneğin, genç bir öğretmenin biliçdışında annesine karşı hissettiği negatif duyguları kabullenmeyip, bu duyguları çalıştığı okulun müdüresine havale etmesidir (Ersevîm, 1997, s.122).

#### ***1.2.3.1.9. Disosiyasyon***

Disosiyasyon, olumsuz duyguların ortaya çıkmasına sebebiyet veren durumlar karşısında bireyin beden ve zihin bütünlüğünün ayrışması olarak adlandırılır (Öztürk ve Uluşahin, 1989, s.55). Bu savunma mekanizması kişilerarası etkileşime olumsuz anlamda etki etmesi nedeniyle kişinin günlük hayatında problemlerin gelişmesine neden olur (McWilliams, 1994, s. 141).

#### ***1.2.3.1.10. Bölünme***

İyi ve kötü gibi birbirine zıt olan durumlarla içselleştirilmiş nesneyi veya dürtüleri parçalara bölmekle ilişkilendirilmiştir. Aslında kişi bunu yaparken benliğin de bölünmesinin yolunu açmaktadır. Bazı psikopatolojik rahatsızlıklarda (şizofreni ve sınır bozukluk) bölünme savunma mekanizmasını kullanmaya yönelik eğilim mevcuttur (Öztürk ve Uluşahin, 1989, s.48).

#### ***1.2.3.1.11. Rasyonalizasyon***

Topulmsal koşullarda kabul edilmeyen ve kişinin kendisinin de kabul etmeyeceği dürtü, düşünce ve davranışlarını kişinin kendini haklı çıkarma ve içinde oluşan kaygıyı azaltmak amacıyla belirli bir zemine oturtturmasıdır. Entelektüel seviyesi belli bir düzeyin üstünde olan bireyler arasında yaygın bir biçimde kullanıldığı belirtilmiştir (Ersevım, 1997, s.136).

#### **1.2.3.1.12. Bedenselleştirme**

Bedenselleştirme kişinin herhangi bir fiziksel bulgusu olmaksızın, gerçek sorunlarından kaçmak adına oluşturduğu öznel birtakım semptomlardan yakınmasıdır. Dolayısıyla esasında sorunların sembolik bedensel dille yansıtılması olarak belirtilebilir (Ersevım, 1997, s.140).

#### **1.2.3.2. Nevrotik Savunma Mekanizmaları**

Genellikle yetişkin bireylerin kullanmasıyla ilişkili olan nevrotik savunma mekanizmaları, kaygıyla baş etmek adına kişiye kısa vadede avantajlar sağlamaktadır. Her ne kadar immatür savunma mekanizmalarından daha az gerçekliği çarpıtmaya yönelik olsa da, uzun vadeli kullanım sonucunda işlevsellik, ilişki kurabilme yetilerinin zedelenmesine ve ruhsal yapının bireysel ve çevresel bağlantısının uyumsuzlaşmasına neden olmaktadır (APA, 2014; Vaillant, 1971).

Çeşitli araştırmaların sonuçlarına bakıldığında genellikle nevrotik ve immatür savunma mekanizmaları olgun savunma mekanizmalarıyla karşılaştırma yapılarak beraber bir şekilde incelenmiştir. Örneğin, Cramer'in (1999) çalışmasına göre nevrotik ve immatür savunma mekanizmalarının depresyon, kişilik bozuklukları ve bağımlılık gibi çeşitli patolojik durumlarla ilişkili olduğu belirtilmiştir. Ek olarak, ruhsal sağlık problemlerinin görölme ihtimali olgun savunma mekanizmalarına oranla nevrotik ve immatür savunmalarda daha fazla olduğu aktarılmıştır (Walburg ve Chiaramello, 2015).

Nevrotik savunma mekanizmaları; yapma bozma, yapay özgecilik, idealleştirme ve karşıt tepki geliştirme savunma mekanizmalarını kapsamaktadır (Yılmaz ve ark., 2007).

#### **1.2.3.2.1. Yapma Bozma**

Yapma bozma savunma mekanizması tümgüçlü olmakla ilişkilendirilmiştir. Kişinin farkında olmadan utanç, kızgınlık, suçluluk gibi duyguların izini silmek veya dengeyi kurmak adına gösterdiği davranış ve tutumlardır. Örnek olarak, eşine kızgınlık duymuş birinin bir sonraki gün hediyeyle eve gelmesi olarak gösterilebilir. Kompulsif kişiliğe sahip bireylerin farkında olmadan hissettikleri suçluluk duygularına karşın devamlı ve durdurulamayan davranışları da yapma- bozmaya dahil olabilir (McWilliams, 1994, s. 155-157).

#### ***1.2.3.2.2. Yapay Özgecilik***

İçgüdüsel dürtülerini engellemek adına kişinin başkalarına devamlı olarak iyilik yapma, başkalarının istekleriyle meşgul olma ve bu nedenle fedakarlıkta bulunma durumudur. Yapay özgecilik savunma mekanizmasını kullanan kişiler toplum tarafından desteklenen bir tutumla karşılaşmaktadırlar (Ersevimi, 1997, s.120).

#### ***1.2.3.2.3. İdealleştirme***

Kişinin beğendiği, sevgi duyduğu gerçek veya hayali bir kişiye tümgüçlülüğü atfetmesiyle ilişkilidir (Ersevimi, 1997, s.137). Çocukluktan itibaren başlayan ebeveynleri idealize etme eğiliminin değişmeden başkalarına yönelik olması ve mükemmelliğin bağdaştırılmasıyla birlikte kişiye ya da nesneye bağımlılığın da geliştirilmesi durumu mevcuttur (McWilliams, 1994, s.130).

#### ***1.2.3.2.4. Karşıt Tepki Geliştirme***

Karşıt tepki geliştirme mekanizmasında, bilinçli kabul edilmeyen dürtüleri, düşünceleri ve davranışları kişinin tam tersi şekilde dışa yansıtmasıdır (Ersevimi, 1997). Bazı psikopatolojilerde (paranoid, obsesif ve kompulsif kişilik bozuklukları) yaygın bir şekilde kullanıldığı belirtilmiştir (McWilliams, 1994, s.160). Ayrıca bunun yanında, eşcinsel veya agresif davranış gösteren bireylerde önemli derecede kullanılır (Ersevimi, 1997, s. 137).

#### **1.2.3.3. Matür Savunma Mekanizmaları**

Ergenlik döneminden orta yaşlara kadar olan süreçte daha yaygın bir şekilde kullanılmaya başlanan olgun savunma mekanizmaları, baş etme mekanizmalarıyla benzer işleve sahip olup immatür savunma mekanizmalarıyla kıyaslandığında daha

bilinçli ve daha başarılı yapıya sahiptirler (Vaillant, 1994; Vaillant, 2000). Matür savunma mekanizmaları, kişinin psikolojik farkındalığını gerçekleştirmeye yönelik olsa da bu farkındalık düşünsel, duygusal ve davranışsal olarak bütünlüğü sağlamaya yöneliktir (Cramer, 2015). Esasında immatür ve nevrotik savunma mekanizmalarıyla aynı kökene sahip olmalarına rağmen, olgun savunma mekanizmaları daha uyuma dönük, yapıcı özellikler taşımaktadır (Vaillant, 1977).

Yüceltme, mizah, beklenti ve baskılama savunma mekanizmaları olmak üzere toplam 4 adet olgun savunma mekanizması mevcuttur (Yılmaz ve ark., 2007).

#### ***1.2.3.3.1. Yüceltme***

Kişinin toplum tarafından kabul edilmeyen dürtülerini ve duygularını daha kabul edilebilir olduğunu düşündüğü davranışlara dönüştürmesiyle ilişkilidir. Bir nevi bu dürtülerini veya duygularını toplumsal perspektiften olumlu bakılan uğraşlara aktarmaktır (Geçtan, 2000, s. 87-89).

#### ***1.2.3.3.2. Mizah***

Mizah savunma mekanizması, başa çıkılması zor olan durumlarda kişinin yaşadığı etkiyi mizah yoluyla azaltmaya çalışmasıyla ilişkilidir. Bu şekilde kişi durum karşısındaki duygu ve düşüncelerini karşı tarafa daha rahat bir şekilde ifade edebilir (Ersevrim, 1997, s. 38).

#### ***1.2.3.3.3. Beklenti***

Gelecekle ilgili düşüncelerin ve duyguların birarada işlendiği beklenti savunma mekanizması, kişinin gelecekte kaygı ve stres oluşturabilecek, istenilmeyen durumlara yönelik sonuçları önceden hesaplama ve bunlara verilecek duygusal reaksiyonu tahmin ederek bilişsel planlama yapmasıdır (Vaillant, 2000).

#### ***1.2.3.3.4. Baskılama***

Psikanaliz literatüründe önemli bir yere sahip olan baskılama, egonun bütünlüğünü tehdit eden, acı ve kaygı uyandıran istek, anı ve gereksinimlerin unutulmuş bilinçli düzeye gelmesinin önlenmesidir. Baskılama, vücudun korkuyla yüzleştiğinde ani bir şekilde oluşan ketlenme tepkisiyle benzer mekanizmaya sahiptir. Dolayısıyla daha ilkel ve daha temel bir mekanizmadır (Geçtan, 2000, s.75).

### 1.3. BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK KURAMI

#### 1.3.1. Kişilik

Tanımı ve incelenmesi bakımıyla literatürde geniş bir yelpazede yer alan kişilik kavramı birçok araştırmacı tarafından farklı bakış açılarıyla araştırılmıştır. Ancak kaynaklar detaylı incelendiğinde kişiliğin tanımından ziyade birkaç temel noktada kişiliğin özelliklerine dair fikir birliğine varıldığı gözlemlenebilir. Bu noktalardan ilki kişiliğin tutarlı davranış kalıplarından oluşmasıdır. Tutarlılık özelliğinden kasıt değişen zaman ve durum karşısında davranışların sabitliğinin sürdürülmesidir (Burger, 2006). Diğer bir nokta ise kişiliğin bireyin içsel süreçleriyle olan ilişkisinin var olmasıdır. İçsel süreçler duygusal, motivasyonel ve bilişsel içeriklerden oluşmaktadır. Dolayısıyla bireyin duygu, düşünce ve davranışlarına doğrudan etki ederek kişilikle de son derece yakın temas içindedir (Burger, 2004). Son olarak, kişilik bireyi ötekilerden farklılaştıran kendine has özellikleri de kapsamaktadır (Sayar ve Dinç, 2009).

Kişilik kavramının; tutarlı, içsel süreçlerle ilişkili ve özgün olması konusunda ortak belirli bir görüş mevcut olmasına rağmen bilim insanları bu özelliklerin kaynağının ne olduğuna dair araştırmalarında farklı görüşler bildirmişlerdir. Bu bağlamda, literatürde birçok farklı yaklaşım sunulmuştur. Bunlar: Psikanalitik, hümanistik, davranışsal/ sosyal bilişsel yaklaşım ve ayırıcı özellikler olarak sıralanmaktadır (Burger, 2006).

##### 1.3.1.1. Psikanalitik Yaklaşım

###### *1.3.1.1.1. Sigmund Freud ve Kişilik*

Psikanalitik yaklaşımının öncüsü konumunda olan Freud, kişiliği incelerken ilk olarak topografik modeli benimsemiş ve kişiliği 3 ayrı bölümde incelemiştir. Bu bölümler: bilinç (farkında olma hali), bilinç öncesi (geri çağrılabilir seviye) ve bilinçaltı (farkında olunmayan dürtü, duygular) olarak sıralanmıştır (Burger, 2006).

Sonraki zamanlarda topografik modelin eksik kalması nedeniyle yapısal model eklenmiştir. Böylelikle kişilik 3 ana yapıya (id, ego ve süperego) ayrılmıştır. İd; haz ilkesiyle yönetilen, insanın doğuştan getirdiği ilkel dürtüleri ve fantazileri içeren, benliğin bencil kısmıdır. İd daima isteklerin hızlı bir şekilde tatmin olmasını ister.

Tamamiyle bilinçdışıdır. Ego ve süperegonun temeli olarak görülmektedir (McWilliams, 2011). Ego, id ve süperegonun arasında arabulucu konumunda rol oynar. Gerçeklik ilkesine dayanmaktadır. Denge ve uyumu sağlayarak id'in karşı konulması zor olan arzularını sosyal ve ahlaki kabul seviyesinde karşılamaktadır. Ego zihnin her evresinde rahatlıkla dolaşabilmekte ve id'in isteklerini bilinçdışında tutmaya çalışmaktadır. Bunu gerçekleştirirken davranışların sorumluluklarının da farkında olarak gerilimi azaltır. Süperego ise toplumsal değerleri ve normları kapsar. Bu nedenle kısıtlayıcı ve kurallara dayalı bir tutumu mevcuttur (Burger, 2006; McWilliams, 2011). Bireyin yaşadığı çevreye dahil olmasıyla gelişir ve daha önceden var olan kurallara göre ödül ve ceza sistemiyle desteklenir. Sonuç olarak, kişilik bu 3 ana yapının bütünleşmesiyle birlikte oluşmaktadır (Özdemir ve ark., 2012).

#### ***1.3.1.1.2. Post- Freudyenler ve Kişilik***

Freud'un kişilikle ilgili oluşturduğu temel taşlardan sonra bazı bilim insanları bu taşlara eklemeler yaparken bazıları da çeşitli düzeltmelerle geleneksel Freudyen düşüncesinden farklı bir şekilde ilerlemişlerdir.

##### ***1.3.1.1.2.1. Carl Gustav Jung ve Kişilik***

Jung özellikle bilinçdışı kavramını bireysel olarak değil ortak bir şekilde var olduğunu aktarmıştır. Kişilik de doğuştan getirdiğimiz bu kollektif bilinçaltını temel olarak oluşmaktadır (Burger, 2006). Jung'a göre sağlıklı bir kişilikte animusun (erkek arketip) saldırganlığı ve animanın (kadın arketip) duyarlılığı dengeli bir şekilde kurulmuştur. İç güçlerin hepsi sabit bir denge halinde denkleşmektedir (Gerrig ve Zimbardo, 2012).

Ek olarak, Jung her insanda var olan ancak farklı birinin daha baskın çıktığı iki çeşit kişilik yapısının (içe dönük ve dışa dönük) var olduğunu aktarmıştır. İçe dönük kişilik yapısında bireyin kendi içsel dünyası daha ön plandayken; dışa dönük kişilik yapısında insanlar ve eylemler daha etkin rol oynamaktadır (Sayar ve Dinç, 2009).

##### ***1.3.1.1.2.2. Alfred Adler ve Kişilik***

Adler'in kişilik bakış açısını anlayabilmek için üstünlük çabası, anne baba etkisi ve doğum sırası gibi belirli temel kavramların anlaşılması gereklidir (Yanbastı, 1990).

Öncelikle Adler erken dönem çocukluk zamanlarından itibaren herkeste aşağılık duygusunun var olduğunu ileri sürmektedir. Kişi yaşamı boyunca bu aşağılık duygusunu alt etmek için uğraşır ve bu noktada üstünlük çabası içine girer. Üstünlük çabası bir bakıma kişinin yaşam motivasyonunu sağlamaktadır (Burger, 2006). İkinci olarak, yaşamın ilk beş yılı kişiliğin gelişiminde çok önemli bir yere sahiptir. Bu 5 yıllık süre içerisinde kişinin en önemli çevre etkeni ailedir. Bu nedenle aslında anne baba etkisi kişiliğe doğrudan temas eden bir noktadadır (Yanbastı, 1990). Şımartmak veya ihmal etmek gibi önemli iki hata ileri dönemlerde kişiliğe dair bazı sorunların yaşanmasına neden olmaktadır (Burger, 2006). Son olarak, doğum sırasının kişilik üzerindeki etkisine ilk kez değinen Adler, aynı ailedeki çocukların dünyaya geliş sıralarının kişiliklerini etkilediğini belirtmiştir.

Ayrıca bunların yanında Adler'e göre kişilik kişinin tutumlarının bir karşılığıdır. Bu ifadeden de klasik psikanalizin aksine insan davranışlarının ve tutumlarının farkındadır. Dolayısıyla insan bilinçli bir varlık olarak görülmektedir (Yanbastı, 1990).

#### 1.3.1.2. Hümanistik Yaklaşım

Hümanistik yaklaşıma göre kişi kendi içsel kaynaklarını kullanarak potansiyellerini gerçekleştirmeye yöneliktir. İnsan doğası özünde sağlıklı bir yapıya sahiptir. Deneyimlerle birlikte kişi kendini gerçekleştirme yolculuğunda teşvik edici veya engelleyen durumlarla karşılaşır. Dolayısıyla kendini gerçekleştirebilmiş kişilik önceden belirlenmemiş veya doğuştan var olmamıştır. Özgür iradeyle kişi kendine uygun çevresel tercihleri sağlayarak pozitif deneyimlere kendini açar (Sayar ve Dinç, 2009).

#### 1.3.1.3. Davranışsal/ Sosyal Bilişsel Yaklaşım

İnsanın davranışlarının daima çevreden gelen uyarılarla şekillendiğini belirten davranışçı yaklaşım, kişiliği de belirleyen içsel etkenleri reddeder. Kişilik uyaran ve tepki etkileşimiyle oluşur ve yönlendirilir. Verilen duygusal ve davranışsal

tepkiler çevresel koşullarla öğrenilmiştir. Ödül ve ceza sistemiyle bu tepkiler pekişir veya engellenmektedir (Sayar ve Dinç, 2009).

Sosyal bilişsel yaklaşım tıpkı davranışsal yaklaşım gibi öğrenmenin çevresel uyaran ve bunlara verilen tepki neticesinde gerçekleştiğine katılmakla birlikte gözlem yoluyla öğrenmenin de etkili olduğunu vurgulamıştır. Bunun yanında sosyal bilişsel yaklaşım kişilik yapısının, öz yeterlik farkındalığı ve öz düzenin sağlanması temellerinde oluştuğu belirtilmiştir. Öz düzenleme, kişinin davranışlarını içsel ve dışsal ölçütlere göre değerlendirmesi ve kontrol etmesidir. Öz yeterlik, kendi potansiyelinin farkında olma ve mevcut becerilerini nasıl etkin kullanabileceğinin bilincinde olmaktır (İnanç ve Yerlikaya, 2012).

#### 1.3.1.4. Ayırıcı Özellikler Yaklaşımı

Ayırıcı özellikler yaklaşımı kişiliğin bireysel anlamda özgünlüğüne vurgu yapar ve bireyin belirli durumlarda nasıl davranacağına ilişkin varsayımlarda bulunur (Burger, 2006).

Çalışmalarında bilimsel yaklaşımı temel alan Cattell, tümevarım yöntemiyle kişiliğin özelliklerini ortaya koymayı amaçlamıştır. Bunun yaparken faktör analizi yöntemini kullanmış ve sonucunda 16 temel ayırıcı özelliği keşfetmiştir. Bu sayede kişiliğin evrensel boyutları da belirtilmiştir. Cattell'e göre kişiliğin bu 16 temel evrensel boyutu kişinin belirli koşullar altındaki davranışları öngörmeyi sağlamaktadır (1965).

Biyoloji temelli ayırıcı özellikler yaklaşımının öncüsü olan Eysenck, kişiliğin büyük oranda gen (%75) ve çevrenin (%25) etkileşimiyle belirlendiğini aktarmıştır. (çok farklı kaynaklardan elde edilen verilerin faktör analiziyle birlikte Eysenck kişiliğin 3 temel kişilik boyutu (dışadönüklük, nevrotizm ve psikotizm) olduğu sonucuna ulaşmıştır (1994).

#### 1.3.2. Beş Faktör Kişilik Kuramı

Ayırıcı özellikler yaklaşımının temel bakış açısını benimsemiş olan Beş Faktör Kişilik Kuramı, kişilik yapısının özelliklerini daha az faktörle temsil edilebileceği fikriyle oluşturulmuştur (McCrae ve Costa, 1997). Bu bağlamda birçok kişilik

özelliğinin ortak değişimlerine göre sınıflandırmasıyla 5 temel sınıf ortaya çıkmıştır. Bunlar: dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal dengelik veya nevrozizm ve deneyime açıklıktır. Araştırmacılar bu beş faktörün çoğu kişilik özelliklerinin spesifik yönlerini başarılı bir şekilde kapsadığı konusunda hemfikir olmuşlardır (Corr ve Matthews, 2009).

Yapılan çalışmada Tatar'ın Beş Faktör Kişilik Modeline dayalı bir şekilde oluşturduğu Büyük Beş-50 Kişilik Testi kullanılmıştır. Testin çevirisi Tatar tarafından yapılmış olup geçerlik ve güvenilirlik açısından geçerli psikometrik özellikler sağlanmıştır (2017). Ayrıca Beş Faktör Kişilik Modeli ile de karşılaştırılması iki aşama ve ayrı iki çalışma olarak yürütülerek, iki testin birbirine olan benzerliği doğrulanmıştır (Tatar, 2017). Dolayısıyla çalışmada Büyük Beş-50 Kişilik Testi' nin kullanılmasında herhangi bir sakınca görülmemiştir.

### **1.3.3. Beş Faktör Kişilik Kuramının Gelişimi**

Kişiliği değerlendirmede temel testlerden biri haline gelen Beş Faktör Kişilik Kuramının gelişimi ortalama 70 senelik köklü bir araştırma geçmişine dayanır (Somer ve ark., 2004). İlk olarak 1930'lu yıllarda Thurstone tarafından yapılan çalışmalarda, kişilik özelliklerine çoklu değişken modelleriyle bakılarak öncü ve etkileyici bir yaklaşım sunulmuştur. Araştırmada bireylerden kişiliklerini en iyi şekilde anlatan belirli tanımların kullanılması istenmiş ve bunun sonucunda bu tanımlarda kullanılan ortak 60 kişilik özelliği istelenmiştir (Thurstone, 1934). Sonrasında ek olarak bu 60 kişilik özelliğinin 5 temel faktör altında toplanmasının yeterli olduğu da belirtilmiştir. Böylelikle ilk defa Büyük Beş Faktör Kişilik Kuramı için teşvik edici bir adım atılmış oldu (Wiggins ve Trapnell, 1997).

İlerleyen dönemlerde yapılan birçok çalışmayla birlikte Beş Faktör Kişilik Kuramı'nın teorik temeline katkı sağlanmıştır. Allport ve Odbert tüm kişilik özelliklerini nitelendiren kelimeleri inceleyerek daha önce yapılan sınıflandırmayı genişletmişlerdir (1936). Bunun yanında Cattell de faktör analizi yöntemini kullanarak 16 faktör kişilik özelliğini ortaya koymuştur (1943). Ancak beş faktör kişilik değerlendirmesinin çağdaş bakış açısına en uygun tanımını Digman'ın belirttiğine göre 1949 yılında Fiske Cattell'in sınıflandırmasını baz alarak yaptığı çalışmayla

yapmıştır (1990). Birçok farklı kritere göre inceleyen Goldberg ise kişilik özellikleri listesini azaltıp sınırlandırmıştır (1982). Son olarak Beş Faktör Kuramı'nın gelişmesinde büyük rol oynayan Costa ve McCrae tarafından başlangıçta NEO-PI adıyla nitelendirerek kişilik özelliklerini deneyime açıklık, nevrozizm ve dışa dönüklük olmak üzere 3 boyutta olduğu aktarılmış ve sonrasında bu 3 orijinal boyuta uyumluluk ve sorumluluk eklenerek kişiliğin 5 temel boyutu belirtilmiştir (Costa ve McCrae 1985).

### **1.3.4. Büyük Beş Faktör Kişilik Kuramının Özellikleri**

#### **1.3.4.1. Dışadönüklük**

Dışadönüklük boyutu bireyin başkalarına kendini açma eğilimi, sıcakkanlılığı, heyecan arayışı ve etkin olma durumuyla ilişkilendirilmektedir (McCrea ve Costa, 1985). Pozitif duygu deneyimleriyle alakalı olduğu düşünülmektedir. Ayrıca dışadönüklük boyutuna yatkın olan bu kişiler zaman zaman duygu kontrolünde başarısız olabilmekte ve ani öfke patlamaları yaşayabilmektedirler (McCrea ve John, 1992). Dışadönüklüğün karşıt tarafında içedönüklük olmakla birlikte, bu tarafa yatkın olan bireyler çekingen, insanlara mesafeye yaklaşan ve yalnızlıktan hoşlanan kimseler olarak nitelendirilebilir (McCrea ve Costa, 2003). Dolayısıyla dışadönük özellikleri gösteren bireyler içedönüklere oranla sosyal çevrede daha aktif bir yaşam sergilemekte ve daha geniş bir çevreye sahip oldukları tahmin edilebilir (Burger, 2006).

#### **1.3.4.2. Nevrotisizm/ Duygusal Dengelilik**

Nevrotisizm boyutu, strese karşı aşırı duyarlılık, güvensizlik ve kaygıyla yakından ilişkilidir (Costa ve McCrae, 1992). Her ne kadar nevrozik tanı alan bireyler için bu boyut bağlamında daha yüksek sonuçlar elde edilse de aslında normal popülasyondaki bireyler için de önemli bir konumda olduğu düşünülmüştür. Çünkü nevroziklik boyutu, stresin algılanma biçimi ve stresle baş etme yöntemleri konusuna dair ipuçlarını vermektedir. Örneğin, nevrozisizm boyutundan yüksek sonuç alan bir kişinin olumsuz durumlar karşısında uyumlu olmayan baş etme yöntemlerini kullandığı, karmaşık duyguların kendisini ele geçirmesine izin verdiği ve kendini suçlama eğiliminin daha sık olacağı belirtilmiştir (McCrea ve Costa, 2003; Somer ve arkadaşları, 2002). Diğer bir yandan nevrozisizmin karşıt tarafı olan duygusal dengenin

yüksek olması kişinin sakin, tutarlı ve uyumlu tavırlar gösterdiğine dair ipucu vermektedir (McCrea ve Costa, 2003).

#### 1.3.4.3. Deneyime açıklık

Deneyime açıklık boyutu, yenilikleri denemeye açık olma, hayal gücü yüksek, geleneksellikten uzak durmak anlamında kullanılmaktadır. Entelektüel merakları fazla ve kalıplaşmış değerleri sorgulama eğiliminin yüksek bireyler olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla sanatçıların veya bilim insanlarının deneyime açıklık boyutundan yüksek olması muhtemel olarak görülmektedir (Feist, 1998; McCrea ve Costa, 2003). Diğer bir taraftan bu boyutu düşük olan bireylerin ise daha çok gelenekselliğe bağlı olma, tutucu ve bilineni daha çok tercih etme özelliklerine sahip olduğu düşünülmektedir (Burger, 2006).

#### 1.3.4.4. Uyumluluk

Uyumluluk boyutuyla ilişkili olan bireylerin sempatik, güvenilir ve şefkatli gibi tutumları sergilemesi son derece mümkün görülmektedir. Bu bireyler için işbirliği önemlidir. Bu nedenle bireyler rekabetten ziyade iş ve sosyal çevreleriyle işbirliği içinde olmayı tercih etmektedirler (Burger, 2006). Ayrıca uyumlu kişilik özelliği güçlü olan bireyler yardımsever, duyarlı ve merhametli bir yapıya sahiptirler (McCrae ve John, 1992). Öte yandan uyumluluk boyutu düşük olan bireyler olaylara daha çok kendi perspektifinden bakan, kötümser ve kaba olduğu belirtilmiştir. Buna bağlı olarak uyumluluk boyutu yüksek olan bireylerin düşük olan bireylere oranla iletişim biçimleri daha az çatışmalı olduğu ortaya konulmuştur (Berry ve Hansen, 2000, akt., Burger, 2006).

#### 1.3.4.5. Sorumluluk

Sorumluluk boyutu hedef odaklı ilerleme, kararlılık ve disiplin kavramlarıyla ilişkilendirilmiştir. Bunların yanında uzun süreli planlama, liderlik ve kontrol gibi karakteristik özellikleri de kapsamaktadır (McCrae ve Costa, 1999). Ek olarak, sorumluluk boyutunun iş ve başarıyla yakından ilişkili olması bazı araştırmacılar tarafından 'Başarma İsteği' ya da 'İş' boyutu olarak da adlandırılmıştır (Burger, 2006). Sorumluluk boyutu yüksek olan bireylerin iş disiplinine sahip, güvenilir ve sorumluluk alma becerisinin gelişmiş olduğu belirtilirken sorumluluk boyutu düşük olan bireylerin

ise çalışma konusunda daha rahat, uzun vadeli hedefler belirlemede sorun yaşamaya yatkın olduğu anlaşılmıştır (Çiçek ve Aslan, 2020).

#### 1.4. ALANYAZINA KISA BİR BAKIŞ

##### **1.4.1. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları ile Savunma Mekanizmaları Hakkında Yapılan Çalışmalar**

Erken dönem uyumsuz şemalar ve savunma mekanizmaları, psikoloji literatüründe ruh sağlığı ve esenliği ile ilgili olarak kapsamlı bir şekilde incelenen iki temel kavramdır. Erken dönem uyumsuz şemalar, bireyin erken dönemlerinde gelişen kalıplaşmış ve devam eden davranış ve düşünce şekilleriyken (Young ve ark., 2003) diğer bir yandan savunma mekanizmaları temel olarak kaygı ve stresten korumayı amaçlayan bilinçdışı psikolojik süreçlerdir (Fenichel, 1945; Vaillant, 1971). Her iki kavram da yaşamın erken dönemlerinde oluşmaya başlaması ve değişmeye yönelik dirençli yapıda olması yönünden ortak özelliklere sahiptir.

Birçok çeşitli araştırma tarafından erken dönem uyumsuz şemalar ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişki farklı açılardan ve örneklerle kanıtlanmıştır. Yapılan araştırmada, bazı erken dönem uyumsuz şema alanlarının belirli savunma mekanizmalarını yordadığı belirtilmiştir. Buna göre diğer yönelimlilik, aşırı tetikte olma ve baskılama şema alanları nevrotik savunma mekanizmalarıyla; kopukluk ve reddedilme, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şemaları da immatür savunma mekanizmalarıyla ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Wallburg ve Chiaramello, 2015).

Migren hastalarıyla yapılan bir araştırmaya göre immatür savunma mekanizmaları ile diğerlerine yönelimlilik şema alanı harici (diğer şema alanları arasında pozitif bir ilişki bulunurken sosyal izolasyon ve kusurluluk şema alanlarıyla matür savunma mekanizmaları arasında ise negatif bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur (Bashiri Nejadian, 2017).

Bunlara ek olarak patolojik davranışlarla ilişkili yapılan çalışmalarda da aradaki ilişki net bir şekilde ortaya konulmuştur. Travma sonrası stres bozukluğunun belirtilerinden 4 erken dönem uyumsuz şema (kusurluluk, bağımlılık, iç içe geçme ve gelişmemiş benlik, başarısızlık) ve 3 savunma mekanizması (bölünme,

rasyonilazasyon ve yansıtma) önemli yordayıcılar olarak belirtilmiştir (Price, 2007). Ayrıca bir başka çalışmada immatür, nevrotik ve olgun savunma mekanizmalarının, zedelenmiş sınırlar, zedelenmiş özerklik şema alanlarının istifleme davranışıyla olan ilişkisi incelenmiştir. Çalışmayla birlikte savunma mekanizmalarının ve belirli 2 şema alanının istifleme davranışını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (Yousefi ve ark., 2018).

Karaarslan ve arkadaşları (2021), ebeveyn ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şema ilişkisinde immatür savunma mekanizmalarının aracı rolünde olup olmadığını incelemiştir. Araştırmacılar yetersiz, aşırı kontrolcü ya da aşırı korumacı ebeveyn tutumlarının temelinde, ebeveynin erken dönem uyumsuz şemalarının etkisi olduğunu belirtmiş ve immatür savunma mekanizmalarının da bu ilişkide aracı etkili olduğunu aktarmıştır (Karaarslan ve ark., 2021; Sojta ve Strzelecki, 2023).

#### **1.4.2. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları ve Büyük Beş Kişilik Kuramını Ele Alan Çalışmalar**

Literatür incelendiğinde erken dönem uyumsuz şemalarla büyük beş kişilik kuramı arasındaki ilişkiye dair çalışmaların yeterli sayıda olmadığı görülmektedir.

Muris (2006), yaşları 12-15 arasında değişen ve tanısı olmayan ergen bireylerin uyumsuz şemaları ile kişilik özelliklerini incelemiştir. Araştırmanın sonucunda nevrozmin ve erken dönem uyumsuz şemaların arasında pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yine aynı şekilde klinik olmayan üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada korelasyon analizi sonucunda erken dönem uyumsuz şemalarla nevrozmi arasından artan bir ilişki gözlemlenmiştir (Sava, 2009).

Klinik olmayan vakaların yanısıra, Thimm tarafından tanı almış yetişkinlerle yapılan çalışmayla birlikte literatüre ayrıca katkı sağlanmıştır (2010). 147 ayakta tedavi gören psikiyatrik hastanın kendini değerlendirmesi sonucunda Muris (2006) ve Sava (2009)' nın çalışmaları desteklenmiş ve yanısıra erken dönem uyumsuz şema alanlarıyla uyumluluk, dışadönüklük ve sorumluluk kişilik özellikleri de ilişkili çıkmıştır. Yalnızca deneyime açıklık kişilik özelliğiyle zayıf bir ilişki bulunmuştur.

Ehsan ve Bahramizadeh (2011) yaptığı çalışmada uyumluluk kişilik özelliği ile erken dönem uyumsuz şemaların ilişkisini incelemeyi amaçlamışlardır. Bu araştırmadan çıkan sonuç uyumluluk kişilik özelliği ile erken dönem uyumsuz

şemaların negatif yönde bir ilişki olduğu şeklindedir. Ayrıca yapılan regresyon analizi sonucunda da uyumluluk kişilik özelliğinin kuşkuculuk ve kötüye kullanılma, sosyal izolasyon, yüksek standartlar ve başarısızlık şemalarıyla yordanabildiği gösterilmiştir.

Ülkemizde ergen bireylerle yapılmış olan çalışmada kopukluk ve reddedilmişlik, zedelenmiş özerklik ve performans, zedelenmiş sınırlar, başkalarına yönelimlilik, aşırı tetikte olma baskılama/ ketleme şema alanları ile nevrotik kişilik özelliğinin pozitif doğrultuda ilişkili olduğu ve bunların yanında sorumluluk kişilik özelliğinin de erken dönem uyumsuz şemalarla olan ilişkisi belirtilmiştir (Ekşi, Tuncer ve Sevim, 2020).

Sonuç olarak, erken dönem uyumsuz şemalar ve kişilik özelliklerine dair literatürde her ne kadar kısıtlı sayıda araştırma mevcut olsa da bu araştırmaların hepsi erken dönem uyumsuz şemalar ve kişilik özellikleri arasında önemli bir ilişkinin varlığını kanıtlar niteliktedir.

#### **1.4.3. Ebeveyn ve Yetişkin Çocuklara Yönelik Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları ile İlgili Çalışmalar**

Ebeveynlerin çocukların erken dönem uyumsuz şema alanlarının gelişimdeki rolü birçok araştırma tarafından kanıtlanmış ve desteklenmiştir (Harris ve Curtin, 2002; Muris, 2006; Thimm, 2010a). Ancak literatürde ebeveynlerin ve çocuklarının erken dönem uyumsuz şema alanları arasındaki ilişki olup olmadığına yönelik sınırlı sayıda kaynak bulunmaktadır.

Shorey ve arkadaşları (2012), tedavi arayışında olan madde bağımlılarının ve ebeveynlerinin erken dönem uyumsuz şema alanları arasında bir ilişki olup olmadığı incelemiştir. Çalışmada her erken dönem uyumsuz şema alanı için kesme puanları oluşturularak 18 yaşından büyük madde bağımlılarının ve en az bir ebeveyninin erken dönem uyumsuz şema puanlarının oranına ve şema benzerliklerine bakılmıştır. Elde edilen bulgularla birlikte, araştırmacılar her ne kadar erken dönem uyumsuz şemaların kuşaklararası aktarımına dair olumlu kanıt sunamaları da, klinik örnekleme daha farklı sonuçlar alınabileceği belirtilerek konuyla ilgili öncü yaklaşımda bulunmuşlardır.

Macik ve arkadaşları (2016) yaptıkları çalışmada erken dönem uyumsuz şema aktarımını cinsiyet açısından ele almıştır. Çalışmanın sonucunda, annenin zarar ya da hastalık karşısında incinebilirlik şeması ile kız çocuğunun erken dönem uyumsuz şemaları arasında; benzer şekilde babanın zarar ya da hastalık karşısında incinebilirlik şeması ile de erkek çocuğunun şemaları arasında yüksek düzeyde bir korelasyon olduğu ortaya konulmuştur. Annenin yetersiz öz denetim şeması ile erkek çocuğunun 2 şeması; babanın kusurluluk ve utanç ve boyun eğme şemaları ile kız çocuğunun 8 şeması ilişkili bulunmuştur. Ebeveyn tutumlarının ve toplumsal beklentinin cinsiyete göre farklılaştığını (Kadzikowska ve Wrzosek, 2011) ve bu bulgulardan yola çıkılarak, ebeveyn çocuk şema ilişkisinde cinsiyetin önemli bir faktör olduğu kanıtlanmıştır

Genel itibariyle bakıldığında, çalışmalar ebeveynlerin erken dönem uyumsuz şema alanlarının çocukların erken dönem uyumsuz şema alanları için yordayıcı özellik gösterdiğini belirtmiştir. Araştırmacılar kuşaklar arası şema aktarımının direkt olarak kopyalama yöntemi ile değil çocuğun uyumsuz şemalarının ebeveynin uyumsuz şemalarına bir karşılık vermesiyle oluştuğunu belirtmişlerdir (Macik ve ark., 2016; Zonnevrijle ve Hildebrand, 2018; Karaarslan ve ark., 2021).

Sundag ve arkadaşları (2018), ebeveyn davranışlarının ve baş etme stillerinin (aşırı telafi) erken dönem uyumsuz şema alanlarının bir sonraki kuşağa aktarımında etkili faktörler olduğunu ortaya koymuştur. Gibson ve Francis (2019) de ebeveyn stillerinin anne ve kız erken dönem uyumsuz şema alanlarının ilişkisindeki rolünü incelemişler fakat anlamlı bir sonuç elde edememişlerdir. Ancak araştırmacılar ebeveyn ve yetişkin çocuk erken dönem uyumsuz şema ilişkisinin altında yatan farklı mekanizmaların da olabileceğinin altını çizmişlerdir. Bir başka çalışmada ise annelerin kopukluk ve reddedilme şema alanlarının çocukların kopukluk ve reddedilme şema alanlarıyla ilişki içerisinde olduğu bulunmuş ve negatif çocukluk deneyimlerinin de bu ilişki içerisinde aracı rol oynadığı belirtilmiştir (Zeynel ve Uzer, 2020). ark., 2021).

Sonuç olarak, yapılan çalışmalar anne ve yetişkin çocuk erken dönem uyumsuz şema alanları arasındaki ilişkiden sorumlu mekanizmalara dair kesin sonuçlar vermemektedir. Araştırılmaya açık birçok farklı faktörün de olabileceğinin altı çizilmiştir.

## İKİNCİ BÖLÜM

### 2. YÖNTEM

#### 2.1. KATILIMCILAR

Araştırma örnekleme, amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Ankete katılan 160 anne ve yetişkin çocuk çifti olmasına rağmen yapılan uç değer analizi sonucunda 1 anne ve yetişkin çocuk çifti çıkartılarak 318 katılımcı ile analize devam edilmiştir. Yetişkin çocuk katılımcıların yaş aralığı 19- 40 arasında olmakla birlikte yaş ortalaması 22,67, standart sapması 3,92'dir. Anne olan katılımcıların ise yaş aralığı 38- 66, yaş ortalaması 48,58 ve standart sapması 5,74'tür.

#### 2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Yapılan çalışmada, Young Şema Ölçeği Kısa Form-3, Savunma Biçimleri Testi, Büyük Beş-50 Kişilik Testi ve araştırmacının hazırladığı sosyodemografik bilgi formu kullanılmıştır.

##### 2.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Araştırma için hazırlanan formda katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, maddi durum, anne-baba sağ/vefat/birliktelik durumu, psikolojik yardım alma, psikiyatrik ilaç kullanma, çocuk sayısı gibi araştırmaya etki edebilecek, konuya uygun şekilde sorular yer almaktadır. Soruların bazıları açık uçlu, bazıları evet- hayır ve bazıları da likert tipindedir.

##### 2.2.2. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3

Young Şema Ölçeği Kısa Form-3, (YŞÖ-KF3) ilk olarak 205 madde ve 16 şema alanını kapsayacak şekilde oluşturulmuştur (Young, 1990; 1994). Ölçeğin kısa ve güncel şekilde kullanılan hali 90 madde olup 18 şema alt boyutu ve 5 şema alanını içermektedir. Bu şema alanları Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğer Yönelimlilik, Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık şeklindedir (Young, 2003). Ölçek altılı likert tipi derecelendirme olup "Benim için tamamıyla yanlış = 1" ile "Beni mükemmel şekilde tanımlıyor = 6" şeklinde puanlanmaktadır.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Soygüt ve arkadaşları tarafından 2009 yılında yapılmıştır. Zedelenmiş Otonomi, Kopukluk, Yüksek Standartlar, Diğer Yönelimlilik ve Zedelenmiş Sınırlar olmak üzere 5 erken dönem uyumsuz şema alanı ve 14 şema boyutunun uygunluğu kanıtlanmıştır. Ölçeğin psikometrik özellikleri incelendiğinde, alt ölçekler için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı 0,63 ile 0,80 arasında olduğu belirtilmiştir. Sonuç olarak, YŞÖ-KF3'nin Türkçe formu geçerli ve güvenilir bir ölçme kaynağı olarak kabul edilmiştir.

### **2.2.3. Savunma Biçimleri Testi**

Andrews ve arkadaşları tarafından geliştirilen Savunma Biçimleri Testi (SBT-40) toplamda 40 maddeden oluşmakta ve 20 savunma mekanizmasını değerlendirmektedir (1993). Testte savunma mekanizmaları immatür, nevrotik ve olgun olmak üzere 3 boyutta sınıflandırılmıştır. Dokuzlu likert tipi (Bana hiç uygun değil = 1; Bana çok uygun = 9) olarak geliştirilmiştir. SBT-40'ın Türkçe uyarlama çalışması Yılmaz, Gençöz ve Ak tarafından 2007 yılında klinik ve sağlıklı örneklem üzerinden yapılmıştır. Psikometrik özellikleri kabul edilebilir düzeyde olduğu bulunmuştur. Test- tekrar test güvenilirliği ve iki- yarım- test güvenilirliği uygulanmıştır. Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı Olgun Savunma Biçimi (0,70) Nevrotik Savunma Biçimi (0,61) ve İmmatür Savunma Biçimi (0,83) için olarak bulunmuştur.

### **2.2.4. Büyük Beş Kişilik-50 Kişilik Testi**

Büyük Beş Kişilik Testi- 50 İngilizce' de kişilik özelliklerine dair en çok kullanılan 100 sıfatın derlenerek 5 alt boyutta toplanmasıyla oluşturulmuştur. Bunlar: dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal dengelilik veya nevrotizm ve deneyime açıklık şeklinde tanımlanmıştır. Önceki testten farklı olarak iki uçlu olarak değil tek uçlu bir şekilde geliştirilmiştir (Goldberg, 1992).

Büyük Beş Kişilik Testi- 50'nin Türkçe uyarlamasının geçerlik ve güvenilirlik çalışması Beş Faktör Kişilik Envanteri ile karşılaştırılarak yapılmıştır (Tatar, 2017). Ölçek: dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk, duygusal dengelilik ve zeka/ hayal gücü olmak üzere 5 faktörden oluşmaktadır. Her faktörü temsil eden 10'ar madde vardır ve ölçek toplamda 50 maddeden oluşmaktadır. Likert tipi puanlama sistemi kullanılarak "Hiç uygun değil = 1" ile "Çok uygun = 5" şeklinde puanlanmaktadır.

Hem karşılaştırma çalışması hem de test- tekrar test uygulamasıyla testin geçerlik ve güvenilirliğinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür. İç tutarlılık 0, 652- 0, 794 arasında bulunmuştur.

### 2.3. UYGULAMA

Gerekli Etik Kurul izninin alınmasıyla birlikte veri toplama işlemi başlatılmıştır. Basılı anket formu ve online platform üzerinden katılımcılara ulaşım sağlanmıştır. Çalışmanın amacı, işleyişi ve gizliliği hususunda gerekli bilgiler verildikten sonra katılmaya gönüllü yetişkin çocuk kategorisine giren bireylerden sırasıyla sosyodemografik bilgi formu, Young Şema Ölçeği Kısa Form-3, Savunma Biçimleri Testi ve Büyük Beş Kişilik Testi- 50'nin cevaplandırılması istenmiştir. Daha sonra bu bireylerden annelerine içerisinde yalnızca sosyodemografik bilgi formu, Young Şema Ölçeği Kısa Form bulunan dosyayı ulaştırması beklenmiştir. Anketlerin tamamlanma süresi yaklaşık olarak 15 dakikadır. Anketleri eksiksiz bir şekilde tamamlayan katılımcılar analize dahil edilmiştir. Anketleri tamamlayan toplamda 318 (159 anne ve 159 yetişkin çocuk) katılımcı mevcuttur.

## 3. VERİLERİN ANALİZİ

Verilerin analizi, SPSS.21 (Statistical Package for Social Sciences) versiyonu kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Analiz öncesi verilerin normal dağılım incelemesinde Kolmogorov- Smirnov testi, eğiklik ve basıklık değerleri, histogram ve kutu grafikleri değerlendirilmiştir. Değerlendirme neticesinde parametrik testlerinin kullanılabileceği anlaşılmıştır. Katılımcıların demografik verilerine yönelik frekans analizi, betimleyici istatistik değerleri hesaplanmıştır Araştırmada kullanılan ölçek toplam ve alt boyut güvenilirliğini test etmek için Cronbach alfa güvenirlik analizi kullanılmıştır. Savunma stilleri ve kişilik özellikleri alt boyutlarının her biri için sapma ve ortalamaya göre kesme puanları oluşturularak düşük, orta ve yüksek olmak üzere toplamda 3 düzey şeklinde alt boyutlar incelenmiştir. Anne ve yetişkin çocuk gruplarının şema puanları arasından benzerlik olup olmadığının incelenmesi için fark serilerinin normal dağılımlı olması sebebiyle Bağımlı Örnek t-Testi kullanılmıştır.

### 3.1. BULGULAR

Bu bölümde, uygulamada elde edilen verilerin analiz sonuçlarına ve bu sonuçların yorumlarına yer verilmiştir.

### 3.1.1. Betimleyici İstatistikler

Tablo 1’de belirtildiği üzere yetişkin çocuk örneklemini incelendiğinde araştırmaya katılan 159 kişinin %88,1’i kadın (140 kişi), 11,8’u erkektir (19 kişi). Aynı zamanda katılımcıların %6,9’u (11 kişi) evli, %93,1’i (148 kişi) ise bekar. Katılımcıların en son mezun oldukları okul seviyesine bakıldığında katılımcıların %66’sı (105 kişi) lise mezunu, %34’ü (54 kişi) lisans ve üstü mezundur. Katılımcılar mesleki açıdan incelendiğinde ise katılımcıların %80,5’i (128 kişi) öğrenci, %19,5’i (31 kişi) diğer meslek gruplarından olduğunu belirtmiştir. Bu meslek grupları öğretmen, hemşire, eczacı, çocuk gelişimci gibi sıralanmaktadır. Gelir durumunu düşük-orta olarak belirten katılımcı oranı %94,2 (150 kişi) iken yüksek olarak belirten katılımcı oranı %5,7’dir (9 kişi). Son olarak örneklemin %14,5’i (23 kişi) daha önce psikolojik tanı aldığını belirtirken 85,5’i (136 kişi) daha önce hiç psikolojik tanı almadığını aktarmıştır.

**Tablo 1. Yetişkin Çocuk Örnekleminin Demografik Değişkenler Açısından Dağılımı**

Değişkenler		Kişi Sayısı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	140	88,1
	Erkek	19	11,9
<b>Toplam</b>		159	100,0
Eğitim Düzeyi	Lise ve altı	105	66,0
	Lisans ve üstü	54	34,0
<b>Toplam</b>		159	100,0
Meslek	Diğer	31	19,5
	Öğrenci	128	80,5
<b>Toplam</b>		159	100,0
Medeni Durum	Bekar	148	93,1
	Evli	11	6,9
<b>Toplam</b>		159	100,0
Gelir Durumu	Düşük ve orta	150	94,2
	Yüksek	9	5,7
<b>Toplam</b>		159	100,0
Psikolojik Tanı	Var	23	14,5
	Yok	136	85,5
<b>Toplam</b>		159	100,0

Tablo 2’ye bakıldığında katılımcıların %6,3’ü (10 kişi) bekar iken %93,7’si (149 kişi) evlidir. Eğitim düzeylerine bakıldığında ilkökul ve ortaokul mezun oranı

%59,1 (94 kişi) iken lise üstü mezun oranı %40,9'dir (65 kişi). Katılımcılar mesleki açıdan incelendiğinde ise katılımcıların %79,2'si (126 kişi) ev hanımı, %20,8'i (33 kişi) diğer meslek gruplarından olduğunu belirtmiştir. Bu meslek gruplarının öğretmen, hemşire, çiftçi ve terzi olduğu görülmektedir. Gelir durumunu düşük-orta olarak belirten katılımcı oranı %90,6 (127 kişi), yüksek olarak belirten katılımcı oranı %9,4'dir (32 kişi). Araştırmaya katılan kişilerin çocuk sayıları incelendiğinde yalnızca 1 çocuğa sahip kişi sayısının 3 olması sebebiyle 1 ve 2 çocuğa sahip katılımcılar birlikte incelenmiştir. Böylelikle %33,3'ü (54 kişi) 1 veya 2 çocuğa sahipken %66,7'si (108 kişi) 3 ve üstü çocuğa sahiptir. Örneklemin %26,4'ü (42 kişi) daha önce psikolojik tanı aldığını belirtirken 73,6'sı (117 kişi) daha önce hiç psikolojik tanı almadığını aktarmıştır.

**Tablo 2. Anne Örnekleminin Demografik Değişkenler Açısından Dağılımı**

Değişkenler		Kişi Sayısı (n)	Yüzde (%)
Eğitim Düzeyi	İlkokul ve ortaokul	94	59,1
	Lise ve üstü	65	40,9
<b>Toplam</b>		159	100,0
Meslek	Diğer	33	20,8
	Ev Hanımı	126	79,2
<b>Toplam</b>		159	100,0
Medeni Durum	Bekar	10	6,3
	Evli	149	93,7
<b>Toplam</b>		159	100,0
Gelir Durumu	Düşük ve orta	144	90,6
	Yüksek	15	9,4
<b>Toplam</b>		159	100,0
Çocuk sayısı	2 ve altı	53	33,3
	3 ve üstü	106	66,7
<b>Toplam</b>		159	100
Psikolojik Tanı	Var	42	26,4
	Yok	117	73,6
<b>Toplam</b>		159	100,0

**Tablo 3. Yetişkin Çocuk Ölçek Toplam Puanı ile Alt Boyut Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri**

Değişkenler	n	En Küçük Değeri	En Büyük Değeri	Ortalama	Standart Sapma	Medyan	Çeyrekler Arası Aralık
Young Şema Toplam Puanı	159	104	358	220,66	48,26	216	62
Zedelenmiş Otonomi	159	20	85	40,85	13,35	39	15
Kopukluk ve Reddedilmişlik	159	23	86	42,44	14,06	39	20
Aşırı Tetikte Olma ve Ketlenme	159	22	93	55,94	13,55	57	16
Zedelenmiş Sınırlar	159	9	39	24,09	6,38	23	10
Diğer Yönelimlilik	159	13	59	35,74	8,55	35	12
Savunma Biçimleri Toplam Puan	159	40	267	175,04	35,45	172	44
İmmatür Savunma	159	24	169	92,57	25,88	89	32
Nevrotik Savunma	159	8	65	37,96	8,88	38	12
Matür Savunma	159	8	72	44,49	10,07	44	12
Büyük Beş Kişilik Toplam Puan	159	80	224	176,65	21,79	178	29
Dışa Dönüklük	159	11	49	32,10	7,55	31	10
Uyumluluk	159	19	81	41,02	6,35	41,50	7
Sorumluluk	159	17	50	37,76	6,77	38	10
Duygusal Dengelilik	159	12	49	28,85	7,77	29	12
Deneyime Açıklık	159	14	45	33	5,01	33	6

Yetişkin çocuk katılımcıların Young Şema Ölçeği puanından aldığı en küçük değer 104, en yüksek değer 358, puan ortalaması 220,66 ve standart sapma 48,26 olarak elde edilmiştir.

Young Şema Ölçeği' nin Zedelenmiş Otonomi puanından alınan en düşük değer 20, en yüksek değer 85, puan ortalaması 40,85 ve standart sapması 13,35 olarak bulunmuştur. Kopukluk ve Reddedilmişlik Faktörü için en düşük değer 23, en yüksek değer 86, puan ortalaması 42,44 ve standart sapması 14,06 olarak elde edilmiştir. Aşırı Tetikte Olma ve Ketlenme Faktörü 22-93 puan aralığında, ortalaması 55,94 ve standart sapması 13,55 olarak bulunmuştur. Zedelenmiş Sınırlar Faktörü için en düşük değer 9, en yüksek değer 39, puan ortalaması 24,09 ve standart sapması 6,38 olarak elde edilmiştir. Diğer Yönelimlilik Faktörü için ise 13-59 puan aralığında, ortalaması 35,74 ve standart sapması 8,55 olarak bulunmuştur.

Katılımcıların Savunma Biçimleri Testi için aldıkları en küçük değer 40, en büyük değer 267 iken ortalaması 175,04 standart sapması ise 35,45 olarak elde edilmiştir.

Savunma Biçimleri Testi'nin İmmatür Savunma Faktörü için 24- 169 puan aralığında, ortalaması 92,57 ve standart sapması 25,88 olarak bulunmuştur. Nevrotiklik Savunma Faktörü için en düşük değer 8, en yüksek değer 65, puan ortalaması 37,96 ve standart sapması 8,98 olarak elde edilmiştir. Matür Savunma Faktörü puanından alınan en düşük değer 8, en yüksek değer 72, puan ortalaması 44,49 ve standart sapması 10,07 olarak bulunmuştur.

Katılımcıların Büyük Beş Kişilik Ölçeği toplam puanında aldığı en küçük değer 80, en yüksek değer 224, puan ortalaması 176,65 ve standart sapma 21,79 olarak elde edilmiştir.

Büyük Beş Kişilik Ölçeği' nin Dışadönüklük alt boyutu için aldıkları en düşük değer 11, en büyük değer 49 iken ortalaması 32,10, standart sapması 7,55 olarak elde edilmiştir. Uyumluluk alt boyutu için en küçük değer 19, en büyük değer 81 olarak bulunmuş ve puan ortalaması 41,02 ve standart 6,35 olarak hesaplanmıştır. Sorumluluk alt boyutu için 17- 169 puan aralığında, ortalaması 37,76 ve standart sapması 6,77 olarak elde edilmiştir. Duygusal dengelilik alt boyutundan alınan en düşük değer 12, en yüksek değer 49, puan ortalaması 28,85 ve standart sapması 7,77 olarak bulunmuştur. Deneyime açıklık alt boyutu için en küçük değer 14, en büyük değer 45 olarak bulunmuş ve puan ortalaması 33 ve standart 5,01 olarak hesaplanmıştır.

**Tablo 4. Anne Ölçek Toplam Puanı ile Alt Boyut Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri**

Değişkenler	n	En Küçük Değeri	En Büyük Değeri	Ortalama	Standart Sapma	Medyan	Çeyrekler Arası Aralık
Zedelenmiş Otonomi	159	20	86	38,06	13,51	36	16
Kopukluk ve Reddedilmişlik	159	23	116	43,59	16,30	40	17
Aşırı Tetikte Olma ve Ketlenme	159	19	98	54,38	14,64	55	19
Zedelenmiş Sınırlar	159	7	35	22,27	6,08	22	9
Diğer Yönelimlilik	159	11	65	38,89	9,47	40	13

Anne örnekleminin Young Şema Ölçeği puanından aldığı en küçük değer 90, en yüksek değer 401, puan ortalaması 216,45 ve standart sapma 52,90 olarak elde edilmiştir.

Young Şema Ölçeği' nin Zedelenmiş Otonomi puanından alınan en düşük değer 20, en yüksek değer 86, puan ortalaması 38,06 ve standart sapması 13,51 olarak bulunmuştur. Kopukluk ve Reddedilmişlik Faktörü için en düşük değer 23, en yüksek değer 116, puan ortalaması 43,59 ve standart sapması 16,30 olarak elde edilmiştir. Aşırı Tetikte Olma ve Ketlenme Faktörü 19-98 puan aralığında, ortalaması 54,38 ve standart sapması 14,64 olarak bulunmuştur. Zedelenmiş Sınırlar Faktörü için en düşük değer 7, en yüksek değer 35, puan ortalaması 22,27 ve standart sapması 6,08 olarak elde edilmiştir. Diğer Yönelimlilik Faktörü için ise 11-65 puan aralığında, ortalaması 38,89 ve standart sapması 9,47 olarak bulunmuştur.

### **3.1.2. Ölçek Güvenirlik Katsayıları**

Çalışmada kullanılan ölçeklerin tamamı ve alt boyutları için Cronbach alfa katsayıları elde edilmiş ve sonuçlar Tablo 4 ve Tablo 5' te sunulmuştur.

Yapılan çalışmada, Tablo 4'de belirtildiği üzere Yetişkin çocuk örneklemini için Young Şema Ölçeği için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0,95, şema alanlarının Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ise 0,68 ile 0,88 arasında hesaplanmıştır. Savunma Mekanizmaları Ölçeği Cronbach incelendiğinde alfa iç tutarlılık katsayısı ölçek geneli 0,83, İmmatür Savunma Faktörü için 0,82, Nevrotik Savunma Faktörü için 0,47 ve Matür Savunma Faktörü için de 0,63 olarak bulunmuştur. Son olarak Büyük Beş Kişilik Testi Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0,85, ölçek alt boyutlarının Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı Dışadönüklük alt boyutu için 0,83, Uyumluluk alt boyutu için 0,53, Duygusal Dengelilik alt boyutu için 0,84 ve Deneyime Açıklık alt boyutu için ise 0,74 olarak hesaplanmıştır.

Anne örneklemini için yapılan güvenilirlik analizi sonucunda Young Şema Ölçeği Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0,94, Kopukluk ve Reddedilme şema alanı için alfa katsayısı 0,89; Zedelenmiş Otonomi şeması için 0,85; Zedelenmiş Sınırlar şema alanı için 0,55; Diğer Yönelimlilik şema alanı 0,73 ve Aşırı Tetikte olma ve Ketlenme şema alanı için 0,81 bulunmuştur

**Tablo 5. Yetişkin Çocuk- Ölçek ve Ölçek Alt Boyutları için Kullanılan Güvenirlik Katsayıları**

Ölçek/Alt Boyut Toplam Puanları	k	Cronbach Alfa Katsayısı
Young Şema Toplam Puanı	90	0,952
Zedelenmiş Otonomi	20	0,868
Kopukluk ve Reddedilmişlik	23	0,886
Aşırı Tetikte Olma ve Ketlenme	19	0,811
Zedelenmiş Sınırlar	7	0,680
Diğer Yönelimlilik	11	0,744
Savunma Biçimleri Toplam Puan	40	0,835
İmmatür Savunma	24	0,826
Nevrotik Savunma	8	0,479
Matür Savunma	8	0,637
Büyük Beş Kişilik Toplam Puan	50	0,853
Dışa Dönüklük	10	0,838
Uyumluluk	10	0,534
Sorumluluk	10	0,791
Duygusal Dengelilik	10	0,840
Deneyime Açıklık	10	0,745

**Tablo 6. Anne- Ölçek ve Ölçek Alt Boyutları için Kullanılan Güvenirlik Katsayıları**

Ölçek/Alt Boyut Toplam Puanları	k	Cronbach Alfa Katsayısı
Young Şema Toplam Puanı	90	0,942
Zedelenmiş Otonomi	20	0,856
Kopukluk ve Reddedilmişlik	23	0,895
Aşırı Tetikte Olma ve Ketlenme	19	0,819
Zedelenmiş Sınırlar	7	0,555
Diğer Yönelimlilik	11	0,737

### 3.1.3. Normallik Analizi

**Tablo 7. Anne ve Yetişkin Çocuk Young Şema Toplam ve Şema Alt Boyutları Fark Normallik Sınaması Sonuçları**

Toplam puan	Kolmogorov-Smirnov						
	İstatistik	sd	p	Çarpıklık	S	Basıklık	S
Young Şema Toplam Fark	0,044	159	0,200	-0,81	0,192	0,495	0,383
Kopukluk ve reddedilme fark	0,076	159	0,024	0,246	0,192	2,120	0,383
Zedelenmiş otonomi fark	0,074	159	0,034	0,265	0,192	0,785	0,383
Zedelenmiş sınır fark	0,056	159	0,200	-0,309	0,192	3,150	0,383
Diğer yönelimlilik fark	0,073	159	0,035	-0,354	0,192	0,002	0,383
Aşırı tetikte olma fark	0,075	159	0,030	0,452	0,192	0,452	0,383

Yapılan Kolmogorov- Smirnov analizi sonucunda Young Şema toplam fark, Zedelenmiş Sınır fark alt boyut puanlarda normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Kopukluk ve Reddedilme fark, Zedelenmiş Otonomi fark, Diğer Yönelimlilik fark, Aşırı Tetikte Olma fark alt boyut puanlarda test sonucu normal dağılmadığı için çarpıklık ve basıklık değerlerine göre bakılıp normal dağılımlı olduğu varsayılmıştır.

### 3.1.4. t Test Analizleri

**Tablo 8. Matür Savunma Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması**

Düzye	Grup	Şema Alt Boyut Puanı	n	$\bar{X}$	s	t	sd	p
Düşük Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	20	44,15	13,39	-0,526	19	0,605
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	20	45,70	14,99			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	20	36,30	10,08	-3,772	19	<b>0,001</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	20	47,75	16,66			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	20	22,35	6,89	-0,884	19	0,388
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	20	24,05	7,29			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	20	54	19,16	-0,985	19	0,337
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	20	58,65	17,10			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	20	34,70	9,60	-0,463	19	0,649
	Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	20	35,85	8,08			

Orta Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	113	43,13	16,40	0,582	112	0,084
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	113	42,34	14,40			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	113	38,09	13,94	-1,742	112	<b>0,021</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	113	40,55	12,74			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	113	22,33	5,94	-2,339	112	0,795
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	113	23,92	6,15			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	113	54,99	14,11	-0,260	112	0,795
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	113	55,38	13,20			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	113	39,54	8,68	4,202	112	<b>0,00</b>
	Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	113	35,83	8,14			
Yüksek Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	26	45,15	18,29	1,308	25	0,203
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	26	40,38	11,65			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	26	39,30	14,19	0,852	25	0,402
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	26	36,84	11,52			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	26	21,92	6,29	-1,885	25	0,071
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	26	24,88	6,85			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	26	52,03	13,23	-1,272	25	0,215
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	26	56,26	12,24			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	26	39,30	11,96	1,546	25	0,135
	Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	26	35,30	10,5			

Tüm Matür Savunma düzeyleri için yetişkin çocukların şema puanları ile anne şema puanları arasından benzerlik olup olmadığının incelenmesi için fark serilerinin normal dağılımlı olması sebebiyle Bağımlı Örnek t-Testi kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucu düşük Matür Savunma düzeyine sahip yetişkin çocuklarda; anne ve çocuk Zedelenmiş Otonomi puanlarının istatistiksel olarak farklı olduğu ( $t_{(19)} = -3,772$ ;  $p < 0,01$ ), Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = -0,526$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -0,884$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -0,985$ ;  $p > 0,05$ ) ve Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = -0,463$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Orta düzey Matür Savunma düzeyine sahip olan çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -1,742$ ;  $p < 0,05$ ), Diğerlerine Yönelimlilik Otonomi ( $t_{(19)} = 4,202$ ;  $p < 0,001$ ) puanlarının istatistiksel olarak farklı olduğu Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 0,582$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar

( $t_{(19)} = -2,339$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -0,260$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Yüksek düzey Matür Savunma düzeyine sahip olan çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 1,308$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = 0,852$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -1,885$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -1,272$ ;  $p > 0,05$ ) Diğerlerine Yönelimlilik Otonomi ( $t_{(19)} = 1,546$ ;  $p > 0,05$  puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı gözlenmiştir.

**Tablo 9. Nevrotik Savunma Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması**

Düzye	Grup	Şema Alt Boyut Puanı	n	$\bar{X}$	s	t	sd	p
Düşük Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	22	43,36	17,90	1,870	21	0,075
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	22	38,04	10,18			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	22	36,72	12,25	0,241	21	0,812
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	22	35,95	10,60			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	22	20,68	6,62	-0,271	21	0,789
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	22	21,22	6,72			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	22	50,04	13,91	-0,089	21	0,930
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	22	50,40	12,06			
Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	22	34,50	10,16	1,351	21	0,191	
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	22	30,63	7,31				
Orta Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	105	44,23	16,28	1,275	104	0,205
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	105	42,56	14,32			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	105	38,54	14,17	-1,544	104	0,126
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	105	40,74	13,00			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	105	22,54	6,14	-2,871	104	<b>0,005</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	105	24,49	5,85			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	105	55,40	14,40	-0,490	104	0,625
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	105	56,19	13,49			
Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	105	39,41	9,03	3,954	104	<b>0,00</b>	
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	105	35,80	7,74				
Yüksek Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	32	41,62	15,58	-1,00	31	0,325
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	32	45,09	15,10			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	32	37,43	12,34	-2,438	31	<b>0,021</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	32	44,59	15,26			

Anne	Zedelenmiş Sınırlar	32	22,46	5,49	-1,655	31	0,108
Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	32	24,75	7,44			
Anne	Aşırı Tetikte Olma	32	54,03	15,75	-1,603	31	0,119
Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	32	58,93	13,96			
Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	32	40,21	9,86	0,577	31	0,568
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	32	39,06	10,2			

Tüm Nevrotik Savunma düzeyleri için yetişkin çocukların şema puanları ile anne şema puanları arasında benzerlik olup olmadığının incelenmesi için fark serilerinin normal dağılımlı olması sebebiyle Bağımlı Örnek t-Testi kullanılmıştır.

Düşük Nevrotik Savunma düzeyine sahip yetişkin çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 1,870$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = 0,241$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -0,271$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -0,089$ ;  $p > 0,05$ ) Diğerlerine Yönelimlilik Otonomi ( $t_{(19)} = 1,351$ ;  $p > 0,05$  puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Yapılan analizler sonucu orta Nevrotik Savunma düzeyine sahip yetişkin çocuklarda Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -2,871$ ;  $p < 0,01$ ) ve Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = 0,387$ ;  $p < 0,001$ ) puanlarının istatistiksel olarak farklı olduğu, Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 1,275$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -1,544$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -0,490$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir. Yüksek düzey Nevrotik Savunma düzeyine sahip olan çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -2,91$ ;  $p < 0,05$ ) puanlarının istatistiksel olarak farklı olduğu, Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = -1,00$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -1,655$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -1,603$ ;  $p > 0,05$ ) Diğerlerine Yönelimlilik Otonomi ( $t_{(19)} = 0,577$ ;  $p > 0,05$  puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı gözlenmiştir.

**Tablo 10. İmmatür Savunma Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması**

Düzyey	Grup	Şema Alt Boyut Puanı	n	$\bar{X}$	s	t	sd	p
Düşük Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	22	36,77	11,94	2,063	21	0,052
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	22	32,31	7,66			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	22	36,72	12,35	0,359	21	0,723
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	22	35,95	8,37			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	22	20,68	6,96	-0,882	21	0,388
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	22	21,22	6,55			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	22	50,04	14,49	0,165	21	0,870
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	22	50,40	15,41			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	22	34,50	7,90	1,456	21	0,160
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	22	30,63	7,79				
Orta Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	111	43,2072	15,55	1,179	110	0,241
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	111	41,4955	12,56			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	111	37,9369	13,07	-1,368	110	0,174
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	111	39,8108	11,49			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	111	22,3874	5,60	-1,713	110	0,090
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	111	23,5135	6,06			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	111	53,8649	13,33	-0,941	110	0,349
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	111	55,3694	12,24			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	111	38,3243	9,71	3,514	110	<b>0,001</b>
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	111	34,9009	8,23				
Yüksek Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	26	51,00	19,95	-1,264	25	0,218
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	26	55,07	15,69			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	26	43,23	14,83	-3,132	25	<b>0,004</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	26	53,26	15,58			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	26	23,53	7,02	-3,087	25	<b>0,005</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	26	28,50	5,81			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	26	60,19	18,53	-1,068	25	0,296
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	26	63,84	14,07			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	26	42,19	9,26	0,879	25	0,388
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	26	40,26	9,39				

Tüm İmmatür Savunma düzeyleri için yetişkin çocukların şema puanları ile anne şema puanları arasından benzerlik olup olmadığının incelenmesi için fark serilerinin normal dağılımlı olması sebebiyle Bağımlı Örnek t-Testi kullanılmıştır.

Düşük İmmatür Savunma düzeyine sahip yetişkin çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 2,063$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = 0,359$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -0,882$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = 0,165$ ;  $p > 0,05$ ) Diğerlerine Yönelimlilik Otonomi ( $t_{(19)} = 1,456$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Orta İmmatür Savunma düzeyine sahip yetişkin çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Diğerlerine Yönelimlilik puanlarının istatistiksel olarak farklı olduğu ( $t_{(19)} = -3,514$ ;  $p < 0,001$ ), Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 1,179$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -1,713$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -0,941$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = 3,514$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı gözlenmiştir.

İmmatür Savunma düzeyi yüksek olan çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -3,132$ ;  $p < 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -3,087$ ;  $p < 0,05$ ), puanlarının istatistiksel olarak farklı olduğu, Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = -1,264$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -1,068$ ;  $p > 0,05$ ) Diğerlerine Yönelimlilik Otonomi ( $t_{(19)} = 0,879$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı gözlenmiştir.

**Tablo 11. Dışadönüklük Kişilik Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması**

Düzyey	Grup	Şema Alt Boyut Puanı	n	$\bar{X}$	s	t	sd	p
Düşük Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	22	43,54	12,42	-0,557	21	0,583
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	22	44,90	15,45			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	22	36,86	10,91	-2,482	21	<b>0,022</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	22	43,54	15,44			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	22	23,13	5,58	-0,751	21	0,461
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	22	24,22	6,56			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	22	52,50	8,92	-2,544	21	<b>0,019</b>
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	22	59,86	15,47			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	22	37,54	8,42	2,388	21	<b>0,026</b>
	Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	22	32,2273	8,85			

Orta Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	112	44,18	16,71	0,929	111	0,355
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	112	42,80	13,69			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	112	38,89	13,85	-1,539	111	0,127
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	112	41,18	12,87			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	112	22,26	6,33	-1,813	111	<b>0,073</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	112	23,57	6,46			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	112	54,62	15,22	-0,405	111	0,687
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	112	55,27	12,98			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	112	38,99	9,81	3,292	111	<b>0,001</b>
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	112	35,83	8,08				
Yüksek Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	25	40,96	17,72	0,780	24	0,443
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	25	38,68	14,30			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	25	35,44	14,10	-0,539	24	0,595
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	25	37	13,25			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	25	21,52	5,45	-3,408	24	<b>0,002</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	25	26,32	5,59			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	25	54,96	16,32	-0,135	24	0,894
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	25	55,48	14,23			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	25	39,68	8,97	0,542	24	0,593
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	25	38,44	9,61				

Tüm Dışadönüklük Kişilik düzeyleri için yetişkin çocukların şema puanları ile anne şema puanları arasından benzerlik olup olmadığının incelenmesi için fark serilerinin normal dağılımlı olması sebebiyle Bağımlı Örnek t-Testi kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucu düşük Dışadönüklük Kişilik düzeyine sahip yetişkin çocuklarda; anne ve çocuk Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -2,482$ ;  $p < 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -2,544$ ;  $p < 0,05$ ), Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = 2,388$ ;  $p < 0,05$ ) puanları istatistiksel olarak farklı olduğu, Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = -0,557$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = 0,081$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Orta düzey Dışadönüklük Kişilik düzeyine sahip olan çocuklar için yapılan analizler sonucunda; Diğerlerine Yönelimlilik puanları istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklı olduğu ( $t_{(19)} = -2,482$ ;  $p < 0,05$ ), Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 0,929$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -1,539$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar

( $t_{(19)} = -1,813$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -0,405$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur.

Dışadönüklük Kişilik düzeyi yüksek olan yetişkin çocuklar için yapılan inceleme sonucunda; Zedelenmiş Sınırlar puanları istatistiksel olarak farklı olduğu ( $t_{(19)} = 0,368$ ;  $p < 0,05$ ), Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 0,780$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -0,539$ ;  $p > 0,05$ , Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -0,135$ ;  $p > 0,05$ ), Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = 0,542$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

**Tablo 12. Uyumluluk Kişilik Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması**

Düzyey	Grup	Şema Alt Boyut Puanı	n	$\bar{X}$	s	t	sd	p
Düşük Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	23	50,47	18,32	-0,698	22	0,492
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	23	52,78	16,50			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	23	41	16,36	-1,308	22	0,204
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	23	45,26	15,04			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	23	22,65	7,61	-1,508	22	0,146
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	23	25,13	7,07			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	23	55,08	16,59	-1,419	22	0,170
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	23	59,82	14,38			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	23	36,95	11	1,603	22	0,123
	Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	23	33,26	7,82			
Orta Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	117	43,52	16,36	1,646	116	0,103
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	117	41,20	13,01			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	117	38,42	13,18	-1,556	116	0,123
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	117	40,65	12,67			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	117	22,35	5,55	-2,799	116	<b>0,006</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	117	24,18	5,95			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	117	53,94	14,23	-0,742	116	0,460
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	117	55,08	12,30			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	117	39,08	9,40	3,776	116	<b>0,00</b>
	Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	117	35,46	8,20			
Yüksek Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	19	35,63	8,43	0,725	18	0,478
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	19	37,57	11,81			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	19	32,31	10,45	-1,494	18	0,152
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	19	36,73	14,49			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	19	21,31	7,37	-0,436	18	0,668
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	19	22,26	7,95			
Anne	Aşırı Tetikte Olma	19	56,21	15,31	-0,65	18	0,949	

Çocuk Aşırı Tetikte Olma	19	56,52	18,96			
Anne Diğerlerine Yönelimlilik	19	40,10	7,95	-0,197	18	0,846
Çocuk Diğerlerine Yönelimlilik	19	40,52	10,06			

Tüm Uyumluluk Kişilik düzeyleri için yetişkin çocukların şema puanları ile anne şema puanları arasından benzerlik olup olmadığının incelenmesi için fark serilerinin normal dağılımlı olması sebebiyle Bağımlı Örnek t-Testi kullanılmıştır..

Düşük Uyumluluk Kişilik düzeyine sahip yetişkin çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = -0,698$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -1,308$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -1,508$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -1,419$ ;  $p > 0,05$ ) Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = 1,603$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Uyumluluk Kişilik düzeyi orta düzeyde olan çocuklarda yapılan inceleme sonucunda; Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -2,799$ ;  $p < 0,05$ ), Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = 3,776$ ;  $p < 0,001$ ) puanları için istatistiksel olarak farklı bulunurken Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 1,646$   $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -1,556$ ;  $p > 0,05$ ) Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -0,742$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı bulunmuştur.

Yüksek düzey Uyumluluk Kişilik düzeyine sahip olan çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 0,725$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = 0,725$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -0,436$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -0,65$ ;  $p > 0,05$ ) Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = -0,197$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı gözlenmiştir.

**Tablo 13. Sorumluluk Kişilik Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması**

Düzyey	Grup	Şema Alt Boyut Puanı	n	$\bar{X}$	s	t	sd	p
Düşük Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	29	49,89	20,93	-0,532	28	0,599
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	29	48,13	15,70			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	29	40,58	14,45	-2,453	28	<b>0,021</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	29	47,72	15,26			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	29	23,86	7,18	-1,600	28	0,121
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	29	26,55	6,33			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	29	59,37	18,49	2,268	28	<b>0,031</b>
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	29	58,10	12,59			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	29	41,93	11,23	0,394	28	0,697
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	29	37,24	8,29				
Orta Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	103	43,56	15,08	0,482	102	0,631
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	103	42,83	13,86			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	103	38,24	13,62	-1,737	102	0,080
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	103	40,88	12,53			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	103	21,98	5,52	-2,956	102	<b>0,004</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	103	23,96	6,28			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	103	53,61	14,04	2,745	102	<b>0,007</b>
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	103	55,36	13,91			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	103	38,12	8,95	-1,020	102	0,310
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	103	35,34	8,20				
Yüksek Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	27	36,92	12,66	1,059	26	0,299
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	27	34,85	9,24			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	27	34,70	11,70	0,496	26	0,624
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	27	33,37	10,24			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	27	21,66	6,79	-0,187	26	0,853
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	27	21,96	6,17			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	27	51,96	11,12	1,488	26	0,149
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	27	55,81	13,37			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	27	38,59	9,04	-1,340	26	0,192
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	27	35,66	10,20				

Tüm Sorumluluk Kişilik düzeyleri için yetişkin çocukların şema puanları ile anne şema puanları arasından benzerlik olup olmadığının incelenmesi için fark serilerinin normal dağılımlı olması sebebiyle Bağımlı Örnek t-Testi kullanılmıştır..

Düşük Sorumluluk Kişilik düzeyine sahip yetişkin çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -2,453$ ;  $p < 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = 2,268$ ;  $p < 0,05$ ) puanları için istatistiksel olarak farklı

olduğu, Kopukluk ve Reddilme ( $t_{(19)} = -0,532$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = 2,268$ ;  $p > 0,05$ ) Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = 0,394$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Sorumluluk Kişilik düzeyi orta düzeyde olan çocuklarda yapılan inceleme sonucunda; Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -2,956$ ;  $p < 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = 2,745$ ;  $p < 0,05$ ) puanları için istatistiksel olarak farklı bulunurken Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 0,482$   $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -1,737$ ;  $p > 0,05$ ) Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = -1,020$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı bulunmuştur.

Yüksek düzey Sorumluluk Kişilik düzeyine sahip olan çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 1,059$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = 0,496$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -0,187$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = 1,488$ ;  $p > 0,05$ ) Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = -1,340$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak bir fark olmadığı gözlenmiştir.

**Tablo 14. Duygusal Dengelilik Kişilik Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması**

Düzye	Grup	Şema Alt Boyut Puanı	n	$\bar{X}$	s	t	sd	p
Düşük Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	29	48,51	18,14	-1,016	28	0,318
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	29	51,68	17,36			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	29	42	15,83	-2,925	28	<b>0,007</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	29	50,93	17,27			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	29	22,93	5,75	-1,706	28	0,099
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	29	25,06	6,75			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	29	40,79	10,53	0,090	28	0,929
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	29	40,62	7,86			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	29	58,6	16,09	-2,010	28	0,054
	Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	29	65,31	13,04			
Orta Düzey	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	103	42,99	15,74	0,776	102	0,439
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	103	41,85	12,26			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	103	37,69	12,94	-1,878	102	0,063
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	103	40,47	11,09			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	103	22,26	6,19	-2,496	102	<b>0,014</b>
Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	103	24,05	6,24				

Düzey 3	Anne	Aşırı Tetikte Olma	103	38,78	9,34	2,909	102	<b>0,004</b>
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	103	35,94	8,08			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	103	54,11	14,37	-0,796	102	0,428
	Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	103	55,36	12,27			
	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	27	40,59	15,84	2,399	26	<b>0,024</b>
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	27	34,77	11,35			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	27	35,25	12,51	1,664	26	0,108
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	27	31,48	8,59			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	27	21,59	6,17	-0,913	26	0,370
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	27	23,18	6,63			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	27	37,29	8,75	3,516	26	<b>0,002</b>
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	27	29,77	7,66			
Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	27	50,77	13,35	0,722	26	0,477	
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	27	48,07	13,34				

Tüm Duygusal Dengelilik düzeyleri için yetişkin çocukların şema puanları ile anne şema puanları arasından benzerlik olup olmadığının incelenmesi için fark serilerinin normal dağılımlı olması sebebiyle Bağımlı Örnek t-Testi kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucu düşük Duygusal Dengelilik Kişilik düzeyine sahip yetişkin çocuklarda; anne ve çocuk Zedelenmiş Otonomi puanlarının istatistiksel olarak farklı olduğu ( $t_{(19)} = -2,925$ ;  $p < 0,05$ ), Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = -1,016$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -1,706$ ;  $p > 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = 0,090$ ;  $p > 0,05$ ) ve Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = -2,010$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Orta düzey düşük Duygusal Dengelilik Kişilik düzeyine sahip olan çocuklar için yapılan analizler sonucunda; Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -2,496$ ;  $p < 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -2,909$ ;  $p < 0,01$ ) puanlarının istatistiksel olarak farklı olduğu, Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 0,776$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -1,878$ ;  $p > 0,05$ ), Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = -0,796$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

**Tablo 15. Deneyime Açıklık Kişilik Düzeylerine Göre Anne ve Yetişkin Çocuklar için Bağımlı Örnek t-Testi ile Karşılaştırılması**

Düzyey	Grup	Şema Alt Boyut Puanı	n	$\bar{X}$	s	t	sd	p
Düzyey 1	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	24	47,95	14,77	1,504	23	0,146
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	24	44,20	15,42			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	24	41,08	13,68	-0,497	23	0,624
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	24	42,41	13,64			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	24	23,08	6,54	-0,536	23	0,597
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	24	24,08	5,81			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	24	40,87	11,83	2,787	23	<b>0,010</b>
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	24	34,08	7,73			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	24	58,16	15,55	1,256	23	0,222
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	24	53,62	13,66				
Düzyey 2	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	112	43	15,94	0,566	111	0,573
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	112	42,19	13,86			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	112	37,8	12,70	-2,226	111	<b>0,028</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	112	41,06	13,86			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	112	22,08	5,85	-2,455	111	<b>0,016</b>
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	112	23,75	6,36			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	112	38,68	8,81	3,602	111	<b>0,00</b>
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	112	35,39	8,01			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	112	53,50	14,17	-1,897	111	0,060
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	112	56,33	13,16				
Düzyey 3	Anne	Kopukluk ve Reddedilme	23	41,91	19,35	0,023	22	<b>0,024</b>
	Çocuk	Kopukluk ve Reddedilme	23	41,82	14,07			
	Anne	Zedelenmiş Otonomi	23	36,1739	16,95	-0,602	22	0,108
	Çocuk	Zedelenmiş Otonomi	23	38,2174	10,26			
	Anne	Zedelenmiş Sınırlar	23	22,3043	6,87	-2,317	22	0,370
	Çocuk	Zedelenmiş Sınırlar	23	25,7391	7,07			
	Anne	Aşırı Tetikte Olma	23	37,8696	10,01	-0,600	22	<b>0,002</b>
	Çocuk	Aşırı Tetikte Olma	23	39,2174	11,10			
	Anne	Diğerlerine Yönelimlilik	23	54,6957	15,91	-0,400	22	0,693
Çocuk	Diğerlerine Yönelimlilik	23	56,4783	15,57				

Tüm Deneyime Açıklık düzeyleri için yetişkin çocukların şema puanları ile anne şema puanları arasından benzerlik olup olmadığının incelenmesi için fark serilerinin normal dağılımlı olması sebebiyle Bağımlı Örnek t-Testi kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda düşük düzey Deneyime Açıklık düzeyine sahip olan çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = 2,787$ ;  $p < 0,01$ ) puanlarının istatistiksel olarak farklı olduğu, Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 1,504$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -0,497$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -0,536$ ;  $p > 0,05$ ), Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = 1,256$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Orta düzey Deneyime Açıklık düzeyine sahip olan çocuklar için yapılan analizler sonucunda; anne ve çocuk Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -2,226$ ;  $p < 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -2,455$ ;  $p < 0,05$ ) ve Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = 3,602$ ;  $p < 0,01$ ) puanlarının istatistiksel olarak farklı olduğu, Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 0,566$ ;  $p > 0,05$ ) ve Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = -1,897$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Yüksek Deneyime Açıklık Kişilik düzeyine sahip yetişkin çocuklarda; anne ve çocuk Kopukluk ve Reddedilme ( $t_{(19)} = 0,023$ ;  $p < 0,05$ ), Aşırı Tetikte Olma ( $t_{(19)} = -0,600$ ;  $p < 0,01$ ) puanlarının istatistiksel olarak farklı olduğu Zedelenmiş Otonomi ( $t_{(19)} = -0,602$ ;  $p > 0,05$ ), Zedelenmiş Sınırlar ( $t_{(19)} = -0,400$ ;  $p > 0,05$ ) ve Diğerlerine Yönelimlilik ( $t_{(19)} = 0,726$ ;  $p > 0,05$ ) puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

#### 4. TARTIŞMA

Ebeveynin, çocuğun erken dönem uyumsuz şemalarının gelişiminde şekillendirici bir konumda olduğu bilinmektedir (Young ve ark., 2003; Muris, 2006; Thimm, 2010a). Bu kadar temel bir role sahip olan ebeveynin, kendi şema alanlarının çocuğun şema alanlarına doğrudan veya dolaylı olarak etkisinin olması kaçınılmaz olarak düşünülmüştür. Ancak ilgili literatür incelendiğinde, ebeveyn ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şema alanları arasındaki ilişkinin son derece kısıtlı sayıda araştırma tarafından ele alındığı görülmüştür (Macik ve ark., 2016; Sundag ve ark., 2018). Buradan yola çıkılarak, anne ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şema alanları arasındaki ilişkiye daha derinden bakılması amaçlanmış ve bu ilişki çocukların kişilik özellikleri ve savunma mekanizmalarıyla ayrıca incelenmiştir.

Çalışmanın ilk hipotezi çerçevesinde, anne ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şemaları arasında benzerlik olup olmaması incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda, literatürdeki bulgular ile uyumlu olarak; anne ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şema alanları arasında benzer olduğu saptanmış ve hipotez desteklenmiştir (Macik ve ark., 2016; Sundag ve ark., 2018)

Çalışmanın ikinci hipotezi; anne ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki benzerlik savunma mekanizmaları ve kişilik özelliklerine göre farklılık göstermektedir. Bu amaçla savunma mekanizmaları ve kişilik özellikleri her bir alt boyutu için düşük, orta ve yüksek olmak üzere 3 düzey belirlenerek incelenmiştir. Alanyazındaki ilgili çalışmaya bakıldığında, ebeveyn ve yetişkin çocuk kopukluk ve reddedilme ve zedelenmiş otonomi şema alanları arasındaki ilişkide immatür savunma mekanizmalarının aracı rolü ortaya konulmuştur (Karaarslan ve ark., 2021). Bu tez çalışmasında da savunmaların düzey boyutunda incelenmesinin anne ve yetişkin çocuk erken dönem uyumsuz şema alanları arasındaki ilişkiyi farklılaştırıp farklılaştırmamasına bakılmıştır. Bu bağlamda, çalışmanın literatüre farklı bir boyut kazandıracağı düşünülmüştür.

İlk olarak, matür savunma mekanizmalarına bakıldığında, düşük ve orta matür savunma düzeyine göre zedelenmiş otonomi, orta düzey matür savunma düzeyine göre ise diğerlerine yönelimlilik şema alanlarında anne ve yetişkin çocuk için farklılık

gözlenmiştir. Ancak yüksek düzey matür savunmaya göre, anne ve yetişkin çocuk tüm erken dönem uyumsuz şema alanlarında benzerlik olduğu görülmüştür. Matür savunma mekanizmalarına göre uyuma dönük, daha yapıcı özellikler taşımakta olduğu bilinmektedir (Vaillant, 1977). Bu noktada ebeveyn den farklılaşma konusunda diğer savunma mekanizmalarına göre farklı şekilde olabileceği düşünülmüştür. Bu bulgular neticesinde, matür savunmalar için kuşaklarası şema benzerliğinde düzey şeklinde incelenmesinin önemli bir faktör olduğu anlaşılmıştır

Nevrotik savunma alt boyutu incelendiğinde ise, düşük düzey nevro tik savunmaya göre anne ve yetişkin çocuk tüm şema alt alanlarda benzerlik görülmüştür. Orta düzey nevro tik savunmaya göre zedelenmiş sınır ve diğerlerine yönelimlilik şema alanları; yüksek düzey nevro tik savunmaya göre ise yalnızca zedelenmiş otonomi şema alanı için farklılık bulunmuştur. Nevrotik savunma mekanizmalarını sıklıkla kullanan bireylerin, kendi isteklerinden ziyade başkalarının isteklerini ve ihtiyaçlarını karşılamaya yönelimli oldukları bilinmektedir. Bununla bağlantılı olarak nevro tik savunma mekanizmaları diğerlerine yönelimlilik (Karaarslan ve ark., 2021) veya zedelenmiş sınır şema alanlarıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir.

İmmatür savunma alt boyutu için orta düzey immatür savunmada diğerlerine yönelimlilik; yüksek düzey immatür savunmada zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınır şema alanlarında anne ve yetişkin çocuk şema benzerliğinde farklılık gözlenmiştir. Zedelenmiş sınırlar şema alanı serbest ve disiplinden uzak ebeveyn tutumuyla alakalıyken (Rafaeli ve ark., 2011); zedelenmiş otonomi şema alanı ise aşırı korumacı ebeveyn tutumu özerklikle ilişkilendirilmiştir (Young, 2003). Bu bağlamda, Alanyazında ebeveyn ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şema ilişkisinde immatür savunma mekanizmalarının aracı rolü ortaya konulmuştur (Karaarslan ve ark., 2021). Ayrıca erken dönem uyumsuz şema alanlarının aşırı kontrolcü ya da aşırı korumacı ebeveyn tutumlarıyla son derece ilgili olduğu ve immatür savunma mekanizmalarının bu ilişkiye aracılık ettiği belirtilmiştir. Bu ebeveyn tutumlarının zedelenmiş sınır ve zedelenmiş otonomi ile ilişkili olması (Rafaeli ve ark., 2011; Young, 2003) literatüre uyumlu olarak yüksek düzey immatür savunma mekanizmaları açısından anne ve yetişkin çocuk şema benzerliğinde fark görüldüğü düşünülmektedir.

Kopukluk ve reddedilme ve zedelenmiş otonomi erken dönem uyumsuz şema alanlarının şema aktarımında nevrotik savunma mekanizmalarıyla olmasa da immatür savunma mekanizmaları aracılığıyla olabileceği ilgili çalışmada aktarılmıştır (Walburg ve Chiaramello, 2015; Karaarslan ve ark., 2021). Analiz sonucu literatürle uyumlu olarak immatür düşük ve orta düzey için diğerlerine yönelimlilik şema alanı harici anne ve yetişkin çocuk şema benzerliği saptanmıştır. Ancak çocuğun yüksek düzeyde immatür savunma mekanizmalarına sahip olması zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınır şema alanlarında anne ile şema benzerliğinde farklılaşmayı beraberinde getirmiştir. Dolayısıyla elde edilen bulgulara göre, savunma mekanizmalarının düzey kapsamında incelenmesi, kuşaklar arası geçişte bazı şema alanları için etkili bir rol oynadığı gözlenmiştir.

Şema alt boyutları genel olarak değerlendirildiğinde, aşırı tetikte olma şema alanının her üç savunma mekanizması için de anne ve yetişkin çocuk için farklılaşmadığı görülmüştür. Aşırı tetikte olma şema alanı süregelen yanlış yapmaya dair korku ve özellikle ebeveynin koyduğu katı kurallara bağlı olma durumuyla ilişkilidir. Bu şema alanına sahip çocukların ailelerinden farklı bir biliş ve davranış eğiliminde olması pek mümkün değildir (Bricker ve Young, 2012; Wallburg ve Chiaramello, 2015). Bu bağlamda analiz sonuçlarına bakıldığında alan yazın çalışmalarını desteklediği görülmüştür. Aşırı tetikte olma şema alanının özelliklerinin şema alanlarının benzerliğini açıklar nitelikte olduğu düşünülmektedir.

Ebeveynlerin ve yetişkin çocukların kopukluk ve reddedilme şema alanları arasında bir ilişkinin var olduğunu bilinmektedir (Assel ve ark., 2002; Karaarslan ve ark., 2021). Ebeveynin kopukluk ve reddedilme şema alanına sahip olması, ebeveynliği ciddi anlamda zedelemektedir (Sojta ve Strzelecki, 2023). Aileden yeterli bağlılık ve güven duygusunun alınmaması, çocuklukta kendilik imajını kurmakta ve gerçek benliğini ortaya çıkarmakta güçlükle sonuçlanabileceği belirtilmiştir. Ayrıca yetişkinlik hayatlarında da diğer bireylere yakınlık ve ilgi göstermekte zorlanmaktadırlar. Buradan hareketle, hem doğrudan hem de dolaylı olarak kopukluk ve reddedilme şema aktarımının gerçekleştiği görülmektedir. Çalışmada da literatürle uyumlu olarak; kopukluk ve reddedilme şema alanları için de her üç savunma mekanizmasına göre anne ve yetişkin çocuğun şemalarının benzer olduğu görülmüştür

Alanyazında, ebeveyn ve yetişkin çocuk erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkinin kişilik özellikleri açısından ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, bu tez çalışmasının kişilik özelliklerini ele alması yönüyle özgün olduğu düşünülmektedir.

Dışadönüklük kişilik özelliği incelendiğinde, anne ve yetişkin çocukların zedelenmiş otonomi, aşırı tetikte olma ve diğerlerine yönelimlilik şemaları arasındaki benzerlik, düşük seviyede dışadönüklük kişilik özelliğine göre anlamlı farklılık gösterirken; dışadönüklük kişilik özelliğinin artması ile zedelemiş sınır ve diğerlerine yönelimlilik şema alanlarında anlamlı olarak farklılık bulunmuştur. Bu durum dışadönüklüğü düşük ve orta seviyede olan bireylerin, annelerinin devamlı olarak ötekini düşünme ve onay arama davranışlarında bulunması ve bu bireylerin benlik imajının gelişimi ve öz denetim konularında geride kalması şeklinde açıklanabilir., Sosyal ve aktif yaşama sahip oldukları bilinen dışadönük bireylerin, ebeveyn tutumlarının aşırı rahat olması beklenilebilir ve bu durum zedelenmiş sınır şema alanıyla ilişkilendirilebilir. Buradan yola çıkılarak, yüksek düzey dışadönüklük için zedelenmiş sınır şema alanının farklılaşmasını açıkladığı düşünülmüştür.

Düşük ve yüksek düzey uyumlu kişilik özelliğini göre, anne ve yetişkin çocuk şema alanlarının benzer olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ancak yalnızca orta düzey uyumluluk kişiliğe göre zedelenmiş sınır ve diğerlerine yönelimlilik şema alanlarında farklılık gözlenmiştir. İleride yapılacak farklı çalışmalarla bu durumun açıklığa kavuşması mümkün görülmektedir.

Sorumluluk kişilik özelliği incelendiğinde sorumluluk düzeyinin artması anne ve yetişkin çocuk şema benzerliğinin tüm şema alt boyutları için sağlanmış olduğu görülmektedir. Bu durum, sorumluluk düzeyi yüksek olan bireylerin iş disiplinine sahip, güvenilir olduğunu (Çiçek ve Aslan, 2020) ve ebeveynlerinin yönlendirmesine de açık olduğu şeklinde açıklanabilir. Ancak şaşırtıcı bir şekilde aşırı kaygılı ve mükemmeliyetçilikle ilişkili olan aşırı tetikte olma şema alanında düşük düzey sorumluluğa göre anlamlı bir farklılık görülmüştür.

Duygusal dengelilik kişilik özelliği, düşük düzey için zedelenmiş otonomi; orta düzey için zedelenmiş sınır ve aşırı tetikte olma; yüksek düzey için kopukluk ve

reddedilme ve aşırı tetikte olma şema alanlarında anne ve yetişkin çocuk benzerliğinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Duygusal dengeliliği düşük olan yani nevrozizm yüksek düzeyde olan bireylerin kendini suçlama eğiliminin daha sık olduğu bilinmektedir (McCrea ve Costa, 2003) Bu durum zedelenmiş otonomiyle zedelenmiş otonomi şema alanıyla da ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Ayrıca aşırı tetikte olma şema alanına sahip ebeveynlerin otoriter ve baskıcı tavırlarının olması da duygusal dengeliliği yüksek olan bireylerin uyumlu olması arasında bir ilişki olabileceği öngörülmektedir.

Anne ve yetişkin çocukların aşırı tetikte olma şema alanı arasındaki benzerlik deneyime açıklık kişilik özelliğinin her düzeyine göre farklılık göstermekte olduğu bulunmuştur. Deneyime açıklık kişilik düzeyinin aşırı tetikte olma şema alanı benzerliği için etkili bir faktör olmadığı anlaşılmıştır.

Yapılan analiz sonucuna göre, anne ve yetişkin çocuk için kopukluk ve reddedilme şema benzerliği için yüksek düzey deneyime açıklık ve yüksek düzey duygusal dengelilik kişilik alt boyutuna göre fark bulunmuştur. Deneyime açıklık kişilik özelliği yüksek olan bireylerin kopukluk ve reddedilme şemalarının anneden farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Bunun nedeni olarak deneyime açıklık kişilik özelliği yüksek düzeyde olan bireylerin geleneksellikten uzak ve kalıpları sorgulama eğiliminde oldukları dolayısıyla annelerinden farklı şema alanlarına sahip olabilecekleri düşünülmektedir (McCrea ve Costa, 2003; Burger, 2006).

## 5. SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırmanın amacı, annelerin ve yetişkin çocuklarının erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkinin yetişkin çocukların kullandıkları savunma stilleri ve kişilik özellikleri açısından incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda, 159 anne ve çocuk çifti olarak toplamda 318 kişiden alınan veriler doğrultusunda analiz yapılmıştır.

İlk olarak yapılan analiz sonucunda, örneklemdaki anne ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şema alanlarının benzer olduğu gözlemlenmiştir. Uygulanan Bağımlı Örnek t test analiziyle, çocuğun kişilik özelliklerinin ve savunma stillerinin anne ve yetişkin çocuk erken dönem uyumsuz şema benzerliğindeki etkisi bazı şema alanları için ortaya konulmuştur. İlgili bulgularda belirtildiği üzere, çocuğun kişilik özelliği ve savunma mekanizmalarının düzey bakımından incelenmesi, anne ve yetişkin çocuk bazı şema alanları arasındaki benzerliğe anlamlı olarak bir etkisi olmaktadır. Ek olarak, savunma mekanizmaları tüm alt boyutları ve dışadönüklük harici kişilik özelliklerine göre anne ve yetişkin çocuk şema alanlarının benzer olduğu bulunmuştur.

Bu tez çalışması literatüre önemli katkılar sağlamasının yanında, çalışmanın bazı kısıtlılıklarının var olduğu düşünülmektedir. Bu kısıtlılıklardan ilki kesitsel bir çalışma olması sebebiyle çalışmanın herhangi bir nedensel ilişki açıklayamamasıdır. İleride boylamsal çalışmalarla bu benzerliğin ve benzerliğe etki eden faktörlerin daha iyi bir şekilde açıklanması mümkün görülmektedir.

Çalışmadaki bir başka kısıtlılık, yetişkin çocuk örnekleminde kadın sayısının erkek sayısına oranla daha fazla (%88,1'i kadın, %12,9'u erkek) olmasıdır. Örneklem grubunun dengeli bir dağılıma sahip olmaması çalışmanın genellenebilirliğine gölge düşürmektedir. Bununla birlikte cinsiyet dağılımının daha orantılı seçilmesinin analize katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Son olarak, annenin yanı sıra çocuk yetiştirmede babanın rolünün de yadsınamaz şekilde önemli olduğu bilinmektedir. Erken dönem uyumsuz şema geçişlerinde de baba katkısının koruyucu bir faktör olduğu belirtilmiştir (Zeynel ve Uzer, 2020). Bu nedenle ileride babanın da örneklem grubuna eklenmesiyle yapılacak olan çalışmalar ayrı bir boyut kazanacaktır. Araştırmada elde edilen bulgular

neticesinde, gelecek araştırmalarda bu kısıtlılıklar giderilerek daha kapsamlı çalışmaların yapılmasının sağlanacağı dūřünölmektedir.

Bu araştırma, řema ve psikodinamik terapi ekollerini teorik bağlamda bir arada inceleyerek aralarındaki ilişkiyi de ortaya koymuştur. Bu şekilde teorik ve klinik uygulamalarda birbirini besleyen farklı ekollerin etkileşiminden yararlanmanın, gelecek çalışmalar için de bütöncöl bir bakış açısının oluşmasına zemin hazırlayacağı dūřünölmüřtür.

Ek olarak, mevcut çalışmada çocukluktan itibaren oluşan ve bireyin tüm hayatını negatif açıdan etkileyen, erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminde ebeveyn şemalarının etkisine direkt olarak vurgu yapılmaktadır. Buradan yola çıkarak, ebeveynin ve yetişkin çocuğun erken dönem şemaların ilişkisine ve bu ilişkinin altında yatan faktörlerden olabileceği dūřünölen savunma mekanizmaları ve kişilik özellikleri incelenmiştir. Kuşaklarası řema geçişinin anlamlandırılması patolojik soruların da anlaşılmasına yardımcı olacaktır. Bu nedenle, ebeveyn şemalarına yapılan iyileştirici müdahale, çocukta oluşabilecek uyumsuz şemalara yönelik koruyucu bir önlemdir. Dolayısıyla hem terapötik hem de psikiyatrik müdahalelerde uzmanlar, aslında yalnızca ebeveynin kendisine değil gelecek yetişkine de yönelik bir süreç yürütmekte olduklarını göz önünde bulundurmalıdırlar.

## KAYNAKÇA

**Abrahart, R. J. & See, L.** (2000). Comparing neural network and autoregressive moving average techniques for the provision of continuous river flow forecasts in two contrasting catchments, *Hydrological Processes*, 14 (2), 2157–2172.

**Acar, M. H. & Yılmaz, P.** (1997). Effect of tetramethylthiuramdisulfide on the cationic polymerization of cyclohexeneoxide, *The 2<sup>nd</sup> International*

*Conferences on Advanced Polymers via Macromolecular Engineering,*  
Orlando, Florida, USA : April 19-23.

- Allport, G. W., Odbert, H. S.** (1936). Trait names: a psycho-lexical study. *Psychol. Monogr.* 47, No. 2 1 1
- Altan, N.** (2003). *Bilgisayar Terimleri Ansiklopedik Sözlüğü* (3. bs.). Ankara: Sistem
- American Psychiatric Association** (1994) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM IV* (4th ed.). Washington: American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association** (2014) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM IV* (4th ed.). Washington: American Psychiatric Association.
- Andrews G, Singh M, Bond M** (1993) The defense style questionnaire, *Journal of Mental Disorders*, 181:246-256.
- Assel, M. A., Landry, S. H., Swank, P. R., Steelman, L., Miller-Loncar, C., & Smith, K. E.** (2002). How do mothers' childrearing histories, stress and parenting affect children's behavioural outcomes? *Child: Care, Health and Development*, 28(5), 359–368.
- Bartlett F.C.** (1932). *Remembering: A study in experimental and social psychology*, Cambridge, UK Cambridge University Press
- Bashiri Nejadian A, Babamiri M, Johari Fard R.** The Association Between Defensive Styles and Early Maladaptive Schemas in Patients with Migraine Headaches. *Iran J Psychiatry Behav Sci.* 2017;11(3):e7592.
- Beck, A. T.** (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects.* University of Pennsylvania Press.
- Beck AT, Rush AJ, Shaw BF ve ark.** (1979) *Cognitive therapy of depression.* New York: Guilford Presss, s.61-86; 244-271.
- Berry, D. S. ve Hansen, J. S.** (2000). Personality, nonverbal behavior, and interaction quality in female dyads. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(3), 278-292.
- Bosmans, G., Braet, C. ve van Vlierberghe, L. V.** (2010). Attachment and symptoms of psychopathology: Early maladaptive schemas as a cognitive link? *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 17(5), 374–385.
- Bowlby, J.** (1973). *Attachment and loss. Vol. 2: Separation: anxiety and anger.* New York, NY: Basic Books.
- Bricker, D. C., Young, J. E.** (2012). *A client's guide to schema therapy*

- Burger, J. M.** (2004). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Cattell, R. B.** (1943). The description of personality: basic traits resolved into clusters. *J. Abnorm. Soc. Psychol.* 38:476-506
- Cattell, R.** (1965) *The scientific analysis of personality*, Baltimore: Penguin Books.
- Çiçek, İ., Aslan, A. E.** (2020). Kişilik ve beş faktör kişilik özellikleri: Kuramsal bir çerçeve. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 10 (1), ss. 137-147.
- Corr, P. J., & Matthews, G.** (2009). *The Cambridge Handbook of Personality Psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Costa, P. T. Jr. , McCrae, R. R.** (1985). *The NEO Personality Inventory*. Odessa, FL: Psychol. Assess. Resources
- Costa, P. T., & McCrae, R. R.** (1992). The five-factor model of personality and its relevance to personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 6(4), 343–359.
- Cramer, P.** (1991). *The development of defense mechanisms: Theory, research, and assessment*. Springer-Verlag Publishing.
- Cramer, P.** (2006). *Protecting the self: Defense mechanisms in action*. Guilford Press.
- Cramer, P.** (2015). Defense mechanisms: 40 years of empirical research. *Journal of Personality Assessment*, 97(2), 114–122.
- Davoodi, E.; Wen, A.; Dobson, K.S.; Noorbala, A.A.; Mohammadi, A.; Farahmand, Z.** (2018). Early maladaptive schemas in depression and somatization disorder. *J. Affect. Disord.* 235, 82-89.
- Digman, J. M.** (1990). Personality structure: Emergence of the five-factor model. *Annual Review of Psychology*, 41, 417–440.
- Ehsan, H. B., & Bahramizadeh, H.** (2011). Early maladaptive schemas and agreeableness in personality five factor model. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 547-551.
- Ekşi, H. , Tunçer, B. & Sevim, E.** (2020). Ergenlerde beş faktör kişilik özellikleri ve erken dönem uyumsuz şemalar. *Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* , 10 (2) , 318-328.
- Ersevîm İ.** (1997). *Freud ve Psikanalizin Temel İlkeleri*. Nobel Tıp Kitabevleri, İstanbul, s. 110.
- Eysenck, H. J.** (1994). *Personality: Biological foundations*. In P. A. Vernon (Ed.), *The neuropsychology of individual differences*. London: Academic Press.

- Feist, G. J.** (1998). A Meta-Analysis of Personality in Scientific and Artistic Creativity. *Personality and Social Psychology Review*, 2, 290-309.
- Fenichel, O.** (1945). Nature and classification of the so-called psychosomatic phenomena. *The Psychoanalytic Quarterly*, 14(3), 287-312.
- Fiske, D. W.** (1949). Consistency of the factorial structures of personality ratings from different sources. 1. *Abnorm. Soc. Psychol.* 44: 329-44.
- Freud, S.** (1926). Inhibitions, symptoms and anxiety. In J. Strachey, & A. Freud (Eds.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (pp. 77-175). London: The Hogarth Press.
- Freud, A.** (1937). *Ben ve Savunma Mekanizmaları* (Çev.: Erim, Y.). İstanbul: Metis Yayınları.
- Freud, S.** (1894). The Neuro-Psychoses of defense. *The standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*. Strachey, J. (Ed. ve Çev.), Vol3, 43-68. Hogarth Press: London (Orijinal metin yayın yılı, 1894).
- Geçtan, E.** (1988). *Çağdaş Yaşam Ve Normaldışı Davranışlar*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gerrig, R. J., Zimbardo, P. G., Campbell, A. J., Cumming, S. R., & Wilkes, F. J.** (2015). *Psychology and life*. Pearson Higher Education AU.
- Goldberg L. R.** (1982). 'From ace to zombie: some explorations in the language of personality'. In: Spielberger, C. D. and Butcher, J. N. (Eds), *Advances in Personality Assessment*, Vol. 1, pp.203–234.
- Goldberg, L. R.** (1992). The development of markers for the Big-Five factor structure. *Psychological Assessment*, 4(1), 26–42.
- Gör, N., Yiğit, İ., Kömürcü, B., & Ertürk, İ. Ş.** (2017). Geçmişin mirası ve geleceğin haritası: Erken dönem uyumsuz şemalar. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 5(10), 197-218.
- Gibson, M., & Francis, A. J. P.** (2019). Intergenerational transfer of early maladaptive schemas in mother-daughter dyads, and the role of parenting. *Cognitive Therapy and Research*, 43, 737–747.
- Gülüm, İ. V., & Soygüt, G.** (2021). Limited reparenting as a corrective emotional experience in schema therapy: A preliminary task analysis. *Psychotherapy Research*, 32(2), 263–276.
- Harris, A. E., & Curtin, L.** (2002). Parental perceptions, early maladaptive schemas, and depressive symptoms in young adults. *Cognitive Therapy and Research*, 26(3), 405–416.

- İnanç, B., & Yerlikaya, E. E.** (2012). Kişilik kuramları. Ankara: Pegem Akademi.
- J. M. Digman.** (1990). Personality Structure: Emergence of the five factor model *Annual review of psychology*, 41(1), 1990, s. 417-440.
- Kadzikowska-Wrzosek, R.** (2011). Subjective evaluation of progress in goal attainment: The effect of intention implementation and of individual differences in formulation of goals and strength of will. *Psychologia Społeczna*, 16, 49–66.
- Karaarslan, C., Eldogan, D., & Yigit, I.** (2021). Associations between early maladaptive schema domains of parents and their adult children: The role of defence styles. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 28(5), 1043-1054.
- Kaya A., Bozkurt B.,** (2017), “Kadercilik Eğilimi İle Özyeterlik İnancı Ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, *Ege Eğitim Dergisi*, C 18, S 1, s: 124-145.
- Koenigsberg, H. W., Kernberg, O. F., Stone, M. H., Appelbaum, A. H. Yeomans, F. E., & Diamond, D.** (2000). Borderline patients: Extending the limits of treatability. New York: Basic Books.
- Kreitler, S. ve Kreitler, H.** (1987). Conceptions and processes of planning: The developmental perspective. In S. L. Friedman, E. K. Scholnick, & R. R. Cocking (Eds.) *Blueprints for Thinking: The Role of Planning in Cognitive Development*. New York: Cambridge University Press.
- Kunst, H.; Lobbestael, J.; Candel, I.; Batink, T.** (2020). Early maladaptive schemas and their relation to personality disorders: A correlational examination in a clinical population. *Clin. Psychol. Psychother.*
- Lopez, F. G.** (1995). Contemporary attachment theory: An introduction with implications for counseling psychology. *The Counseling Psychologist*, 23(3), 395-415
- Macik, D., Chodkiewicz, J., & Bielicka, D.** (2016). Trans-generational transfer of early maladaptive schemas—A preliminary study performed on a nonclinical group. *Current Issues in Personality Psychology*, 4(3), 132–145.
- Maher, A.; Cason, L.; Huckstepp, T.; Stallman, H.; Kannis-Dymand, L.; Milliar, P.; Mason, J.; Wood, A.; Allen, A.** (2022). Early maladaptive schemas in eating disorders: A systematic review. *Eur. Eat. Disord. Rev.* 2022, 30, 3–22.

- 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(4), 549-564.
- McCrae, R. R., & John, O. P.** (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175–215.
- McCrae, Robert & Costa, Paul.** (1996). *The five factor model of personality: Theoretical Perspective*
- McCrae, R. R., & Costa, P. T.** (1997). *Personality trait structure as a human universal. American Psychologist*, 52(5), 509–516.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr.** (1999). *A Five-Factor theory of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), Handbook of personality: Theory and research (pp. 139–153). Guilford Press.*
- McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr.** (2003). *Personality in adulthood: A five-factor theory perspective (2nd ed.). Guilford Press.*
- McWilliams, N.** (2014). *Psikanalitik Tanı (Çev.: Kalem, E.). İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.*
- Muris, P.** (2006). Maladaptive schemas in non clinical adolescents: Relations to perceived parental rearing behaviours, big five personality factors and psychopathological symptoms. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 13(6), 405-413.
- Özdel, K.** (2015). Dünden bugüne bilişsel davranışçı terapiler: Teori ve uygulama. *Türkiye Klinikleri J Psychiatry-Special Topics*, 8(2), 10-20.
- Özdemir O. , Özdemir P. G. , Kadak M. T. , Nasıroğlu S.** Kişilik Gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 2012; 4(4): 566-589.
- Öztürk M. O., Uluşahin A.** (1989). *Ruh sağlığı ve bozuklukları. Evrim Basım-Yayım- Dağıtım; 25, Psikoloji- Psikiyatri Dizisi:2.*
- Piaget, J.** (1955). *The child's construction of reality.*
- Price, J.P.** (2007). Cognitive shemas, defence mechanisms and post-traumatic stress symptomatology. *Psychology and Psychotharapy: Theory, Research and Practice*, 80, 343-353.
- Rafaeli, E., Bernstein, D. P. ve Young, J. E.** (2013). *Şema Terapi Ayırıcı Özellikler. (M. Şaşıoğlu, Çev.). İstanbul: Psikonet Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2011.).*
- Sayar, K. ve Dinç, M.** (2009). *Psikolojiye Giriş. İstanbul: Dem Yayınları.*

- Sava, F. A.** (2009). Maladaptive schemas, irrational beliefs, and their relationship with the Five-Factor Personality model. *Journal of Cognitive & Behavioral Psychotherapies*, 9(2).
- Shorey, R. C., Anderson, S., & Stuart, G. L.** (2013). The relation between antisocial and borderline personality symptoms and early maladaptive schemas in a treatment seeking sample of male substance users. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 21(4), 341–351.
- So, I.** (1964). Cognitive development in children: Piaget development and learning. *Journal, of Research in Science Teaching*, 2, 176-186.
- Sójta K, Strzelecki D.** Early Maladaptive Schemas and Their Impact on Parenting: Do Dysfunctional Schemas Pass Generationally?-A Systematic Review. *J Clin Med.* 2023 Feb 5;12(4):1263.
- Somer, O., Korkmaz, M. ve Tatar, A.** (2004). Kuramdan uygulamaya beş faktör kişilik modeli ve beş faktör kişilik envanteri (5FKE). Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi, Yayın No: 128, İzmir.
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A., & Çakır, Z.** (2009). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 75-84.
- Sundag, J., Zens, C., Ascone, L., Thome, S., & Lincoln, T. M.** (2018). Are schemas passed on? A study on the association between early maladaptive schemas in parents and their offspring and the putative translating mechanisms. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*, 46(6), 738-753.
- Tatar, A.** (2017). Büyük beş-50 kişilik testinin türkçeye çevirisi ve beş faktör kişilik envanteri kısa formu ile karşılaştırılması. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(1), 51-61.
- Thimm, J. C.** (2010). Personality and early maladaptive schemas: A five-factor model perspective. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 41(4), 373-380.
- Thimm, J. C.** (2010a). Mediation of early maladaptive schemas between perceptions of parental rearing style and personality disorder symptoms. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41(1), 52-59.
- Thurstone, L. L.** (1934). The vectors of mind. *Psychological Review*, 41(1), 1–32.
- Vaillant, G. E.** (1971). Theoretical hierarchy of adaptive ego mechanisms: A 30-year follow-up of 30 men selected for psychological health. *Archives of General Psychiatry*, 24(2), 107–118.
- Vaillant, G. E.** (1977). *Adaptation to Life*. Harvard: *Harvard University Press*.

- Vaillant, G. E.** (1994). Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 44–50.
- Vaillant, G. E.** (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American Psychologist*, 55(1), 89–98.
- Vaillant, G. E.** (2012). Defense mechanisms. *Encyclopedia of Human Behavior*, 659–666.
- Yanbaşı, G.** (1990). Kişilik kuramları ders kitabı, İzmir: Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları.
- Yılmaz, N, Gençöz, T., & Ak, M.** (2007). Psychometric properties of the Defense Style Questionnaire: A reliability and validity study. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18, 244-253.
- Young, J. E., & Klosko, J. S.** (1993). *Reinventing your life: how to break free from negative life patterns*. New York, N.Y., U.S.A., Dutton.
- Young, J. E.** (1999). Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach (3rd edition). *Florida, FL: Professional Resource Press*.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E.** (2003). Schema therapy: A practitioner's guide. New York: *The Guilford Press*.
- Yousefi, R., Hashemi, S. G. S., Sohrabi, L., & Abadi, M. H.** (2018). The association between early maladaptive schemas and defense styles with hoarding behaviour among university students. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 6(4), 223–230
- Zeynel, Z., & Uzer, T.** (2020). Adverse childhood experiences lead to transgenerational transmission of early maladaptive schemas. *Child Abuse & Neglect*, 99.
- Zonnevjlle, M., & Hildebrand, M.** (2019). Like parent, like child? Exploring the association between early maladaptive schemas of adolescents involved with child protective services and their parents. *Child & Family Social Work*, 24(2), 190–200.
- Walburg, V., & Chiaramello, S.** (2015). Link between early maladaptive schemas and defense mechanisms. *European Review of Applied Psychology / Revue Européenne de Psychologie Appliquée*, 65(5), 221–226.
- Wiggins, J. S., & Trapnell, P. D.** (1997). Personality structure: The return of the Big Five. In *Handbook of personality psychology* (pp. 737-765). Academic Press.



## EKLER

### EK 1 Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Etik Kurul Onay Formu

Evrak Tarih ve Sayısı: 25.11.2022-210



#### FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU KARARI

Karar Tarihi	24/11/2022	Karar Sayısı	19/07
--------------	------------	--------------	-------

#### KURUL ÜYELERİ

Prof. Dr. Fahameddin BAŞAR / Rektör Yardımcısı - Başkan	Prof. Dr. İbrahim KOCABAŞ / Eğitim Fakültesi - Dekan - Üye
Prof. Dr. Erol KILIÇ / Güzel Sanatlar Fakültesi - Dekan - Üye	Prof. Dr. Fatma ALİSİNANOĞLU / Eğitim Fakültesi - Üye
Prof. Dr. Esra AKGÜL / MYO - Müdür - Üye	Prof. Dr. Sefa SAYGILI / Edebiyat Fakültesi - Üye
Prof. Dr. Hasan BACANLI / Eğitim Fakültesi - Üye	Doç. Dr. Eyyup Sabri KALA / Hukuk Müaviri - Raportör

Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu 24.11.2022 tarihinde saat 10:00'da toplanmış ve aşağıdaki karar alınmıştır.

#### KARAR

**KARAR NO 2022-19/07** Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı Öğrencisi Zişan ŞAROĞLU'nun "Anne ve Yetişkin Çocukların Uyumsuz Erken Dönem Şemalarının Benzerliğinin Çocukların Kullandığı Savunma Stilleri ve Kişilik Özellikleri açısından İncelenmesi" isimli araştırmasında kullanılacağı anket ve ölçeklerinin etik yönden uygunluğuna,

Toplantıya katılan Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu üyelerinin oy birliği ile karar verildi.

*e-İmzalıdır*

Prof. Dr. Fahameddin BAŞAR  
Başkan

*e-İmzalıdır*

Prof. Dr. Hasan BACANLI  
Üye

*e-İmzalıdır*

Prof. Dr. Erol KILIÇ  
Üye

*e-İmzalıdır*

Prof. Dr. Sefa SAYGILI  
Üye

*e-İmzalıdır*

Prof. Dr. İbrahim KOCABAŞ  
Üye

*e-İmzalıdır*

Prof. Dr. Esra AKGÜL  
Üye

*Katılmadı*

Prof. Dr. Fatma ALİSİNANOĞLU  
Üye

## EK-2 Young Şema Ölçeği İzni



23.11.2021

İlgili kişini/birimin dikkatine,

Yazarı bulunduğum tüm ölçekler araştırmaların kullanımına açıktır. Her birinin makalesi yayınlanmış ve kullanım izni bu yolla tüme araştırmalara açık hale gelmiştir. Ayrıca tarafımdan izin alınması gerekmemektedir.

Bilgilerinize,

[Redacted Signature]

Prof. Dr. Gonca Soygüt, PhD

ISST Sertifikalı İleri Düzey  
Şema Terapisi Eğitmeni ve Süpervizörü  
EPPA Onaylı Psikoterapi Uzmanı

Not: Araştırmacıların dikkatine. İlgili tüm ölçeklerin bilgilerine bu web sitesinden ulaşabilirsiniz. Makalelerde puanlama ve diğer tüm ayrıntılar mevcuttur.

## EK-2 Savunma Mekanizmaları İzni

Ölçek izni Gelen Kutusu x

Zisan Saroglu Alıcı: [Redacted] 21 Eki 2022 Cum 13:18 ☆ ↶ ⋮

Merhabalar hocam,  
Ben FSMVÜ' de klinik yüksek lisansımı yapıyorum. Danışmanım Prof. Dr. Gaye Saltukoğlu. Tez konum; annelerin ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şema alanları arasındaki benzerliklerin çocukların kişilik özellikleri ve savunma stilleri bakımından incelenmesidir. İzininiz olursa bu çalışmada sizin savunma stilleri ölçeğinizi kullanmak istiyorum.

Çok teşekkür ederim. İyi çalışmalar dilerim

Tülin Gençöz Alıcı: ben 22 Eki 2022 Cmt 12:16 ☆ ↶ ⋮

Merhabalar,  
Ölçeği bilimsel araştırmalarınızda kullanabilirsiniz. Makaleyi, ölçeği ve değerlendirme şekli için hazırladığım dokümanı ekte iletiyorum. İyi çalışmalar dilekleriyle.  
Prof. Dr. Tülin Gençöz  
Orta Doğu Teknik Üniversitesi  
Rektör Yardımcısı  
[Redacted]nkara  
TÜRKİYE

### EK-3 Büyük Beş-50 Kişilik İzni

Ölçek izni Gelen Kutusu x

Zisan Saroglu Alıcı: [Redacted] 14 Eki 2022 Cum 17:51 ☆

Merhabalar hocam,  
Ben FSMVÜ' de klinik yüksek lisansımı yapıyorum. Danışmanım Prof. Dr. Gaye Saltukoğlu. Tez konum; annelerin ve yetişkin çocukların erken dönem uyumsuz şema alanları arasındaki benzerliklerin çocukların kişilik özellikleri ve savunma stilleri bakımından incelenmesidir. İzininiz olursa bu çalışmada sizin Beş Faktör Kişilik Ölçeğinin Kısa Formu' nuzu kullanmak istiyorum.

Çok teşekkür ederim. İyi çalışmalar dilerim.

Arkun Tatar Alıcı: ben 15 Eki 2022 Cmt 12:55 ☆

Zisan selam,

Bu ektekinizi kullan.

İyi çalışmalar,

14 Ekim 2022 Cuma 17:51:42 GMT+3 tarihinde, Zisan Saroglu <[Redacted]> mesajınızı yazdı:

...

## EK-4 Demografik Bilgi Toplama Formu

### Yetişkin Çocuk Formu

<b>Yaşınız:</b> .....
<b>Cinsiyet:</b> Kadın ( <input type="checkbox"/> ) Erkek ( <input type="checkbox"/> ) Diğer ( <input type="checkbox"/> )
<b>Medeni Hali:</b> Evli ( <input type="checkbox"/> ) Bekâr ( <input type="checkbox"/> ) Diğer ( <input type="checkbox"/> )
<b>Eğitim Durumu:</b> İlkokul ( <input type="checkbox"/> ) Lise ( <input type="checkbox"/> ) Üniversite ( <input type="checkbox"/> ) Yüksek lisans veya Doktora ( <input type="checkbox"/> )
<b>Meslek:</b> .....
<b>Anneniz sağ mı?</b> Evet ( <input type="checkbox"/> ) Hayır ( <input type="checkbox"/> )
<b>Ailenizin ekonomik durumu:</b> Kötü ( <input type="checkbox"/> ) Orta ( <input type="checkbox"/> ) İyi ( <input type="checkbox"/> )
<b>Psikolojik, psikiyatrik veya nörolojik tanı aldınız mı?</b> Evet ( <input type="checkbox"/> ) (Belirtiniz)... Hayır ( <input type="checkbox"/> )
<b>Herhangi bir psikiyatrik ilaç kullanıyor musunuz?</b> : Evet ( <input type="checkbox"/> ) Hayır ( <input type="checkbox"/> )

### Anne Formu

<b>Yaşınız:</b> .....
<b>Cinsiyet:</b> Kadın ( <input type="checkbox"/> ) Erkek ( <input type="checkbox"/> ) Diğer ( <input type="checkbox"/> )
<b>Medeni Hali:</b> Evli ( <input type="checkbox"/> ) Bekâr ( <input type="checkbox"/> ) Diğer ( <input type="checkbox"/> )
<b>Eğitim Durumu:</b> İlkokul ( <input type="checkbox"/> ) Lise ( <input type="checkbox"/> ) Üniversite ( <input type="checkbox"/> ) Yüksek lisans veya Doktora ( <input type="checkbox"/> )

Meslek: .....

Çocuk Sayısı: .....

Ailenizin

durumu: Kötü ( )  
( )

Psikolojik,

veya nörolojik

mı? Evet ( )

Hayır ( )

Herhangi bir

ilaç kullanıyor

Evet ( ) Hayır ( )

EK-5 Young

Ölçeği

Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olmadığınız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, sizin duygusal olarak ne hissettiğinizde dayanarak cevap verin.	Benim için tamamıyla yanlış	Benim için büyük ölçüde yanlış	Bana uyan tarafı olmayan taraftan biraz fazla	Benim için orta derecede doğru	Benim için çoğunlukla doğru	Beni nitkemmelenen 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 vb.)						
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 tanıyıp olmak beni değerli yapar.						
17. Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissedirim.						
18. Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hak ederim.						
19. Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.						
20. Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.						
21. İnsanlara karşı tedbiri elden bırakamam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissedirim.						

ekonomik

) Orta ( ) İyi ( )

psikiyatrik

tanı aldınız

(Belirtiniz)...

psikiyatrik

musunuz? :

Şema

22. Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.						
23. Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.						
24. İşleri halletmede son derece yetersizim.						
25. Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.						
26. Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissediyorum.						
27. Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.						
28. Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.						
29. Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.						
30. Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.						
31. En iyisini yapmalıyım, "yeterince iyi" ile yetinemem.						
32. Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.						
33. Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılmınlığa düşer ve vazgeçerim.						
34. Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.						
35. İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.						
36. Eğer yanlış yaparsam, bunun özürü yoktur.						
37. Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.						
38. Yakınlarımla beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım.						
39. Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.						
40. Bir yere ait değilim, yalnızım.						
41. Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.						
42. İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.						
43. Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.						

44. Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.						
45. Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hisseder veya suçluluk duyarız.						
46. İşkilerimde, 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. İstedikimi yapmaktan alkonulmaktan 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 hissedirim.						
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 ihtiyaçlarımı ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.						
56. Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersen çok kötü hissedirim.						
57. Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça güpheciyimdir.						
58. Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.						
59. Kendimi sevebilecek biri gibi hissetmiyorum.						
60. İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.						
61. Gündelik işler için benim kararlarımı güvenilemez.						
62. Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.						
63. Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum-Benim kendime ait bir hayatım yok.						

64. Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.						
65. Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.						
66. Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.						
67. Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.						
68. Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.						
69. Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.						
70. Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanmayı 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 astıl veya art niyetlerini araştırırım.						
76. Kendimi hep grupların dışında hissedirim.						
77. Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açmıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.						
78. İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.						
79. Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.						
80. Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.						

	Benim için tamamıyla yanlış	Benim için büyük ölçüde yanlış	Bana uyan tarafta uymayan taraftan biraz fazla	Benim için orta derecede doğru	Benim için çoğunlukla doğru	Beni mükemmel şekilde tanımlıyor
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 sıyrıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.						
86. Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.						
87. Kararıma nadiren sadık kalabilirim.						
88. Bir dolu övgüler ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.						
89. Yanlış bir kararım bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.						
90. Ben cezalandırılmayı hak eden kötü bir insanım.						

## EK-6 Büyük Beş Kişilik-50 Testi

Kendinizi nasıl tanımlarsınız? Her bir ifadenin size ne kadar uygun olduğunu ifadenin yanındaki cevaplardan uygun olanını işaretleyerek belirtiniz. Kendinizi, gelecekte, olmak istediğiniz gibi değil, şu an nasıl görüyorsanız o şekilde tanımlayın.	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Orta /Karasız	Biraz Uygun	Çok Uygun
1. Toplantıların gözdeşiyimdir.					
2. Başkalarına pek ilgi duymam.					
3. Her zaman hazırlıkta yım.					
4. Kolayca kendimi baskı altında hissederim.					
5. Kelime hazinem zengindir.					
6. Çok konuşmam.					
7. İnsanlarla ilgilenirim.					
8. Kişisel eşyalarımı etrafta bırakırım.					
9. Genelde rahatım.					
10. Soyut fikirleri kavramakta zorlanırım.					
11. İnsanların arasında kendimi rahat hissederim.					
12. İnsanlara hakaret ederim.					
13. Detaylara dikkat ederim.					
14. Her şeye endişelenirim.					
15. Olayları zihnimde canlandırırım.					
16. Arka planda kalmayı tercih ederim.					
17. Başkalarının duygularını anlayıp paylaşıyorum.					
18. İşleri karmakarışık yaparım.					
19. Nadiren kendimi keyifsiz hissederim.					
20. Soyut fikirlerle ilgilenmem.					
21. Konuşmayı genelde ben başlatırım.					
22. Başka insanların problemleriyle ilgilenmem.					
23. İşleri hemen hallederim.					
24. Kolayca huzursuz olurum.					
25. Mükemmel fikirlerim vardır.					
26. Söyleyecek çok şeyim yoktur.					
27. Yumuşak kalpli yim.					
28. Genellikle eşyaları yerlerine koymayı unuturum.					
29. Moralim çabuk bozulur.					
30. Hayal gücüm kuvvetli değildir.					
31. Toplantılarda değişik insanlarla konuşabilirim.					
32. Aslında başkalarıyla pek ilgilenmem.					
33. Düzeni severim.					
34. Ruh halim çok sık değişir.					
35. Olayları anlamada hızlı yımdır.					
36. Dikkat kendi üzerime çekmekten hoşlanmam.					
37. Başkalarma zaman ayırırım.					
38. Görevlerimden kaçırım.					
39. Ruhsal dengem sık değişir.					
40. Zor kelimeler kullanırım.					
41. İlgi odağı olmaktan rahatsızlık duymam.					
42. Başkalarının duygularını hissederim.					
43. Bir plan takip ederim.					
44. Çabuk rahatsız olurum.					
45. Olaylar üzerinde düşünerek vakit geçiririm.					
46. Yabancıların arasında genelde sessiz yimdir.					
47. İnsanları rahatlatırım.					
48. İşimde titiz yimdir.					
49. Çoğu zaman kendimi keyifsiz hissederim.					
50. Fikirlerle doluyum.					

